

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХМЕЛЬНИЦЬКА ОБЛАСНА РАДА  
ХМЕЛЬНИЦЬКА ОБЛАСНА ВІЙСЬКОВА АДМІНІСТРАЦІЯ  
ДЕПАРТАМЕНТ ОСВІТИ, НАУКИ, МОЛОДІ ТА СПОРТУ  
ХМЕЛЬНИЦЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ  
ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ІНСТИТУТ  
ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ

Збірник матеріалів науково-практичної конференції

# ОСВІТА В УМОВАХ ВОЄННОГО СТАНУ В УКРАЇНІ: ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГІЧНИЙ АСПЕКТ

*(присвячується пам'яті А. П. Назаренка)*



Хмельницький, 2023

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХМЕЛЬНИЦЬКА ОБЛАСНА РАДА  
ХМЕЛЬНИЦЬКА ОБЛАСНА ВІЙСЬКОВА АДМІНІСТРАЦІЯ  
ДЕПАРТАМЕНТ ОСВІТИ, НАУКИ, МОЛОДІ ТА СПОРТУ  
ХМЕЛЬНИЦЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ  
ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ІНСТИТУТ  
ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ

**Збірник матеріалів науково-практичної конференції**

**ОСВІТА В УМОВАХ  
ВОЄННОГО СТАНУ В  
УКРАЇНІ: ПСИХОЛОГО-  
ПЕДАГОГІЧНИЙ АСПЕКТ**  
*(присвячується пам'яті А. П. Назаренка)*

**Хмельницький, 2023**

УДК 371:355.4:159+37.01(477)(063)

**Освіта в умовах воєнного стану в Україні: психолого-педагогічний аспект (присвячується пам'яті А. П. Назаренка). Ч.2 / 3б. матеріалів. наук.-практ. конф.** [ред. кол.: В. І. Очеретянко (гол.) та ін.]. Хмельницький : ХОІППО, 2023. 274 с.

*У збірнику подано статті за матеріалами роботи науково-практичної конференції «Освіта в умовах воєнного стану в Україні: психолого-педагогічний аспект», у яких розкрито основні психолого-педагогічні аспекти освіти в умовах воєнного стану в Україні.*

#### **Редакційна колегія:**

**Очеретянко В. І.**, ректор Хмельницького ОІППО, старший науковий співробітник, кандидат історичних наук, голова редакційної колегії;  
**Білошицький С. В.**, проректор з науково-методичної роботи Хмельницького ОІППО, доктор політичних наук, доцент;  
**Вашеняк І. Б.**, проректор з науково-педагогічної роботи та моніторингу якості освіти Хмельницького ОІППО, кандидат історичних наук, доцент;  
**Бирко Н. М.**, в. о. завідувача кафедри педагогіки та психології Хмельницького ОІППО, кандидат педагогічних наук;  
**Войтович Г. І.**, старший викладач кафедри педагогіки та психології Хмельницького ОІППО;  
**Клімкіна Н. Г.**, старший викладач кафедри педагогіки та психології Хмельницького ОІППО, кандидат педагогічних наук;  
**Шевчишена О. В.**, старший викладач кафедри педагогіки та психології Хмельницького ОІППО, кандидат психологічних наук.

#### **Рецензенти:**

**Гулеватий А. А.**, декан факультету підвищення кваліфікації педагогічних працівників Хмельницького ОІППО, кандидат психологічних наук, доцент;  
**Ящук І. П.**, директор Департаменту освіти, науки та спорту Міністерства внутрішніх справ України, доктор педагогічних наук, професор.

#### **Рекомендовано до друку**

рішенням вченої ради Хмельницького ОІППО  
(протокол № 3 від 22.12.2022)

*Матеріали, розміщені в збірнику, подано зі збереженням стилістичної редакції авторських текстів. Відповідальність за зміст, автентичність цитувань і правильність посилань несуть автори.*

## ЗМІСТ

<b>ЗМІСТ</b> .....	<b>4</b>
<b>Конончук Олена</b> <i>Перша психологічна допомога дітям дошкільного віку під час російсько-української війни</i> .....	<b>8</b>
<b>Космінчук Ольга, Іванова Тетяна</b> <i>Використання сучасних лайфаків для розвитку дітей дошкільного віку за педагогічною сітсемою Марії Монтессорі в умовах війни</i> .....	<b>10</b>
<b>Корольова Людмила</b> <i>Математичний диктант в розвитку математичних компетенцій</i> .....	<b>14</b>
<b>Коськовецька Валентина</b> <i>Форми, методи навчання учнів в умовах війни</i> .....	<b>18</b>
<b>Куклінська Валентина</b> <i>Національно-патріотичне виховання дітей дошкільного віку засобами народознавства</i> .....	<b>20</b>
<b>Купчишина Валентина</b> <i>Психологічна підтримка та соціально-педагогічний супровід підлітків як учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану</i> .....	<b>24</b>
<b>Куровська Оксана</b> <i>Безпека дітей та педагогів – понад усе</i> .....	<b>27</b>
<b>Лебедик Леся</b> <i>Підготовка педагогів закладів позашкільної освіти до формування в дітей універсальних цінностей і моделей поведінки</i> .....	<b>31</b>
<b>Лівшун Наталія</b> <i>Роль та місце патріотичного виховання в загальній системі формування творчого простору дітей дошкільного віку</i> .....	<b>35</b>
<b>Логінова Наталія</b> <i>Реалізація змісту проєктувальної компетентності вчителів закладів загальної середньої освіти</i> .....	<b>39</b>
<b>Либа Наталія</b> <i>Освітня система України в умовах війни: актуальні проблеми та досвід щодо їх розв'язання</i> .....	<b>43</b>
<b>Лукіянова Оксана</b> <i>Наскрізне використання інноваційних технологій на уроках історії – крок до успіху кожної дитини в Новій українській школі</i> .....	<b>48</b>
<b>Лящук Лілія</b> <i>Психологічні хвилинки як інструмент підтримки учасників освітнього процесу</i> .....	<b>51</b>
<b>Маланчук Сергій</b> <i>Виховання громадянської позиції молоді як важливе завдання сучасної освітньої системи</i> .....	<b>56</b>
<b>Марусова Катерина</b> <i>Особливості мотивації до навчання здобувачів вищої освіти в умовах війни</i> ....	<b>59</b>
<b>Малієнко Оксана</b> <i>Зміна головного пріоритету навчального процесу в умовах війни: безпека учнів та попередження небезпек</i> .....	<b>61</b>
<b>Маслянко Валентина</b> <i>Патріотичне виховання дітей у сучасному просторі дошкільної освіти</i> .....	<b>65</b>
<b>Мізерія Валентина</b> <i>Освітня система України в умовах війни: актуальні проблеми. Казкотерапія як інструмент подолання кризових ситуацій</i> .....	<b>67</b>

<b>Мітягіна Світлана</b> <i>Сприяння підвищенню рівня моніторингової культури керівних і педагогічних працівників закладів ЗСО як актуальний напрямок діяльності ХОІППО .....</i>	<b>71</b>
<b>Мисько Володимир</b> <i>Особливості ведення туристсько-краєзнавчої роботи у закладах загальної середньої освіти та позашкільній роботі (на прикладі діяльності Кам'янець-Подільського ПНВО) .....</i>	<b>74</b>
<b>Олексійко Людмила</b> <i>Надання домедичної допомоги як одна із професійних компетентностей сучасного педагога .....</i>	<b>82</b>
<b>Онищук Оксана</b> <i>Створення дистанційного курсу «Прогресивні технологічні рішення та інновації в освіті» на базі платформи GOOGLE CLASSROOM у процесі удосконалення інформаційно-цифрової компетентності педагогів .....</i>	<b>86</b>
<b>Опанасюк Олена</b> <i>Виховання патріотичних почуттів у допитливих дошкільників .....</i>	<b>92</b>
<b>Орловська Надія</b> <i>Толерантність – основа міжнародних взаємин та передумова подальшого існування цивілізації .....</i>	<b>98</b>
<b>Павлова Наталія</b> <i>Психологічна підтримка та соціально педагогічний супровід учасників освітнього процесу в умовах російсько-української війни в Україні .....</i>	<b>101</b>
<b>Панкіна Катерина</b> <i>Стресостійкість педагога в умовах війни та дистанційного навчання .....</i>	<b>105</b>
<b>Пастух Людмила</b> <i>Розвиток стресостійкості педагогів в умовах викликів війни засобами післядипломної освіти .....</i>	<b>110</b>
<b>Пастух Людмила</b> <i>Про особливості й пріоритетні завдання та напрями діяльності психологічної служби системи освіти в умовах викликів війни .....</i>	<b>114</b>
<b>Поворозник Наталія</b> <i>Інноваційні підходи та сучасні технології підтримки учасників освітнього процесу та відновлення їх соціально-психологічних ресурсів .....</i>	<b>117</b>
<b>Половнікова Ганна</b> <i>Національно-патріотичне виховання дітей дошкільного віку засобами ознайомлення з українським народознавством .....</i>	<b>123</b>
<b>Придачук Віта</b> <i>Надання психолого-соціальної підтримки вразливим категоріям дітей, молоді та їхнім батькам в межах проекту «Поруч» .....</i>	<b>130</b>
<b>Родіна Ірина</b> <i>Національно-патріотичне виховання як пріоритетний напрямок виховного процесу в закладах дошкільної освіти .....</i>	<b>135</b>
<b>Рудюк Ірина</b> <i>Музикотерапія як чинник впливу на психоемоційний стан дітей дошкільного віку в умовах війни .....</i>	<b>142</b>
<b>Савчук Катерина</b> <i>Освітня кінезіологія, як сучасна технологія підтримки учасників освітнього процесу під час військового стану .....</i>	<b>149</b>

<b>Сидоренко Неля</b> <i>Критичний погляд на фізичний експеримент під час дистанційного навчання..</i>	<b>154</b>
<b>Сидорова Наталія</b> <i>Психологічний супровід та відновлення життєздатності внутрішньо переміщених осіб .....</i>	<b>157</b>
<b>Собко Петро</b> <i>Організація освітнього процесу з трудового навчання (технологій) в умовах воєнного стану .....</i>	<b>160</b>
<b>Скорук Леся</b> <i>Посттравматичний стресовий розлад як ще один виклик нашого сьогодення. Що потрібно знати та як зберегти психологічне здоров'я .....</i>	<b>162</b>
<b>Слюсарчук Віктор</b> <i>Педагогічні умови формування дівчат – майбутніх офіцерів до фізичного саморозвитку під час навчання у військовій академії .....</i>	<b>166</b>
<b>Сороченко Олена</b> <i>Формування основ громадянської свідомості у дітей дошкільного віку .....</i>	<b>169</b>
<b>Старостіна Крістіна</b> <i>Психологічна готовність здобувачів освіти до надзвичайних ситуацій під час війни .....</i>	<b>176</b>
<b>Страшнюк Жанна</b> <i>Арт-терапія як засіб зцілення .....</i>	<b>178</b>
<b>Стрельников Віктор</b> <i>Система ефективних умінь вчителя-фасилітатора для емоційної підтримки учасників освітнього процесу в умовах війни .....</i>	<b>183</b>
<b>Стукан Іванна</b> <i>Використання методів арт-терапії у роботі практичного психолога з дітьми дошкільного віку у воєнний час .....</i>	<b>186</b>
<b>Танцюра Любов</b> <i>У пошуках ресурсу .....</i>	<b>190</b>
<b>Тіней Вероніка</b> <i>Розвиток міжпівкульної взаємодії у дітей дошкільного віку .....</i>	<b>196</b>
<b>Трохимчик Леся</b> <i>Викладання інтегрованого курсу «Я досліджую світ» в умовах війни .....</i>	<b>201</b>
<b>Туракевич Ірена</b> <i>Освіта в умовах війни: ризики й перспективи .....</i>	<b>205</b>
<b>Ужицька Броніслава</b> <i>Модель сучасного випускника через призму національно-патріотичного виховання .....</i>	<b>209</b>
<b>Фарварщук Валентина</b> <i>Формування національно-патріотичної свідомості здобувачів освіти у бібліотечному просторі шкільної бібліотеки .....</i>	<b>212</b>
<b>Філюк Олена</b> <i>Розвиток критичного мислення здобувачів позашкільної освіти в умовах змішаного навчання .....</i>	<b>218</b>
<b>Цюрукало Світлана</b> <i>Розвивальне навчання здобувачів освіти як інструмент індивідуалізації навчання в умовах реалізації змішаної форми навчання та домінуючий формат роботи з обдарованими дітьми .....</i>	<b>223</b>

<b>Чепурняк Наталія</b>	
<i>Психологічна допомога та емоційна підтримка учасників освітнього процесу в умовах російсько-української війни .....</i>	<b>230</b>
<b>Чернявська Лариса</b>	
<i>Виховання громадянина-патріота – одне з актуальних завдань сьогодення ...</i>	<b>234</b>
<b>Чубата Оксана</b>	
<i>Національно-патріотичне виховання в ЗДО засобами фізкультурно-оздоровчої роботи .....</i>	<b>238</b>
<b>Чуплигіна Ганна</b>	
<i>Зміни в сучасному закладі освіти: виклики сьогодення та тенденції розвитку</i>	<b>240</b>
<b>Шевчук Олена</b>	
<i>Початкова освіта в умовах війни: реалії сьогодення .....</i>	<b>243</b>
<b>Шестопад Оксана</b>	
<i>Викладання основ здоров'я в умовах війни.....</i>	<b>247</b>
<b>Шкурко Орина</b>	
<i>Соціальна дезадаптація особистості зрілого віку в умовах війни .....</i>	<b>249</b>
<b>Щеховська Альона</b>	
<i>Психологічна підтримка та соціально-педагогічний супровід учасників освітнього процесу в умовах російсько-української війни в Україні .....</i>	<b>251</b>
<b>Янкович Галина</b>	
<i>Оволодіння дітьми універсальними цінностями та моделями поведінки .....</i>	<b>257</b>
<b>Яковчук Вікторія</b>	
<i>Психологічна підтримка та соціально-педагогічний супровід учасників освітнього процесу в умовах російсько-української війни в Україні .....</i>	<b>262</b>
<b>Яцюк Наталія</b>	
<i>Інформаційна безпека учнів в умовах війни .....</i>	<b>264</b>
<b>Ящук Анастасія</b>	
<i>Як малювання та казки зцілюють травму війни .....</i>	<b>267</b>
<b>Ніколова Вікторія</b>	
<i>Слова, сказані душею й серцем .....</i>	<b>271</b>

**Конончук Олена,**  
практичний психолог дошкільного  
відділення навчально-виховного  
комплексу «Дошкільний навчальний  
заклад – загальноосвітній навчальний  
заклад I ступеня, гімназія» м. Славути

### **Перша психологічна допомога дітям дошкільного віку під час російсько-української війни**

У статті надано визначення поняття першої психологічної допомоги постраждалим унаслідок травмуючих подій. Описано етапи посттравматичного стресового розладу, алгоритм та правила надання ППД.

**Ключові слова:** перша психологічна допомога, посттравматичний стресовий розлад, травмуюча подія.

Одним із важливих пріоритетів в діяльності закладів освіти є забезпечення психологічної стійкості учасників освітнього процесу, які страждають від російської воєнної агресії. Сьогодні всі учасники освітнього процесу більш, ніж будь-коли раніше, потребують психологічної підтримки і допомоги. Тому, працівники психологічної служби мають показати високий професіоналізму, налагодити взаємодію з учасниками освітнього процесу за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій, проводити консультування, здійснювати інформаційну підтримку щодо джерел консультування. Перед практичними психологами закладів дошкільної освіти постає багато завдань, основне з яких психолого-педагогічний супровід учасників освітнього процесу, а найголовніше – надання першої психологічної допомоги наймолодшим мешканцям нашої країни – дітям дошкільного віку.

Військовий напад на Україну викликав у людей багато емоцій, серед яких страх, гнів, занепокоєння та розгубленість. Особливо стресовою та травматичною ситуацією ці події стали для дітей. Діти взагалі є найбільш вразливими та чутливими до впливу несприятливих чинників оточуючого середовища, аніж дорослі. Ці події впливають на дитину в період її розвитку, тим самим порушуючи процеси формування та становлення особистості. Пережитий травматичний досвід впливає на когнітивні процеси, особливості поведінки, міжособистісні відносини, самооцінку і в цілому на світогляд. Тому вкрай важливо якнайшвидше надати дитині психологічну допомогу, щоб мінімізувати вплив шкідливих факторів на психіку дитини.

Перша психологічна допомога – це сукупність заходів загальнолюдської підтримки та практичної психологічної допомоги дітям, які зазнали впливу значних стресорів. Потреба у першій психологічній допомозі залежить від глибини впливу події на дитину, а саме від: ступеня залученості (дитина стежила за воєнними подіями по телевізору чи перебувала в епіцентрі подій, постраждала сама або її рідні чи знайомі); індивідуальних особливостей (вразливості, вмінні опанувати себе); попереднього травматичного досвіду (дитина була жертвою або свідком стресової події). Слід зауважити, що виділяють такі ступені впливу: незначний, помірний, тяжкий.

Першу психологічну допомогу (ППД) практичний психолог надає помітивши наступні ознаки:

- порушення когнітивної функції;
- порушення емоційних проявів;
- дезорганізація;
- втрата здатності контролювати свою поведінку;
- порушення адаптації до оточуючого середовища;
- деморалізація.



Слід пам'ятати, що хоча люди можуть потребувати допомоги та підтримки протягом тривалого часу після кризової події, ППД призначена для підтримки тих, хто щойно від неї постраждав. Зазвичай це відбувається під час або відразу після події, але іноді через кілька днів або тижнів, в залежності від того як довго тривала подія і наскільки травмуючою вона була.

Де можна надавати ППД: у будь-якому, порівняно безпечному місці, безпосередньо на місці події або в місцях надання допомоги постраждалим, медичних установах тощо. Головне - спілкування з дитиною без перешкод з боку оточуючих.

Як і будь-яке психологічне втручання ППД має свої правила:

- „тут і зараз„ (надавати допомогу якнайшвидше: що більше часу мине після травмуючої події, то вища ймовірність посттравматичного стресового розладу);
- наближеності до місця події (надавати допомогу там, де дитина перебуває одразу після події);
- очікування, що нормальний стан відновиться (підтримувати впевненість потерпілих у тому, що все нормалізується);
- єдності психологічного впливу (надавати допомогу має одна й та сама людина або фахівці мають дотримуватись однієї стратегії надання ППД);
- простоти психологічного впливу.

При наданні психологічної допомоги слід оцінити на якому етапі посттравматичного стресового розладу знаходиться дитина, щоб зрозуміти якої саме допомоги вона потребує на даний момент.

Етапи посттравматичного стресового розладу (за В.Ромеком):

1. травмівний стрес (до 2 діб);
2. гострий стресовий розлад (від 2 до 4 діб);
3. посттравмівний стресовий розлад (понад 4 тижні);
4. посттравматичний розлад особистості (упродовж життя).

Після оцінки необхідної допомоги приступаємо до розгляду алгоритму надання першої психологічної допомоги: ДІЗНАТИСЬ (дізнатись, помітити, розпочати); ВИЗНАТИ (вислухати, розпитати, уточнити); ВІДРЕАГУВАТИ (встановити контакт, запропонувати допомогу); ВІДСТЕЖИТИ (надати додаткову підтримку у разі потреби).

Проаналізувавши досвід ізраїльських фахівців (М. Фархі), можна зробити висновок, щоб перша допомога в стресовій ситуації була ефективною, потрібно дотримуватися чотирьох етапів:

1. обов'язково бути поряд (повернути дитині відчуття того, що «ми разом, ти не один»);
2. діяльність, ініціатива (спонукати дитину до активних самостійних дій, відновити відчуття власної спроможності);
3. когніції (потрібні запитання, що спонукають до роздумів, активують думки, а не емоції);
4. усвідомлення та завершення ситуації (важливо проговорити, що було до та після пережитої ситуації, підкресливши її завершення).

На сьогодні вироблено декілька підходів надання ППД і в більшості з них вона розглядається як втручання, орієнтоване на задоволення потреб, яке не є психотерапією. Під час надання ППД варто неухильно дотримуватися принципу «не нашкодь». Те, як діти реагують на труднощі кризи (коли вони є свідками руйнувань, поранень тощо) залежить від віку та рівня розвитку, а також від того, як із ними взаємодіють дорослі. Діти долають стрес краще, коли поруч є стабільні, спокійні дорослі. Тому надаючи психологічну допомогу малюкам варто попідкваліфікуватися і про емоційний стан дорослого поруч як невід'ємної складової успішного результату надання ППД дитині дошкільного віку. Кожна кризова подія є унікальною. Варто

адаптовувати психологічні методи та поради до місцевих обставин, враховуючи соціальні та культурні норми.

Слід пам'ятати, що під час військових дій травмуюча подія може трапитися будь – де (вдома, на дитячому майданчику, в громадських місцях тощо), а навички надання першої психологічної допомоги можуть стати потенційним методом, що рятує життя.

### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Кадом Л. Перша психологічна допомога. Посібник для членів підрозділу швидкого реагування Товариства Червоного Хреста. Київ. 2017. 42 с.
2. Колесніченко О. С., Мацегора Я. В., Приходько І. І.. Протоколи надання першої психологічної допомоги військовослужбовцям Національної гвардії України в екстремальних умовах діяльності: посібник /за заг. ред. проф. Приходька І. І. Х.: НА НГУ, 2018. 40 с.
3. Колесніченко О. С., Мацегора Я. В., Приходько І. І. Психологічна само- та взаємодопомога військовослужбовців Національної гвардії України в умовах ведення бойових дій: посіб. / за заг. ред. проф. Приходька І. І. Х.: НА НГУ. 2016. 108 с.
4. Оніщенко Н. В. Екстренна психологічна допомога постраждалим в умовах надзвичайної ситуації: теоретичні та прикладні аспекти: монографія. Х.: Право, 2014. 584 с.
5. Перша психологічна допомога: посібник для працівників на місцях. Київ: Унів. вид-во ПУЛЬСАРИ, 2017. 64 с.
6. Приходько І. І., Колесніченко О. С., Тімченко О. В. Психологія екстремальної діяльності: навч. посіб. / за заг. ред. проф. Приходька І. І. Х. : НА НГУ, 2016. 571 с.
7. Психологічний супровід військовослужбовців, які виконують службово-бойові завдання в екстремальних умовах: методичні рекомендації. Мацегора Я. В. та ін. Х.: НА НГУ. 2015. 69 с.
8. Теорія та практика психологічної допомоги: навч. посіб. Пасічник В. І. та ін. Х.: Акад. ВВ МВС України, 2011. 250с.

**Космінчук Ольга,**

вихователь закладу дошкільної освіти №15  
«Джерельце» Кам'янець-Подільської міської  
ради Хмельницької області

**Іванова Тетяна,**

вихователь закладу дошкільної освіти №15  
«Джерельце» Кам'янець-Подільської міської  
ради Хмельницької області

### **Використання різноманітних сучасних лайфхаків для розвитку дітей дошкільного віку за педагогічною системою Марії Монтесорі в умовах війни**

Стаття присвячена різноманітним сучасним лайфхаків за педагогічною системою Марії Монтесорі в ЗДО в умовах війни, як виду освітньої роботи з дошкільниками усіх вікових груп. Описано особливості роботи, використання лайфхаків.

**Ключові слова:** педагогічна система Марії Монтесорі, лайфхак, лінія часу, жовта лінія, осередки: навички практичного життя, сенсорика, математика, розвиток мови, природа і культура.

Педагогічна система Монтесорі – одна з перлин світової педагогічної науки і ґрунтується на природних законах розвитку дитини. Основні принципи такого виховання є створення педагогічно доцільного, виховного і розвивального середовища, міцний зв'язок із природою.

У спеціально створеному середовищі діти вчать бути спостережливими, захоплюватися навіть незначною часточкою світу, розуміти гармонію природи, берегти її, працювати з книгами, енциклопедіями, виявляти свої думки і почуття за допомогою письма, мови, жестів, живопису, скульптури.

Марія Монтесорі розуміла необхідність зберігати й підтримувати дитяче сприймання світу як єдиного цілого, доводячи, що вже в дошкільному віці дитина має здобути різноманітні знання про навколишній світ: «У вихованні ми повинні торкатися не стільки науки, скільки інтересу до Людства і його культури... Саме культура – всезагальний акцент, здатний об'єднати розум усіх людей в одну гармонію, до якої ми спрямовуємо космічне виховання» [1, с.58]. Знаючи про ці особливості, важливо дотримуватися принципів подання матеріалу дошкільнятам: в певній послідовності, від простого до складного, з урахуванням як взаємозв'язків між предметами і явищами, так і інтересів дитини.

Навчання в умовах війни значно відрізняється від дистанційки, яка була в період карантину, спричиненого коронавірусною інфекцією. Наразі всі учасники освітнього процесу переживають надмірне психологічне навантаження, що стає причиною проявів апатії у дітей, перевтомлення та вигорання у вихователів. Як педагогам організувати якісний навчальний процес з максимальним рівнем працездатності всіх його учасників? В умовах стресу, надмірного психологічного навантаження та постійних переживань відсутня потреба в сухій інформації. Натомість є велика потреба в емоціях. Тому вихователі змінюють акцент на підтримку. Психологічно розрадити дітей допоможе емоційно заряджений матеріал у вигляді лайфхаку за методом М. Монтесорі – «лінії часу», жовтої лінії, різних осередків групи а також перегляду цікавих відео сюжетів, прослуховування пісень.

Сучасний світ надає можливість нам ефективно розв'язувати побутові проблеми тим самим заощаджуючи час, використовуючи лайфхаки.

Простими словами, лайфхак – це спосіб виконати певну дію і досягти мети, швидше та простіше. Під цим поняттям, слід розглядати певні поради, методики та прийоми, за допомогою яких можна економити час при вирішенні проблем, трюк або корисна порада, яка значно спрощує життя. Як правило, за допомогою таких рекомендацій прагнуть швидше виконувати якісь повсякденні завдання. Термін перекладається, як «злом життя», життєві хитрощі, або можна сказати: сучасна народна мудрість.

Лайфхак – це досить новий термін, який придумав журналіст, щоб дати визначення цим новим та сучасним породам для життя. Сучасний лайфхак відрізняється від народної мудрості тим, що він більш практичний, заснований на реальних фактах та приносить реальну користь. Цей термін був придуманий журналістом Денні О'Браєном з Британії у 2004 році.

Саме це слово натякає, що люди живуть шаблонами, життя йде за правилами, а лайфхак – це можливість відійти від шаблонів та правил. Зробити щось на користь собі, поліпшити життя, оптимізувати побутові процеси. Слово лайфхак, в молодіжному сленгу зустрічається частіше, але насправді, користуються ним всі, незалежно від віку. Стати лайфхакером – не найпростіше завдання, але якщо є кмітливість, розум, розвинена логіка, то можна спробувати створювати лайфхаки. Також лайфхаки використовуються в освітньому процесі ЗДО.

Перерахувати всі корисні поради, практично неможливо, тому можна згадати лише деякі, які використовуються в педагогічній системі М.Монтесорі:

- лайфхак – лінія часу. Працюючи з нею діти отримують наочне відчуття часу, вміння орієнтуватися в часі впродовж року, відбувається упорядкування хаосу

оточуючого світу у свідомості дитини. Завдяки «лінії часу» дитина розуміє, що час протікає безперервно і має певні виміри: рік, місяць, день. Лінія часу відповідає одному року, кожна пора року має певне символічне кольорове забарвлення: осінь – жовта, зима – біла, весна – зелена, літо – червоне. Кожен місяць має свій символ (квіточку, грибочок, листочок, сніжинку тощо) підписану назву і кількість цвяхів, відповідно кількості днів у місяці. На цвяхах діти щодня вішають символ місяця з відповідним числом, а також символи кожного свята, символи днів народження кожної дитини. Додатково до «лінії часу» вивішуються календарі, які змінюються щомісяця. Робота з календарем є щоденною: діти міняють день тижня і пишуть число.

- лайфхак – робота на жовтій лінії – дає можливість дитині легше сконцентруватися, підготуватися до уроку.

Лінія особливо символічне місце для розвитку концентрації уваги і відчуття рівноваги у дітей, вона заспокоює дитину, зосереджує. На лінії проводимо уроки тиші. Урок тиші розвиває витримку, концентрацію уваги дітей, самоконтроль, навчає контролювати свої рухи, виховує повагу до інших.

М. Монтесорі створила систему вправ на лінії для розвитку координації, рівноваги, м'язового контролю та сенсорних відчуттів. Найбільш простою вправою на жовтій лінії є ходьба звичайним кроком, приставним кроком, ходьба у зворотному напрямку (назад), ходьба на «дибках», на п'ятках, швидким чи повільним кроком, з піднятими руками, з розведеними руками, навприсядки, з перешкодами, ритмічна підбубен, ритмічна ходьба під музику.

Головною метою роботи на жовтій лінії є забезпечення спокійного стану дітей.

Робота на жовтій лінії проводиться не лише вранці, а впродовж дня, узагальнюючи або налаштовуючи дітей на відповідні режимні моменти.

- наступним лайфхаком є створене педагогом середовище Монтесорі, яке класифіковане за осередками, оскільки допомагає дітям обрати матеріал за інтересами та індивідуальними потребами, заощаджуючи час.

Група Монтесорі поділена на 5 класичних осередків:

1. Осередок навички практичного життя. Цей осередок допомагає дитині піклуватися про себе та про інших. Осередок відповідає важливим сенситивним періодам розвитку дитини. Має безпосередній зв'язок з реальним життям і виходить із повсякденного сімейного життя з яким дитина зустрічається з моменту народження.

Вправи практичного життя включають в себе матеріали, які пов'язані з переливанням, пересипанням, носінням і сортуванням предметів – розвиває мілку моторику рук і слугує підготовчим етапом перед освоєнням навичок письма, читання і математичних абстракцій.

Робота в осередку виконує непряму підготовку дитини до маніпуляцій з матеріалами інших осередків групи, створює передумови інтелектуального розвитку, всебічного (фізичного, психічного, соціального) розвитку. Навички практичного життя відіграють головну роль в процесі нормалізації дитини. За допомогою роботи в цьому осередку дитина стає самостійною і впевненою особистістю.

2. Сенсорний осередок. Дитина, ще в утробі матері має відчуття: чує її голос, відчуває серцебиття мами. Коли немовля з'являється на світ в нього вже повністю сформовані органи відчуття, але ще не здатні активно функціонувати. Вмінням користуватися своїми відчуттями йому потрібно навчитися.

В цьому осередку розвиваються всі відчуття дитини очі (візуалізація, хроматизація), вуха (слух), ніс (запах), руки (тактильне, мускульні відчуття), язик (смак). Дитина отримує чуттєвий досвід сприйняття світу, який дає можливість проводити дослідження навколишнього світу співвідносити поняття розміру, форми, величини, довжини, товщини, висоти, об'єму, смаку, кольору.

За допомогою сенсорного матеріалу розвивається мислення. Так можна уявити схематично логічну нитку, зв'язуючи розвиток органів відчуття і мислення. Враження, впливають на органи чуття – відчуття – уявлення – асоціації уявлень – запам'ятовування – аналіз – мислення.

В дитини розвивається посидючість, логічне мислення, навички до письма, сприйняття математичних знань, концентрація уваги, уява. Вона вчиться керувати своїми емоціями і пізнавати світ у всьому розмаїті.

Метою сенсорного осередку є виховання і вдосконалення відчуттів; зору, слуху, смаку, нюху, тактильного, баричного і термічного відчуттів. Сенсорні матеріали розвивають всі сфери відчуттів. Вони вчать слухати тишу й звуки, розрізняти кольори, форму, вагу предметів, якості матеріалів. Диференційована вдосконалення вміння усвідомлено сприймати подібні відчуття дає дитині можливість сконцентруватися на якомусь одному з них.

Чуттєве сприймання Марія Монтесорі вважала основою розумового і морального життя. Культура сприйняття зовнішнього світу переслідує дві мети: біологічну, яка допомагає полегшити природний розвиток особистості і соціальну, яка дає можливість підготувати особистість до навколишнього середовища.

3. Осередок математики містить всі матеріали для розвитку математичних навичок. Основними принципами: від конкретного до абстрактного, подавати математику не як готовий продукт, а як самостійну діяльність дитини, не передавати ідеї, а відкривати їх з дитиною.

М.Монтесорі створила математичний матеріал не для того щоб дивувати, а для того щоб розвивати.

Особливе місце в матеріалах займає «Золотий матеріал» – система намистинок, об'єднаних в одиниці, десятки, сотні, тисячі та картки з цифрами за допомогою якого діти виконують додавання, віднімання, множення та ділення.

4. Осередок розвитку мови має основні напрями роботи: усний розвиток мови; письмо; робота з буквою; фонетика; читання; граматики.

Це дає дитині можливість: розширити активний і пасивний словниковий запас; познайомитись з літерами, обводячи пальчиком букви – шершавчики і дощечки з писаними літерами; ознайомитись з друкованими та писаними буквами; розвивати письмо за допомогою рамок вкладок; розвивати письмо на манці; писати крейдою пізніше простим олівцем; розвивати фонематичний слух та усне мовлення; опанувати граматичні форми; читати.

У цьому осередку багато матеріалів, що провокують дитину на складання слова за допомогою рухомого алфавіту, діти складають, читають пропозиції, і навіть маленькі історії. Вони вчать знаходити узагальнюючі поняття, взаємозв'язки, що так важливо і цікаво для дитини дошкільного віку.

5. Осередок природи і культури – пізнання людини у всьому різноманітті і складності, його місця в культурі, історії і в природі. Дитина отримує перші уявлення про навколишній світ, про взаємозв'язки і взаємодії явищ і предметів, про історію та культуру різних народів, осягає перші знання з фізики, хімії, біології, історії, географії, астрономії тощо.

У спеціально створеному середовищі діти вчать бути спостережливими, захоплюватися навіть незначною часточкою світу, розуміти гармонію природи, берегти її, працювати з книгами, енциклопедіями, виявляти свої думки і почуття за допомогою письма, мови, жестів, живопису, скульптури.

Метою роботи в осередку є формування у дітей цілісного сприйняття картини світу, усвідомлення відповідальності за перетворення, що здійснює людство на землі та в космосі.

М. Монтесорі розуміла необхідність зберігати й підтримувати дитяче сприймання світу як єдиного цілого, доводячи, що вже в дошкільному віці дитина має здобути різноманітні знання про навколишній світ: «У вихованні ми повинні торкатися

не стільки науки, скільки інтересу до Людства і його культури... Саме культура – всезагальний акцент, здатний об'єднати розум усіх людей в одну гармонію, до якої ми спрямовуємо космічне виховання».

Таким чином, дитина пройшла величезний шлях з розвитку самої себе, в спеціально підготовленому середовищі, сформувавши всі навички, необхідні для наступної значної епохи – шкільного життя.

В умовах війни нашим дітям потрібен не поспіх, а розуміння та підтримка, і саме педагогічна система М.Монтессорі дає можливість кожній дитині відчувати себе в безпеці, розвиватися, підтримувати інтерес до знань.

Лайфхаки в педагогічній системі Марії Монтессорі – це дуже корисні рекомендації, завдяки яким час для дитини витрачений з користю. Подібні поради існували завжди, але зараз, лайфхаки М.Монтесорі в умовах війни є актуальними, як ніколи. Ними потрібно користуватися, ділитися з іншими, тому що, чим більше працюючих хитрощів та трюків знаємо, тим простіше оптимізувати життя.

### Список використаних джерел та літератури:

1. Дичківська І. Інноваційні педагогічні технології: підручник. Київ: Академвидав. 2015. 304 с.
2. Хилтунен, Е. Практическая Монтессори-педагогика. Москва: ЮНИОН-публИКАЛЬТА ПРИНТ. 2005. 335 с.
3. Монтессори М. Дом ребенка: метод научной педагогики. Москва: астрель АСТ.2005. 269 с.
4. Дистанційне навчання під час війни: лайфхаки для вчителів щодо організації уроків <https://op.ua/news/lifehack/distanciynе-navchannya-pid-chas-viyni-layfhaki-dlya-vchiteliv-schodo-organizaciyi-urokiv>
5. Три лайфхаки на кожен день в умовах війни: як уникнути психологічної втоми. <https://vn.20minut.ua/Zdorovya/tri-layfhaki-na-kozhеn-den-v-umovah-viyni-yak-uniknuti-psihologichnoyi-11548236.html>

**Корольова Людмила,**  
вчителька початкових класів  
Голозубинецького ліцею

### Математичний диктант в розвитку математичної компетенції

Математичний диктант є однією із форм роботи на уроці, що розвиває математичні компетентності. Він сприяє розвитку в учнів логічного мислення, уваги. Цей вид роботи замінить опитування по темі, закріплення знань, систематизує раніше вивчений матеріал.

**Ключові слова:** змістова лінія, взаємодія вчителя і учнів, зворотній зв'язок, математичний диктант, нумерація багатоцифрових чисел.

Наші учні сьогодні стали свідками страшної реальності. У їх дитинство втрутились тривожна сирена, укриття, постійні хвилювання і страх. Звичні уроки та заняття змінились дистанційним навчанням – навчанням з використанням комп'ютерних і телекомунікаційних технологій, які забезпечують інтерактивну взаємодію вчителів та учнів на різних етапах навчання, а також самостійну роботу з матеріалами інформаційної мережі. Взаємодія вчителя і учнів – це активна співпраця на кожному уроці, а особливо на уроках математики.

Однією із змістових ліній реалізації мети і завдань початкового курсу математики є «Числа, дії з числами. Величини». Особливу роль відведено

вивченню нумерації чисел. Для її засвоєння у шкільній практиці застосовують різноманітні форми роботи. Однією з них є математичний диктант. Цей вид роботи проводиться як на звичайних уроках так і уроках онлайн. Математичний диктант сприяє розвитку в учнів логічного мислення, збагаченню математичної мови, підвищенню їх математичної культури. Цей вид роботи дає змогу перевірити уміння і навички учнів при вивченні нумерації чисел, при вивченні додавання і віднімання, множення та ділення, при вивченні величин та геометричних фігур. Математичний диктант замінить опитування по темі, закріплення знань, систематизує раніше вивчений матеріал. Його проводжу як звичайний диктант або у вигляді презентації для самостійного виконання.

Ігрові та звичайні математичні диктанти використовуються на різних етапах уроку. Вони є добрим засобом зворотнього зв'язку між учителем і учнями. Виконуючи завдання диктантів, учні стають організованими, видше зосереджуються.

Добір завдань математичного диктанту визначається темою уроку, метою закріплення та ліквідації знань учнів, розвивальною метою навчання математики. Диктанти можуть містити завдання виховного характеру, які можуть використовуватися для реалізації виховної мети уроку.

На уроках математики у 4 класі при вивченні нумерації багатоцифрових чисел підготувала і використовую такі математичні диктанти.

#### Чотирицифрові числа

##### №1

1. Записати числа від 415 до 524.
2. Записати цифрами числа:  
сімсот два, чотириста вісімнадцять, дев'ятсот, двісті сорок чотири.
3. Записати число, що йде за числом 899.
4. Записати «сусідів» числа 960.
5. Записати сотнями від 100 до 1000.
6. Збільшити число 656 на 23.
7. Зменшити число 893 на 25.

##### №2

1. Записати числа від 1265 до 1270.
2. Записати цифрами числа від 1265 до 1279.
3. Записати число, що йде за числом 1247.
4. Записати «сусідів» числа 1479.
5. Записати сотнями від 400 до 900.
6. Збільшити число 656 на 23.
7. Зменшити число 1690 на 60.

##### №3

1. Записати цифрами числа: одна тисяча двісті сімдесят, одна тисяча чотириста тридцять, одна тисяча п'ять, одна тисяча шістдесят.
2. Записати «сусідів» чисел: 1257, 1478, 1999.
3. Записати числа від 1290 до 1301.
4. Збільшити 1260 на 30.
5. Зменшити 1480 на 50.
6. Записати число, що йде за числом 1369.

##### №4

1. Записати цифрами числа: одна тисяча тридцять один, чотири тисячі сімдесят шість, чотири тисячі, п'ять тисяч тридцять.
2. Записати «сусідів» чисел: 4678, 7892, 5722,
3. Записати число, що йде за числом 7864.
4. Збільшити 5782 на 4.
5. Зменшити 6798 на 14.
6. Записати числа від 5299 до 5311.

## П'ятицифрові числа

## №1

1. Записати числа: 2 тисячі 356, 7 тисяч 896, 5 тисяч 043, 7 тисяч 334.
2. Записати числа цифрами: чотири тисячі сімдесят три; три тисячі шістсот сорок один.
3. Записати цифрами числа: 14 тисяч 56, 17 тисяч 689, 12 тисяч 400.
4. Підкреслити в числі 4679 десятки.
5. Записати скільки всього в числі 34681 десятків.
6. Записати скільки всього в числі 6773 сотень.
7. Записати скільки всього в числі 9854 тисяч.

## № 2

1. Записати числа: 24 тисячі 457, 77 тисяч 790, 5 тисяч 327, 4 тисячі 772, 45ттисяч
2. Записати числа цифрами: 11 тисяч і 456 одиниць, 83 тисячі і 250 одиниць, 12 тисяч і 450 одиниць.
3. Записати «сусідів» числа 24984.
4. Записати цифрами числа 13 тисяч 880, 17 тисяч 58, 16 тисяч 465.
5. Збільшити число 46572 на 4.
6. Зменшити число 89582 на 2.

## № 3

1. Збільшити числа на одиницю: 34652, 97658, 45321, 54673, 85689.
2. Записати числа цифрами: тридцять чотири тисячі вісімсот сорок чотири, дев'ятнадцять тисяч п'ятсот тридцять сім.
3. Записати три будь – яких трицифрових числа, три чотирицифрових числа, три п'ятицифрових числа.
4. Записати «сусідів» числа 45628.
5. Записати сотнями від 34500 до 34900.
6. Записати число, яке йде за числом 34689.
7. Записати число, яке йде перед числом 56745.

## № 4

1. Збільшити числа на одиницю: 54322, 34547, 78680, 46559.
2. Записати числа цифрами: чотирнадцять тисяч вісімсот сорок шість; двадцять три тисячі дев'ятсот сімдесят два.
3. Записати «сусідів» числа 45668.
4. Записати число, що йде за числом 56739.
5. Записати, скільки всього тисяч в кожному з чисел: 48675; 24371; 67542.
6. Збільшити число 54799 на 1.
7. Зменшити число 43248 на 5.

## Шестицифрові числа

## №1

- Записати числа: 123 тисячі 458, 986 тисяч 655, 345 тисячі 678, 234 тисячі 576.
- . Підкреслити в числах тисячі : 345512, 456602, 434710 .
3. Записати цифрами числа : сто десять тисяч двісті тридцять один; двісті чотири тисячі шістдесят сім; сорок три тисячі сімсот сімдесят чотири.
  4. Записати « сусідів» числа 554820.
  5. Записати сотнями від 456600 до 456900.

## № 2

1. Записати числа: 456 тисяч 331, 794 тисячі 357, 560 тисяч 812, 345 тисяч 689.
2. Записати «сусідів» числа 674538.
3. Підкреслити в числах: 345217, 345678, 234098, 340290 сотні .
4. Визначити, скільки всього в числах: 436320 ; 436759; 358014 тисяч.
5. Визначити, скільки всього в числах: 456785; 233096; 366076 сотень.
6. Записати наступне число числа 376990.



7. Записати попереднє число числа 657389.

№ 3

1. Записати числа: 3467, 253637, 929374, 462728.
2. Записати цифрами числа, в яких: триста сорок шість одиниць класу тисяч і двісті сорок чотири одиниці класу одиниць; п'ятсот одиниць класу тисяч і дев'ятсот сорок одна одиниця класу одиниць.
- Підкреслити в числі 790651 тисячі.
4. Записати числа і вигляді суми розрядних доданків: 536 762; 435 778 ; 350 214.
5. Записати скільки всього в числі 649032 тисяч.

№ 4

1. Списати числа й підкреслити в кожному клас десятків тисяч: 345 778; 46 367;
2. Записати цифрами числа, у яких: чотириста п'ять тисяч класу тисяч і двісті дев'яносто шість одиниць класу одиниць, сто тридцять чотири одиниці класу тисяч і сорок одиниць класу одиниць.
3. Записати попереднє і наступне числа до числа 678 345.
4. Розкласти на розрядні доданки число 546 798.
5. Визначити, скільки всього сотень у числі 263 456.

№ 5

1. Записати, скільки всього десятків, сотень, тисяч у числі 673829.
2. Підкреслити в числах одиниці першого класу однією рисою, одиниці другого класу двома рисками: 784 349, 45976, 698 456.
3. Записати попереднє і наступне числа до числа 482 871.
4. Записати цифрами числа: 657 одиниць другого класу і 354 одиниці першого класу.
5. Записати числа у вигляді суми розрядних доданків: 631 890, 508 673.
6. Записати число, наступне числа 576 219.

№ 6

1. Записати числа: 780 тисяч 340, 612 тисяч 308, 609 тисяч 249.
2. Збільшити число 498605 на 4.
3. Підкреслити в числах одиниці першого класу: 786 109, 904 325, 346 129.
4. Зменшити число 74 987 на 6.
5. Записати цифрами числа дев'ятсот чотири, чотириста вісімдесят тисяч дев'яносто чотири, шістсот дванадцять тисяч.
6. Записати попереднє число числа 94 280.

Досвід показує, що математичні диктанти сприяють розвиткові самостійного мислення, формують швидкість, гнучкість, глибину і точність думки, розвивають математичну мову, увагу, пам'ять учнів.

#### Список використаних джерел та літератури:

1. Закон України «Про повну середню освіту освіти». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#Text> (дата звернення 22.10.2022)
2. Типова освітня програма для 3-4 класів НУШ Савченко О.Я. URL: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/navchalni-programi/navchalni-programi-dlya-pochatkovoyi-shkoli> (дата звернення 21.10.2022)
3. Листопад Н. Математика. Навчальний посібник для 4 класу закладів загальної середньої освіти (у 2-х частинах). – Київ: Оріон, 2021
4. Нова Українська школа: поради для вчителя. - Київ: «Літера ЛТД», 2019

**Коськовецька Валентина,**  
Вчитель початкових класів  
Судилківської філії Судилківського ліцею

### **Форми, методи навчання учнів в умовах війни**

У тезах розглянуто та проаналізовано особливості навчання під час воєнного стану та висвітлено недоліки та переваги деяких з аспектів життя в умовах воєнного стану. Форми та методи навчання та способи їх адаптації допоможуть налагодити максимально ефективний процес навчання і сприятимуть застосуванню нових знань у критичних умовах.

**Ключові слова:** навчання, воєнний стан, війна, Україна, навчальні заклади, дистанційне навчання.

Зараз у наш важкий час війни в Україні школа стає осередком, який дає змогу дітям отримувати не лише знання, але й психологічну підтримку, не втрачати відчуття приналежності до спільноти. Тому школа та навчальні заклади мають налаштувати навчальний процес так, щоб він був комфортним і безпечним для дітей під час воєнного стану.

В умовах війни та постійних повітряних тривог складно дотримуватись сталого розкладу занять та календарно-тематичного планування. Тому планування має бути перш за все гнучким інструментом у руках учителя.

Під час складання календарно-тематичного планування необхідно: обрати теми, які можна перенести на самостійне опрацювання учнями (доцільно сюди включати теми, з яких наявні якісні ресурси); також ущільнити теми, простіші для засвоєння, і навпаки – визначити ті, що потребують детальнішого вивчення; визначити теми, що вивчаються вперше і без яких неможливе засвоєння подальшого матеріалу.

Це допоможе вчителю більш гнучко використовувати календарно-тематичний план в умовах війни.

Дистанційне навчання має відбуватись із застосуванням спеціальної онлайн-платформи. Аби дітям та педагогам було комфортно і зрозуміло, важливо, щоб така платформа була єдиною для всієї школи. Це може бути, наприклад, Google Classroom. Також можливе спілкування з дітьми у месенджерах; робота з онлайн-ресурсами (наприклад Всеукраїнська школа онлайн, На урок, Міжнародна українська школа, «Атмосферна школа», «ThinkGlobal Online» Youtube-канал Освіторії тощо);

Учителям, у свою чергу, важливо надавати зворотний зв'язок учням та налагодити систему оцінювання через чіткі критерії, терміни виконання завдань та запровадження дедлайнів.

Щоб забезпечити різноманітність пізнавальної діяльності та зацікавити учнів педагогам допоможуть проектні, пошукові, дослідницькі завдання. Як правило, основна частина таких завдань виконується учнями в асинхронному режимі.

Одним з різновидів організації такого навчання може бути системне застосування також технології «Перевернутий клас», що передбачає надання учням завдань для ознайомлення ними з новим матеріалом до того, як його пояснюватиме вчитель на уроці. Це може бути перегляд відео, розбір практичних проблемних ситуацій. У такому випадку роль учителя і сам формат уроку змінюється. Учитель створює умови для того, щоб підвищувати активність учнів на уроці.

Учитель з дітьми на уроці можуть обговорювати питання, які сформулювали учні після перегляду відео, разом створювати ментальну карту, моделювати, дискутувати тощо. При цьому опанувати новий матеріал варто лише після

обговорення виконаних завдань, зворотного зв'язку від педагога або взаємооцінювання виконаних завдань.

Запропонована модель є варіантом змішаного навчання, оскільки учні половину матеріалу опрацьовують у дистанційному форматі самостійно.

Самостійне опанування учнями матеріалу під час дистанційного навчання в умовах війни має свої особливості.

Педагогу варто розділити матеріал на логічні тематичні блоки. Це допоможе дітям навчатися самостійно. Разом з тим вчителям важливо надавати дітям максимально чіткі інструкції щодо опанування кожного блоку матеріалу та критерії для самостійного оцінювання результату.

Важливо пам'ятати, що самостійна робота повинна мати чітке втілення. Це може бути таблиця, графіки, понятійне поле, текст, малюнок, низка виконаних вправ тощо. Завдання можуть стосуватися як усього обсягу матеріалу, так і його частини.

Усні традиційні завдання (переказ матеріалу чи відповіді на питання) є неефективними для самостійного навчання.

Якщо проведення інтегрованих уроків у звичайному шкільному режимі не є щоденною вимогою, то за нових обставин воно стало нагальною потребою. Інтеграція двох-трьох предметів забезпечувала нестандартний підхід до подачі навчального матеріалу, що викликало у дітей інтерес, а отже, і краще засвоєння.

На платформі «Zoom» є можливість демонструвати презентації. Тому до кожного уроку варто створювати одну серію слайдів, які поєднують кілька навчальних предметів і зекономлять час на онлайн-уроці.

Не дивлячись на війну, відстежувати навчальні досягнення учнів важливо і необхідно. Для цього вчителям варто розробити завдання для діагностики.

Зробити це педагоги можуть, добираючи завдання за темами та очікуваними результатами. Відстеження динаміки навчальних досягнень учнів дасть змогу педагогам вчасно діагностувати можливі освітні втрати та вчасно на них реагувати. Для діагностування освітніх втрат варто у першу чергу визначити пропущені теми, розробити завдання для оцінювання навчальних досягнень, проаналізувати результати.

Зараз, як ніколи важлива і співпраця педагогів з батьками оскільки саме вони організовуватимуть навчання своїх дітей, принаймні у перші місяці.

Варто розповісти, як відбуватиметься навчання, узгодити розклад навчальних занять, роз'яснити, як працювати з навчальними платформами та платформами для організації відеоконференцій, як поводитися самим та допомогти дітям у випадку повітряної тривоги.

### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Державна служба якості освіти України (2021). Всеукраїнське опитування щодо тенденцій організації дистанційного навчання у закладах освіти в умовах карантину у 2 семестрі 2020/2021 навчального року. [https://new.sqe.gov.ua/wp-content/uploads/2021/07/ANALITICHNA-DOVIDKA\\_vesna\\_2021-1.docx](https://new.sqe.gov.ua/wp-content/uploads/2021/07/ANALITICHNA-DOVIDKA_vesna_2021-1.docx)
2. Міністерство освіти і науки України (2020). Рекомендації щодо організації поточного, семестрового контролю та атестації здобувачів освіти із застосуванням дистанційних технологій <https://mon.gov.ua/storage/app/uploads/public/5eb/d47/497/5ebd47497d41e067624981.pdf3>
3. Міністерство освіти і науки України (2020). Лист Міністерства освіти і науки №1/9154. [https://mon.gov.ua/storage/app/media/news/%D0%9D%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D0%BD%D0%B8/2020/03/11/1\\_9-154.](https://mon.gov.ua/storage/app/media/news/%D0%9D%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D0%BD%D0%B8/2020/03/11/1_9-154.)

4. МОН дало методрекомендації для початкової школи в умовах війни  
<https://nus.org.ua/news/mon-dalo-metodrekomendatsiyi-dlya-pochatkovoyi-shkoly-v-umovah-vijny/>
5. Освітній процес під час війни: актуальні поради для вчителів (2022).  
<https://osvitoria.media/experience/osvitnij-protses-pid-chas-vijny-aktualni-porady-dlya-vchyteliv/>

**Куклінська Валентина,**  
вихователь ЗДО №20 "Білочка"  
м.Хмельницького

### **Національно-патріотичне виховання дітей дошкільного віку засобами народознавства**

Акцентовано увагу на організації патріотичного виховання дітей в умовах закладу дошкільної освіти. Окреслено різні варіанти засобів та способів організації якісного виховного процесу. Обумовлено різноаспектність народознавства як фундаменту планування цілеспрямованої та високоефективної роботи.

**Ключові слова:** патріотизм, етнос, світобачення, мораль, народне мистецтво, культурна спадщина.

Сьогодні важливим напрямком освітньої діяльності закладів освіти України є національно-патріотичне виховання дітей, що полягає в залученні їх до пізнання культурної спадщини, особливостей українського побуту, звичаїв. У сучасних українських дошкільних закладах освіти дітей знайомлять із духовними та культурними цінностями родини та українського народу в цілому, пояснюють зв'язок людини з минулими та майбутніми поколіннями, спонукають до розуміння сенсу життя та усвідомлення власної ролі в житті, виховують інтерес до родинних та народних традицій тощо.

Важливо усвідомлювати, що значну роль у вихованні дошкільнят відіграють народні традиції (досвід, звичаї, погляди, норми поведінки), що сформували в результаті історичного розвитку і передаються з покоління в покоління. Загальновідомо, що народні звичаї тісно пов'язані з традиціями, які є усталеними правилами поведінки, історично сформованими духовною культурою українського народу і стали звичними, визнаними та необхідними сьогодні.

В основі патріотичних почуттів дошкільників лежить їх інтерес до найближчого оточення (сім'ї, рідного міста чи села), яке вони бачать щодня, вважають своїм, рідним, нерозривно пов'язаним з ними. Для виховання патріотичних почуттів у дітей дошкільного віку важливий приклад дорослих, оскільки певний емоційно-позитивний настрій формується набагато раніше, ніж вони починають здобувати знання.

Патріотизм як моральна якість має невід'ємне значення. З огляду на це в освітній діяльності компонується ознайомлення дітей з явищами суспільного життя, народознавством, засобами образотворчого мистецтва, практичною діяльністю дітей (праця, спостереження, ігри, творча діяльність тощо), народними та державними святами.

Мета дослідження – проаналізувати особливості організації національно-патріотичного виховання дітей дошкільного віку засобами народознавства.

Патріотичне почуття за своєю природою цілісне, воно об'єднує всі якості людини: моральні, трудові, розумові, естетичні та ін. Тому його формування передбачає всебічний вплив на особистість дошкільника. Виховання у дитини свідомого патріотизму неможливе без розумового виховання. Розумове виховання відбувається в процесі засвоєння знань, але не зводиться до їх накопичення. Процес

здобуття знань, їх якісне поглиблення є фактором розумового виховання лише тоді, коли знання стають особистим переконанням, духовним багатством людини.

Сучасна система дошкільної освіти окреслила першочергове завдання виховного процесу: національно-патріотичне виховання дітей дошкільного віку повинне здійснюватися засобами народознавства. Виконання цього завдання є можливим завдяки комплексному охопленню таких питань:

- вивчення культури, побуту, звичаїв рідного народу;
- правове виховання, яке полягає у прищепленні дітям кращих навичок правової поведінки;
- моральне виховання: моральні норми поведінки та якості особистості, зокрема: почуття власної гідності та обов'язку.

Необхідно застосовувати народознавчий матеріал у різних сферах життя дитини. Завдяки фольклору дошкільники усвідомлюють, що пізнання свого народу – це пізнання самого себе.

Ефективність патріотичного виховання обумовлене доцільною організацією всієї виховної роботи в дошкільному закладі, зокрема, від створення розвивального середовища – предметного і морального, адже саме в дошкільному віці закладається фундамент духовності, почуття, світогляд, усвідомлення власного «Я».

Патріотичне середовище – це не лише оформлення простору в народній тематиці, а й гуманна, патріотична поведінка всіх учасників виховного процесу в дошкільному закладі та родині, яка ґрунтується на взаємоповазі, взаєморозумінні, взаємобезпечності до самопожертви, це готовність захищати національно-державні цінності, шанобливе ставлення до захисників України, здатність сприймати досягнення та поразки країни як власні. Патріотичне середовище кожної вікової групи та сім'ї має включати: наочні посібники, демонстраційний матеріал, альбоми, національні ігри та іграшки, предмети побуту, державну символіку, збірки віршів, пісень тощо.

Ефективність національно-патріотичного виховання буде досягнута за допомогою різних методів.

Словесно-наочні методи спрямовані на виховання у дітей соціальних понять, моральних суджень та оцінок. До цієї групи входять: спостереження та екскурсії, зустрічі з героями праці, війни, оповідання, бесіди, читання художньої літератури, розглядання картин, ілюстрацій, зразків декоративно-прикладного мистецтва, прослуховування музичних творів, ігри.

Друга група методів – набуття дітьми практичного досвіду. До цієї групи належать: залучення дітей до виконання повсякденних обов'язків, навчання основам громадянської поведінки, відтворення побаченого і сприйнятого у творчій діяльності.

Важливим напрямком патріотичного виховання є формування реалістичних уявлень про природні явища, практичні навички, бережливе ставлення до природних об'єктів. Необхідно виховувати у дітей бажання не тільки помічати красу рідної природи, а й охороняти та примножувати її. Перш ніж навчитися працювати на благо Батьківщини, необхідно навчити дитину сумлінно виконувати трудові доручення, прищепити любов до праці, повагу до праці дорослих. Праця сприяє вихованню відповідальності, почуття обов'язку.

Важливим засобом патріотичного виховання є ознайомлення дошкільників з творами образотворчого мистецтва, з людьми, які прославили Україну – композиторами, письменниками, винахідниками, вченими, філософами, лікарями. З дитинства варто прищеплювати дітям любов до української народної пісні, адже виховання естетичних почуттів у дітей має велику гуманітарну мету – виховання ширості душі, доброти та доброзичливості. Людина, яка вміє бачити і розуміти красу, не може її спотворити. Основи патріотизму закладаються в сім'ї, тому батьки вихованців повинні приймати активну участь у виховному процесі, щоб допомогти

дітям перетворити зовнішнє на внутрішнє, засвоїти патріотичні ідеї як частину власного світогляду.

Організуючи народознавчу роботу з дошкільниками, вихователі повинні вирішувати комплексно пізнавальні, виховні, розвивальні та мовленнєві завдання.

Пізнавальні завдання передбачають розширення знань дітей про Україну, її історію, культуру, природні багатства, природу рідного краю.

Виховні завдання передбачають формування перших наукових етнологічних та історичних концепцій, у подальшому – основ наукового мислення, національну свідомість, самосвідомість і психологію.

Розвивальне завдання – розвиток у дитини всіх психічних процесів: запам'ятовування, концентрації, логічного мислення, уяви.

Мовленнєві завдання входять до кожного заняття з народознавства. Словниковий запас дітей доповнюють дібраними виразами під час прослуховування фольклорних творів та творів українських письменників. Кожне заняття супроводжується розповідями дітей про побачене, почуте, пережите.

Навчальні завдання орієнтовані на формування у дітей, перш за все, любові до рідного краю, до землі предків, до рідної мови, до Батьківщини, почуття гордості, поваги до здобутків національної культури, народних звичаїв. Щирість, гостинність, доброта, мудрість, щедрість вважаються природними національними рисами характеру українців. Отже, ці риси особистості потрібно виховувати в дитині, використовуючи для цього багатий етнографічний матеріал [3, с. 291].

Основним завданням занять з народознавства в дошкільному закладі є систематичне ознайомлення дітей з народними звичаями, традиціями, обрядами, що сприяє їх ранньому залученню до багатих скарбів духовної культури українського народу, його історії; стимулює почуття гордості за талановитих людей, які жили і живуть на українській землі.

Заняття з народознавства сприяють вихованню в дітей духовності на національному ґрунті, доброзичливості, чесності, взаємоповаги, поваги до культур інших народів, шанування їхніх традицій, оберегів [2].

Щоб діти з більшим інтересом сприймали народознавчу інформацію і краще її засвоювали, розповіді вихователів необхідно поєднувати з практичною діяльністю дітей, їх безпосередньою участю в народних святах, театралізованих постановках, творчістю на уроках образотворчого мистецтва, з екскурсіями до майстерень народних майстрів.

Важливе місце у навчально-виховному процесі слід відводити народним іграм та іграшкам, за допомогою яких діти пізнають духовну сторону життя народу, його високу культуру.

Робота з патріотичного виховання повинна проводитися систематично і послідовно, у кілька взаємопов'язаних етапів.

Етапи роботи з патріотичного виховання [4]:

Перший етап спрямований на формування у дошкільників знань та уявлень про самобутність традицій і звичаїв рідного краю, які стають основою патріотичного виховання.

Другий етап спрямований на утвердження та закріплення позитивних вражень і переживань учнів, що виникли в процесі ознайомлення з різними аспектами етнокультури та формування на їх основі основних патріотичних почуттів.

Третій етап орієнтований на активне використання дітьми набутих знань у спеціально організованій і самостійній діяльності.

Ефективними методами і формами організації національно-патріотичного виховання дітей у сучасних дошкільних закладах освіти можна вважати [1]:

- розповіді вихователя дошкільного закладу про історію, традиції, звичаї українського народу;

- екскурсії вулицями рідного міста (села) до історичних пам'яток, визначних місць міста (села);
- бесіди з видатними людьми, народними майстрами міста (села);
- узагальнюючі бесіди на народознавчу тематику;
- розгляд ілюстративного матеріалу (книги з мистецтва, дитячі енциклопедії, збірки малих фольклорних жанрів тощо);
- читання та інсценізація творів художньої літератури;
- перегляд фрагментів (або короткометражних) анімаційних та документальних фільмів про історію, традиції та звичаї українського народу;
- запрошення членів сім'ї до закладу дошкільної освіти для проведення виховних занять на народознавчому матеріалі;
- спільні виховні заходи з родинами (День Матері, Водохреща, Великдень тощо);
- спільне відвідування майстерень художників із родинами тощо.

Важливим напрямком роботи з виховання любові до Батьківщини є формування у дітей уявлень про народ рідної країни. Необхідно на конкретних прикладах, через конкретних людей знайомити дітей із «характером» українського народу (творчі здібності, майстерність, пісенність, гостинність, доброта, чуйність, уміння захищати свою Батьківщину). У народі кажуть: «добрий приклад кращий за сто слів». Втілюючи в життя цей мудрий педагогічний прийом, педагогам необхідно запрошувати до дитячого садка відомих людей, спеціалістів, чия робота гідна наслідування та популяризації, може стати прикладом для дітей.

Цікавими та повчальними є заняття, спрямовані на виховання шанобливого ставлення до різних професій та самої праці, зокрема, екскурсії на сільськогосподарське виробництво. Діти, спостерігаючи за тим, як росте хліб, бачать, скільки терпіння, енергії та вміння вкладають люди, щоб на столі з'явилися смачні хлібобулочні вироби [3]. Наприклад, заняття на тему «Праця твоїх батьків» завжди проходять яскраво і дуже цікаво для дітей. Відбувається щира та цікава розмова про корисну для суспільства батьківську працю. Провідною в цих розмовах є працелюбність українців як провідна національна риса.

Діти відзначають для себе, що звичайні люди навколо них пишуть гарні вірші, печуть смачний хліб, керують складними машинами та механізмами, займають призові місця у спортивних змаганнях тощо. Тому діти, коли виростуть, стануть свідомими особистостями.

Важливе значення для виховання свідомого громадянина має виховання шанобливого ставлення до героїв війни, ветеранів, до пам'яті тих, хто загинув, захищаючи Батьківщину; повага до воїнів – захисників кордонів Батьківщини. Зі щирою вдячністю діти разом із батьками та педагогами відвідуютьobelіски Слави, покладають квіти. Ефективно, коли після кожного заняття діти беруть до рук олівці та фарби і відтворюють свої враження в образотворчому мистецтві.

Отже, патріотичне виховання дітей дошкільного віку є одним із найактуальніших проблем системи дошкільної освіти на сучасному етапі розвитку українського суспільства. Використання спектру ефективних засобів, методів і способів виховання патріотичних почуттів є обов'язковим для досягнення високих результатів процесу виховання. Для патріотичного виховання важливо правильно визначити віковий етап, на якому стає можливим активне формування патріотичних почуттів у дітей. Найбільш сприятливим часом для початку систематичного патріотичного виховання є середній дошкільний вік, коли активізується інтерес дитини до соціального світу та суспільних явищ. Цілеспрямоване патріотичне виховання має поєднувати любов до найближчих людей з формуванням такого ж ставлення до певних явищ суспільного життя. Для цього факти з життя країни, з якими знайомляться дошкільники, ілюструються прикладами з діяльності близьких їм

дорослих, залучаються батьки до оцінки суспільних явищ, спільної участі в громадських справах.

### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Демчик К. І. Система роботи з національно-патріотичного виховання дітей дошкільного віку на народознавчому матеріалі. *Science Review*. 2018. №18 1 (8), Vol. 5, С. 18–20.
2. Єпіхіна М. А., Курило Н. О. Формування основ патріотичного виховання у дошкільників засобами народознавства. *Науковий вісник Ужгородського національного університету*. Серія: Педагогіка. Соціальна робота. 2017. №1. С. 96–100.
3. Крапивницька С. П. Патріотичне виховання дітей дошкільного віку засобами народознавства. URL: <https://dnz24.org.ua/post/457> (дата звернення: 18.10.2022).
4. Лисенко Н. В. Етнопедагогіка дитинства. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2011. 720 с.
5. Стаєнна О. Виховуємо патріотизм засобами народознавства. *Палітра педагога*, 2015. №4. С. 3–4.

**Купчишина Валентина,**  
старший викладач кафедри психології,  
педагогіки та соціально-економічних  
дисциплін факультету забезпечення  
оперативно-службової діяльності  
Національної академії Державної  
прикордонної служби України  
імені Богдана Хмельницького,  
кандидат педагогічних наук, доцент

### **Психологічна підтримка та соціально-педагогічний супровід підлітків як учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану**

В сучасних умовах усі учасники освітнього процесу опинилися перед цілою низкою проблем, які пов'язані із здобуттям та засвоєнням навчального матеріалу. Умови в яких здійснюється навчальний процес, вимоги до викладацького складу, здобувачів освіти, їх морально-психологічний стан та питання соціально-педагогічного супроводу й психологічної підтримки неодноразово ставали предметом наукових досліджень, були обрані як теми круглих столів та теми обговорень на різноманітних конференціях, вебінарах тощо.

Керівництво нашої держави, у такий тяжкий для всього українського народу час, теж не стоїть осторонь. Так, у листі МОН № 1/3737-22 від 29.03.2022 року «Про забезпечення психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні» зазначено: «що одним із важливих пріоритетів в діяльності закладів освіти є забезпечення психологічної стійкості учасників освітнього процесу, які страждають від російської воєнної агресії». У листі також наводиться інформація про заходи, центри, контакти центрів щодо надання відповідної допомоги усім учасникам освітнього процесу [4].

Про якість освітнього процесу також зазначають Є. Баженков, В. Рогова, С. Шкарлет, О. Єресько в своєму науково-методичному збірнику «Освіта України в умовах воєнного стану. Інноваційна та проектна діяльність». Вони зауважують, що функціонування системи освіти на сьогодні характеризується інтенсивним пошуком нових підходів до навчання з врахуванням проблем в організації навчання здобувачів



освіти. Так, відкрито доступ до навчальних матеріалів; «Команда онлайн-школи Grand-Expo на період воєнного стану в Україні відкрила доступ до 532 кейс-уроків, які допомагають дітям навчатися, розвиватися, відволіктися від проблем, пов'язаних з війною, з користю провести час; «Атмосферна школа» у період дії воєнного стану пропонує безоплатно долучитися до пакета «Слухач»; Центр дистанційної освіти А+ проводять для всіх дітей України уроки в ZOOM. В умовах війни важливого значення набувають питання створення комфортного освітнього середовища та організації освітнього процесу, особливо для тих дітей, які отримали психологічну травму». Також, за підтримки Першої леді України Олени Зеленської, з метою надання психоемоційної підтримки населенню під час війни, започатковано Національну програму психічного здоров'я та психосоціальної допомоги [3, с. 7-8].

Науковці об'єдналися і на освітньому фронті роблять усе, щоб і за таких складних умов, освітній процес відбувався на якісному рівні. Психологи, в свою чергу, також пропонують кращі практики психологічного, педагогічного супроводу та підтримки учасників освітнього процесу в умовах воєнних дій, стабілізації їх психічного та морального станів. Прикладами таких ґрунтовних наукових праць є:

Групові форми роботи в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (досвід упровадження) / [авт. кол. В. В. Байдик, Ю. С. Бондарук, Ю. П. Гопкало, Т. Б. Гніда, І. О. Корнієнко, Н. В. Лунченко, Ю. А. Луценко, Р. А. Мороз, І. І. Ткачук] ; заг. ред. В. Г. Панка, І. І. Ткачук. Київ : Ніка-Центр, 2020. 122 с.

Психологічна підтримка та супровід дорослих і дітей у кризових ситуаціях: практикум / упорядники Браницька Т. Р. Матохнюк Л. О. Шпортун О. М. Вінниця, 2022. 131 с.

Москалик С. В. Створення безпечного освітнього середовища в закладі загальної середньої освіти: методична розробка. Недогарки. 2022. 49 с.

Звісно, що в межах нашого дослідження, ми не можемо їх усіх перерахувати, але за допомогою Інтернет-ресурсів, ми можемо ознайомитись з їх змістом і активно впроваджувати у своїй професійній діяльності.

Одними з учасників освітнього процесу є підлітки. Це та категорія, яку в силу певних обставин, на нашу думку, можна віднести до особливої групи, що потребує найбільшої підтримки та допомоги. В силу фізіологічних особливостей, вікових змін ця категорія здобувачів освіти, особливо сприймає все те, що відбуваються навколо них і в їхньому внутрішньому світі.

Навіть в мирний час підлітковий вік визначався дослідниками як вік важкий, критичний, перехідний. Л. Василенко, Р. Павелків, М. Савчин та інші психологи зазначають, що в цей період (5-9 клас сучасної школи другого ступеня) «в особистості дитини відбуваються складні і суперечливі зміни. Така оцінка зумовлена багатьма якісними змінами, які нерідко пов'язані з докорінним ламанням попередніх позицій, особливостей активності, інтересів і стосунків дитини» [5, с. 194].

Усі ці зміни мають певні особливості проявів в умовах воєнного стану. Питання щодо організації соціально-психологічного супроводу дітей, сімей, які стали жертвами військових конфліктів висвітлено в багатьох наукових дослідженнях. Їх автори (Г. Герило, Т. Гніда, І. Корнієнко, Ю. Луценко та ін.) зауважують, що «питання психологічного і соціального супроводу населення в умовах соціо-гуманітарної кризи є одним з пріоритетних у розробці плану реагування у якому закладам освіти відводиться одне з ключових місць. Проблематика організації соціально-педагогічного і психологічного супроводу сімей, дітей, які перебувають у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій на сході країни набуває нового вектору: від реагування у форматі пропрацювання кризових емоційних станів, стабілізації стану до психоемоційного відновлення». Автори досліджень пропонують різні напрями (наприклад, соціотерапію) психокорекційної роботи з підлітками в умовах соціальної кризи та воєнного конфлікту [2, с. 5].

Питання педагогічного супроводу освітнього процесу розкрито в наукових працях В. Басюк, Т. Єгорової, С. Кібакіна, Н. Радичева та ін.. Особливу увагу науковцями приділено системі психологічного супроводу як самого освітнього процесу, так і його учасників. Як зазначає О. Єрмоєнко, підґрунтям цієї системи є загальні положення особистісно-діяльнісного підходу, основні концептуальні положення щодо розвитку людини в онтогенезі, сучасні концепції психологічного супроводу [1].

Значне місце в освітньому процесі відводиться психологічній підтримці учасників освітнього процесу. Під психологічною підтримкою розуміють систему соціально-психологічних, психолого-педагогічних способів і методів допомоги особі з метою оптимізації її психоемоційного стану в процесі формування здібностей і самосвідомості, сприяння соціально-професійному самовизначенню.

В систему психологічної підтримки підлітка може бути включено проведення бесід, консультування підлітків з найбільш гострих проблем, з питань, які турбують підлітка, надання рекомендацій тощо. Дієвими порадами наших психологів щодо підтримки підлітків у кризових ситуаціях можуть бути [6]:

**Говорити і слухати.** А головне чути те, що дитина розповідає: про свої думки, почуття, сприйняття ситуації. Варто пояснити підлітку все, що відбувається, враховуючи його вік і знання.

**Дозволити емоціям бути.** Психологи радять не приховувати від підлітка свої справжні почуття, бо він все одно здогадається про них і буде відчувати себе обманутим. Тож переживати і плакати перед дитиною старшого віку – абсолютно це нормально. Проте не варто робити це дуже часто, бо така поведінка може спровокувати депресію: як у вас, так і у дитини. Варто дозволити емоціям вийти, а потім спробувати налагодити рутинне життя.

**Планувати майбутнє.** Не бійтеся разом мріяти та планувати, що будете робити після війни. Такі роздуми та розмови надихають і стабілізують, а також додають впевненості у майбутньому.

**Обійматися.** Тактильний контакт дуже важливий в умовах невизначеності і стресу, тож частіше обіймайте свою дитину і говоріть їй, що все буде добре.

**Дивитися разом улюблені фільми.** Психологи радять обирати життєствердні фільми, які здатні подарувати відчуття надії. Дивіться разом, обійнявшись, а потім обговорюйте побачене. Нагадуйте дитині, що після війни обов'язково знову буде нормальне життя.

**Читати вголос.** Це заняття дає відчуття захищеності та спокою. Тільки не читайте тривожні новини, краще читайте книжку з цікавим, а головне "мирним" сюжетом.

**Хвалити за досягнення дитини.** Зараз для вашого підлітка життєво важливо, щоб його (чи її) хвалили за найменшу дрібничку. Так ви вселяєте підлітку віру у свої сили та демонструєте свою підтримку.

**Заохочувати спілкуватися з однолітками.** Через стрес дитина може стати закритою і не бажати спілкуватися з однолітками. Та це шкідливо для її психіки і розвитку. Для більшості підлітків спілкування з друзями є дуже важливим. Тож варто усіляко сприяти цьому і використовувати будь-який шанс на спілкування дитини з друзями. Оптимально, щоб це було спілкування офлайн, але якщо немає такої можливості, онлайн-спілкування теж буде корисним, не варто йому перешкоджати.

**Долучати підлітків до допомоги іншим.** Це дуже важливо, щоб дитина відчула свою соціальну значимість. Але робити це треба за умов максимальної безпеки для неї. Можна долучатися до допомоги разом з підлітком, так він відчує вашу підтримку і турботу.

**Будьте уважними до змін у поведінці дитини.** Одразу звертайтеся до психолога (у сьогоднішніх умовах підійде і онлайн-консультація), якщо побачите у дитини ознаки ступору, апатії, депресії чи посттравматичного розладу.

Отже, багато зроблено щодо зазначеної проблематики, але й попереду ще багато роботи щодо підвищення якості освітнього процесу, соціально-педагогічного супроводу та психологічної підтримки усіх учасників освітнього простору.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Єрмоєнко О. А. Сутність педагогічного супроводу освітнього процесу URL : <http://library.uipa.edu.ua/images/data/zbirnik/36/12yoaaep.pdf> (дата звернення: 07.11.2022)
2. Організація соціально-психологічного супроводу дітей, сімей, які постраждали внаслідок військових конфліктів / авт. кол.: Герило Г. М., Гніда Т. Б. Корнієнко І. О., Луценко Ю. А. ; заг. ред. Ю. А. Луценко. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2018. 128 с.
3. Освіта України в умовах воєнного стану. Інноваційна та проєктна діяльність: Науково-методичний збірник/ за загальною ред. С. М. Шкарлета. Київ-Чернівці «Букрек». 2022. 140 с.
4. Про забезпечення психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні. Лист МОН № 1/3737-22 від 29.03.2022 року. URL : [https://osvita.ua/legislation/Ser\\_osv/86164/](https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/86164/) (дата звернення: 23.09.2022).
5. Савчин М., Василенко Л. Вікова психологія : навчальний посібник. 3-тє вид., перероб., доповн. К. , 2017. С. 194.
6. Як підтримати підлітка під час війни: поради від психологів ЮНІСЕФ. URL : <https://1plus1.ua/novyny/ak-pidtrimati-pidlitka-pid-cas-vijni-poradi-vid-psihologiv-unisef> (дата звернення: 07.11.2022)

**Куровська Оксана**

Директор Дунаєвецького ліцею №3  
Дунаєвецької міської ради  
Хмельницької області  
Старший вчитель

#### **Безпека учасників освітнього процесу – понад усе**

Розв'язана росією війна значно ускладнила, а подекуди й унеможливила доступ дітей до якісної освіти. Життя та робота в умовах воєнного часу вимагає від освітян неабиякої витримки, швидких та виважених рішень, нестандартних підходів. Допомога учням та батькам, якісні освітні послуги, безпека всіх учасників освітнього процесу, волонтерство – неповний перелік завдань, що стоять перед освітянською спільнотою у цей непростий час. У даній статті розглянуто питання формування безпечного освітнього простору на прикладі Дунаєвецького ліцею №3.

**Ключові слова:** безпека, паспорт безпеки, учень, педагог, школа, освіта, укриття, війна, воєнний стан, Україна, безпечний простір.

Згідно Статті 53 Конституції України кожен має право на освіту. І не просто право. Повна загальна середня освіта є обов'язковою. Держава забезпечує доступність і безоплатність дошкільної, повної загальної середньої, професійно-технічної, вищої освіти в державних і комунальних навчальних закладах; розвиток дошкільної, повної загальної середньої, позашкільної, професійно-технічної, вищої і післядипломної освіти, різних форм навчання; надання державних стипендій та пільг учням і студентам [1]. Російські загарбники намагаються позбавити нас цього права.

У результаті розв'язаної росією війни по захопленню України постраждало багато об'єктів освітньої інфраструктури. Станом на 10 жовтня повністю зруйновано 313 будівель закладів освіти, ще 2295 зазнали значних ушкоджень. Знищено сотні наукових об'єктів і лабораторій. Найбільше постраждала інфраструктура в Луганській, Донецькій, Київській, Миколаївській, Херсонській, Харківській і Чернігівській областях [2].

Та найбільший наш біль – це діти. Станом на ранок 23 жовтня 2022 року понад 1250 дітей постраждало в Україні внаслідок повномасштабної збройної агресії російської федерації. За офіційною інформацією Офісу Генерального прокурора України 430 дітей загинуло та понад 820 отримали поранення різного ступеня тяжкості. Ці цифри не остаточні, продовжується робота з їх встановлення в місцях ведення активних бойових дій, на тимчасово окупованих та звільнених територіях. Найбільше постраждало дітей у Донецькій області - 419, Харківській - 260, Київській - 116, Миколаївській - 77, Запорізькій - 69, Чернігівській - 68, Луганській - 64, Херсонській - 57, Дніпропетровській - 31. Є також загиблі та депортовані і серед педагогів [3].

Незважаючи на небезпеку, українські освітяни – нескорені і незламні. Понад 8,8 тис. закладів освіти працюють у традиційному (очному) режимі, ще 6,3 тис. – організували освітній процес у змішаному форматі (очно і дистанційно). Понад мільйон здобувачів отримують освітні послуги в режимі онлайн. Загалом продовжують функціонувати 83% освітніх закладів [2].

Наш ліцей працює у змішаному форматі: частина дітей навчається очно, частина – дистанційно. Розроблено гнучкий розклад уроків, що дозволяє за потреби перейти повністю на дистанційну форму навчання або поєднувати очне навчання з дистанційним. Технічне забезпечення дистанційного навчання залишається однією з важливих умов його якості [4]. У ліцеї підключено безлімітний інтернет, проте наявна кількість комп'ютерної техніки є недостатньою. Найважливіший мій обов'язок як директорки закладу – надати рівні права на здобуття освіти: учням, що вимушено змінили місце проживання (ВПО), учням, чиї сім'ї тимчасово виїхали закордон, учням, які залишились в Україні, забезпечити безпеку усіх учасників освітнього процесу під час проведення занять, по дорозі до школи та назад.

Найперше, це тісна співпраця між вчительською та батьківською спільнотами, органами влади, ефективний рівень комунікації, що дозволяє швидко обмінюватись інформацією та приймати правильні рішення.

У закладі облаштовано укриття, що відповідає рекомендаціям Державної служби з надзвичайних ситуацій щодо організації укриттів у об'єктах фонду захисних споруд цивільного захисту персоналу та дітей (учнів, студентів) закладів освіти [5]:

- укриття розміщено у підвальному приміщенні основної будівлі закладу освіти;
- забезпечене електроживленням, штучним освітленням, системами водопроводу та каналізації;
- немає великих отворів у зовнішніх огорожувальних конструкціях, наявні отвори (крім дверних) закладені мішками з піском;
- забезпечене двома евакуаційними виходами;
- через укриття не проходять водопровідні та каналізаційні магістралі, інші магістральні інженерні комунікації (за винятком внутрішньобудинкових інженерних мереж). Приміщення мають рівну підлогу, придатну для встановлення місць для сидіння та лежання;
- приміщення мають природну вентиляцію;
- укриття перебуває в задовільному санітарному та протипожежному стані (відповідно до норм протипожежних і санітарних правил);
- площа укриття дозволяє забезпечити вимогу – не менше 1 м<sup>2</sup> на людину.

Забезпечено:

- встановлено достатню кількість місць для сидіння (стілці, лавки);
- ємності з питною водою;
- баки для сміття;
- резервне штучне освітлення (електричні ліхтарі, свічки, газові лампи тощо) та електроживлення;
- первинні засоби пожежогасіння (відповідно до встановлених норм);
- засоби надання медичної допомоги;
- засоби зв'язку та оповіщення (інтернет – встановлено 2 Wi-Fi-роутера);
- шанцеві інструменти (лопати штикові та совкові, ломи, сокири, пилки, ножівки тощо).

Опрацьовано рекомендації Державної служби якості освіти [4], згідно з якими організовано навчальний процес. У закладі запроваджено ПАСПОРТ БЕЗПЕКИ, що містить перелік заходів, які впроваджуються у ліцеї:

- Паспорт ліцею.
- План основних заходів цивільного захисту на рік.
- Інструкції, що визначають дії працівників закладу освіти щодо забезпечення безпечної евакуації учасників навчально-виховного процесу, за якою не рідше одного разу на півроку проводяться практичні тренування всіх працівників.
- Плани евакуації учнів та працівників ліцею у разі виникнення надзвичайної ситуації та порядок оповіщення учасників навчально-виховного процесу, що встановлюють обов'язки і дії працівників на випадок надзвичайної ситуації.
- План реагування на надзвичайні події.
- Порядок дій персоналу щодо здійснення безпечної евакуації здобувачів освіти.
- Алгоритм дій педагогічних працівників під час сигналу повітряної тривоги.
- Алгоритм дій шофера шкільного автобуса та вихователя супроводу шкільного автобуса.
- Програма вступного інструктажу з безпеки життєдіяльності учнів під час навчально-виховного процесу в умовах воєнного стану.
- Складові т.з. Тривожної валізи, інформація про учасників навчального процесу.
- Графік закріплених вчителів за класами для допомоги при шикуванні та переміщенні учнів ліцею в укриття.

План основних заходів цивільного захисту розроблено відповідно до вимог:

1. Кодексу Цивільного захисту України
2. Наказу МОН від 03.09.2009 №814 «Про Положення про Функціональну підсистему “Освіта і наука України” єдиної державної системи запобігання і реагування на надзвичайні ситуації техногенного та природного характеру».
3. Постанови Кабінету Міністрів України від 26.06.2013р. №444 «Про затвердження Порядку здійснення навчання населення діям у НС»
4. Постанови Кабінету Міністрів України від 30.10.2013р. №841 «Про затвердження порядку проведення евакуації в разі загрози виникнення НС».
5. Постанови Кабінету Міністрів України від 09.01.2014 №11 «Про затвердження Положення про єдину державну систему ЦЗ».

Основними завданнями плану є забезпечення життя та здоров'я здобувачів освіти та працівників Дунаєвецького ліцею №3, мінімізація матеріальних і фінансових втрат від впливу надзвичайної ситуації та економічних затрат у період ліквідації їх наслідків. План визначає порядок дій і відповідальність керівництва, основні заходи щодо організації і проведення робіт з попередження та ліквідації НС техногенного і природного походження.

Значну увагу приділено формуванню безпечного освітнього простору для перебування учнів та працівників закладу:

1. Навчальні кабінети вивільнено від зайвих речей

2. В усіх кабінетах забезпечено вільні проходити між рядами та доступні виходи
3. У кабінетах, коридорах прибрано всі об'єкти, що потенційно могли б становити небезпеку чи заважати при евакуації
4. Проходи до всіх запасних виходів доступні та вільні
5. Розроблено чіткі процедури реагування та поведінки у надзвичайній ситуації
6. Розроблено та неодноразово відпрацьовано з педагогами та учнями шляхи та алгоритми дій під час евакуації
7. Розроблено та взято до виконання Протоколи безпеки для учнів, працівників закладу освіти щодо дій під час:
  - a. уроків та перерв
  - b. повітряних тривог
  - c. проведення евакуації
  - d. перебування в укритті
  - e. надзвичайних ситуацій природного чи техногенного характеру.
8. Педагоги школи систематично проводять з учнями інструктажі, години спілкування, відпрацьовують практичні навички поведінки при надзвичайній ситуації

З педагогами та учнями старших класів командиром добровольчого формування Дунаєвецької ОТГ Абрамовичем І.О. проводяться навчально-тренувальні заняття «Як зупинити кровотечу», «Перша домедична допомога» тощо з курсу "Stop the bleed" , шість педагогів школи пройшли тренінг від Товариства Червоного Хреста України з першої допомоги.

Педагоги ліцею пройшли курс з мінної безпеки «Навчання з попередження ризиків від вибухонебезпечних предметів" (EORE) на платформі <https://eoreplatform.web.app/>, проводять роботу з учнями щодо формування безпечної поведінки з вибухонебезпечними предметами.

Значна увага приділяється психологічному здоров'ю учнів, особливо з числа ВПО, їх батьків, педагогів. У закладі працює психолог, соціальний педагог. Постійно проводяться з учнями активності, щоб нормалізувати емоційний та фізичний стан дітей. У ліцеї розпочато проєкт "Психосоціальна допомога дітям шкільного віку на території Одеської, Тернопільської, Хмельницької областей під час війни в Україні", який реалізовує Благодійний фонд "Карітас-Хмельницький УГКЦ", у рамках якого проводиться робота з учнями, батьками, педагогами.

Усі педагоги ліцею вільно володіють ІКТ, що дозволяє гнучко переходити з очного на дистанційний формат навчання. За потреби, педагоги можуть адаптовувати календарно-тематичні плани відповідно до умов, змінюючи тривалість вивчення, порядок тем, форму проведення тематичного оцінювання тощо. Для вивчення матеріалу успішно використовуються презентації, відеопояснення, інфографіка, можливості MozaBook, віртуальні лабораторії, платформи для створення опитувань і тестів: GoogleForm, Kahoot, Mentimeter, сервіси для спільної роботи: Padlet, Slido та інші.

У наступному навчальному році планується перехід на ведення електронної документації, зокрема електронного журналу, що дозволить налагодити кращий зворотній зв'язок між педагогами, учнями та їх батьками щодо успішності навчання. Наразі такий електронний журнал на платформі nz.ua функціонує для двох класів – з початкової та середньої ланки.

Використання комп'ютерів, смартфонів, інтернету неминуче підносить питання інформаційної безпеки та кібербезпеки. З метою підвищення рівня інформаційної грамотності педагоги ліцею проходять відповідні курси на платформах EdEra та Prometheus, учителі інформатики проводять з учнями та вчителями тренінги, організовано батьківський лекторій з основ інформаційної гігієни.

Намагаємось створити у ліцеї таке освітнє середовище, щоб кожна дитина почувалась комфортно – могла вільно висловлювати свої думки та емоції, була задоволена наданими можливостями – для навчання, розвитку, спілкування, будувала взаємини з іншими учасниками навчального процесу на принципах доброзичливості, толерантності, довіри, була захищеною – від насильства у всіх його видах.

#### Список використаних джерел та літератури:

1. Конституція України [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/254%D0%BA/96-%D0%B2%D1%80#Text>
2. С. Захарін: українські освітяни – нескорені і незламні [Електронний ресурс].- Режим доступу: <https://osvita.ua/blogs/87545/>
3. Офіс Генерального прокурора [Електронний ресурс]. - Режим доступу: [https://t.me/pgov\\_ua/6922?fbclid=IwAR1BSpYCJ9Xwbpym9WfbPLr0DhMx\\_xkJLe7QK2caLxLzM8E1FKOpHQjVvx0](https://t.me/pgov_ua/6922?fbclid=IwAR1BSpYCJ9Xwbpym9WfbPLr0DhMx_xkJLe7QK2caLxLzM8E1FKOpHQjVvx0)
4. Безпечне освітнє середовище: нові виміри безпеки [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <https://sqe.gov.ua/bezpechne-osvitnie-seredovishhe-novi-vim/?fbclid=IwAR0zGEgT6vdTRfyfZ7VCLPhKBvxNSMnyJ5yrnjIEyFoIFqE8fjR0hN8W5-0>
5. Безпека під час навчання: рекомендації щодо організації укриття [Електронний ресурс]. - Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/news/bezpeka-pid-chas-navchannya-rekomendaciyi-shodo-organizaciyi-ukrittya>

**Лебедик Леся,**  
доцент кафедри  
мистецтвознавства та позашкільної освіти  
Полтавського національного педагогічного  
університету імені В. Г. Короленка, м. Полтава  
доктор педагогічних наук, доцент

#### Підготовка педагогів закладів позашкільної освіти до формування в дітей універсальних цінностей і моделей поведінки

У дослідженні проведено теоретичний аналіз педагогічних завдань використання сучасних моделей навчання у підготовці педагогів закладів позашкільної освіти до формування у вихованців універсальних цінностей, моделей поведінки. Розглядаються традиційна, електронна, змішана, дистанційна, відкрита моделі. Виокремлено напрями їхньої реалізації на основі універсальних цінностей і моделей поведінки.

*Ключові слова:* формування, підготовка, педагог закладу позашкільної освіти, універсальні цінності, моделі поведінки.

Велике значення в часи нахабної повномасштабної російської агресії проти України має підготовка майбутніх педагогів для вітчизняних закладів позашкільної освіти на засадах універсальних цінностей і моделей поведінки, адже їм, майбутнім освітянам слід продовжувати, незалежно від трагічних обставин, виховання майбутнього покоління також на цих же універсальних цінностях і моделях поведінки. Цінністю називають те, що має для людини особливу значимість, те, чим вона поступатися не готова, а готова це захищати й оберігати від руйнування і зазіхань з боку інших людей [1, с. 77]. Універсальними цінностями науковці називають повагу, свободу, солідарність, правду, доброту, мужність, справедливість, чесність, рівність, любов, відповідальність, дружбу, честь і мир [1, с. 77–86].

Реалізація професійної функції педагога вітчизняного закладу позашкільної освіти передбачає досягнення педагогічної мети – використання і підвищення

розвивального, навчального виховного і потенціалу вихованців на засадах універсальних цінностей і моделей поведінки як майбутніх вільних особистостей, які успішно вирішують свої життєві завдання.

Аналіз публікацій, що започаткували вирішення проблеми, показав, що дослідження підготовки майбутніх педагогів для вітчизняних закладів позашкільної освіти можуть базуватися на теоретичних і методологічних працях Ю. Бабанського, С. Гончаренка, І. Зязюна та ін.; працях з дидактики педагогічної освіти В. Кременя, Р. Гуревича, О. Дубасенюк, Н. Ничкало, В. Стрельнікова [8–15], Л. Хомич та ін. Разом з тим, аналіз наукових праць вітчизняних авторів [1–15 та ін.] показав, що мало дослідженими є питання аналізу актуальних проблем підготовки майбутніх педагогів вітчизняних закладів позашкільної освіти до формування в дітей універсальних цінностей і моделей поведінки.

Метою дослідження став теоретичний аналіз педагогічних завдань використання сучасних моделей навчання у підготовці майбутніх педагогів вітчизняних закладів позашкільної освіти до формування в дітей універсальних цінностей і моделей поведінки.

У проведених дослідженнях [2–8 та ін.] нами з'ясовано, що досягнення мети підготовки майбутніх педагогів, зокрема для вітчизняних закладів позашкільної освіти, забезпечується вирішенням комплексу завдань: 1) організацією і забезпеченням ефективного використання дидактичних і виховних заходів у процесі повсякденного функціонування системи підготовки майбутніх педагогів вітчизняних закладів позашкільної освіти та практичного вирішення завдань їхньої підготовки до формування в дітей універсальних цінностей і моделей поведінки; 2) зростанням рівня педагогічної компетентності майбутніх педагогів вітчизняних закладів позашкільної освіти на основі організації системи їхньої диференційованої педагогічної підготовки; 3) перетворенням колективу магістрів (у майбутньому – педагогів вітчизняних закладів позашкільної освіти) у виховний, навчальний і розвивальний колектив завдяки створеній в університеті системі їхньої підготовки; 4) оптимізацією навчальної діяльності педагогів вітчизняних закладів позашкільної освіти через включення у систему їхньої підготовки методів і дій, які найбільше реалізують їхні майбутні педагогічні функції щодо формування в дітей універсальних цінностей і моделей поведінки; 5) врахуванням організаторами означеної підготовки індивідуальних і групових особливостей студентів; 6) підвищенням ефективності професійних дій майбутніх педагогів вітчизняних закладів позашкільної освіти в умовах війни, які впливають на педагогічні передумови поведінки вихованців на основі універсальних цінностей і моделей поведінки; 7) допомоги педагогам вітчизняних закладів позашкільної освіти в умовах війни у самовихованні, самоосвіті і підвищенні особистої професійної підготовленості до формування в дітей універсальних цінностей і моделей поведінки.

Тепер розглянемо в контексті формування в дітей універсальних цінностей і моделей поведінки використання сучасних моделей навчання у підготовці майбутніх педагогів вітчизняних закладів позашкільної освіти. Модель навчання розглядаємо як шаблон форми навчання, зокрема, змішану, традиційну, електронну, дистанційну і відкриту моделі.

Традиційній моделі властиве заняття в аудиторіях, очне спілкування магістрів з викладачем, контрольні роботи, захист проєктів тощо. Інші моделі є у певній мірі інноваційними.

Електронна модель передбачає навчання майбутніх педагогів для вітчизняних закладів позашкільної освіти з використанням інформаційних технологій (спілкування у форумах і чатах, перегляд в онлайн режимі навчальних матеріалів, використання Інтернет-ресурсів, проходження комп'ютерних тестувань тощо).



Змішана модель навчання у підготовці майбутніх педагогів вітчизняних закладів позашкільної освіти є своєрідним поєднанням традиційної й електронної моделей.

Дистанційна (для неї характерною є дистанція між суб'єктами навчання) та відкрита моделі більш ефективні для підготовки майбутніх педагогів вітчизняних закладів позашкільної освіти, адже їм важливе отримання знань виключно для себе, а не підтвердження отриманих знань чи проходження підсумкового контролю.

Наголосимо на таких шести перевагах змішаної моделі навчання у підготовці майбутніх педагогів вітчизняних закладів позашкільної освіти до формування в дітей універсальних цінностей і моделей поведінки:

1) контент багаторазового використання;  
 2) викладач доступний постійно;  
 3) навчання від часу і місця не залежить – вдома чи на роботі у режимі офлайн – усі посилання і самі навчальні матеріали є на платформі дистанційного навчання Moodle;

4) індивідуальний контроль за навчанням – викладач має можливість спостерігати за часом виконання завдань, темпом роботи студентів, вибудовувати для них певний графік навчання, окремо консультувати кожного студента; студенти теж можуть мати результати контролю своєї успішності і вчасно їх виправляти;

5) зниження часових і фінансових витрат на навчання, адже знижуються витрати і час на підготовку навчальних курсів, однак більшими є витрати на очні зустрічі;

6) різноманітність дидактичних підходів, адже ураховуються індивідуальні особливості майбутніх педагогів для закладів позашкільної освіти: а) деякі з них сприймають на слух краще, деяким краще переглянути відео чи прочитати; б) в електронному підручнику може міститися інтерактивні плакати, аудіо і відео-лекції, графіки, схеми, карти тощо.

Отже, як показало дослідження, в умовах війни реалізація означених моделей на основі універсальних цінностей і моделей поведінки має здійснюватися такими чотирма напрямками: 1) забезпечення неперервності професійної підготовки майбутніх педагогів вітчизняних закладів позашкільної освіти за умови оновлення змісту, технологій, організаційних форм цієї підготовки; 2) підвищення рівня управлінської й педагогічної культури організаторів підготовки майбутніх педагогів вітчизняних закладів позашкільної освіти; 3) особистісної взаємодії у процесі означеної підготовки; 4) упровадження в означений процес педагогічного моніторингу професійної підготовки майбутніх педагогів для закладів позашкільної освіти.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Канафоцька Г.П. Формування цінностей сучасної людини: фактори, інституції, складові та чинники впливу. Матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. «Механізми управління розвитком організаційної культури ЗНЗ». Київ, 4-5 квіт. 2013 р. К., 2013. 200 с. С. 77–87.
2. Лебедик Л. В. Використання сучасних моделей навчання у контексті менеджменту професійної підготовки вчителів природничо-математичних спеціальностей. Освіта. Інноватика. Практика : науковий журнал. Суми : СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2018. Вип. 1 (4). С. 21–27.
3. Лебедик Л. В. Дидактичні принципи формування ІКТ-компетентностей майбутніх учителів математики у процесі фахової підготовки. Фізико-математична освіта : науковий журнал. 2017. Вип. 3(13). С. 215–219.
4. Лебедик Л. В. Досвід формування та розвитку професійної компетентності педагогів закладів позашкільної освіти у провідних країнах Західної Європи. Інноваційні технології розвитку особистісно-професійної компетентності педагогів в умовах післядипломної освіти: збірник наукових статей / За заг. ред.

- Г. Л. Єфремової. Суми, 2022. 440 с. С. 53–58. URL : <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/18872>
5. Лебедик Л. В. Забезпечення якості підготовки і підвищення кваліфікації педагогів закладів позашкільної освіти. Підвищення якості національної освіти у контексті викликів сьогодення : матеріали Регіон. наук.-практ. конф. (26 трав. 2022 р., м. Харків) / за заг. ред. Г. Ф. Пономарьової; Комунальний заклад «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради. Харків : ФОП Петров В. В., 2022. 349 с. С. 168–171. URL : <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/18864>
  6. Лебедик Л. В. Педагогічний менеджмент системи підготовки педагогів закладу позашкільної освіти еколого-натуралістичного профілю. Освітній фактор. Всеукраїнський науково-педагогічний журнал. 2022. С. 103–106.
  7. Лебедик Л. В. Підготовка керівників гуртків до роботи з обдарованими дітьми в системі післядипломної педагогічної освіти. Проектування розвитку та психолого-педагогічного супроводу обдарованої особистості в умовах воєнного стану : матеріали наук.-практ. онлайн-конф. (Київ, 23–25 черв. 2022 р.). Київ : Інститут обдарованої дитини НАПН України, 2022. 368 с. С. 149–157.
  8. Лебедик Л. В., Стрельніков В. Ю., Стрельніков М. В. Сучасні технології навчання і методики викладання дисциплін: Навчально-методичний посібник для слухачів курсів підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів середньої, професійної (професійно-технічної), фахової передвищої та вищої освіти. Полтава : АСМІ, 2020. 303 с. URL : <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/15703>
  9. Стрельніков В. Ю. Акмеологічна компетентність викладача вищої школи. Вісник Черкаського університету. Серія : Педагогічні науки. Черкаси : ЧНПУ імені Богдана Хмельницького, 2013. № 31 (244). С. 71–74.
  10. Стрельніков В. Ю. Екологічна компетентність вчителя біології та екології. Імідж сучасного педагога. 2010. № 1 (100). С. 54–58.
  11. Стрельніков В. Ю. Інтенсивне кооперативне навчання майбутніх фахівців. Якість вищої освіти : чинники формування конкурентоспроможності випускників : матеріали XXXIX Міжнар. наук.-метод. конф. (м. Полтава, 23–24 січ. 2014 р.) : у 2 ч. Полтава : ПУЕТ, 2014. Ч. 1. С. 210–212.
  12. Стрельніков В. Ю. Модель професійної компетентності викладача вищої школи. Наукові записки ПОІППО : Моделі ключових та професійних компетентностей педагогічного працівника. Полтава: ПОІППО, 2012. Вип. 2. С. 25–33.
  13. Стрельніков В. Ю. Можливості кооперативного навчання для формування й розвитку громадянської культури молоді. Формування громадянської культури в Новій українській школі: традиційні та інноваційні практики : збірник матеріалів конф. / За заг. ред. Г. Л. Єфремової, С. М. Луценко, Л. П. Івашини. РВВ СОІППО, Суми, 2020. С. 174–179.
  14. Стрельніков В. Ю. Техніки нейролінгвістичного програмування для створення кооперативних взаємин зі студентами. Превентивна безпека людини в сучасних умовах : матеріали Міжвузівського круглого столу, присвяченого Всесвітньому дню охорони праці (м. Полтава, 28 квіт. 2017 р.). Полтава : ПУЕТ, 2017. С. 26–28.
  15. Стрельніков В. Ю. Формування колективного суб'єкта у інтенсивному кооперативному навчанні майбутніх економістів. Науковий вісник ПУЕТ. Серія : Економічні науки. 2012. № 6 (51). С. 200–205.

**Лівшун Наталія,**  
вихователь закладу дошкільної освіти  
№9 «Пролісок» Нетішинської міської ради

### **Роль та місце патріотичного виховання в загальній системі формування творчого простору дітей дошкільного віку**

В даній статті розглянуто важливість становлення національно-патріотичного виховання дітей дошкільного віку, зокрема, засобами творчого спрямування. Окреслено основні напрями патріотичного виховання та наведено рекомендації щодо творчих підходів, які застосовуються в сучасних дошкільних закладах, що мають на меті – виховання національно-патріотичних почуттів у дошкільнят. Наведено приклади творчих інтегрованих занять з патріотичного виховання в дошкільних закладах, в рамках яких формування творчого патріотичного простору дітей дошкільного віку буде доступним, ефективним та цікавим.

**Ключові слова:** патріотизм, національно-патріотичне виховання, дошкільний вік, творчість, традиції, національна спадщина.

Питання національно-патріотичного та духовного виховання юного покоління під час війни, як ніколи раніше, є актуальним, гострим та необхідним, таким, що ляже в основу формування у маленьких українців приналежності до свого народу, рідної землі, традицій, культури та національної спадщини.

Розкрити особливості національно-патріотичного виховання дітей дошкільного віку, засобами творчого спрямування.

Особливої ваги розробці теорії патріотичного виховання підростаючого покоління надавали корифеї вітчизняної педагогіки (Г.Сковорода, О. Духнович, С. Русова, О. Сухомлинський, К. Ушинський, Я. Чепіга та інші). Сучасні тенденції щодо сутності патріотичного виховання молоді висвітлено в працях І. Беха, В. Борисова, М. Боришевського, П. Гнатенко, Д. Ельконіна та ін.

Велике значення для розробки сучасних підходів щодо формування у дітей дошкільного віку національної самоусвідомленості приділяється у концепції розвитку українського дошкілля, яка розроблена Л. Артемовою, А. Богуш, Н. Лисенко, Т. Поніманською, О. Шевченко.

Дослідженню сутності таких понять, як «патріотична свідомість», «патріотичне виховання», «любов до Батьківщини», присвячені також фундаментальні праці вчених-філософів В. Бичка, О. Забужка, І. Надільного, І. Стогнія, В. Шинкарука та ін. Для даної роботи цінними є праці сучасних психологів (І. Беха, М. Боришевського, В. Котирло, Ю. Трофімова та інших), які в своїх наукових працях розкрили сутність феномену патріотизму в рамках становлення української державності.

Формування патріотичних почуттів на сьогодні є нагальною потребою, як для дорослої зрілої особистості, так і молодого покоління – дошкільнят, підлітків, молодих людей, оскільки високий рівень патріотизму громадян забезпечить повноцінний гармонійний розвиток, як особистості в державі, так і суспільства в цілому.

Особливо важливого значення має побудова стратегії національно-патріотичного виховання в рамках дошкільної освіти. Адже підвалини патріотичних почуттів, повинні закладатися в самому ранньому віці, і це буде запорукою формування зрілих, стійких патріотичних поглядів у дорослої особистості. І тут вкрай важливо утримувати баланс, відходити від моралізування та нав'язування стійких стандартів, а опосередковано, засобами творчості, спонукати дітей пізнавати свій рідний край, його культурні скарби, художню спадщину, духовний та моральний менталітет українського народу.

Під час війни діти бачать навколо багато патріотичної символіки, чують національні заклики та перебувають у насиченому інформаційному просторі, що може, з одного боку, сприяти більш активному формуванню патріотичних почуттів, з іншого – перенаситити, деформувати та спростити сприйняття. Саме застосування творчих підходів у формуванні знань про патріотичну символіку, історію рідної країни, її національну спадщину, культуру та мистецтво надасть можливість не тільки ненав'язливо сформувати патріотичні духовні почуття, а і розслабити тендітну дитячу психіку, на яку загрозово впливають умови війни.

Враховуючи, що патріотичні почуття дітей дошкільного віку засновуються, в першу чергу, на їх зацікавленості до самого близького оточення (сім'ї, родини, рідного міста, селища, рідного обійстя), з тим, що вони бачать щодня, вважають своїм, рідним, безпосередньо пов'язаним з ними. Вкрай важливу роль для виховання патріотичних почуттів у дітей дошкільного віку відіграє приклад дорослих. Це пов'язано з особливостями психіки дитини, тому що значно раніше діти на інтуїтивному рівні переймають певне емоційно-позитивне ставлення близької людини до тих чи інших речей, ніж починають засвоювати конкретні знання.

З огляду на те, що патріотизм як моральна якість має інтегрований характер, в педагогічній роботі необхідно поєднувати ознайомлення дітей з явищами суспільного життя, народознавства, засобами мистецтва, практичної діяльності дітей (праця, спостереження, ігри, творча діяльність тощо).

Кожен із напрямів патріотичного виховання можна розглянути через призму творчих підходів, застосування яких сформує знання, так і розширить сприйняття та сформує уявлення про навколишній світ та місце людини в ньому.

До прикладу. Напрямок національно-патріотичного виховання «Сім'я та краєзнавство».

Засвоїти знання про історію роду, походження, національні традиції, побут допоможе створення «Родинного дерева», сімейного дерева, в якому чітко прослідковуються родинні зв'язки, стосунки, духовний розвиток. Дізнавшись, ким були пращури і чого вони досягли, діти намагатимуться наслідувати їх і це створить атмосферу причетності до спільної справи, об'єднаності, згуртованості. Елементи (заготовки) сімейного дерева можна створювати на заняттях з художньої творчості, добірку фото чи малюнків членів родини діти роблять разом з батьками вдома, а завершувальний етап (інтеграція елементів в єдине ціле) буде яскравим елементом родинного свята. Таким чином, крім сімейної згуртованості відбуватиметься згуртованість загальна, це і буде тим містком, що об'єднує окремо взятую родину в українську родину, народ.

Напрямок національно-патріотичного виховання «Народознавство».

Вивчення традицій, звичаїв, культури народу є одним із ключових напрямів національно-патріотичного виховання в закладах дошкільної освіти. Необхідно ознайомлювати вихованців з культурними здобутками та цінностями українців, пояснюючи зв'язок минулого та майбутнього. Народні традиції закладають смаки, погляди та правила поведінки, характерні українським людям (гостинність, повага та шана до старших, піклування про підростаюче покоління). Вивчаючи народні традиції дитина зможе ідентифікувати себе за національною приналежністю, відчути українцем.

Знайомлячи дошкільників з українською культурою необхідно акцентувати увагу на творчому сприйнятті знань, а не їх засвоєнні. Дошкільнята залюбки беруть участь в організації свят, що в свою чергу, впливає на формування патріотичних почуттів. Організація та проведення таких свят, як Різдво, Великдень, Мамине свято, День захисника та захисниць України та ін. створять умови для розвитку особистості дитини, свідомого ставлення до себе і оточуючого, виховання любові до України, рідної землі, сформує шанобливе ставлення до людей, які захищають рідну землю, батьківщину. країни.

Патріотичне виховання в закладах дошкільної освіти нерозривно пов'язане з уявленням дитини про довколишній світ. Для формування громадської позиції слід накопичувати знання про життя навколо, доповнюючи їх враженнями й моральними оцінками. Ознайомлювати дітей з довколишнім світом необхідно обирати цікаві та ефективні форми роботи — екскурсії, спостереження, бесіди, заняття з розвитку мовлення. Необхідно брати до уваги власний досвід вихованців, адже дитина щодня наповнюється інформацією не лише в дошкільному закладі, сім'я, життя за межами садочка, родина, друзі формують дитячу особистість не менш суттєво. Образи, які на життєвій основі створює уява дітей допомагають швидко зорієнтуватися в знайомих уявленнях і усвідомити нові. Тут роль педагога, вихователя полягає в тому, щоб не зруйнувати певний хаотичний набір уявлень дітей, а систематизувати, інтегрувати, так би мовити, надати огранку загальній картині дитячих патріотичних уявлень.

Напрямок національно-патріотичного виховання «Історія держави, символи».

Дізнаватись про ключові історичні події дитина починає ще змалечку. Дорослим необхідно стежити за тим, аби інформація не була викривленою, адже кожна деталь має значення. Наразі, під час військових дій в країні це питання, як ніколи є нагальним. Об'єктивна, дозована та налаштована під дитяче сприйняття інформація повинна бути основним носієм новин про навколишню ситуацію. Необхідно максимально обережати дитячу психіку від негативних новин, викривлених фактів та проявів агресії.

Слід зазначити, що виховання патріотичних почуттів через призму творчих підходів передбачає спрощені гнучкі форми та методи роботи. Заняття, бесіду, спостереження можна проводити у будь-якому місці, навіть якщо це не завжди передбачає комфортні умови, до прикладу, укриття, в яких часто приходиться перебувати дітям.

Враховуючи, що нинішнє життя українців не завжди передбачуване, і дітям часто приходиться перебувати в укриттях, вихователь разом із дітьми може сформувавати так звану «Дорожню творчо-патріотичну скриньку» чи «Патріотичний мішечок», куди покласти художні матеріали, жовто-блакитні стрічки для плетіння браслетиків, сувенірів для бійців; прапорці, клаптики тканини для плетіння захисної сітки, дощечки «самовитиралки» для малювання крейдою, пастилою; кольоровий папір, серветки, газети, пластилін, глину; жовто-блакитні мішечки, наповнені крупкою чи іншим природним матеріалом для заспокоєння тощо. При допомозі такого інструментарію вихователь може при будь-яких умовах, без спеціально підготовленого конспекту заняття провести інтерактивні творчі заходи в рамках яких, в режимі «тут і зараз» поруч з підтримкою та психологічною допомогою ненав'язливо формувати у дітей уявлення про українську символіку, її значення; силу і мудрість українців, важливість національної єдності.

Інтегроване заняття «Калина – серце України»

*Освітні завдання:* виховувати інтерес до природи, національно-патріотичні почуття на основі знайомства з народними символами України; ознайомити з калиною як народним символом українського народу; розвивати творчі художні та музичні навички, мовленнєвий апарат, спостережливість, увагу, дрібну та загальну моторику, сенсорні здібності дітей; вчити дітей слухати та розуміти віршований текст; навчати дітей малювати пальчиком та додатковими інструментарієм для малювання (вушні палички, дрібні клаптики мочалки, спеціальні печатки-відтиски тощо) наносячи крапки на задане місце; продовжувати знайомити дітей з природними символами (з калиною, з її цілющими властивостями); вправляти дітей у створенні колективної роботи; спонукати до милування природними об'єктами; активізувати у словнику слова калина, червоний, зелений, намисто, гроно, листя, кущ, корінь; формувати вміння емоційно, з інтонаційною виразністю декламувати вірші, співати пісні та чітко і виразно промовляти скоромовки.

**Обладнання:** фліп-чарт, на аркуші ватману намальований чи надрукований в кольорі куц каліни (лише гілки і листя, без плодів); гуаш червоного кольору, вологі серветки; двусторонній скотч, букет каліни в глечуку, віночок з каліни, рушнички/серветки з вишивкою каліни, картина з петриківським розписом, калінове варення, трав'яний чай, посуд для чаювання тощо.

**Попередня робота:** ознайомлення дітей із каліною на прогулянці, розглядання малюнків, вишивок, читання віршів про каліну, розучування та співання пісень («Ой у лузі червона каліна» та ін.).

Елементи ходу заняття:

**Вправа на включення.** Вихователь читає вірш про каліну, розповідає про її корисні властивості, красу, застосування в побуті, в харчуванні та загалом важливе значення цієї рослини в житті українців: «Раніше, так і наразі, каліна росте майже у кожному сільському дворі. Спочатку з'являються красиві білі квіти, на яких любляють збирати пилок бджоли та інші комахи. Також на каліні люблять вити гнізда птахи, особливо соловейки. Згодом на місці білих суцвіть з'являються ягідки, спочатку зелені, а потім, під впливом сонця та дощу, ягідки червоніють, наливаються цілющим червоним соком. Крім естетичної краси (плетуть дівчата вінки, створюють букети, пучечками прикрашають домівки) каліна дуже корисна рослина, її цілющі властивості відомі з давніх давен, особливо корисний чай, який лікує від простудних захворювань та насичує організм людини вітамінами. Не було ліпших ліків, ніж каліновий чай. Свіжі ягоди з медом вживали для лікування кашлю та захворювань серця. Соком ягід очищали обличчя».

Наступні елементи ходу заняття:

- ігровий момент (стук в двері, поштар приносить запакований живий кущик каліни, хтось.. просив передати дітям, щоб вони посадили та доглядали за ним)
- читання віршів, розгадування загадок;
- малювання пальчиковими фарбами грона каліни;
- колективне прикрашання куца каліни щойно намальованими гронами (кріплення на двусторонній скотч на намальований куц на фліп-чарті);
- розміщення колективної роботи (виставка, куточок патріотичного виховання, прикрашання музичної зали тощо);
- сюжетно-рольова гра «Кафе «Калінка» (заварювання чаю, чаювання, бесіда)
- закріплення матеріалу. Вихователь разом з дітьми висаджує куц каліни, який був принесений поштарем;
- подальше спостереження за тим, як росте та розвивається куц каліни, догляд, підготовка куца до зимування).

Дошкільний вік є сензитивним періодом для засвоєння знань про рідну країну її історію та багатовікову культурну спадщину. В період дошкільного дитинства закладаються підвалини свідомості і самосвідомості, дитина починає усвідомлювати суспільні цінності, намагається керуватися в своїй поведінці моральними правилами та нормами. Цей час є найсприятливішим для формування в неї першооснов національної самосвідомості, які включають розуміння своєї приналежності до українського народу, пробудження любові та поваги до рідної мови, традицій, символіки, зародження характерних рис та ментальності української народу.

В період дошкільця, коли дитина дуже чутлива до емоційних впливів і схильна до наслідування, створюються сприятливі умови для того, щоб поступово розкрити для її сутність та зміст патріотизму саме засобами творчості, мистецьких творів, народно-прикладних промислів, та, загалом сформуванню уявлення про людські взаємини в родині, як складової частинки держави.

Створення та формування педагогами творчого простору, в рамках якого дитина розвиватиметься вільно та невимушено буде важливим моментом для плекання патріотичних почуттів у дитини і ефективним підґрунтям для подальшого формування національно свідомої особистості.

#### Список використаних джерел та літератури:

1. Базовий компонент дошкільної освіти. Наук. кер.: А. М. Богуш, дійсний член НАПН України, проф., д-р пед. наук; Авт. кол-в: Богуш А. М., Беленька Г. В., Богініч О. Л., Гавриш Н. В., та інші. Київ: Видавництво, 2021. 26 с.
2. Бех І. Д. Програма патріотичного виховання дітей та учнівської молоді. Київ, 2014. 29 с.
3. Ігнатенко П. Р., Поплужний В. Л., Косарева Н. І., Крицька Л. В. Виховання громадянина: Психолого-педагогічний і народознавчий аспекти: Навчально-методичний посібник. Київ : Інститут змісту і методів навчання. 1997. 45 с.  
<https://zlw.dytsadok.org.ua/nacionalnopatriotechne-vihovannya-21-38-29-27-08-2022/>.
4. Борисова Н. А. Патріотичне виховання дітей дошкільного віку. Н. А. Борисова. Херсон: Таврійський вісник освіти, 2017. № 1. 53-59 с.
5. Каплуновська О. Україна – моя Батьківщина. Програма національно-патріотичного виховання дітей дошкільного віку. О. Каплуновська, І. Кичата, Ю. Палець; за науковою редакцією О. Д. Рейпольської. Тернопіль : Мандрівець, 2016. 73 с.
7. Куцова Т. М. Патріотичне виховання дітей дошкільного віку. Методичні рекомендації. Т. М. Куцова. Х. : Великобурлуцький ДНЗ «Сонечко», 2016. 69 с.
8. Литвин І.М. Національно-патріотичне виховання в логопедичній роботі дошкільного закладу : науково-методичний посібник. І. М. Литвин, Г. В. Нікішенко. Черкаси : КНЗ «ЧОІПОПП ЧОР», 2017. 77с.

**Логінова Наталія**

заступник директора з виховної роботи  
Комунального закладу  
«Вінницький ліцей №7  
ім. Олександра Сухомовського»

#### Реалізація змісту проєктувальної компетентності вчителів закладів загальної середньої освіти

**Анотація.** У статті розглянуто та визначено сутність понять: професійний стандарт вчителя, компетентність та компетенція, описано теоретичний аналіз та зміст проєктувальної компетентності як складової професійного стандарту вчителя закладу загальної середньої освіти, визначено критерії та рівні сформованості цієї компетентності, обґрунтовано компоненти проєктувальної компетентності вчителів, яка охоплює принципи, цілі, та завдання. Проєктувальна компетентність учителя являє собою професійно-особистісну якість, що заснована на знаннях, уміннях, особистісному досвіді, ціннісних орієнтаціях учителя, співпраці з учнями та батьками, які сприяють ефективній підготовці для створення осередків навчання та виховання у освітньому процесі.

**Ключові слова:** професійний стандарт вчителя, компетентність, компетенція, проєктувальна компетентність.

**Вступ.** Трансформаційні процеси в освіті спонукають до повного переосмислення концепції розвитку освіти, актуалізації змісту, важелів впливу на становлення особистості учня як суб'єкта і проєктувальника власного життя, створення життєвого простору, спрямованого на розвиток і саморозвиток компетентної, конкурентоспроможної особистості, яка вміє творчо та креативно

мислити, самостійно розв'язувати проблеми, прагне змінити своє життя й позитивно вплинути на розвиток своєї країни. Школа зобов'язана захистити й підтримати дитину, виробити в неї життєздатність, озброїти механізмами і технологіями моделювання життєвих стратегій та проєктів. Місія 12-річної школи спрямована на оволодіння кожною молодою людиною ключовими компетенціями, як важливим результатом якості навчально-виховного процесу.

Освіта – це єдиний для усіх людей соціальний заклад, після закінчення якого ми отримуємо теоретичні знання, практичні навички та вміння, формуються наші профорієнтаційні погляди та стійка громадянська позиція. Навчити та виховати саме таку особистість під силу винятково професійному педагогу, класифікація компетентностей якого відповідає професійному стандарту вчителя загальної середньої освіти, який зможе не лише навчити, але й створить необхідну атмосферу, безпечне освітнє середовище та різноманіття освітніх осередків, які і стануть запорукою опанування дітьми потрібних знань, умінь та навичок.

У межах статті описано компоненти, кожен з яких охоплює сукупність умінь, необхідних для реалізації проєктувальної компетентності вчителів, розкриті значення понять компетентність та компетенція у контексті визначення рівня професіоналізму педагога.

**Основна частина.** Державний стандарт базової і повної загальної середньої освіти спрямований на виконання завдань загальноосвітніх навчальних закладів II і III ступеня і визначає вимоги до освіченості учнів основної і старшої школи. Цей Державний стандарт ґрунтується на засадах особистісно зорієнтованого, компетентнісного і діяльнісного підходів, що реалізовані в освітніх галузях і відображені в результативних складових змісту базової і повної загальної середньої освіти. [1]

Усі вищеперераховані аспекти висувують проблеми підготовки вчителя, його професійного становлення і відповідність професійному стандарту вчителя, володіння усіма необхідними компетентностями.

Відповідно до наказу Міністерства розвитку економіки, торгівлі та сільського господарства України від 23.12.2020 року №2736 «Про затвердження професійного стандарту за професіями «Вчитель початкових класів закладу загальної середньої освіти», «Вчитель закладу загальної середньої освіти», «Вчитель з початкової освіти» (з дипломом молодшого спеціаліста) визначено компетентності, які діляться на дві групи: загальні (громадянська, соціальна, культура самовираження, лідерська й підприємницька компетентності) і професійні (мовно-комунікативна, предметна, методична, інформаційно-цифрова, психологічна, емоційно-етична, компетентність педагогічного партнерства, інклюзивна, здоров'язберезувальна, проєктувальна, прогностична, організаційна, оцінювально-аналітична, інноваційна, здатність до навчання впродовж життя, рефлексивна компетентність). [4]

Поняття “компетентність” (лат. *competens* – відповідний, здібний) означає коло повноважень будь-якої посадової особи чи органу; володіння знаннями, досвідом у певній галузі. [2]

“Компетентність” визначає рівень професіоналізму особистості, а її досягнення відбуваються через здобуття нею необхідних компетенцій.

Під значенням слова «компетенція» ми розуміємо сукупність взаємозалежних якостей особистості (знання, вміння, навички, способи діяльності), необхідних для якісної продуктивної діяльності. Компетентність визначаємо як володіння відповідними компетенціями. Аналіз визначень педагогічної компетентності дає змогу стверджувати, що педагогічна компетентність є системою наукових знань, інтелектуальних і практичних умінь і навичок, особистісних якостей і утворень, яка при достатній мотивації та високому рівні професійності психічних процесів забезпечує самореалізацію, самозбереження та самовдосконалення особистості педагога в процесі професійної діяльності. [2]



Таким чином, компетентність є інтегральною характеристикою конкурентоспроможної особистості, яка характеризує людину як суб'єкта певної діяльності, а розвиток здібностей дає можливість кваліфіковано виконувати роботу, приймати рішення в проблемних ситуаціях, планувати та виконувати дії, що призводять до раціонального й успішного досягнення поставлених цілей. [5]

Саме проєктувальну компетентність розглянемо, як один із важливих складників професійного стандарту вчителя, який дозволяє урізноманітнити та вплинути на організацію освітнього середовища.

Проєктувальна компетентність у даному контексті об'єднує професійні знання, попередньо набутий досвід, організаторські та комунікаційні здібності, вміння моделювати та прогнозувати кінцевий результат.

Під проєктувальною компетентністю педагога розуміють особистісні якості, тобто структуру особистісних здібностей та рис характеру, управлінські та організаторські вміння, педагогічну майстерність, які дозволяють йому ефективно у співпраці з учнями та батьками реалізувати здатність проєктувати осередки навчання, виховання і розвитку учнів в освітній діяльності. Для цього потрібно опанувати вміння застосовувати педагогічну теорію в практичній діяльності, володіти мобільністю знань, гнучкістю методів професійної діяльності і критичністю мислення.

У змісті проєктувальної компетентності вчителя виділяємо наступні компоненти – функціональні види діяльності, кожен з яких охоплює сукупність умінь, необхідних для її реалізації:

- Мотиваційно-цільовий компонент – визначення мети, використання системи прийомів із стимулювання, реалізація взаємопов'язаних цілей (освітні, виховні, розвивальні) та очікуваного кінцевого результату.

- Конструктивний компонент – підбір тематики навчально-виховного матеріалу відповідно до вікових та індивідуальних особливостей учнів, планування і побудова педагогічного процесу, визначення послідовності дій – структури, етапів, кроків, проєктування навчально-матеріальної бази.

- Організаційний компонент – вміння залучити учнів до різних видів діяльності, організувати учнівський і батьківський колективи та перетворити його на інструмент педагогічного впливу на особистість.

- Комунікативний компонент – встановлення взаємин з учнями, колегами, батьками, представниками громадськості, налагодження співпраці зі школами-партнерами із-за кордону.

- Когнітивний компонент – оволодіння системою індивідуальних ресурсів особистості, які зумовлюють особливості пізнавального ставлення учнів до гуманістичного вирішення проблемних ситуацій, а також характер відтворення дійсності в індивідуальній свідомості.

- Операційний компонент – комплекс умінь та навичок, які забезпечують успішність процесу прийняття управлінських рішень.

- Рефлексивно-особистісний компонент – здатність знаходити потрібну інформацію для задоволення пізнавальних інтересів, вміння критично аналізувати власні досягнення, генерувати нові ідеї й альтернативні рішення, знаходити перспективу наукових досліджень.

- Контрольно-регулювальний компонент – здатність здійснювати одночасний самоконтроль за ходом вирішення поставлених завдань і контроль учнів за правильністю виконання навчальних операцій, точністю відповідей.

- Оцінювально-результативний компонент – здатність об'єктивно оцінювати досягнення щодо застосування креативних технологій у власній проєктній діяльності; здатність до аналізу і рефлексії власної творчої діяльності; здатність до самовдосконалення.

Відповідно до визначених компонентів проєктувальної компетентності, функціональних видів діяльності педагога, запропоновано критерії та показники її сформованості:

- мотиваційно-цільовий (прагнення вирішувати педагогічні завдання, проявляти творчість, активність й самостійність у проєктній діяльності),
- когнітивно-діяльнісний (рівень володіння проєктними технологіями та системою знань щодо методики викладання дисциплін на основі застосування технологій, розуміння специфіки застосування ІКТ в ході проєктно-творчої роботи, вміння щодо проєктування освітніх технологій, організації самостійної творчої роботи, розробки навчально-творчих заходів із застосуванням ІКТ)
- рефлексивно-оцінний (здатність об'єктивно оцінювати ризики та успіхи щодо застосування технологій у власній діяльності; здатність до аналізу і рефлексії власної діяльності; здатність до самовдосконалення).

Означені критерії та їх показники дають змогу виокремити такі рівні сформованості проєктувальної компетентності вчителів: початковий, достатній і креативний.

Усі компоненти проявляються у роботі педагога будь-якої спеціальності. Адже кожен вчитель прагне та створює своє неповторне освітнє середовище, в якому згодом з'являються осередки, притаманні саме цьому педагогу, саме його предмету, саме його учням. Для успішного їх здійснення необхідні відповідні здібності та уміння:

- проєктування та конструювання (здатність вибудувати етапи наближення задуму до його предметної реалізації),
- моделювання (створення образу об'єкта, явища або процесу, яких ще нема в реальності),
- комунікативні (достатній рівень володіння навичками спілкування за допомогою слів і без них),
- організаційні (вміння грамотно і ефективно організувати роботу),
- конструктивні (створення атмосфери співробітництва, досягнення компромісу),
- перцептивні (здатність проникати у внутрішній світ вихованця, психологічна спостережливість, розуміння особистості учня і його психічних станів),
- сугестивні (здатність до безпосереднього емоційно-вольового впливу на учнів),
- дидактичні (здібність доступно передавати навчальний матеріал),
- пізнавальні (розвинені властивості пізнавальних процесів і інтелекту, які виявляють себе і розвиваються в ході успішного вирішення проблем і завдань),
- саморегуляційні (здатність контролювати свої емоції і поведінку в залежності від ситуації),
- підприємницькі (набір якостей, умінь, здібностей, що дозволяють знаходити і використовувати краще поєднання ресурсів для втілення ідей та задумів).

Сьогодні школа бере на себе місію: максимального наближення використання знань у житті, самоствердження та індивідуальний розвиток, самореалізація та успішна участь у житті суспільства.

Головним стратегічним завданням є забезпечення комфортного, безпечного освітнього середовища та високої якості шкільної освіти. Для успішної реалізації стратегічних завдань розвитку освіти та формування проєктної компетентності педагогів необхідно створити відповідні умови, а саме: оновлення змісту шкільної освіти та застосування сучасних технологій навчання і виховання, що напряду пов'язане із належним фінансуванням. Саме реалізація змісту проєктувальної компетентності вчителів ґрунтується на принципах: системності, інноваційності, інтеграції науки в освітні процеси, випереджального розвитку, відкритості освіти, особистісного цілепокладання, вибору індивідуальної освітньої траєкторії, продуктивності навчання.

Пріоритетні напрямки реалізації проєктувальної компетентності вчителів є:

- створення сприятливих умов для формування освітніх осередків, особистісно зорієнтованої та відкритої системи освіти в школі;
- створення безпечного, комфортного, розвивального освітнього середовища в закладі чи онлайн просторі для досягнення поставлених цілей з обов'язковим виконанням програми загальної середньої освіти;
- акцент на технологію особистісно-орієнтованого навчання та виховання, забезпечення цілеспрямованого систематичного розвитку особистості з інноваційним типом мислення поведінки та культури захисту її прав;
- створення та облаштування безпечного, здорового інклюзивного середовища;
- повна інформатизація навчально-виховного й управлінського процесів у школі;
- внесення якісних змін у зміст підготовки, перепідготовки і підвищення кваліфікації педагогічних працівників.

**Висновки.** Зазначені компоненти змісту проєктувальної компетентності вчителів, критерії та показники її сформованості, необхідні здібності та уміння для її реалізації, сприятимуть розвитку проєктувальної компетентності вчителів та ефективній роботі на етапі створення осередків безпечного освітнього середовища.

#### Список використаних джерел та літератури

1. Державний стандарт базової і повної загальної середньої освіти (№ 1392 від 23 листопада 2011 р.). URL: <http://old.mon.gov.ua/ua/often-requested/state-standards/> (дата звернення: 25.10.2022).
2. Концепція розвитку дистанційної освіти в Україні, затверджена Постановою МОН України В.Г. Кременем від 20 грудня 2000.
3. Про затвердження концепції розвитку педагогічної освіти : Наказ МОН України від 16.07.2018 р. № № 776. URL: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennya-konceptiyi-rozvitku-pedagogichnoyi-osviti> (дата звернення: 25.10.2022).
4. НУШ. Професійний стандарт вчителя. <https://nus.org.ua/>. URL: <https://nus.org.ua/news/zatverdily-try-profesijni-standart-vchytelya-dokument/> (дата звернення: 25.10.2022).
6. Семенець Л. М. Педагогічна компетентність викладача як умова формування професійної компетентності майбутнього вчителя. Вісник Житомирського державного університету ім. І. Франка. 2010. № 53. 183–186 с.

**Либа Наталія,**  
педагог- організатор Красилівської  
гімназії №4 ім. П. Кісюна

#### **Освітня система України в умовах війни: актуальні проблеми та досвід щодо їх розв'язання**

Сьогодні українські освітяни працюють на виснаження та будують нове українське суспільство. Досвід, що отримують більшість вчителів та учнів є унікальним, оскільки ніхто в світі не мав досвіду ведення освітнього процесу під час військових дій. В умовах воєнного стану МОН докладає максимум зусиль для забезпечення сталості навчання та викладання, створення безпечних умов для учнів і студентів, вчителів і викладачів, підтримки тих, хто був змушений виїхати за кордон або до безпечніших регіонів України, для продовження системних реформ на всіх рівнях освіти. З огляду на важливість цих завдань, команда Міністерства сформувала перелік ключових пріоритетів політики в сфері освіти, вчасне впровадження яких мінімізує освітні втрати та забезпечить стійкість вітчизняної освіти.

Особливості сучасного освітнього простору України та виклики, які потребують пильної уваги та недостатньо освітлено у сучасній концепції відновлення та розбудови освітньої системи.

Війна на території України призвела до форсованого розвитку багатьох процесів в українській школі. Реалії сучасної викладацької діяльності такі, що вимагають від викладача не тільки розвитку сучасних компетенцій та інноваційного мислення, але і розуміння світоглядного значення освіти для подальшого розвитку українців та їх місця в новій Україні.

Війна в Україні призвела до руйнівних наслідків для дітей у таких масштабах і темпах, яких не було з часів Другої світової війни, – заявляє ЮНІСЕФ. Унаслідок військових дій 3 млн дітей в Україні та понад 2,2 млн дітей у країнах, які приймають українських біженців, потребують невідкладної гуманітарної допомоги. Внутрішнє й зовнішнє (за кордон) переміщення торкнулося кожних двох дітей із трьох. Згідно з даними Управління Верховного комісара ООН з прав людини, щодня в Україні гине двоє дітей та четверо дістають поранення – здебільшого внаслідок російських атак із використанням вибухової зброї в населених пунктах.

Цивільна інфраструктура, від якої залежать діти, надалі зазнає все більше пошкоджень чи руйнувань. Окрім цього, війна й масові переміщення знищують джерела прибутку та економічні можливості жителів України.

Фактично можемо стверджувати, що освітяни сьогодні є на передовій, оскільки розуміння історії, знання мови та уміння вчитися, ще ті іспити які складає наша нація заради майбутнього України.

З перших днів війни Міністерство освіти і науки України (МОН) продовжило свою роботу, забезпечило постійну комунікацію з обласними департаментами освіти й керівниками закладів вищої освіти. Для забезпечення безпекової ситуації у закладах загальної середньої освіти (ЗЗСО) було на короткий час призупинено освітній процес та оголошено канікули.

Надалі освітній процес продовжився з використанням усіх доступних форм: онлайн (із застосуванням ІТ-технологій і дистанційного доступу на територіях, близьких до місць бойових дій), офлайн (на територіях, віддалених від місць боїв), у змішаному режимі.

У нових реаліях опинилися заклади професійної (професійно-технічної) (ЗП(ПТ)О), фахової передвищої (ЗФПО) та вищої освіти (ЗВО), студенти й викладачі яких масово вступали до лав Збройних сил України (ЗСУ) та територіальної оборони. Деякі викладачі продовжували навчати студентів навіть із лінії фронту.

Заклади освіти стали штабами допомоги населенню й військовим. Учасники освітнього процесу та науковці працювали як волонтери, збирали й передавали кошти ЗСУ, записували відеозвернення до міжнародних ЗМІ, у яких розповідали про реалії російської агресії. Студенти масово долучилися до розроблення сайтів, створення телеграм-каналів з інформування населення щодо перебігу військових дій та інших важливих питань. Студенти технічних ЗВО організувалися з метою кіберпідтримки країни. Зародився освітній фронт.

Педагоги, учні, студенти, які постраждали від військової агресії рф, потребують значної психологічної підтримки. У цій частині МОН зробив низку кроків для забезпечення такої психологічної підтримки, розміщуючи на своєму офіційному сайті корисні поради для постраждалих. Функціонує група волонтерів-психологів, яка реалізує проєкти для дітей і дорослих, надає поради щодо контролю емоційного стану. ЮНІСЕФ також долучався до розв'язання проблеми психологічної підтримки. Щоб допомогти дітям, їхнім батькам і опікунам зменшити стрес, упоратися з емоційним навантаженням, зберегти психологічне й фізичне здоров'я, забезпечити безпеку та розвиток дітей під час війни, на сайті цієї організації публікуються практичні рекомендації експертів і корисні матеріали з цих питань.

Буде не зайве наголосити, що сьогодні українські освітяни працюють на виснаження та будують нове українське суспільство. Досвід, що отримують більшість вчителів та учнів є унікальним, оскільки ніхто в світі не мав досвіду ведення освітнього процесу під час військових дій. В умовах воєнного стану МОН докладає максимум зусиль для забезпечення сталості навчання та викладання, створення безпечних умов для учнів і студентів, вчителів і викладачів, підтримки тих, хто був змушений виїхати за кордон або до безпечніших регіонів України, для продовження системних реформ на всіх рівнях освіти. З огляду на важливість цих завдань, команда Міністерства сформувала перелік ключових пріоритетів політики в сфері освіти, вчасне впровадження яких мінімізує освітні втрати та забезпечить стійкість вітчизняної освіти.

Але варто усвідомлювати, що частина учасників освітнього процесу, які опинилися в епіцентрі бойових дій, зазнали значних психічних і фізичних травм. Умови життя дітей на сході та півдні України, де ведуться бойові дії, стають дедалі нестерпнішими. Українські діти, рятуючись від війни, водночас наражаються на великий ризик розлучитися із сім'єю, втратити батьків, зазнати насилля, жорстокого поводження, сексуальної експлуатації, потрапити в тенета торгівців людьми. Більшість із них пережила надзвичайно травматичні події. Ці діти терміново потребують посилення заходів безпеки, стабільності, допомоги в сфері захисту дітей та психосоціальної підтримки – особливо ті, хто перебуває без супроводу дорослих або в розлуці зі своїми сім'ями. ЮНІСЕФ наголошує, що війна спричинила найгострішу з початку XXI ст. кризу в сфері захисту дітей. Тяжкий психологічний стан учасників освітнього процесу є однією із серйозних проблем, що створює перепони на шляху забезпечення якості освіти.

Тому доцільно серйозну увагу звернути на переосмислення ролі психологічної служби у діяльності освітянської спільноти. Сьогодні діяльність психологічних служб стає важливим ресурсом для розвитку освіти. Проте за дедалі більшої затребуваності педагогів-психологів досі не регламентовано їх навантаження. Іноді психолог працює у школі, де навчаються понад 1000 людей. Про яку ефективність його роботи може йтися? Збільшення кількості дітей з обмеженими можливостями здоров'я, які потребують індивідуального супроводу, стає причиною того, що іншим напрямом роботи (підтримка обдарованих дітей, профілактика та корекція деструктивної поведінки тощо) не приділяється достатньо уваги. Крім того, зростання звітної документації, щоденних запитів із різних організацій дуже обмежує практичну діяльність педагогів-психологів. Тому доцільно розглянути доцільність збільшення кількості психологів в школі та розробки корекційних програм при школах які пережили окупацію та були безпосередньо в зоні військових дій. Доцільно впровадити психологічний супровід дітей що є переміщеними особами та знаходились під окупацією, втратили одного з батьків, втратили обох батьків, мають батьків військовослужбовців тощо.

Окремо хочеться сказати про психологічну службу у сільських школах. При гострій нестачі вузьких фахівців (дефектологів, логопедів) широта напрямів діяльності педагога-психолога безмежна, власне він має бути майстром попри всі руки. При цьому заробітна плата педагогів-психологів в освіті дуже низька, вони не мають права на пенсію за вислугою років. Усі перелічені проблеми зрештою призводять до професійного вигоряння фахівців, формування поверхового підходу у практичній діяльності, зниження рівня професіоналізму.

Окремо хочеться підняти питання цифровізації освіти поштовхом для якої стала епідемія COVID 19. Доцільно зауважити, що досвід цифровізації став позитивним та дав можливість закінчити навчальний рік в травні 2022 та запустити його восени. Але окрім позитиву, варто звернути увагу і на негативний аспект цифровізації.

Цифровізація середовища, де перебуває дитина, йде стрімкими темпами та надає сильний вплив на формування способу життя. Сьогодні діти мають широкі можливості, щоб задовольнити свої інформаційні потреби: вдома – комп'ютер, планшет чи смартфон, у школі – інтерактивна дошка, Інтернет, різні гаджети. На уроках вчителя найчастіше застосовують інформаційні технології. З одного боку, це нові інструменти освіти та саморозвитку дитини. І це є позитивним фактором. З іншого боку – ми сьогодні бачимо багато проблем. Інформаційні потоки, можуть повністю опанувати дитину, ми відзначаємо залежність дітей від цих інструментів (так званий цифровий наркотик), уникнення реального життя, шкода фізичному здоров'ю: зниження зору, сколіоз та інші захворювання.

Дистанційний формат навчання, запроваджений в умовах пандемії, приніс трохи користі, швидше навпаки. Навіть із батьками доводиться спілкуватися через телефон, а збори проводити у Zoom. І як би суперечливо не звучало, але інформаційне середовище роз'єднує людей, воно не здатне повністю задовольнити чуттєво-емоційні та духовно-моральні потреби дитини. Це може зробити лише живе, людське спілкування.

Тому психолого-педагогічним службам у школі важливо подбати про благополуччя дитини в умовах цифровізації. Йдеться про збереження його здоров'я, порівняння позитивних і негативних факторів цифровізації, корекції труднощів у навчанні, створенні та культивуванні середовища, що покращує і одухотворює внутрішній світ дитини.

Зміна парадигми педагогічної освіти та перетворення її по суті на освіту психолого-педагогічну означає необхідність такого змісту, який дозволить здійснювати в процесі своєї професійної діяльності навчання, орієнтоване на розвиток учнів, облік їх особливостей та всебічне розкриття їх інтелектуального та особистісного потенціалу.

Необхідно відзначити, що системно-діяльнісний підхід, що є основою Федерального державного освітнього стандарту другого покоління та розроблених програм, передбачає:

- виховання та розвиток якостей особистості, що відповідають вимогам інформаційного суспільства, інноваційної економіки, завданням побудови демократичного громадянського суспільства на основі толерантності, полікультурного складу українського суспільства;

- перехід до стратегії соціального проектування та конструювання в системі освіти на основі розробки змісту та технологій освіти, що визначають шляхи та способи досягнення соціально бажаного рівня (результату) особистісного та пізнавального розвитку учнів;

- орієнтацію на результати освіти як системоутворюючий компонент Стандарту, де розвиток особистості учня на основі засвоєння універсальних навчальних дій, пізнання та освоєння світу становить мету та основний результат освіти;

- визнання вирішальної ролі змісту освіти, способів організації освітньої діяльності та взаємодії учасників освітнього процесу у досягненні цілей особистісного, соціального та пізнавального розвитку учнів;

- облік індивідуальних вікових, психологічних та фізіологічних особливостей учнів, ролі та значення видів діяльності та форм спілкування для визначення цілей освіти та виховання та шляхів їх досягнення;

- забезпечення наступності дошкільної, початкової загальної, основної та середньої (повної) загальної освіти;

- різноманітність організаційних форм та облік індивідуальних особливостей кожного учня (включаючи обдарованих дітей та дітей з обмеженими можливостями здоров'я), що забезпечують зростання творчого потенціалу, пізнавальних мотивів, збагачення форм взаємодії з однолітками та дорослими у пізнавальній діяльності;

- гарантованість досягнення запланованих результатів освоєння основної освітньої програми початкової загальної освіти, що створює основу для самостійного успішного засвоєння навчальними нових знань, умінь, компетенцій, видів та способів діяльності;

- підтримка психічного здоров'я учасників освітнього процесу.

Трагічні події стали потужним викликом для системи освіти України, спонукали освітніх управлінців швидко створювати необхідні інституційно-правові умови, забезпечувати організаційну трансформацію освітнього процесу. Попри повномасштабне вторгнення, навчання в закладах освіти було організовано на всіх рівнях: від дитсадків до університетів – скрізь, де дозволяла безпекова ситуація. Забезпечено безперервність викладання, навчання, проводяться наукові дослідження. Швидко налагоджено процес дистанційної освіти: українські діти, молодь, перебуваючи в Україні й різних країнах світу, продовжили навчатися за вітчизняними навчальними програмами.

Тому доцільно визначити наступні напрямки щодо подальшого розвитку та відновлення освітнього середовища країни, а саме:

– відбудова та відновлення освітньої інфраструктури (обов'язкове облаштування бомбосховищ під час відновлення зруйнованих і будівництва нових закладів освіти), створення сучасних закладів, які забезпечать гідні умови для розвитку підростаючого покоління та здобуття українцями якісної освіти на рівні світових стандартів.

– забезпечення доступності, безперервності та рівного доступу до навчання (у т. ч. для дітей з особливими освітніми потребами) у регіонах України залежно від конкретної безпекової ситуації (очна, дистанційна, змішана форма навчання або навчання за індивідуальною формою – екстернатною чи сімейною (домашньою); успішне проведення вступної кампанії; розширення мережі освітніх хабів у межах України й за кордоном; залучення потенціалу переміщених педагогічних працівників та ін.

– забезпечення сталості навчання здобувачів освіти, які вимушено переміщені з України за кордон під час війни; створення передумов для утримання учнів і педагогів у сфері української системи освіти та їх повернення, якщо вони виїхали за кордон.

– залучення й використання міжнародної технічної допомоги, спрямованої на підтримку реалізації державної політики для досягнення стратегічних пріоритетів у сфері освіти і науки.

– інтенсифікація процесу інтернаціоналізації освіти і науки України, її інтеграція в європейський освітній простір; збільшення кількості проєктів міжнародної освітньо-наукової співпраці.

– підтримка психологічного здоров'я учнів, студентів та педагогів (упровадження програм надання психологічної реабілітації, адаптації й підтримки; залучення та підготовка психологів; інформаційна підтримка тощо).

– розвиток соціально-педагогічної та психологічної допомоги учням, студентам і педагогам, які постраждали від військової агресії РФ та потребують психологічної та іншої підтримки.

– створення привабливих соціально-економічних умов для повернення в Україну вимушено переміщених здобувачів освіти й педагогів, які виїхали за кордон у зв'язку з військовою агресією з боку РФ.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. 100 днів війни в Україні призвели до того, що 5,2 мільйона дітей потребують гуманітарної допомоги / ЮНІСЕФ. URL: <https://www.unicef.org/ukraine/press-releases/one-hundred-days-war-ukraine-have-left-52-million-children-needhumanitarian>.

2. Хронологія подій у сфері освіти та науки в умовах воєнного стану / М-во освіти і науки України. URL: <https://mon.gov.ua/ua/news/hronologiya-podij-u-sferi-osviti-ta-nauki-v-umovah-voyennogo-stanu>
3. Як контролювати емоційний стан під час воєнного стану? Поради психологів / М-во освіти і науки України. URL: <https://mon.gov.ua/ua/news/yak-kontrolyuvati-emocijij-stand-pid-chas-voyennogo-stanu-poradi-psihologiv>
4. Підтримка батьків та дітей під час війни / ЮНІСЕФ. URL: <https://www.unicef.org/ukraine/parents-children-supportduring-military-actions>.
5. Невідкладні потреби освіти і науки України / М-во освіти і науки України. URL: <https://mon.gov.ua/ua/ministerstvo/diyalnist/mizhnarodna-dilnist/pidtrimka-osviti-i-nauki-ukrayini-pid-chas-vijni/nevidkladni-potrebi-osviti-i-nauki-ukrayini>

**Лукіянова Оксана,**  
вчитель історії, старий вчитель  
Голозубинецького ліцею  
Дунаєвецької міської ради

### **Наскрізне використання інноваційних технологій на уроках історії – крок до успіху кожної дитини в Новій українській школі**

У роботі описано використання сучасних інноваційних технологій на уроках історії, які рекомендовано у Концепції нової української школи та у Державному стандарті, зокрема про запровадження інтегрованого навчання, інтерактивних методів навчання та технологій критичного мислення. Також сьогодні неможливо уявити освітній процес без застосування ІКТ.

**Ключові слова:** інноваційні технології, інтегроване навчання, технологія критичного мислення, інтерактивне навчання, ІКТ, метод проектів.

«Без знання минулого неможливо точне поняття про сучасність», - ці слова видатного українського історика М. Грушевського є досить актуальними сьогодні, коли Україна переживає найважчі випробування. З 24 лютого 2022 року вся країна потерпає від дій та наслідків військової агресії росії проти України. Війна торкнулася усіх сфер життя. Змінилось і життя в українських школах: зруйновано або пошкоджено школи; багато здобувачів освіти змушені залишити свої домівки; багато залишилось в окупації; змінились умови навчання та його формат.

Перегляд та оновлення змісту навчальних програм загальної середньої освіти – це відповідь на виклики, які виникли у зв'язку з повномасштабною збройною агресією російської федерації проти України. Серед шкільних дисциплін, де оновлено зміст навчальних дисциплін, є також предмети освітньої галузі «Суспільствознавство» (6-11 клас). Щоб допомогти вчителям опрацювати нововведення та організувати змістовний навчальний процес, МОН підготувало огляд Інструктивно-методичних рекомендацій щодо викладання навчальних предметів у закладах загальної середньої освіти у 2022/2023 навчальному році, де зазначено що з 01 вересня 2022 року у навчальний процес впроваджується Державний стандарт базової середньої освіти. [1] Державним стандартом визначено мету та засади формування змісту освіти в базовій школі на основі компетентісно орієнтованого підходу у навчанні, зазначено 11 ключових компетентностей, а саме: вільне володіння державною мовою; здатність спілкуватися рідною (у разі відмінності від державної) та іноземними мовами; математична компетентність; компетентність у галузі природничих наук, техніки і технологій; інноваційність; екологічна компетентність; інформаційно-комунікаційна компетентність; навчання впродовж життя; громадянські



та соціокультурні компетентності; культурна компетентність; підприємливість та фінансова грамотність.[2]

Основою формування ключових компетентностей є особистісні якості, особистий, соціальний, культурний і навчальний досвід учнів; їх потреби та інтереси, які мотивують до навчання; знання, уміння та ставлення, що формуються в освітньому, соціокультурному та інформаційному середовищі, у різних життєвих ситуаціях. Ці якості виявляються через наскрізні ключові компетентності, а саме вміння:

читати з розумінням, висловлювати власну думку в усній і письмовій формі, критично і системно мислити, логічно обґрунтовувати позицію, діяти творчо, виявляти ініціативу, конструктивно керувати емоціями, оцінювати ризики, приймати рішення, розв'язувати проблеми, співпрацювати з іншими.

В Концепції Нової Української школи намічені сучасні педагогічні технології, які використовуються учителями-новаторами при застосуванні ними передових педагогічних ідей. Метою інноваційних технологій є:

- зробити освітній процес для учнів цікавим;
- мотивувати до навчання;
- навчати працювати в активній взаємодії з іншими;
- створення цілісної взаємодії учня та вчителя;
- розвиток особистості та різноманітних форм мислення кожного учня;
- створення і вирішення проблемних завдань;
- самостійне осмислення учнем певних історичних подій без звертання до підручника;
- можливість робити певні висновки і застосовувати свої знання на практиці;
- формувати компетенції, а не лише допомогти учням здобути знання.

Однією з сучасних технологій, яку рекомендує Нова українська школа - це технологія інтегрованого навчання. В педагогічній науці інтегроване навчання трактується як комплексний підхід до освітнього процесу. Дана технологія використовується з початкових класів і визначена як можливість і здатність дитини застосовувати знання, вміння, навички та способи діяльності для вирішення найширшого кола проблем. Інтегровані уроки дозволяють глибше опанувати тему, яку вивчаємо. На такому уроці кожен учитель-предметник намагається подати суть того, що вивчається, зі своєї, специфічної для кожного предмета, точки зору. Не останню роль відіграє й оригінальність самої форми проведення уроків. Учні відразу ж зацікавлені присутністю кількох учителів на уроці. Дитяча психологія краще сприймає короткочасні повідомлення, відмінні за формою викладу та джерелом подачі. Особливість спілкування з дітьми кожного окремого вчителя перетворює урок на евристичну бесіду з глибоким та детальним поясненням незрозумілих понять.

Працюючи інноваційно, слід надавати перевагу інтерактивним методам навчання. Інтерактивне навчання – це форма організації пізнавальної діяльності, яка має конкретну, передбачувану мету - створити комфортне навчання, за якого кожен учень відчуває свою успішність, інтелектуальну спроможність.

За допомогою інтерактивного навчання діти вчаться:

- доводити свою точку зору;
- розвивати навички самостійної роботи;
- слухати інших людей;
- формувати власну думку;
- аргументувати і дискутувати;

Використання інноваційних технологій навчання є вкрай важливим тому, що вони мають великий вплив на учнів. Можна використовувати такі технології навчання:

- Інтерактивні технології кооперативного навчання:
  - навчання в парах, ротатійні (змінювані) трійки, два - чотири - всі разом, «карусель».

Інтерактивні технології кооперативно - групового навчання:

- обговорення проблеми в загальному колі, "мікрофон", незакінчені речення, мозковий штурм, навчаючи – учусь, вирішення проблеми.

Технології ситуативного моделювання:

- симуляції, спрощене судове слухання, розігрування ситуацій за ролями.

Технології опрацювання дискусійних питань: метод – «прес», «займи позицію», «зміни позицію», неперервна шкала думок, дискусія, дебати.

Технологія проблемного навчання.

Серед інноваційних технологій, які використовуються на уроках історії і дуже близькою по своїй сутності до інтегрованого навчання, є технологія формування критичного мислення. Вона зобов'язує до:

- ведення дискусій та участі в них усіх учнів класу;
- виявлення власної думки учня;
- пов'язаної нової інформації з уже вивченою;
- навчання учнів критично розмірковувати на основі вже вивченого;
- вміння поєднувати колективну та індивідуальну роботу;

Одним з базових методів у формуванні критичного мислення – гра «Шість капелюшків», яка вчить критично мислити та аналізувати інформацію.

Неможливо проводити сучасний урок без інформаційно-комунікаційних технологій (ІКТ). Використання ІКТ дозволяє активізувати навчально-виховний процес на уроках через презентації, анімаційні та графічні матеріали, аудіо матеріали, відеоматеріали, інтернет-ресурси, онлайн - тест, проекти.

Метод проектів є основною технологією формування ключових життєвих та предметних компетенцій учнів. Суть методу проектів полягає в досягненні дидактичної мети через детальну розробку навчальної проблеми, яка повинна завершитись реальним результатом - проектом. Це може бути відеофільм, стіннівка, альбом, доповідь, комп'ютерна презентація. Метод проектів передбачає використання індивідуальної, парної, групової роботи. Можна впроваджувати різні їх форми: дослідницькі, творчі (ілюстрації до теми), ігрові, інформаційні.

Інноваційні технології – це комплекс форм та методів навчання, виховання та управління, які відповідають сучасним вимогам, є новаторськими та оригінальними. При правильному, послідовному застосуванні та поєднанні значно забезпечують ефективність освітнього процесу і отримати гарний результат у вигляді компетентностей, необхідних для застосування у реальному житті. [4]

### Список використаних джерел та літератури:

1. Державний стандарт базової середньої освіти. Кабінет Міністрів України. 30 вересня 2020 р. URL: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/derzhavni-standarti> (дата звернення: 02.10.2022)
2. Інструктивно-методичні рекомендації щодо організації освітнього процесу та викладання навчальних предметів у закладах загальної середньої освіти у 2022/2023 навчальному році. URL: <https://mon.gov.ua/ua/news/metodichni-rekomendaciyi-shodo-organizaciyi-osvitnogo-procesu-v-shkolah-u-20222023-navchalnomu-roci> (дата звернення: 06.10.2022)
3. Наказ МОН № 698 від 03.08.2022 року «Про надання грифа оновленим навчальним програмам». URL: [http://ru.osvita.ua/legislation/Ser\\_osv/87299](http://ru.osvita.ua/legislation/Ser_osv/87299) (дата звернення: 06.10.2022)
4. Пишко О. Л. Інтерактивні методи навчання як спосіб розвитку творчих здібностей учнів на уроках історії та правознавства [https://www.narodnaosvita.kiev.ua/?page\\_id=2257](https://www.narodnaosvita.kiev.ua/?page_id=2257) ( дата звернення: 06.10.2022)

**Ляшук Лілія,**  
практичний психолог  
філії Васьковецька гімназія  
Ізяславського ліцею № 5  
імені О.П.Онищука

### **Психологічні хвилинки як інструмент підтримки учасників освітнього процесу**

В умовах війни учні особливо гостро потребують психологічної підтримки. Значна частина учнів переживає втому, спустошення, багато з них відчувають тривогу та паніку. Зважаючи на ситуацію, що склалася, Міністерство освіти і науки пропонує впроваджувати психологічні хвилинки, як один з методів підтримки учасників освітнього процесу. Психологічні хвилинки покликані допомогти здобувачам освіти впоратись зі стресом та його руйнівними наслідками, створити сприятливу атмосферу в класі, налаштувати учнів та педагогів на урок, зняти емоційне напруження, відновити почуття безпеки та дати змогу дітям розслабитися.

**Ключові слова.** *Психологічні хвилинки, психіка дитини, підтримка, стрес, гра, релаксація, креативність.*

Сьогодні, внаслідок повномасштабного вторгнення РФ на територію нашої незалежної держави, багатьом людям, рятуючи своє життя та своїх близьких, довелось залишити свої домівки. Дехто з них назавжди втратив рідних, дехто залишився на тимчасово окупованих територіях. Тому саме зараз діти та їх родини потребують неабиякої підтримки, розуміння зі сторони держави, суспільства, педагогів та психологів.

В умовах війни особливої психологічної підтримки потребують діти, адже вони повертаються до навчання в складний період. Звісно, відкриття шкіл в умовах військового стану - складний процес, проте вкрай необхідний, адже саме повернення до школи нагадає дітям про мирне життя та поверне їх в період стабільності. Звичайно, не варто очікувати, що під час дистанційного навчання у дітей не виникатиме труднощів, і вони матимуть великі навчальні успіхи, та це дасть змогу відволіктися від постійного стресу, вийти зі стану проблем, що лягли на їхні дитячі плечі, та жажів, які відбулися чи відбуваються з ними надалі.

Отже, найбільш гострою проблемою сьогодення постає потреба в емоційній стабілізації психіки дитини. Серед учнів шкіл, які знову приступили до навчання в умовах війни, є різні категорії дітей: ті, які втратили рідних або змушені були залишити рідну домівку і втікати разом із мамою в інші регіони країни чи за кордон; ті, які тривалий час перебували у підвалах будинків чи бомбосховищах; ті, які на власні очі бачили, як руйнуються їхні домівки, чули вибухи, постріли та щонаочі здригаються від пережитого жаху. Всі ці діти зазнали та продовжують зазнавати великого руйнівного впливу стресу. Адже стрес, напади тривоги - це відчуття, які притаманні дітям так само, як і дорослим, а особливо під час війни. Тому одним із основних завдань освітнього процесу на сьогодні є відновлення дитячої психіки, зняття психологічного напруження та сприяння емоційному розслабленню дітей.

З огляду на це, важливим вважаю ведення психологічних хвилинок, як одного з інструментів підтримки учасників освітнього процесу. Зазвичай, психологічні хвилинки доцільно проводити перед початком занять або в перервах між ними. Їх можуть проводити практичні психологи, соціальні та звичайні педагоги.

Основна мета психологічних хвилинок або ж хвилинок релаксації – налаштувати дітей на урок, створити сприятливу атмосферу доброти, тепла, щирості прийняття, підтримки. Це можуть бути ігри чи вправи на зниження рівня тривоги, стресу, рухливі ігри, медитації, релаксаційні вправи, психологічні ігри, дихальні вправи. Саме гра має великий вплив на особистість дитини та здатна «перемкнути»

психіку дитини з того, що її турбує, на те, що заспокоїть і створить атмосферу спокою та захищеності. Ігри сприяють формуванню комунікаційних умінь по відношенню до оточуючих, розвивають корисні для дитини навички, розкривають приховані таланти, позитивно позначаються на поведінці дитини, розвивають в ній самостійність та допомагають шукати правильні рішення. Проте важливо пам'ятати, що кожна дитина має особливий тип темпераменту та свій особливий характер. Одні діти розкуті і товариські (не зважаючи на пережите), інші - замкнені. Але і тим і іншим потрібна допомога спеціалістів, щоб успішно спілкуватись, мати можливість реалізуватися, повірити у власні сили.

Пропоную добірку ігор, вправ, які можна використовувати під час проведення психологічних хвилинок.

**Ігри з примовлянками** ( для роботи з молодшими школярами)

**Гра «Ми тупаєм ногами»** (діти і дорослі стають у коло у разом виконують рухи, примовляючи)

*Ми тупаєм ногами,  
Ми поплескаєм руками,  
Покиваєм головою,  
Помахаємо рукою,  
А тепер ми біжимо, біжимо, біжимо.  
Всі по колу біжимо, біжимо, біжимо.*

За сигналом «Стоп» діти зупиняються в колі і виконують ті самі рухи, а відтак біжать у протилежному напрямку.

**Гра «Сумно, сумно так сидіти»** Біля однієї стіни кімнати стоять стільці, їх кількість дорівнює кількості дітей. Біля протилежної стіни кімнати так само стоять дитячі стільці, але їх кількість на один менша від кількості дітей. Діти сідають біля першої стіни кімнати, педагог чи психолог читає вірш:

*Сумно, сумно так сидіти  
Й дивитися в стелю,  
Чи не час нам підвестися,  
Раз, два, три, чотири...*

Як тільки читання вірша закінчується, всі діти біжать до протилежної стінки й намагаються зайняти стільці. Вибуває з гри той кому немає де сісти.(важливо щоб діти виконували всі умови гри, не штовхалися, не починали бігти раніше ніж закінчиться віршик)

**Гра «Левеня»** (знімає м'язову напругу). Уявіть, що Ви маленьке левеня. Ви розслаблено лежите на сонечку, його промінчики лоскочуть вам щічки, ви посміхаєтесь. Раптом подув сильний, холодний вітер левенята замерзли і згорнулися в клубочки – зігрітися ( на 10 секунд).

Знову вийшло сонце, левенята розгорнулися і загарчали «Р-р-р-р». (Повторіть вправу декілька разів).

<https://damion.club/21721-simba.html>

**Гра «Танцюй і замри»** Ця гра допомагає розвивати самоконтроль у креативний спосіб. Щоб пограти в неї з дітьми, потрібно запустити на телефоні, планшеті чи комп'ютері якусь жваву мелодію чи пісню. Один із варіантів пісні для цієї вправи можна знайти в англomовному відеоролику «Freeze dance».

<https://youtu.be/2UcZWxvgMZE>

Запропонуйте дитині вигадати самостійно рухи чи танець під цю музику (або ж покажіть приклад). Через кілька хвилин зупиніть музику і скажіть: «Замри!» Дитина завмирає у смішній позі. Знову запустіть музику. Гру можна продовжувати доти, доки дитина отримує від неї задоволення та хороший настрій.

**Вправа «Рахунок по колу»** Учасники сідають в коло. «Зараз ми будемо з вами рахувати: один, два, три... і так далі. Постараймося рахувати швидко. Під час рахунку нам з вами потрібно дотримуватися однієї умови – якщо вам випаде назвати



число, в яке входить цифра 6 (наприклад 6,16, 26,...) то, вимовляючи це число, ви повинні будете встати. Якщо хтось не виконає це правило, вибуває з гри, але при цьому залишається сидіти в колі. Всі ми маємо бути дуже уважними і пам'ятати, хто з учасників вибув, а хто грає далі.» Гра сприяє розвитку уваги, та дає учасникам можливість мобілізувати власні ресурси, створити умови для їх тренування.

**Вправа «Змія».** Запропонуйте дітям уявити змію та проімітувати її шипіння. Робимо короткий вдих через ніс, довгий видих через рот (зуби при цьому стиснуті).



**Вправа «Віртуальне умивання».** Запропонуйте дітям розігріти свої долоньки, потерши їх одна об одну. Теплі долоньки прикладаємо до щічок, вушок, шиї, носика, імітуючи рухи умивання.

[https://www.kindpng.com/imgv/iRwmbRh\\_palms-up-together-light-skin-tone-icon-music/](https://www.kindpng.com/imgv/iRwmbRh_palms-up-together-light-skin-tone-icon-music/)

**Вправа «Чарівний мішечок» або «Мішечок для крику».** Запропонуйте дітям вдихнути на повні груди та прокричати в мішечок якомога гучніше, виплеснувши свої емоції через крик.

**Вправа «Метелик»** (вправа для дихання). Дорослий прив'язує до прутика на ниточці паперового метелика. Діти стають у коло, а дорослий - у середині кола, він підносить метелика над кожною дитиною. Всі мають піддувати його так, аби він літав у них над головою.



<https://kartynky.com.ua/zobrazhennya-metelykiv-dlya-ditej/>

**Вправа «Дракон кусає свій хвіст»** (зняття напруженості, невротичних станів, страхів). Звучить весела музика. Діти стають у колону та міцно тримаються за плечі одне одного. Перша дитина - «голова Дракона», остання – «хвіст Дракона». «Голова Дракона» намагається упіймати «хвіст», а той ухиляється.

**Вправа «Безпечне місце».** Заплющіть очі та детально уявіть собі безпечне місце, де вам буде комфортно і затишно, спробуйте почути звуки, які лунають звідти, аромати, голоси. Ця вправа на уяву дозволяє відвернути увагу від того, що відбувається зараз, однак її можна виконувати тільки тоді, коли ви перебуваєте у відносній безпеці, адже вам необхідно буде заплющити очі та абстрагуватися від усього навколо.

**Гра «Хто я?».** Кожному учаснику випадає певне слово на картинці, яку він закріплює у себе на голові. За допомогою навідних запитань учасники намагаються відгадати, хто або що зображено на картинці у них на голові.

**Вправа «Антистресова кулька».** Ця вправа сподобається старшим дітям та підійде навіть дорослим для релаксації та масажу рук. Запропонуйте взяти кульку однією чи обома руками, стисніть і відпустіть її, проекспериментуйте з нею. Такі антистресові кульки можна зробити разом із дитиною самостійно. Для цього невеликі повітряні кульки наповніть борошном, кукурудзяним крохмалем або рисом. Зв'яжіть їх зверху та розмалюйте за бажанням.



<https://mobilelords.ru/podelki/antistress-iz-sharika-i-muki.html>

**Гра «Пісня»** Діти сидять по колу на стільцях. У середину кола виходить психолог. «Зараз ми спробуємо заспівати хором яку-небудь пісню (діти обирають добре відому пісню). Коли я перший раз плесну в долоні, ми всі починаємо співати, за другим разом – спів продовжується, але тільки подумки (про себе), а коли плесну втретє – знов усі співають уголос ».



**Вправа «Міцні обійми».** Дітям пропонують подарувати свої обійми тим, у кого є, для прикладу, чорне волосся, червоні штани; хто посміхається; тому, хто вміє стрибати; тому, у кого хороший настрій.

**Гра «Квітка чи дерево».** (за Світланою Ройз). Запропонуйте дітям вибрати, ким вони хочуть бути: квітами чи деревами. Торкаючись дитячих стоп, промовляємо: «Яке у нас міцне коріння, воно міцно тримає нас і всю силу бере від землі». Торкаючись боків говоримо: «Який у нас сильний, міцний стовбур (стебло), він може зігнути, схилитися, але ніколи не зламається. Він витримає всі вітри і урагани». Торкаємось голівки і говоримо: «Це наша крона (дерева), квітка красива, ніжна, сильна. Ми квіти (дерева) життя».

**Гра «Гримаси».** Уявіть, що ви когось хочете налякати або розсмішити, зробіть веселий вираз обличчя, а ще постарайтесь видати дивний звук.

**Гра «Царівна Несміяна».** Цікава психологічна рольова гра, яка неодмінно припаде до смаку дітям. У центрі кімнати ставиться стільчик, на якому вмощується один із учасників (визначається жеребкуванням). Йому присвоюється титул «царівни Несміяни». Завдання полягає в тому, щоб не засміятись якомога довше. Завдання інших учасників - розсмішити «царівну» або хоча б викликати посмішку.



<https://moyaosvita.com.ua/literatura/carivna-nesmiyana-korotkij-zmist-kazki/>

**Гра «Перегони з повітряними кульками».** Гра рекомендована для усіх дітей. Заздалегідь формуємо дві команди. Завдання учасників: парами по черзі добігти з повітряною кулькою до фінішу, повернутись назад та передати естафету наступній парі. Головна умова - кульку руками торкатися категорично заборонено, утримувати слід будь-якими частинами тіла. Дана гра допоможе дітям встановити контакт в парах та навчитись діяти в колективі.

**Вправи, що сприяють поліпшенню якості спілкування та емоційного фону класу.**

**Вправа «Ім'я».** Ім'я – це частина тебе, для кожної людини звук її імені є найважливішим звуком людської мови. Попросіть дитину намалювати квітку, в центрі вписати своє ім'я, а на пелюстках – пестливі похідні від імені. Запитайте, яке ім'я їй найбільше подобається? Хто її так називає? Що означає її ім'я? Результат такої гри - позитивні емоції, поліпшення контакту, підвищення самооцінки.

**Вправа «Скринька суму».** Запропонуйте дітям уявити, що в них є чарівна скринька, яку можна замкнути. Ви можете покласти в цю скриньку все, що вас засмучує або сердить. Усе буде надійно замкнено. Але коли вам захочеться подумати про щось або вирішити, що з цим можна зробити, ви можете дістати це із скрині.



<https://papak.pro/risunki/22562-sunduk-risunok-70-foto.html>

Протилежна вправа - «Скринька щастя». Ти можеш покласти у скриньку все, що тебе радує, і там воно буде зберігатись. Ти можеш заглядати в свою скриньку в будь-який момент, наприклад, коли тобі потрібно підбадьоритись. Що ти покладеш у ці скриньки? Заплющ очі і подумай про те, що приносить тобі радість і щастя.

Старайтесь наповнювати обидві скриньки не лише матеріальними речами, але й різними думками, емоціями, переживаннями.

Психологічні хвилини можна використовувати і під час організації дистанційного навчання. Для прикладу, це може бути своєрідне «дистанційне» чаювання, під час якого діти та дорослі можуть поділись своїми почуттями та емоціями, настроєм. Також позитивний вплив на учнів мають ігри-медитації та релаксації. Кожному з нас знайомий піднесений стан душі, коли ми вдихаємо свіжі пахощі зеленого лісу чи милуємось чарівним заходом сонця. Релаксаційні вправи найкраще проводити під спокійну музику. Вони допоможуть зняти психологічну напругу, подолати стрес шляхом розслаблення, а також сприяють різнобічному розвитку дитини.

**Вправа «Колесо передбачень».**Ця інтерактивна вправа, покликана налаштувати дітей на позитив, створити сприятливу атмосферу в класі, відволікти від проблем сьогодення, чи допомогти у їх вирішенні. Учні можуть сприймати дане передбачення як жарт, або як вказівку, яка здатна змінити життя.

<https://wordwall.net/uk/resource/37132503>

Приклади вправ:

**Гра-релаксація. «У лісі»** <https://youtu.be/VTEFjcQvCoQ>

**Гра-релаксація. «Композитор»** <https://youtu.be/Yhxb-CNbKZo>

**Гра- релаксація. «Я море»** <https://youtu.be/4SZI16iUrA8>

**Вправа «Муха».** Руки вільно лежать на колінах, плечі та голова опущені, очі заплющені. Уявіть, що на ваше обличчя хоче сісти муха. Вона сідає на ніс, на рот, на очі, на щоки. Завдання дитини: не розплющуючи очей, відігнати набридливу комаху.

**Вправа «Бурулька».** Станьте, заплющивши очі, руки підійміть угору. Уявіть, що ви - бурулька . Напружте м'язи тіла. Необхідно завмерти в цій позі на 1-2 хвилини. Потім уявіть, що під дією сонячних променів ви починаєте поволі танути, розслабляючи кисті рук, м'язи плечей, шиї, ніг. Цю вправу можна виконувати лежачи на підлозі.

Звісно, важливо пам'ятати та неодмінно використовувати під час психологічних хвилинок ще один з найкращих способів подолання стресу, тривоги та поганих думок – це малювання.

Малювання допомагає розслабитись. Для того, щоб відволікти дитину від джерела стресу, можна запропонувати їй помалювати, це допоможе швидше впоратись з важкими емоціями.

Малювання - чудовий спосіб заспокоїти тіло та думки, впоратись з тривогою. Воно якнайкраще розвиває творчі здібності та дитячу креативність.

Приклади вправ з використанням **арт-технік**:

- **Намалюй своє ім'я.** (З яким кольором ти асоціюєш своє ім'я? На що схоже твоє ім'я?)
- **Намалюй свій настрій** (дітям пропонуємо намалювати той настрій, в якому вони перебувають в даний момент. Якщо на малюнку зображено щось негативне, то варто запропонувати взяти ще один лист і намалювати те, що могло б виправити ситуацію. Коли всі малюнки виконані, можна спільно обговорити їх).
- **Малюємо безпечне місце** (дитині потрібно уявити, яке на вигляд її безпечне місце, де вона почувається у безпеці).
- **Малювання страху** (дорослий пропонує дитині візуалізувати свій страх, намалювавши його на папері. Після чого запропонувати дитині різні способи боротьби зі страхом. Наприклад: порвати малюнок, зім'яти його тощо).
- **Малювання лабіринтів чи спіралей** (запропонуйте намалювати лабіринт чи спіраль у довільній формі, поведіть пальцем по намальованому лабіринті, покажіть таким чином мозку, що вихід є з будь-якої ситуації).

Малювання на психологічних хвилинках допомагає дітям вирішити багато внутрішніх проблем. Завдяки цьому психологічному прийому у дитини з'являється можливість висловитись, розповісти про свою проблему, показати свої мрії. Через створений малюнок дитина пізнає свій внутрішній світ, починає усвідомлено ставитись до проблем, вчиться самостійно шукати шляхи їх вирішення, знімає стрес, позбувається гнітючої депресії та страхів.

Отже, психологічні хвилинки є важливим інструментом підтримки учасників освітнього процесу. Основною умовою проведення таких хвилинок є дотримання основних правил:

- не нашкодьте;
- не примушуйте до співпраці під час психологічних хвилинок;
- не обговорюйте ситуацію учня в публічному просторі;

- не жалійте;
- дотримуйтесь психологічних кордонів.

Психологічні хвилинки – це можливість підтримки дітей під час реалій сьогодення. Адже саме їм доведеться розбудувати майбутню Україну. І від того, наскільки ми зможемо вберегти дитячу психіку, їх ментальне та фізичне здоров'я, залежить наше спільне майбутнє.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Долаємо паніку. 46 вправ і порад, як стабілізуватися під час війни <https://nus.org.ua/articles/dolayemo-paniku-46-vprav-i-porad-yak-stabilizuvatysya-pid-chas-vijny/>
2. Лист МОН Щодо діяльності психологічної служби у системі освіти в 2022/2023 навчальному році <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v8794729-22/sp:max50:nav7:font2#Text>
3. Навчання дітей під час війни: поради педагогам <https://learning.ua/blog/202209/navchannia-ditei-v-umovakh-viiny-porady-pedahoham/>
4. Практичні рекомендації проведення психологічної хвилинки для учнів різного віку під час онлайн-навчання <https://vseosvita.ua/webinar/praktychni-rekomendatsii-provedennia-psykholohichnoi-khvylynky-dlia-uchniv-riznoho-viku-pid-chas-onlain-navchannia-752.html>
5. Психологічна підтримка дітей <https://mon.gov.ua/ua/osvita/pozashkilna-osvita/psihologichna-sluzhba/psihologichna-pidtrimka-ditej>
6. ПТСР у дітей під час війни: ігри, техніки і вправи проти напруги <https://osvitoria.media/opinions/ptsr-u-ditej-pid-chas-vijny-igry-tehniky-i-vpravy-proty-naprugy/>
7. <https://youtu.be/VTEFjcQvCoQ>
8. <https://youtu.be/Yhxb-CNbKZo>
9. <https://youtu.be/4SZI16iUrA8>
10. <https://youtu.be/2UcZWXvgMZE>

**Маланчук Сергій,**  
завідувач науково-методичного відділу  
Кам'янець-Подільського Центру дитячої  
та юнацької творчості,  
викладач-методист

#### **Виховання громадянської позиції молоді як важливе завдання сучасної освітньої системи**

Стратегія розвитку сучасної освітньої галузі у світлі російської військової агресії передбачає якнайшвидше вирішення завдань з реалізації громадянського виховання особистості у суспільстві. Першочерговою задачею стає виховання справжнього громадянина і патріота, який наділений громадянськими якостями та, займаючи свідому громадянську позицію, здатний відстоювати незалежність і соборність України.

У процесі громадянського виховання формується громадянськість – інтегральна властивість особистості, структурними компонентами якої є системний набір громадянських рис та якостей громадянина. Зі свого боку, кожна громадянська риса – складна динамічна система, що містить сукупність правових, патріотичних, національних, морально-етичних та інших якостей і проявів особистості [4, с. 184]. Громадянськість об'єднує у собі громадянську, політичну соціалізацію майбутнього громадянина та його здатність долучати до цього процесу моральні цінності [6, с. 115].



На основі компетентнісного наукового підходу з'ясовано, що громадянськість складається з трьох нероздільних елементів: єдності прав і обов'язків; громадянських дій; системи цінностей і моральної переконаності, що лежать в основі громадянської позиції особистості молодшої людини – її здатності самостійно визначати власну участь у суспільних організаціях і мати своє розуміння основних політичних програм. А це, у свою чергу, потребує від молоді активності, товаришкості, ініціативності, наполегливості, відповідальності [2, с. 24].

Діяльнісно-поведінковий аспект громадянськості визначає громадянська позиція, що характеризується ініціативністю, подвижництвом, володінням адекватною тактикою реагування на різного роду ситуації і визначається як система ціннісних і соціальних орієнтацій та ставлень, що характеризують людину як громадянина країни, суспільства, як складне соціально-психологічне утворення, що може розглядатися з погляду суспільної значущості, дієвого вияву у життєдіяльності особистості.

Поняття «громадянська позиція» не має чіткого визначення й трактується як: елемент загальнолюдської культури; одна із ключових компетенцій особистості; соціально-ціннісна характеристика особистості; неухильне виконання громадянином своїх обов'язків; активна участь у громадському житті; відповідальність перед суспільством за реалізацію прийнятих рішень; вмотивована соціальна орієнтація тощо.

Громадянська позиція формується у межах загальнолюдської позиції й характеризує особистість з точки зору способу і характеру взаємин з певною дійсністю. Це поняття відображає політичні, юридичні, моральні права і обов'язки громадян стосовно своєї держави, передбачає свідоме, відповідальне ставлення людей до суспільства. Ядром поняття «громадянська позиція» є громадянська свідомість особистості, яка, органічно поєднуючись з моральними почуттями, виражається у вчинках, у активній діяльності, спрямованій на утвердження поглядів та ідеалів.

Відповідальну громадянську позицію варто розглядати як інтегративну якість особистості, яка характеризується високим ступенем громадянськості та правової культури, виявляється у поєднанні громадянської свідомості, прагненні до позитивної самореалізації, морально-вольових якостей й почуттів, а також громадянських вчинках, діях, поведінці [6, с. 116].

Активна громадянська позиція – це системна соціальна якість, у якій виражається та реалізується рівень соціальності особистості, тобто глибина й повнота її зв'язків з соціумом, рівень перетворення особистості на суб'єкт соціальних відносин [7, с. 93]. Рівень сформованості активної громадянської позиції молодшої людини встановлюється за такими критеріями: громадянські знання, громадянські якості та цінності, громадянська активність, соціальна взаємодія. Формуванню активної громадянської позиції сприяє соціальний досвід, який складається як з рівня розвитку громадянських знань і якостей особистості, так із практичних навичок участі у суспільному житті [1]. Громадянська позиція не є сталою і змінюється відповідно до зовнішніх факторів, якими, перш за все, є інститути соціалізації особистості. Молодь з активною громадянською позицією здатна мислити критично, свідомо аналізувати політичні події, уміє дотримуватися норм і правил поведінки та цивілізовано користуватися своїми правами та можливостями.

Наявність громадянської позиції є необхідною умовою, ступенем для сходження до громадянської зрілості та громадянської активності, тобто до усвідомленої готовності особистості взяти на себе відповідальність за долю країни у період важких випробувань, стурбованості за її майбутнє, готовності підпорядкувати особисті інтереси суспільним, якщо цього вимагають обставини. Основу громадянської зрілості та активності особистості становить її моральна надійність, ставлення людини до своїх соціальних і професійних обов'язків, суспільних

цінностей, традицій, майбутнього. При цьому моральна надійність тлумачиться як якість особистості, що дає змогу людині навіть у суперечливих ситуаціях не зраджувати своїм моральним принципам, ефективно виконувати соціальні функції, не діяти всупереч моральним нормам.

Соціальне замовлення держави в освіті спрямоване на виховання людини освіченої, духовно здорової і морально вихованої, суспільно активної, готової самостійно приймати рішення в ситуації вибору, здатної до співпраці і взаємодії. Фактично мова йде про людину зі сформованою активною громадянською позицією. Зокрема, нова редакція Концепції розвитку громадянської освіти в Україні наголошує на необхідності створити сприятливі умови для формування та розвитку громадянських компетентностей людини на всіх рівнях освіти та в усіх складниках освіти, що дасть змогу громадянам краще розуміти та реалізувати свої права в умовах демократії, відповідально ставитися до своїх прав та обов'язків, брати активну участь у суспільно-політичних процесах, а також усвідомлено забезпечувати захист, утвердження та розвиток демократії [5].

Ефективність формування активної громадянської позиції особистості, як підтверджують результати досліджень, значним чином залежить від застосування інноваційних педагогічних технологій, зокрема технології проектної діяльності (активна участь молоді у соціальних проєктах). У процесі реалізації соціальних проєктів молодь залучається до осмисленої громадянської активності, набуває досвіду соціальної взаємодії у вирішенні суспільних проблем, має можливість для самоствердження [1].

Молоді люди свідомо обирають активну громадянську позицію через навчання, членство у громадських організаціях, участь у суспільно-політичному житті, волонтерство. Реалії сьогодення засвідчили, що волонтерство є украй актуальним і важливим явищем, адже: а) це дієвий та ефективний спосіб для вирішення складних проблем; б) волонтерство приносить у соціальну сферу нові, як правило, сміливі, творчі та досить неординарні ідеї щодо вирішення найгостріших і найскладніших питань; в) це спосіб, за допомогою якого кожен громадянин має можливість реалізувати себе задля суспільного блага; г) це механізм, за допомогою якого люди мають можливість прямо адресувати свої проблеми тим, хто здатен їх вирішити [3, с. 114].

Участь молоді у волонтерській діяльності є безперечним фактором формування активної громадянської позиції. Волонтерська діяльність є основою побудови та розвитку громадянського суспільства. Вона втілює у собі найкращі прагнення людства – прагнення миру, свободи, безпеки та справедливості.

Підсумовуючи вищевикладене зауважимо, що становлення громадянської позиції молоді – тривалий і безперервний процес, який здійснюється в умовах закладів освіти, молодіжних громадських організацій, об'єднань, рухів. Сучасне освітнє середовище вимагає докорінно нових підходів до виховання громадян не лише через знання, а й отримання певних навичок для активної громадської участі.

Вивчення, аналіз і осмислення ролі молоді у розбудові громадянського суспільства в умовах сучасних викликів і загроз свідчить про гостру необхідність формування світогляду нового українця: громадянина-патріота України, який буде готовий до виконання громадянських і конституційних обов'язків, до успадкування, збереження та популяризації духовних і культурних надбань українського народу. Віднайдення нової ідентичності в обставинах внутрішньодержавних реформ і зовнішньої військової агресії зумовлює пошук шляхів особистісного самоствердження і самореалізації кожної молодої людини на засадах визначення міри власної участі в суспільних організаціях, самостійного осмислення ціннісних орієнтирів громадянського суспільства, вироблення усвідомленої громадянської позиції.

### Список використаних джерел та літератури:

1. Бабкіна М. І. Громадянська активність і соціальна взаємодія в структурі активної громадянської позиції особистості. *Збірник наукових праць Swold*. 2014. Вип. 1. Т. 17. С. 28-32. URL : <https://www.sworld.com.ua/konfer34/828.pdf>.
2. Бухун А. Громадянська позиція студентської молоді у контексті євроінтеграційних освітніх змін. *Українська професійна освіта*. 2018. № 3. С. 21-27.
3. Власова Н. Ф. Сутність поняття «громадянська позиція» та шляхи її формування. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2016. Вип. 51 (104). С. 110-117.
4. Зарванська Л. Процес формування громадянської свідомості та громадянської позиції молоді. *Актуальні проблеми громадянської освіти: український та зарубіжний досвід : матеріали Першої науково-практичної конференції*. Острог, 2013. С. 183-184. URL : <https://eprints.oa.edu.ua/2374/1/%D0%97%D0%B0%D1%80%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B0.pdf>.
5. Концепція розвитку громадянської освіти в Україні. *Розпорядження Кабінету Міністрів України «Про схвалення Концепції розвитку громадянської освіти в Україні» від 03.10.2018 р. № 710-р із змінами, внесеними Розпорядженням Кабінету Міністрів України № 176-р від 26.02.2020 р. та № 893-р від 08.10.2022 р.* URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/710-2018-%D1%80#Text>.
6. Куниця Т. Сформованість відповідальної громадянської позиції в учнів старшого підліткового віку. *Теоретико-методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді*. 2018. № 22. С. 112-120.
7. Романів Т. Засади формування активної громадянської позиції молоді. Молодіжна політика: проблеми та перспективи : збірник матеріалів VI Міжнародної науково-практичної конференції (15-16 травня 2009 р.). Дрогобич : ДДПУ, 2009. С. 92-94.

**Марусова Катерина,**  
здобувачка вищої освіти освітньої  
програми «Практична психологія»  
Горлівського інституту іноземних мов  
Державного вищого навчального  
закладу "Донбаський державний  
педагогічний університет".

### Особливості мотивації до навчання здобувачів вищої освіти в умовах війни

Розглянуто поняття мотиву і мотивації. Охарактеризовано особливості мотивації учіння та учбових мотивів.

**Ключові слова:** мотивація, учбові мотиви, навчальний процес, війна.

У зв'язку з повномасштабним вторгненням росії на територію України після 24 лютого постало питання мотивації до навчання здобувачів вищої освіти і не тільки. Оскільки у такий складний час відбувається адаптація студентів взагалі до життя в нових умовах, то власне навчання переходить майже на останній план. Молоді люди не вбачають нагальної потреби у навчанні під час війни, адже вони хвилюються за своє життя, життя своїх рідних і близьких, за свою країну, а також через щоденні смерті сил та мотивації до навчання майже не залишається. Саме тому виникає потреба у дослідженні особливостей мотивації до навчання під час війни.

Питання мотивації навчальної діяльності розглянуто у роботах багатьох науковців: Черняк Н. О., Дзюбко Л. В., Гриценко Л. І та ін.

Перш за все необхідно розрізнити поняття мотивації та мотиву. Так, Ільїн Є. П. зазначає, що всі визначення мотивації можна віднести до двох напрямків. Перший розглядає мотивацію зі структурних позицій, як сукупність факторів та мотивів. Наприклад, згідно зі схемою В. Д. Шадрікова (1982), мотивація обумовлена потребами й цілями особистості, рівнем домагань та ідеалами, умовами діяльності та світоглядом, переконаннями та спрямованістю особистості і т. д. З урахуванням цих факторів відбувається прийняття рішень, формування намірів. Другий напрямок розглядає мотивацію не як статичне, а як динамічне утворення, як процес, механізм. Пілюян Р. А. пише, що мотивація і мотив — взаємопов'язані, взаємообумовлені психічні категорії і що мотиви дії формуються на базі певної мотивації (тобто мотиви вторинні) [1]. У свою чергу мотив — це спонукання людини до активності, пов'язане з намаганням задовольнити певні потреби. Внаслідок усвідомлення і переживання потреб у людини виникають певні спонукання до дій, внаслідок яких ці потреби задовольняються [3]. Тобто мотив — поняття вужче, ніж мотивація.

Мотивація учіння – це система природних, соціальних та особистісних чинників, що спонукають до засвоєння інформації, виконання вимог вчителів (викладачів), включення у процес навчання, до зусиль, необхідних для подолання труднощів, до розвитку здібностей, до навчальної взаємодії тощо [2]. Відповідно варто розглянути класифікацію учбових мотивів, найбільш відомою з них є класифікація А. К. Маркової. Дослідниця серед мотивів учіння виділяє дві групи:

1. **Пізнавальні мотиви**, пов'язані із змістом учбової діяльності і процесом її виконання, що у свою чергу поділяються на підгрупи:

- широкі пізнавальні мотиви, які орієнтують на оволодіння новими знаннями,
- учбово-пізнавальні мотиви, які спрямовують на засвоєння способів здобування знань (інтерес до самостійного набуття знань, методів наукового пізнання, способів саморегуляції учіння, раціональної організації своєї учбової діяльності);
- мотиви самоосвіти, що спрямовують на самостійне вдосконалювання способів здобування знань.

2. **Соціальні мотиви**, пов'язані із різними соціальними взаємодіями здобувача освіти з іншими людьми:

- широкі соціальні мотиви, що визначають усвідомлення соціальної необхідності вчитися: прагнення отримувати знання, щоб бути корисним суспільству, бажання виконати свій обов'язок, розуміння необхідності вчитися і почуття відповідальності і т. д.;
- вузькі соціальні мотиви (позиційні), що обумовлюють прагнення зайняти певну позицію (наприклад, лідерську), певне місце у стосунках із оточенням, отримати визнання, схвалення, самоствердитись;
- мотиви соціального співробітництва, що сприяють прагненню до усвідомлення ефективності співпраці із іншими, до самовиховання і самовдосконалення [4].

Враховуючи вищезазначене, припускається, що у більшості студентів будуть домінувати соціальні учбові мотиви. Результати дослідження сприятимуть покращенню навчального процесу, розумінню спрямованості учбової мотивації здобувачів вищої освіти в умовах війни.

#### Список використаних джерел та літератури:

1. Ильин Е. П. Мотивация и мотивы: учебное пособие. Санкт-Петербург: Питер, 2011. 512 с.
2. Капосльоз Г.В. Особливості функціонування мотиваційної сфери особистості та «управління мотивацією» суб'єкта. *Вісник Національного університету оборони України*. Збірник наукових праць. Київ: НУОУ, 2011. Вип. 1 (20). С. 157-163

3. Крушельницька Я. В. Фізіологія і психологія праці: підручник. Київ: КНЕУ, 2003. 367с.
4. Токарева Н.М. Основи педагогічної психології: навч.-метод. посіб. Кривий Ріг, 2013. 223 с.

**Малієнко Оксана,**  
вчитель зарубіжної літератури

### **Зміна головного пріоритету навчально процесу в умовах війни: безпека учнів та попередження небезпек**

Війна в Україні змінила підхід до навчання дітей, на перший план виходить безпека, а далі йдуть набуті компетенції. Вчителі стикаються з викликами війни: загрозою ракетних ударів, небезпекою дронів-камікадзе, вибухонебезпечних предметів та хвилями дезінформації та кібератак. Але чіткі механізми можуть зробити навчальний процес більш безпечним і повернути його ефективність до довоєнного рівня.

**Ключові слова:** евакуація, стрес, вибухонебезпечні предмети, кібербезпека, домедична допомога.

Сучасна Україна водночас перебуває у стані найбільшої руйнації та найінтенсивнішого будівництва. Терористичний режим росії знищує наші будинки, школи, лікарні – це намагання знищити фізично всю Україну, а Україна в цей час відбудовує свою самобутність, знову знаходить загублені в десятиліттях поневолення національні цінності, відроджує справжній патріотизм. Відбувається відродження нашого народу.

Саме в цей непростий час українські вчителі мають стати опорою для дітей, які дуже добре знають, навіть в першому класі, що таке війна, хто знищує Україну і чому потрібно перебувати у безпеці, коли звучить сигнал тривоги. Діти нашої країни фактично щоденно перебувають у стані стресу: обстріли, новини, соціальні мережі, сигнали тривоги – це все є подразниками, які впливають на емоційний стан дитини.

Основні завдання школи до війни базувалися на формуванні різноманітних компетентностей, які б допомогли дитині бути успішною у житті. Школа вчила та вчила вчитися, виховувала та розвивала дитину, а з початком війни почала нести ще одну функцію – захист. Сьогодні варто говорити про очне навчання, яке ставить перед собою виклик у сфері безпеки: надійні бомбосховища, які мають забезпечити дітей укриттям від ракетної небезпеки. Не всі школи мають можливість навчатися очно, бо бомбосховища в Україні - це дефіцит. Але навіть їх наявність не робить дітей спокійними, коли лунає сирена.

Зараз, певно, кожен учитель, якому довелося працювати в очному чи змішаному режимі, стикався з евакуацією. Цей процес має чіткий алгоритм, який може допомогти швидко та безпечно переміститися до укриття.

Евакуація під час уроків проходить за таким алгоритмом:

- Під час повітряної тривоги потрібно діяти швидко, тому речі треба складати так, щоб їх можна було швидко зібрати та попрямувати до сховища.
- Зупиніть роботу, повідомте клас про загрозу та спокійно згуртуйте дітей. Надішліть батькам повідомлення про переміщення до укриття.
- Необхідно організувати пересування двома колонами у приміщенні класу та швидко залишити кабінет.
- Прямуйте до укриття шляхом, узгодженим з адміністрацією школи. Керуйтеся планом евакуації.

- Якщо під час уроку є два педагоги, один із них має очолювати колону учнів, інший — йти останнім.
- Подбайте про евакуацію дітей із особливими освітніми потребами за заздалегідь узгодженим алгоритмом.
- Після евакуації відповідальні особи мають перевірити, чи не залишилося людей у будь-якому приміщенні закладу. Після контролю відповідальні особи приєднуються до інших в укритті [5].

Коли діти перебувають в укритті ви маєте слідкувати за емоційним станом дітей, відволікати їх від тривоги та контролювати ситуацію. Різні вікові категорії дітей мають потребу у різних способах заспокоєння. Зокрема, детальні рекомендації можна знайти на офіційному сайті омбудсмена України. Можна виокремити основні поради, які варто використовувати педагогам у своїй діяльності:

- Говорити з дитиною варто дорослому, який найбільше зберігає спокій. Перед тим, як говорити з дитиною, дорослому самому слід заспокоїтися, щоб не завдати шкоди дитині.
- Дитяча психологиня Світлана Ройз звертає увагу, що під час стресу ігри дітей можуть бути трохи “регресивними”, тобто старші діти можуть знову грати в ігри для малечі. Можна ліпити з пластиліну, окреслити навколо себе коло безпеки з нитки, рвати на дрібні шматки папір, «Видихнути хмаринку» (уявити, що вдихнули хмаринку і видихнути її зі звуком, можна з грозою і блискавкою, тупотіти при цьому ногами) тощо. Також можна грати настільні ігри, малювати, грати у слова, ігри в телефоні, в яких залучене просторове сприйняття (наприклад, Тетрис).
- Світлана Ройз пояснює, що під час звуку сирен у дитини в особливому навантаженні перебуває аудіальний канал сприймання, тому його потрібно чимось “зайняти”. Для цього можна співати хором, горланити кричалки проти утіпутіна і російської армії, слухати в навушниках аудіоказки та музику, взяти з собою гітару та влаштувати для всіх концерт [5]

Українські ЗМІ також збирають масу доречних рекомендацій, які можуть спростити діяльність педагога в укритті. Важливим елементом діяльності якого стає безпека та емоційне здоров'я дітей.

Можливість дотримуватися порад та рекомендацій збільшить ваші шанси на позитивний результат, на жаль, не стовідсотково. Виконавши, до прикладу такі рекомендації:

- Діставшись укриття, допоможи дітям спокійно зайняти свої місця.
- За змоги найкраще продовжити заняття або зайнятися позаурочними активностями — так діти відволічуться й менше нервуватимуть.
- Зберігай спокій, адже діти відчувають напругу.
- Навчи дітей необхідних правил поведінки під час повітряної тривоги та переконайся, що вони усвідомили їх через гру — наприклад, продовжити фразу або називати по одному правилу по черзі [2].

Але, коли тривога триває близько трьох годин будь-які ігри не допоможуть дитині зберігати спокій, а щасливчиків, які мають окремі кабінети в бомбосховищі, не дуже багато, то проводити урок майже нереально, бо фоновий шум створить свої перешкоди.

Перебуваючи в сховищі з дітьми 1-6 класів варто змінювати активності: ігри від активних до інтелектуальних, читати книжки дітям, співати з ними і допомогти повернутися у зону комфорту. Більшість дітей буде спокійнішими, коли отримають легкий перекус. Дозвольте їм з'їсти трохи печива, чи енергетичний батончик, такі прості речі допоможуть повернутися до зони комфорту та відчути себе у безпеці. Ігор для таких ситуацій є дуже багато, наприклад:

- **Стендап.** Кожен розповідає найсмійнішу історію зі свого життя. Вправа має на меті розвеселити та заспокоїти дітей.

- **Вправа на розвиток пам'яті.** Потрібно розподілити дітей на групи по п'ятеро – семеро осіб. Один з групи відвертається, а інші тим часом вигадують певні пози. Перший з групи має запам'ятати дітей у правильному порядку та відтворити пози.
- **Гра в журналіста (створення подкасту).** Нехай діти спробують записати власний ефір новин зі школи, класу тощо. Хтось відповідатиме за музику, хтось — за зйомку. Серії можна продовжувати під час наступних повітряних тривог[2].

Підлітки будуть віддавати перевагу читанню, настільним іграм, а вашу підтримку, особливо, якщо вона проявлятиметься в фізичному контакті: обіймах, похлопуванні по плечі і т.п., як прояв визнання їх слабкими, що може лише роздратувати їх. Спробуйте сприймати підлітків як рівних собі, попросіть про допомогу з дітьми, під вашим контролем це допоможе відволіктися обом віковим групам.

Коли тривога закінчується, діти повертаються до навчального процесу. Дуже часто це відбувається посеред уроку. Продовжити навчання не завжди легко. Стрес може даватися в знаки, тому зосередитися на навчальній діяльності дитина може не відразу. Дайте час для адаптації, дозвольте з'їсти щось солодке, випити щось тепле. Потрачені 2-3 хвилини повернуть дитину до активної роботи.

Коли ж процес дистанційний, то ми не можемо контролювати емоційний стан дитини під час тривоги. Надайте рекомендації батькам, порадьте ігри та розваги для дитини, наголосіть про важливість власного прикладу. Важливо продемонструвати спокій на власному прикладі й педагогу. Зупиніть урок, попросіть всіх зібрати необхідні речі та перейти в безпечне місце, повідомте чи буде продовження уроку після завершення тривоги, чи якась інша форма відпрацювання.

Особливе загострення вибухової небезпеки набуло ще до початку війни. Україною прокотилася серія мінувань шкіл, садочків, ТЦ та вокзалів, а зараз проблема вибухонебезпечних предметів постає особливо гостро. Найскладніша ситуація в деокупованих територіях.

ЮНІСЕФ України розробили серію пізнавальних мультфільмів про суперкоманду, які можуть допомогти вчителю та батькам у поясненні ризиків вибухонебезпечних предметів. З відео можна познайомитися на каналі ЮНІСЕФ UA за посиланнями:

<http://surl.li/dkitg>

<http://surl.li/dkitr>

<http://surl.li/dkity>

Або переглянути соціальну рекламу МНС України: <http://surl.li/dkiul>

Також важливо скоротити алгоритм дій при виявленні небезпечної знахідки до кількох кроків:

1. В жодному разі не чіпайте його.
2. негайно повідомте про виявлений предмет підрозділам ДСНС (101) або поліції (102).
3. Попередьте перехожих про можливу небезпеку.
4. Відійдіть якомога далі від підозрілого предмету.
5. Дочекайтеся приїзду спеціалістів та вкажіть місцезнаходження підозрілого предмета[3].

Також важливо пропрацювати з дітьми питання кібербезпеки. Сучасні учні, особливо учні 5-11 класів, не уявляють життя без смартфонів. А це прямий доступ до інформації. Але інформація не завжди є корисною. В сфері важлива робота як вчителів так і батьків. НУШ дає чіткі рекомендації по роботі з дітьми з цього питання.

Як учителі, так і батьки можуть обговорити з дітьми такі правила в кіберпросторі:

- Ти спілкуєшся не з пристроями, а все ж таки з людьми через пристрій. На іншому боці може бути хто завгодно, навіть якщо тобі пише хтось, хто здається знайомим.
- Те, що ти розмістиш в інтернеті чи відправиш у повідомленні, автоматично стає не твоїм. Тому треба донести дитині, що таке цінна інформація та чому її не варто нікому надсилати.
- Усе, що ти отримав, але не очікував отримати, – підозріло. Тебе можуть обманути.
- Безкоштовний сир – лише в мишоловці. Гроші просто так не даються. Якщо в тебе є потреба в грошах, краще скажи про це дорослим, яким довіряєш.
- Якщо ти в чомусь сумніваєшся, проконсультуйся зі мною, дорослим.
- Ще одним правилом може бути, наприклад, не натискати (або не тицяти) на сайти з доменом “.ru”.

У деяких школах викладають предмети – кібербезпеку чи кібергігієну, і це – метод достукатися одразу до багатьох дітей. Також цю тему можна інтегрувати в інші предмети, як-от безпека життєдіяльності, окремі факультативи чи курси[3].

Ще одним аспектом безпечного навчання є вміння персоналу навчального закладу надавати домедичну допомогу. Найкращим варіантом буде пройти курс у спеціалістів, який займе кілька днів, але дасть повну картину дій у найрізноманітніших ситуаціях. Інший варіант – це тренінг на базі школи. Медичний персонал школи може провести тренінг для вчителів. Учні також мають бути обізнаними у цій сфері, тому тренінги для дітей теж є бажаною активністю.

МОЗ закликає надавати допомогу лише за умови, що це безпечно для вас. Власна безпека – пріоритет. Для цього огляньте місце події та переконайтесь, що вам нічого не загрожує.

Якщо маєте можливість, перемістіть постраждалого у більш безпечне місце.

Оцініть його стан. Перевірте, чи він у свідомості, чи дихає. Можна звернутись до людини із запитанням, щоб визначити чи вона у свідомості. Не натискайте на частини тіла пораненого для того, щоб визначити його стан. Нормальне дихання – це не менше 2-3 видихів за період часу, коли ви можете вголос порахувати від 501 до 510 (10 сек). Видихом рахується – підйом та опускання живота. Якщо постраждалий у свідомості, то нагальної необхідності перевіряти пульс та дихання одразу немає.

Зверніться за номером «103» для виклику бригади екстреної медичної допомоги. Якщо необхідно, то зверніться до інших екстрених служб (поліція, ДСНС)

Зупиніть критичні (артеріальні чи венозні) кровотечі. Для цього використайте кровоспинний джгут, турнікет чи тугу пов'язку. Накладайте кровоспинний джгут/турнікет максимально вище за місцем кровотечі на кінцівки постраждалого. Правильно накладений кровоспинний джгут/турнікет передбачає, що кровотеча зупинена. Також потрібно зафіксувати час його накладення. Оптимально – написати час на відкритій частині тіла постраждалого. Можете також запам'ятати час. За відсутності засобів для зупинки кровотечі, тисніть на рану. Важливо: НЕ переставайте тиснути на рану до приїзду медиків чи накладення кровоспинного джгута/турнікета. Залежно від виду кровотечі – зупинка тиску на рану може стати смертельною для людини.

Забезпечте прохідність дихальних шляхів. Якщо у постраждалого в роті є сторонні предмети, рвотні маси, приберіть їх для відновлення прохідності дихальних шляхів.

Якщо навіть після зупинки кровотечі та забезпечення прохідності дихальних шляхів у пораненого не з'явилися життєві ознаки, варто розпочинати серцево-легеневу реанімацію (СЛР).

Для СЛР покладіть постраждалого на спину, закиньте голову назад. Натискайте посеред грудної клітини двома руками: основу однієї долоні накрийте другою долонею. Глибина натискання має становити близько 5-6 см. Частота натискань має складати близько 100-120 на хвилину.



Тримайте пораненого у стабільно боковому положенні до приїзду медиків.

Не залишайте постраждалого самого. Навіть якщо ви зупинили кровотечу, поранений у свідомості може захотіти зняти джгут чи турнікет, адже йому боляче[4].

Не дозволимо загарбнику знищити нашу країну, наших дітей та наш дух. Багато українських педагогів, як і Анатолій Петрович, пішли воювати за рідну землю, вони віддають своє життя, жертвують своїм здоров'ям заради майбутнього наших дітей у вільній Україні! Тож бережімо наш фронт! Хай освіта України пройде всі випробування і продовжить випускати у світ талановитих, розумних, вихованих і здорових дітей!

Не зважаючи на війну, українці залишаються працьовитою нацією, яка не боїться важко працювати заради успіху. Ми вміємо навчати й дарувати світові геніїв архітектури, інженерії, літератури та мистецтва, ІТ-технологій та фізики й нас не зупинить війна. Бо як же ми будемо працювати після нашої перемоги, якщо зараз так тримаємо стрій!

### Список використаних джерел та літератури:

1. Алгоритм дій вчителя при евакуації до укриття. [Електронний ресурс]: стаття. – Режим доступу:  
<http://surl.li/dkicb>
2. Повітряна тривога під час уроків: як говорити з дітьми батькам та вчителям. . [Електронний ресурс]: стаття. – Режим доступу:  
<http://surl.li/dkflo>
3. Що таке кібербезпека, як вчити дітей бути обачними в мережі та корисні ресурси для навчання. [Електронний ресурс]: стаття. – Режим доступу:  
<http://surl.li/dkiqc>
4. Як надати першу домедичну допомогу в умовах військового стану для цивільних осіб. [Електронний ресурс]: стаття. – Режим доступу:  
<http://surl.li/dkijhn>
5. Як підтримати та заспокоїти дитину під час війни. [Електронний ресурс]: стаття. – Режим доступу:  
<http://surl.li/btqpa>

**Маслянюк Валентина**

вихователь Кам'янець-Подільського ЗДО №20

### Патріотичне виховання дітей в сучасному просторі дошкільної освіти

Головною метою статті є формування патріотичної свідомості дошкільників, виховання громадянина – патріота, який володіє глибоким розумінням громадянського обов'язку, прагне до фізичного вдосконалення, вивчення традицій та героїчних сторінок історії українського народу. Для реалізації мети окреслено низку завдань для її досягнення.

«Дитинство – щоденне відкриття світу, і тому треба зробити так, щоб воно стало, перш за все пізнанням людини і Вітчизни, їх краси і величі». В. О. Сухомлинський.

**Ключові слова:** патріотизм, патріотичне виховання, патріотичні почуття, громадянськість, Батьківщина.

Сьогодні однією з найголовніших у пріоритетних напрямів роботи ЗДО є патріотичне виховання. Зміни в суспільстві та державі, політична нестабільність сьогодення обумовлюють необхідність формування у дітей саме дошкільного віку високих етичних і моральних якостей, серед яких важливе місце посідають

патріотизм, громадянськість, відповідальність за долю Вітчизни і готовність до її захисту. Тому, одним з важливих педагогічних завдань, визначених Законом України «Про дошкільну освіту», є виховання у дітей любові до України, шанобливого ставлення до родини, поваги до народних традицій і звичаїв, рідної мови, національних цінностей українського народу а також свідомого ставлення до себе, оточення та довкілля.

«Патріотизм – серцевина людини, основа її активної позиції», - зазначав В.О.Сухомлинський.

Патріотизм – це любов до Батьківщини, відданість їй і своєму народу. Без любові до Батьківщини, готовності примножувати її багатства, оберігати честь і славу, а за необхідності – віддати життя за її свободу, людина не може бути громадянином. Саме дошкільний вік, як період становлення особистості, має свої потенційні можливості для формування вищих моральних почуттів, до яких належать почуття патріотизму. І наше завдання полягає в тому, щоб дитину ще в дошкільному віці навчити бути, перш за все, приязною (до чого – небудь, бути відповідальною в її малих справах, вчинках), так як патріотизм – це почуття приязні.

Патріотичні почуття дітей дошкільного віку засновуються на їх інтересі до найближчого оточення (сім'ї, батьківського дому, рідного міста, села), яке вони щодня бачать, вважають своїм рідним. Важливе значення для виховання патріотичних почуттів у дошкільників має приклад дорослих, адже діти швидше проявляють емоційно-позитивне ставлення, ніж починають засвоювати знання.

Патріотичне виховання за своєю природою багатогранне, воно об'єднує всі сторони особистості: моральну, трудову, естетичну, фізичну. Перш ніж дитина навчиться співпереживати бідам та проблемам Батьківщини, вона повинна навчитися співпереживанню взагалі як людському почуттю. Захоплення просторами країни, її красою та природними багатствами виникає тоді, коли дитину навчили бачити красу безпосередньо навколо себе. Дитина старшого дошкільного віку може і повинна знати, як називається країна, в якій вона живе, столицю, місто, в якому вона живе, визначні місця, природу рідного краю, традиції. Тому, саме таку інформацію я подаю дітям у вигляді екскурсій містом, перегляду відео, бесід про вулиці, архітектурні та історичні місця. За допомогою батьків робимо відео чи фото прогулянки дитини вулицею містом, а потім у групі дитина розповідає про свою вулицю (назву, об'єкти, як її вулиця з'єднана з вулицею, на якій знаходиться дитячий садок). Також під час прогулянок звертаю увагу на красу нашого міста, розмаїття, багатство. Діти отримують уявлення про те, які рослини ростуть у нас в Україні, які квіти квітнуть на українських полях. Граємо з дітьми в ігри типу «На веселій галявині», де дошкільнята долучаються до природоохоронної діяльності. Доброю традицією стало в нас проведення «Дня Землі» з участю батьків, коли розцвітає і заплітається у віночок буйної зелені вся територія дитячого садка.

«Людина, яка не знає свого минулого, не знає нічого».

Без знань своїх коренів, традицій свого народу не можна виховати повноцінної людини, що любить своїх батьків, свій дім, свою країну. Кожна дитина має знати своє походження та історію свого роду. Саме в цьому допоможе родовідне дерево, яке виготовляють діти разом із батьками, де чітко прослідковуються родинні зв'язки. Дізнавшись, ким були пращури і чого вони досягли, діти намагатимуться наслідувати їх, а в подальшому це створить атмосферу причетності до розвитку України.

Важливим напрямом патріотичного виховання є залучення до народознавства – вивчення культури, побуту, звичаїв рідного народу. Тут я ознайомлюю з культурними і матеріальними цінностями родини і народу, пояснюю зв'язок людини з минулими і майбутніми поколіннями, виховую інтерес до родинних і народних традицій. Значну роль у вихованні дітей відіграють саме народні традиції – досвід, звичаї, погляди, смаки, норми поведінки, що передаються з покоління в покоління (шанувати старших, піклуватися про дітей, відзначати пам'ятні дати тощо). Ми

завжди охоче беремо участь у проведенні різних свят, що впливають на формування патріотичних почуттів: « Ми маленькі козачати, ми нащадки козаків», «Стрітеня», «Великдень», до дня Незалежності України і ін.

Неабияке значення для виховання свідомого громадянина є виховання шанобливого ставленн до героїв війни, до пам'яті тих, хто загинув, захищаючи Вітчизну. Тут дуже великий вплив мають бесіди, зустрічі з ветеранами, використання пісень, віршів, наочного матеріалу. Після кожного заходу дошкільнята беруть у руки олівці, фарби й вівдтворюють свої враження в образотворчій діяльності. Також виготовляємо листівки, обереги, приурочуємо їх до свят та передаємо нашим захисникам.

Проблема патріотизму надзвичайно багатоаспектна. Патріотичні почуття не зявляються самі по собі, це результат довготривалого виховного впливу на людину. Національно-патріотичне виховання дітей дошкільного віку – це комплексна система і цілеспрямована діяльність сім'ї, закладу дошкільної освіти і суспільства. Важливе завдання у процесі виховання патріотизму – не набуття знань про нього, а з надання йому відповідного сенсу через емоційне переживання.

Досвід показує, щоб патріотичне почуття трансформувалося в патріотичні дії, ми вихователі, дорослі маємо забезпечити «зустріч» вихованця з реальним патріотизмом, тобто із ситуацією, коли це почуття проявляється у формі конкретних дій у реальному житті. Важливо показати дитині, які патріотичні вчинки він може сам здійснити ( наприклад , подарувати свою іграшку дитині з родини, що переїхала із міст, де йдуть воєнні дії, прибрати двір тощо), а ще дати відчутти позитивні результати своїх дій ( вдячність, радість, тощо).

Таким чином, працюючи над проблемою патріотичного виховання в сучасному просторі дошкільної освіти, ми бачимо, що без сформованності почуття патріотизму соціальне життя дитини буде неповноцінним, вона не матиме можливості повністю самореалізуватися в суспільстві.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Базовий компонент дошкільної освіти.
2. Бех І. Д. Патріотизм має бути дієвим. Сучасний підхід до патріотичного виховання. Дошкільне виховання. 2016. №8. С. 2 -3.
3. Богуш А. Національно – патріотичне виховання в українському дитячому садку. Концепція Софії Русової та сьогоднішня. Дошкільне виховання. 2016. №2. С. 2 -5.
4. Про організацію національно – патріотичного виховання у дошкільних навчальних закладах. Інструктивно – методичні рекомендації ( Додаток до листа МОН України від 25.07.2016р. №1/9-396. Дошкільне виховання. 2016. №9. С.11 -15.
5. Боровська О., Токарева Т. Формування громадянської компетентності дошкільника. Вихователь-методист дошкільного закладу. 2016. №6. С. 58.
6. Кривоніс М.Л., Дроботій О.Л. Патріотичне виховання в ДНЗ. Харків : Вид. Ранок, 2017. 192с.

**Мізерія Валентина,**  
вихователь Хмельницького закладу  
дошкільної освіти №18 «Зірочка»,  
вихователь-методист

#### **Освітня система України в умовах війни: актуальні проблеми. Казкотерапія як інструмент подолання кризових ситуацій.**

Стаття присвячена особливостям роботи педагогів в умовах війни з подолання кризових ситуацій та ліквідації їх наслідків засобом казкотерапії. Крім суто виховної функції, казкотерапія має терапевтичне значення, зокрема, цей метод сприяє

зниженню рівня тривожності, подоланню деяких фобій, а також застосовується при лікуванні окремих психосоматичних розладів.

**Ключові слова:** казкотерапія, оздоровлення, психотерапевтична робота, діти, терапія, казки, виховання.

Сьогодні в умовах війни, де діти дошкільного віку належать до найвразливішої категорії населення, педагогу необхідно володіти елементарними навичками подолання тривожності, нападів панічної атаки, вміти переспрямовувати увагу конкретної дитини, або дітей на позитивні явища, зацікавити їх, знайти способи піднесення їхнього настрою, знайти елементарні способи розслаблення дитини у стані нервового напруження.[8] Тому, для подолання кризових ситуацій та ліквідації їх наслідків в освітньому середовищі ЗДО ми використовуємо казкотерапію.

Казкотерапія, поєднуючи в собі терапевтичні можливості різних засобів (драматизація, малювання, ліпка, співи, танці) пропонує суб'єкту широкі можливості для самовираження, різноманітні способи презентації свого внутрішнього світу, та потенціалу. Засоби казкотерапії є не директивними, вони дозволяють суб'єкту достатню ступінь довільності самовираження. Ведучий водночас є і організатором, і учасником цього процесу. Відсутність жорстких рамок поведінки, заохочення до імпровізування створюють передумови для вільного вираження тривожних переживань, сприяють гармонізації емоційного стану та зменшенню рівня тривожності особистості.

Казкотерапія - одна із інноваційних здоров'язберезувальних технологій у просторі сучасного дошкільного закладу під час воєнного стану в країні.

Визначення поняття «казкотерапія» у різних контекстах розглядається по-різному. Казкотерапія розглядається і в освіті, і у вихованні, і у розвитку особистості, і у тренінгах, і як інструмент психотерапії.

Терапевтичний вплив казкотерапії відбувається на двох рівнях: вербальному і невербальному. Рекомендується починати роботу на вербальному рівні (сприймання казки), продовжувати на невербальному (малювання, ліплення). На завершальному етапі застосовуються вербальні засоби (обговорення казки, дискусійна форма роботи).

Також однією з форм казкотерапії може бути колективне створення казки, спрямоване на розв'язання спільної проблеми, що має значення для кожного і де кожна дитина є автором. Це дає можливість з'ясувати проблеми, які виникають у дітей, і є для них актуальними, і які під час безпосереднього обговорення сприймалися би занадто болісно.

Казкотерапія здатна знизити у дітей рівень тривожності, подолати різноманітні страхи, уможливити адаптацію до колективу. Казкою можна приборкати дитячу агресивність, додати упевненості невпевненими і сором'язливим дітям і навіть полікувати окремі психосоматичні захворювання. У процесі впливу методу казкотерапії дитина починає самостійно позбуватись очевидних і прихованих проблем [3].

Багато вчених займалися вивченням казкотерапії з метою впровадження цієї технології у практику, розробляли рекомендації, програми тощо, але найбільш комплексні та ґрунтовні нароби з цього питання належать Т. Зінкевич-Євстігнеєвій та Т. Грабенко [2]. Ними визначено принципи взаємодії педагога з дитиною, розроблено теоретичні аспекти щодо організації казкотерапії, а також проєктивну діагностику, психокорекцію та психотерапію, психопрофілактику особистості та її розвиток через гармонізацію внутрішнього світу. В основі розробки особистісно орієнтованої системи навчання та виховання лежить принцип визнання індивідуальності особистості, створення необхідних умов для всебічного, гармонійного розвитку дитини, для виявлення рівня її пізнавальної активності, творчої обдарованості, можливостей та здібностей, що потребує подальшого

розвитку. Завдання педагога за цієї системи виховання полягає у створенні таких навчальних та виховних ситуацій, які б сприяли максимальному розкриттю здібностей дитини та стимулювали б її внутрішні можливості до саморозвитку.

Одним із ефективних шляхів вирішення цього завдання може бути, на нашу думку, застосування педагогом методів та прийомів комплексної казкотерапії. Для будь-якої терапії, і для терапії за допомогою казки, зокрема, дуже важливо створити такі умови для психологічної та педагогічної роботи, які б допомагали дитині подолати те, що стримує її розвиток. Власне, цей аспект і став основним у створенні концепції казкової терапії.

Для отримання необхідного терапевтичного ефекту в успішній роботі з казкою необхідно дотримуватись наступних принципів:

- усвідомлення власних можливостей;
- свідомлення цінності власного життя;
- розуміння закону причини та наслідку;
- пізнання різних стилів світовідчуття;
- свідомо творча взаємодія зі світом;
- внутрішнє відчуття сили та гармонії [6].

Нам відомо, що казка – один із фольклорних жанрів. Казкові сюжети, на думку послідовників К. Юнга, є своєрідними матрицями, що відбивають головні душевні конфлікти дитини, суть яких залишається незмінною протягом усієї історії людства і є архетипними. Незалежно від того, визнають чи не визнають люди ці конфлікти, вплив останніх не зменшується. Казка ж у цьому випадку – виводячи суперечність зсередини в зовнішній світ – пропонує способи її розв'язання, це природні ліки, що вживаються інтуїтивно.

Казкотерапія – це система передачі життєвого досвіду, розвитку соціальної чутливості, інтуїції і творчих здібностей. Мета казкотерапії – перетворити негативні образи на позитивні. Спокійний стан нервової системи повертає дитині здоров'я. У казках діти бачать не реальний світ, а те враження, яке він на них справляє, тобто свій внутрішній стан. Щоб описати його, вони шукають у зовнішньому світі аналогії і, оперуючи ними, створюють образи, повідомляючи при цьому про свій внутрішній стан. Це називається метафорою. Саме мовою метафор говорить наша психіка, а точніше – права півкуля головного мозку. Вчені вважають, що ця частина мозку відповідає і за наше здоров'я.

Отже, тривала психологічна напруга, викликана страхом, призводить до дисбалансу в організмі дитини, а це, у свою чергу, викликає нездужання і, як наслідок, хворобу. Все, що викликає нездужання, записане у правій півкулі мозку у вигляді почуття. Мова правої півкулі (тобто мова метафор і аналогій) не лише створює нові картини, а й змальовує і трансформує нові гарні образи. Тричотирирічні діти люблять робити героями своїх казок іграшки, маленьких чоловічків, звірят. Чотири-шестирічні використовують образи давніх казок – фей, принцес. У шість-сім років герої схожі на самих дітей. Заглиблюючись у казку, діти й дорослі можуть розкрити свій потенціал, накопичити сили для його реалізації. Можливе подальше малювання, ліплення з пластиліну або виготовлення героїв із паперу.

Сучасні психологи Т. Зінкевич-Євстигнеєва, С. Черняєва, О. Гнездилов, Р. Ткач, І. Вачков присвятили свою роботу дослідженню казок. Вони зібрали й опрацювали величезний казково-метафоричний матеріал як авторських, так і народних дидактичних казок, історій, притч, який використовується не тільки психологами, а й педагогами в навчально-виховному процесі.

Казкотерапія – це процес пошуку, сенсу, інтерпретації знань про світ і систему взаємовідносин у ньому; перенесення казкових змістів у реальність; процес об'єктивізації проблемних ситуацій, активізації потенціалу особистості, усебічного навчання і виховання; терапія середовищем, особливою казковою ситуацією, у якій може матеріалізуватися мрія, а головне, у ній з'являється почуття захищеності [4].

Відтак казкотерапія – це екологічний, травмобезпечний, безболісний спосіб у спілкуванні з дітьми у різних емоційних станах під час воєнних дій в оточуючому житті. Можливо, тому, що саме за допомогою казок (або під їх впливом) формується життєвий сценарій і, відповідно, за допомогою казки особистість проходить переосмислення, трансформацію, перетворення внутрішнього і зовнішнього світу та моделювання кращого майбутнього.

У процесі слухання, вигадування і обговорення казки у дитини розвиваються необхідні для ефективного існування фантазія, творчість. Вони засвоюють основні механізми пошуку та прийняття рішень., вчать трансформувати внутрішні негативні та тривожні стани та сценарії у зовнішні позитивні.

На думку Р. Ткач, для того щоб казка або історія мала вплив і надала допомогу, необхідно дотримуватися певних правил її створення:

1. Насамперед, необхідно вигадати казкового героя, близького до дитини за статтю, віком, характером і т.п. Далі, схарактеризувати героя, його життя в казці таким чином, щоб дитина помітила схожість із собою (але не відкрито).

2. У казці повинна бути ситуація, у чомусь схожа із проблемою дитини, але ні в якому разі не мати з нею прямої подібності.

3. Казка повинна пропонувати новий досвід, використовуючи який, дитина може зробити інший вибір при вирішенні своєї проблеми, або в цьому їй має допомогти психолог.

4. Казковий сюжет повинен розгортатися в певній послідовності (початок казки, проблемна ситуація, кульмінація, розв'язка, мораль казки). Казки, складені дітьми, не тільки відображають їхню внутрішню реальність, актуальні проблеми, але й сприяють вирішенню труднощів. Помічено, що створення казок позитивно позначається на психологічному здоров'ї: дитина стає більш врівноваженою, краще справляється з життєвими труднощами. Складену казку можна просто прочитати дитині, без обговорення, даючи можливість дитині подумати, а, насамперед, надати можливість психіці дитини «опрацювати» інформацію на підсвідомому рівні. Так само можна намалювати цю казку, програти її за допомогою ляльок, у пісочниці з фігурками.[9] За допомогою казкотерапії можна працювати з проблемами страху, сорому, провини, брехні, із різного роду психосоматичними захворюваннями, з агресивними, невпевненими, сором'язливими, тривожними дітьми, а також розвивати пізнавальну, моральну та етичну сфери дошкільнят. Крім того, в процесі казкотерапії дитини актуалізує свої проблеми, а також бачить різні шляхи їх вирішення.

Ключовий вплив терапевтичної казки на психіку дитини полягає у можливості через певні звичайні або надзвичайні події показати способи дій у різних життєвих ситуаціях (фактично виховати готовність до дорослого життя) [5]. Педагогам, психологам і батькам варто пам'ятати, що від виявлення проблем дитини і вчасно наданої допомоги залежить її подальший розвиток. Казкотерапія допоможе скоригувати поведінку дитини, пояснити їй основні закони світу, прищепити правильні цінності та розкрити творчий потенціал. Занурюючись у казковий світ, дитина занурюється у глибини своєї душі, вчиться оволодівати цим підсвідомим простором. Повернувшись із казкової подорожі до реального світу, вона почувається впевненіше, починає усвідомлювати власну спроможність упоратися з очікуваними труднощами. [5] У системі групової та індивідуальної психологічної роботи фактично не існує іншого методу, який так тісно був би пов'язаний з народними нормами виховання, навчання та соціальної адаптації дитини. Пам'ятаймо, що лише любов і терплячість дорослих здатні сформувати у дитини силу, впевненість та емоційну стабільність, з якою вона пізнаватиме життя.

### Список використаних джерел та літератури:

1. Базовий компонент дошкільної освіти. *Державний стандарт дошкільної освіти: особливості впровадження / уряд.*: О.Г.Косенчук, І.М.Новак, О.А.Ветловська, Л.В.Кузьменко. Харків: Ранок, 2021. С.197-233.
2. Ващенко О., Свириденко С. Організація здоров'язберігаючої діяльності початкової школи. *Початкова освіта*. 2005. № 46. С.2-4.
3. Гетманська М. Казка чи казкотерапія? Виховання чи лікування? *Психолог дошкілля*. 2012. № 9. С. 29–32.
4. Дубинська О. Казкотерапія як засіб розвитку творчих здібностей дошкільників. *Психолог дошкілля*. 2014. №10. С. 12-13.
5. Половіна О. Формування емоційного досвіду дошкільника засобами казки. *Вихователь-методист дошкільного закладу*. 2012. №2. С.10-13.
6. Єгорушкіна. К. Казкотерапія як інструмент психолога та педагога. *Вихователь-методист дошкільного закладу*. 2012. № 2. С. 4–9.
7. Про окремі питання діяльності закладів дошкільної освіти у 2022/2023 навчальному році : Лист МОН від 27.07.2022 № 1/8504-22 URL: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-okremi-pitannya-diyalnosti-zakladiv-doshkilnoyi-osviti-u-20222023-navchalnomu-roci> (дата звернення 17.10.2022).
8. Про рекомендації для працівників закладів дошкільної освіти на період дії воєнного стану в Україні : Лист МОН від 02.04.2022 № 1/3845-22 URL: <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-rekomendaciyi-dlya-pracivnikiv-zakladiv-doshkilnoyi-osviti-na-period-diyi-voyennogo-stanu-v-ukrayini> (дата звернення 17.10.2022).
9. Шик. Л.А., Гаркуша Г.В., Тур Л.В., Рудик О.А. Казкотерапія в роботі з дошкільниками. Харків : Основа, 2012. 240 с.

**Мітягіна Світлана,**

методист науково-методичного центру  
організації наукової роботи та  
моніторингових досліджень ХОІППО

### Сприяння підвищенню рівня моніторингової культури керівних і педагогічних працівників закладів ЗСО як актуальний напрямок діяльності ХОІППО

У тезах обґрунтовується актуальність сприяння підвищенню рівня моніторингової культури керівних та педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти. Окреслюються деякі особливості процесу сприяння формуванню й розвитку моніторингової культури освітян як складової підвищення науково-дослідницької компетентності. Зазначаються зміни в підходах до такої діяльності з урахуванням зростання вимог до підготовки та проведення моніторингу якості освіти в закладі ЗСО.

**Ключові слова:** науково-дослідницька компетентність педагогічного працівника, моніторинг якості освіти, моніторингова культура, післядипломна педагогічна освіта.

Концепція Нової української школи передбачає значне зростання вагомості в професійній діяльності педагогічних працівників науково-дослідницької компетентності. Такі уміння, як застосування наукових методів, здійснення аналізу, формулювання гіпотез, збору даних, проведення експериментів, відносяться до ключових компонентів формули НУШ. Очевидно, що здатність сприяти формуванню цих компетентностей у здобувачів загальної середньої освіти безпосередньо залежить від рівня їх розвитку в педагогічних працівників (насамперед учителів). Зазначене обумовлює зростання актуальності сприяння розвитку науково-

дослідницької компетентності педагогічних працівників у рамках післядипломної педагогічної освіти.

Крім того, сучасні підходи до організації діяльності закладу ЗСО передбачають застосування такого засобу спостереження за станом надання освітніх послуг та якості освітнього процесу, як моніторинг. Проведення внутрішнього моніторингу якості освіти вимагає від керівних та педагогічних працівників застосування специфічних умінь і навичок, що також входять до поняття «науково-дослідницька компетентність».

Отже, актуальність питання сприяння підвищенню науково-дослідницької компетентності педагогічних та керівних працівників системи ЗСО дедалі зростає, а одним з аспектів, що мають бути у фокусі уваги, є формування й розвиток умінь і навичок, необхідних для проведення внутрішнього моніторингу якості освіти в школі.

Хмельницький ОІППО понад десять років проводить комплексну роботу з вивчення потреб керівних і педагогічних працівників області в аспекті науково-дослідницької та моніторингової діяльності в закладах ЗСО, а також задоволення цих потреб. У рамках цього напрямку діяльності було підготовлено понад двадцять методичних розробок і посібників, систематично проводяться навчальні та навчально-консультаційні заходи, забезпечується адресна методична допомога окремим закладам освіти на їхнє прохання, відповідні теми розглядаються на навчальних заняттях на курсах підвищення кваліфікації тощо.

Слід зауважити, що попередніми роками працівники закладів ЗСО проявляли інтерес до теми моніторингу якості освіти передусім в аспектах ознайомлення з досвідом міжнародних досліджень, з перевагами моніторингу перед іншими засобами та формами вивчення стану освіти, а також із результатами моніторингових досліджень, що проводилися на національному та регіональному рівнях. Можна говорити про те, що вони часто не зосереджували увагу на суто практичних аспектах цієї теми. Керівники закладів освіти прагнули здобути знання, які дозволяли б їм ініціювати моніторингові дослідження та в цілому оцінювати коректність процесу їх здійснення. Педагогічні працівники найчастіше бажали ознайомитися з основами проведення моніторингу якості освіти та сформуванню умінь й навички, які дозволяли б уникнути помилок під час вибору інструментарію, аналізу та інтерпретації результатів. Оскільки методами збору інформації як правило обиралися контрольні зрізи знань та опитування (анкетування), таке неглибоке занурення в тему моніторингу було цілком виправданим.

Затвердження Міністерством освіти і науки України Порядку проведення моніторингу якості освіти значно підвищило вимоги до організації та проведення досліджень навіть локального рівня (внутрішнього моніторингу в закладі освіти). Відповідно, відбулися суттєві зміни в потребах та очікуваннях керівних і педагогічних працівників щодо отримання навчальної й методичної підтримки в цих питаннях з боку закладів післядипломної освіти. Тепер педагогам доводиться занурюватися в тему моніторингу глибоко, причому метою навчання сьогодні є не отримання знань, а формування спеціалізованих умінь і навичок. Таким чином, діяльність з підвищення рівня моніторингової культури набула максимально прикладного характеру.

Поява в педагогічних працівників нових потреб і очікувань щодо змісту й спрямованості роботи з підвищення рівня моніторингової культури обумовила необхідність визначення нових підходів до організації навчальних заходів, розроблення нових методичних та дидактичних матеріалів. Попри те, що впродовж років інтерес працівників закладів ЗСО Хмельниччини до питань моніторингу якості освіти тримався на високому рівні, затвердження Порядку проведення МЯО спричинило ще більший його сплеск.

Задля задоволення попиту з боку керівників закладів ЗСО наприкінці 2021 року Хмельницьким ОІППО було підготовлено й проведено цикл навчальних вебінарів, у рамках яких розглядалося широке коло аспектів щодо організації, підготовки та



проведення внутрішнього моніторингу якості освіти. Зокрема було висвітлено питання вибору методів дослідження, у тому числі таких, що не вимагають залучення учасників дослідження, можуть застосовуватися дистанційно та не передбачають внесення коректив у навчальний процес. Було розглянуто й одне з ключових та найскладніших питань щодо підготовки внутрішнього моніторингу – розроблення програми.

Важливо наголосити, що діяльність ХОІППО з підвищення рівня моніторингової культури керівників та педпрацівників шкіл області вже понад десять років спирається на систематичне вивчення актуальних потреб і очікувань освітян щодо отримання навчальної, методичної та консультаційної допомоги з означеної проблематики. Зворотний зв'язок між інститутом та освітянським загалом забезпечується в різноманітний спосіб – шляхом проведення опитувань; збору побажань щодо тематики майбутніх навчальних заходів; співбесід під час консультацій, що надаються представникам закладів ЗСО; узагальнення думок і ставлень, що висвітлюються керівниками й педагогами в листах та в телефонних розмовах при зверненні до працівників ХОІППО, котрі опікуються напрямом моніторингу якості освіти, тощо.

Відповідно, проведений цикл навчальних вебінарів надав інституту можливість отримати інформацію про актуальні проблеми й очікування керівників та педпрацівників закладів ЗСО щодо змісту діяльності ХОІППО з підвищення рівня їхньої моніторингової культури. Зміст запитань, що озвучувалися учасниками вебінарів, їхніх коментарів за підсумками кожного заходу, думок і побажань, висловлених в листах та розмовах по завершенні циклу занять, дозволили:

- визначити шляхи вдосконалення подальшої діяльності інституту в означеному напрямку;

- окреслити коло потенційних викликів і перешкод, з якими можуть стикнутися науково-педагогічні та педагогічні працівники ХОІППО, котрі опікуються питаннями підвищення рівня моніторингової культури освітян області.

На разі доцільно говорити виключно про припущення існування тих чи інших потенційних перешкод. Підтвердження або спростування цих припущень, а також визначення вагомості кожної з перешкод (у випадку їх існування) стане можливим лише за умови проведення відповідного дослідження в 2023 році. Робочими гіпотезами можуть бути наступні припущення:

- Частина керівних та педагогічних працівників закладів ЗСО, яким доручається проведення внутрішнього моніторингу якості освіти, не має спеціалізованої підготовки та необхідного практичного досвіду. В окремих випадках вони не мають досвіду здійснення науково-дослідницьких розвідок взагалі (навіть у рамках навчання у закладі вищої освіти). У такому разі формування вузькоспеціалізованих умінь і навичок для коректної підготовки й проведення моніторингу є украй ускладненим, адже не сформована або недостатньо сформована загальна науково-дослідницька компетентність, яка має слугувати підґрунтям для навчання.

- Не всі педагогічні працівники виявляють готовність визнати необхідність присутності наукових досліджень у практиці школи. Ідеться про те, що, обираючи фах, вони свідомо готувалися до педагогічної діяльності, не маючи наміру присвячувати себе науці. У такому разі педагоги схильні сприймати необхідність проводити дослідницькі розвідки як примус з боку адміністрації закладу освіти. Відповідно, вони не мають позитивної мотивації до формування навичок і умінь, необхідних для проведення моніторингу якості освіти.

- Брак у педагогічних працівників позитивної мотивації до підвищення рівня їхньої науково-дослідницької компетентності та опанування нових, специфічних умінь може спостерігатися й з іншої причини. Організація та проведення моніторингу може сприйматися ними як додаткове (отже, небажане) навантаження, оскільки за своїми

безпосередніми посадовими обов'язками вони мають зосереджуватися на зовсім інших видах діяльності.

У разі підтвердження існування зазначених чинників організаторам навчальних заходів з підвищення моніторингової культури освітян буде необхідно враховувати їх при пошуку ефективних підходів, методів, форм роботи, які дозволили б працівникам закладів ЗСО підвищувати свою кваліфікацію в максимально комфортний спосіб та з високою результативністю.

Хмельницький ОІППО (зокрема науково-методичний центр організації наукової роботи та моніторингових досліджень як ключовий структурний підрозділ, що опікується питаннями підвищення рівня моніторингової культури освітян області) продовжує здійснювати діяльність, спрямовану на допомогу працівникам системи ЗСО в питаннях моніторингу якості освіти. Так, у 2022 році для користування ними було розроблено методичну продукцію на допомогу керівникам та педпрацівникам закладів ЗСО з питань організації та проведення внутрішнього моніторингу якості освіти. Зокрема на численні прохання керівників шкіл області було підготовлено посібник з питань розроблення документаційного супроводу МЯО в школі, у тому числі програми внутрішнього моніторингу. Крім того, було підготовлено міні-серію розробок з питань розвитку науково-дослідницької компетентності освітян, в основу яких покладено матеріали консультацій, наданих працівниками ХОІППО керівникам та працівникам шкіл області.

Отже, підсумовуючи все вищезазначене, можна зауважити: підвищення науково-дослідницької компетентності керівних і педагогічних працівників закладів ЗСО є актуальним напрямком діяльності Хмельницького ОІППО, при цьому одним із ключових аспектів такої роботи є сприяння підвищенню моніторингової культури освітян області.

**Мисько Володимир,**  
магістр, викладач географії, керівник гуртків  
Кам'янець-Подільського позашкільного  
навчально-виховного об'єднання

### **Особливості ведення туристсько-краєзнавчої роботи у закладах загальної середньої освіти та позашкільній роботі (на прикладі діяльності Кам'янець-Подільського ПНВО)**

Автором розглянуто теоретичні та методичні аспекти організації, планування та проведення туристсько-краєзнавчої роботи у закладах загальної середньої освіти та позашкільній роботі. Підкреслено важливість застосування засобів туристсько-краєзнавчої діяльності в загальноосвітній школі, що створює найбільш оптимальні умови реалізації завдань фізичного, морального і розумового виховання учнівської молоді. У статті автор проаналізував діяльність туристсько-краєзнавчого відділу Кам'янець-Подільського ПНВО.

**Ключові слова:** шкільне краєзнавство, туристсько-краєзнавча робота, туризм, туристсько-краєзнавчий гурток, Кам'янець-Подільське ПНВО.

На сучасному етапі духовного відродження незалежної України невід'ємною складовою наукових досліджень та громадського руху є історичне краєзнавство, спрямоване на відродження духовності, історичної пам'яті, формування у громадян і, патріотизму, поваги до людини, відповідальності за збереження історико-культурних надбань. Державні програми в Україні, концептуальні засади національного виховання передбачають у діяльності сучасної школи і позашкільних навчальних закладів освіти широке впровадження основ краєзнавства і туризму.

Застосування краєзнавства у викладанні географії – є одним із найкращих засобів проти формалізму в навчанні, дійовий шлях розвитку творчого мислення й практичних навичок, свідомого ставлення до навколишньої дійсності і розвитку в дітей почуття справжнього патріотизму.

Тривалий час краєзнавство в школі було справою лише вчителів-ентузіастів, які займались вивченням рідного краю найчастіше в плані позакласної роботи. Велике значення у шкільному краєзнавстві можуть відігравати дослідження якісної оцінки ґрунтів, створення карт і картосхем сільськогосподарських земель та угідь, виявлення нових родовищ корисних копалин, дослідження побуту, традицій населення тощо.

Є два шляхи впровадження в шкільну практику аспектів краєзнавства:

- насичення місцевим географічним матеріалом програмних тем;
- всебічне вивчення учнями своєї місцевості в позаурочний і позакласний час у спеціальному гуртку або виконанням індивідуальних завдань, розроблених учителем і під його безпосереднім керівництвом [5].

Наприклад, вивчаючи загальні аспекти фізичної географії, учні 6 класу на екскурсіях, уроках і позакласних заняттях можуть знайомитися з фізико-географічним середовищем: з формами поверхні, водами, погодою й кліматом, ґрунтами краю та ін. Вивчаючи фізичну географію України у 8-9 класах, варто матеріал розширити й поглибити за рахунок краєзнавчих даних: про природні особливості, промисловість, сільське господарство, історичне минуле, соціально-економічний і культурний розвиток району чи області.

Корисний вплив туристсько-краєзнавчої роботи на учнів визначається тим, що вони самі досліджують свою місцевість. Це дослідження повинно бути активним, по можливості корисним суспільству і підпорядковуватися таким загальним завданням:

- \* виявленню нових родовищ корисних копалин і рослинних ресурсів завдяки організації розвідувальних пошуків;
- \* організації охорони пам'яток природи, історичних місць, насаджень, обліку цінних краєзнавчих об'єктів;
- \* збиранню матеріальних цінностей й документів, що характеризують місцеву природу, господарство, побут населення, та дальшому їх вивченню способом спостережень, опису, фотографування [5, 6].

Туристсько-краєзнавча робота – це шлях до підвищення кваліфікації, педагогічної майстерності, це дорога до науки, дослідницької діяльності в галузі регіональної географії. Географ з багатьох причин не завжди краєзнавець, але краєзнавець – здебільшого географ. Поширеним явищем є, коли вчитель географії яскраво викладає матеріал про зарубіжні країни, але не може зорієнтуватися в тому, що робиться «під боком», бо свій край для них – «terra incognita». Вони не лише слабо знають фактичний матеріал, а й, інколи, безпорадні щодо методики краєзнавчих досліджень, способів проведення екскурсій, збирання матеріалів, роботи з архівними документами тощо.

Усвідомлюючи, що в сьогоdnішніх умовах постає проблема більш раціонального використання природних ресурсів та збереження довкілля для нашої держави напрошується висновок, що стратегічним завданням професійної підготовки випускника школи є – формування екологічної культури [5].

Особливо ефективним способом утвердження екологічної культури в учнівської молоді у сучасних умовах є нетрадиційна форма – туристсько-краєзнавча діяльність. У процесі педагогічних спостережень за учнями в умовах перебування серед природи можна виявити закономірності у ставленні молодих людей до навколишнього середовища від культури спілкування у самому колективі.

Завданням педагога повинно бути надання допомоги школярам у пошуку відповіді на з'ясування життєвої мети, усвідомлення свого місця у природі, суспільстві, при формуванні поняття громадського обов'язку, відповідальності за стан

довкілля [1]. Вміло організований з педагогічної точки зору туристський похід є ефективним засобом формування у дітей екологічної культури. Туристський похід як джерело пізнання і радості для учня є потенційним стимулом його самоорганізації і екологічного самовиховання при педагогічно правильно поставлених природоохоронних завданнях і меті походу, наповнює захід відповідним пізнавальним і емоційним змістом.

Туристсько-краєзнавча діяльність одночасно формує й практичні вміння вирішувати побутові, а часом неоднорідні ситуації. Ставлячи за основну виховну мету походу, не можна не враховувати розподіл додаткових обов'язків між членами туристської групи.

Пристаюючи до розгортання туристсько-краєзнавчої діяльності в школі, вчителі повинні спланувати продуману програму досліджень і скласти на певні відрізки часу детальні календарні плани виконання цієї програми.

Найпоширенішою формою туристсько-краєзнавчої роботи є гурток, який як правило об'єднує 15-20 учнів. Чисельність гуртка (чи секції гуртка) залежить насамперед від виявленого учнями інтересу до тієї чи іншої галузі географічних знань [2, 5]. Робота гуртка може бути спрямована на поглибленому вивченні окремих тем або розділів навчальної програми, до яких школярі виявили інтерес. Розглядаючи проблему вчитель планує роботу гуртка не менше двох занять на місяць.

План гуртка, як правило, складається на кожен семестр та обов'язково включає в себе суспільно корисну працю. В орієнтовному плані роботи гуртка можуть бути передбачені такі види гурткової роботи як вивчення місцевих пам'яток історії, культури і природи, вивчення особливостей читання і розуміння топографічних карт, практичні заняття на місцевості, проведення краєзнавчої вікторини, придбання і ремонт туристичного спорядження та підготовка і проведення туристичного походу.

Важливими формами роботи гуртка є проведення позакласних читань, перегляд відеопрезентацій, відеофільмів, слайдів, телепередач, проведення зустрічей, вечорів, конференцій, дискусій на географічні теми [3].

Різновидами туристсько-краєзнавчих шкільних гуртків можуть бути такі гуртки як: «Юні туристи-краєзнавці», «Географічне краєзнавство», «Екологічне краєзнавство», «Туристично-екскурсійний», «Юні етнографи» та ін. (Рис. 1).



**Рис. 1. Вихованці гуртка «Географічне краєзнавство» під час краєзнавчих досліджень у Смотрицькому каньйоні**

Метою створення туристсько-краєзнавчого гуртка полягає у тому, щоб сформувавши у школярів основ практичного туризму, опанувати навиками моніторингу різноаспектних складових природного і суспільного національного туристичного потенціалу. Також полем діяльності гуртка може бути спрямування на ознайомлення та вивчення школярами географії, історії та туристичних (краєзнавчих) ресурсів певного регіону, розробку та апробацію нових туристичних маршрутів, навчання учнів – членів гуртка основ екскурсійної діяльності.

За планом гуртка з гуртківцями можуть бути передбачені проведення наступних екскурсій: по середньовічному Кам'янцю-Подільському, до Кам'янець-Подільського замку XI-XVIII ст., до Бакотського середньоруського монастиря, по замкам Кам'яниччини, по героїчних місцях національно-визвольних змагань під проводом Богдана Хмельницького, по місцях визначних пам'яток сакральної архітектури Поділля тощо.

Під час нашого дослідження, використовуючи дані про популярні туристичні геолокації нами було розроблено колові туристсько-краєзнавчі маршрути «Історичне минуле Поділля» та «Природа та історія Кам'яниччини».

Маршрут «Історичне минуле Поділля» пролягає у північно-західному напрямку від Кам'янця-Подільського, проходячи по таким селам: Лісківці, Привороття і Підпилип'я (табл. 1). Загальна довжина маршруту становить близько 72 км [1].

Таблиця 1

## Програма туристсько-краєзнавчого маршруту «Історичне минуле Поділля»

№ з/п	Місце зупинки	Дії екскурсійної групи, тематика розповідей та демонстрація туристичних об'єктів
1.	село Привороття (Вознесенська церква, 1884 р., урочище Гнатовина, староруське городище).	Збір групи, інструктаж з техніки безпеки. Історичні відомості про село. Екскурсія до церкви, городища. Відвідання урочища Гнатовина. Прямування до села Підпилип'я.
2.	село Підпилип'я (П'ятницька церква, 1830 р.).	Розповідь про історію села. Огляд П'ятницької церкви. Завершення екскурсії. Прямування до Кам'янця-Подільського.
3.	село Лісківці (Дмитріївська церква, XIX ст., поміщицький будинок XIX-XX ст., водяний млин.).	Історичні відомості про село. Екскурсія до історико-культурних об'єктів. Прямування до села Привороття.

Маршрут «Природа та історія Кам'яниччини» є досить насичений на туристсько-рекреаційні об'єкти, пролягає по південно-західній частині Кам'янець-Подільського району, до Дністра, проходячи по таким селам: Рихта, Слобідка Рихтецька, Червона Діброва, Вітківці і Жванець (табл. 2). Загальна довжина цього маршруту становить 62 км [1].

Доцільно використовувати велосипедно-пішохідний або автобусний маршрут. На маршруті варто зробити 5 зупинок.

Таблиця 2

## Програма туристсько-краєзнавчого маршруту «Природа та історія Кам'яниччини»

№ з/п	Місце зупинки	Дії екскурсійної групи, тематика розповідей та демонстрація туристичних об'єктів
1.	село Рихта (замок, 1507 р.), водяний млин, поміщицький маєток, XVIII ст., староруське городище, розріз верхньої частини рихтівської свити).	Збір групи, інструктаж з техніки безпеки. Історичні відомості про село. Екскурсія до історико-культурних об'єктів. Прямування до села Слобідка Рихтецька.
2.	село Слобідка Рихтецька	Історичні відомості про село. Екскурсія до

	(Успенська каплиця (дерев'яна), 1896 р.)	Успенської каплиці. Прямування до села Червона Діброва.
3.	село Червона Діброва (пам'ятка природи – група дерев дуба звичайного)	Огляд ботанічної пам'ятки природи. Прямування до села Вітківці.
4.	село Вітківці (П'ятницька церква, 1830 р.).	Розповідь про історію села. Огляд П'ятницької церкви. Прямування до села Жванець.
5.	село Жванець (місце битви Б. Хмельницького з польською шляхтою, замок XVII ст., місце трипільського поселення IV-III ст. до н.е., Старовірменський костел).	Завершення екскурсії. Історичні відомості про село, про битву Богдана Хмельницького під Жванцем. Екскурсія до замку, місця трипільського поселення, Старовірменського костелу Прямування до Кам'янця-Подільського

Під час екскурсій, подорожей, походів школярі закріплюють деякі дослідницькі методи географічної науки: вчать спостерігати, збирати та оформляти колекції гірських порід і мінералів, графічно відображати статистичні дані і т. д., складати плани і карти схеми походів, орієнтуватися на карті.

Надзвичайно важливу роль у туристсько-краєзнавчій діяльності міста відіграє туристсько-краєзнавчий відділ Кам'янець-Подільського позашкільного навчально-виховного об'єднання (ПНВО), який фактично виконує роль координаційного центру туристсько-краєзнавчої роботи міста та координує туристсько-краєзнавчу діяльність у навчальних закладах. Центр сприяє підвищенню рівня туристсько-краєзнавчої роботи з учнівською молоддю, шляхом організації та проведення масових заходів, методичної, консультаційної роботи; створює системи розвитку та підтримки юних талантів, сприяє їх участі у міських, обласних, Всеукраїнських конкурсах, експедиціях, акціях, змаганнях.

На початку навчального року, у вересні зусиллями туристсько-краєзнавчого відділу традиційно проводиться «День відкритих дверей», презентуючи Станцію юних туристів, як міський центр дитячого туризму.

Протягом навчального року центр проводить шкільну туріаду, яка складається з 6-ти етапів: змагання з велотуризму, спортивного орієнтування, на смузі перешкод, конкурс походів вихідного дня, краєзнавча вікторина, конкурс в'язання вузлів. В туріаді беруть участь всі навчальні заклади міста при сприянні та за підтримки Управління освіти і науки. Діти за навчальний рік отримують багато знань та навичок зі спортивного та краєзнавчого туризму.

Координаційний центр щорічно проводить в рамках Днів Європейської спадщини футквест «Спадщина Старого міста». Команди навчальних закладів відшукують історико-архітектурні пам'ятки, відповідаючи на запитання з історії рідного міста.

Протягом кожного навчального року туристсько-краєзнавчий відділ проводить ряд заходів спрямованих на популяризацію туризму та краєзнавства, підвищення рівня знань, вмінь і навичок вихованців, популяризацію туризму серед здобувачів освіти ЗЗСО.

В рамках виконання навчальної програми та з метою вивчення рідного краю, керівники гуртків проводять екскурсії та походи вихідного дня:

- оглядові екскурсії м. Київ: «Бабин Яр», «Куренівська трагедія», «Дніпровська набережна»; оглядова екскурсія м. Дніпро; оглядова екскурсія м. Нетішин (кер. В.Г. Білий);
- екскурсія до печери «Атлантида» (кер. Недря Т.В., Бабюк В.Т.);
- ПВД каньйоном р. Смотрич; до Кубачівського кар'єру (кер. Касапчук Н.В., Мисько В.З.);

- ПВД до с. Панівці, Кармалюкова гора, с. Китайгород, с. Княжпіль, с. Цвіклівці 1-Устя (кер. Кух О.М.);
- ВелоПВД с. Гуків, Кармалюкова гора, с. Панівці (кер. Полевий Ю.Б.) та ін..

Робота гуртків туристсько-краєзнавчого напрямку може бути також спрямована на поглибленому вивченні окремих тем або розділів навчальної програми, до яких школярі виявили інтерес. Розглядаючи проблему вчитель закладу загальної середньої освіти планує роботу гуртка не менше двох занять на місяць. У навчальних закладах міста багато років діють гуртки туристсько-краєзнавчого спрямування (гуртки «Друзі Старого міста», «Юні туристи», «Мій рідний край», «Люди Поділля», «Юні географи-краєзнавці», «Народні ремесла і промисли»).

Учні та педагоги міста за підтримки працівників СЮТуру систематично приймають активну участь у міських та всеукраїнських конкурсах на туристсько-краєзнавчу тематику: «Моя Батьківщина – Україна», «Кращий навчально-методичний матеріал», обласні конкурси знавців географії та історії, «Найкраща організація і проведення краєзнавчо-туристичного походу», «Заочна першість на кращу туристсько-краєзнавчу подорож», Всеукраїнський конкурс на кращу туристсько-краєзнавчу експедицію учнів і молоді з активними способами пересування «Мій рідний край» та ін..

У зв'язку із повномасштабним вторгненням росії на територію України, багато занять і заходів з кінця лютого 2022 року переведено на дистанційну форму проведення.

Дистанційне навчання не стало перешкодою для цікавого проведення гурткових занять. Керівники активно використовували сучасні форми ІКТ, подаючи заняття у формі відеороликів, презентацій, ігор, вікторин. Дистанційно проводилася і виховна робота. Дистанційно залучали вихованців до акцій, створення відео-сюжетів на важливі теми – роковини Чорнобильської трагедії, День матері, День вишиванки, День пам'яті та примирення та ін..

Колектив відділу працював над підвищенням свого фахового рівня, беручи участь у різноманітних семінарах, вебінарах, онлайн-школах та курсах:

- XIII Регіональна науково-практична конференція «Молоді дослідники природі Поділля» до 25-річчя від дня створення Національного природного парку «Подільські Товтри»;
- ХОІППО дистанційний семінар «Педагогічний експеримент у системі інноваційної діяльності»;
- PROMETHEUS «Освітні інструменти критичного мислення»;
- практикум для освітян «Цифровий простір педагога», Національний центр «Мала академія наук України»;
- Центр нової освіти Івана Іванова, Онлайн-курс «Ефективне використання онлайн-ресурсів у позашкільній освіті туристсько-краєзнавчого та еколого-натуралістичного напрямків»;
- ХмОЦТКУМ «Інтерактивна школа професійного розвитку педагога»;
- ЦПРПП Онлайн-школа «Інформаційно-цифрова компетентність сучасного педагога: від теорії до практики» та ін..

Керівники гуртків постійно залучають вихованців до різноманітних змагань, конкурсів, конференцій, вікторин на яких досягли значних результатів: чемпіонат Хмельницької області зі спортивного туризму, Кубок Хмельницької області із пішохідного туризму «Кам'янецькі скелі», Всеукраїнська краєзнавча експедиція учнівської молоді «Моя Батьківщина – Україна»; обласний конкурс знавців географії; конкурс ПВД, обласні та всеукраїнські етапи «Джури», спортивне орієнтування в залі, смуга перешкод, змагання з мандрівництва «Снігохід» (Тернопільська обл.); «Відкриття сезону» онлайн-орієнтування Чернівецький ОЦТКУМ; «Василько Сир» онлайн-орієнтування Чернівецький ОЦТКУМ; чемпіонати Чернівецької області зі



спортивного орієнтування «Підсніжник»); онлайн-змагання зі спортивного орієнтування «Школа» (м. Сокиряни Чернівецька обл.); обласний онлайн-конкурс з краєзнавства, присвячений 30-річчю Незалежності України Хмельницький ОЦТКУМ, відкритий кубок ВП «Хмельницької АС» зі скелелазіння (м. Нетішин); Всеукраїнський заочний конкурс робіт фотоаматорів «Моя країна – Україна!»; II тур (Всеукраїнський) Всеукраїнської краєзнавчої акції учнівської молоді «Українська революція: 100 років надії і боротьби»; регіональний фотоконкурс присвячений 25-ї річниці НПП «Подільські Товтри» та ін..

Кривий Іван вихованець гуртка «Географічне краєзнавство» (кер. Мисько В.З.) зайняв I місце в обласному конкурсі знавців географії із темою наукового дослідження «Палеонтологічні дослідження фосилій околиць м. Кам'янець-Подільського (на прикладі Цибулівського кар'єру)» та в обласному конкурсі-захисті науково-дослідницьких проєктів «Перший крок у науку» (секція «Географія і ландшафтознавство»).

25-27 січня 2022 року за підсумками III туру Всеукраїнської краєзнавчої експедиції «Моя Батьківщина – Україна» три роботи вихованців ПНВО зайняли призові місця. II місце у напрямку «З попелу забуття» посів експедиційний загін вихованців гуртка «Юні туристи-краєзнавці» (кер. Недря Т.В.). Юні краєзнавці провели дослідження на тему «Повстання проти радянської влади в Польовій Тернаві, Малій Тернаві, Нестерівцях, Дунаївцях 1931 року». III місце у напрямку «Геологічними стежками України» здобула пошукова група вихованців гуртка «Географічне краєзнавство» (кер. Мисько В.З.). Дослідження проводилося на тему «Геолого-геоморфологічні об'єкти Кам'янець-Подільського району: сучасний стан та використання у геотуризмі» (Рис. 2). III місце у напрямку «Географія рідного краю» посіла дослідницька група вихованців гуртка «Пішохідний туризм» (кер. Кух О.М.). У своєму дослідженні «У вінку із товтр: географічний нарис околиць с. Біла» юні дослідники описали геологічні та біологічні характеристики бічних товтр біля села Біла, охарактеризували перспективи їх вивчення та збереження.



**Рис. 2.** Із вихованцями гуртка «Екологічне краєзнавство» під час геологічних досліджень у Цибулівському кар'єрі



У травні 2022 року Крачан Віталій вихованець гуртка «Природа рідного краю» (кер. Мисько В.З.) зайняв III місце в обласному конкурсі «Хмельниччина в особистостях».

Активну участь приймають гуртківці туристсько-краєзнавчого напрямку у наукових конференціях. Гуртківці доповідали під час онлайн-збору переможців конкурсів краєзнавчо-дослідницьких робіт II (обласного) туру Всеукраїнської краєзнавчої експедиції учнівської молоді «Моя Батьківщина – Україна» та I (регіонального) туру Всеукраїнської краєзнавчої акції учнівської молоді «Українська революція: 100 років надії і боротьби» (пошукова група «Не маємо права забути», за роботу «Маршрут пам'яті «Голокост у Кам'янці-Подільському» (кер. Галецька О.В.) та дослідницька група гуртка «Юні туристи-краєзнавці» за роботу «Віра в «диво» проти державного атеїзму» (кер. Кух О.М.).

Вихованки гуртка «Юні туристи-краєзнавці» взяли участь у VI Всеукраїнській історико-краєзнавчій конференції «Державотворчі процеси в Україні: через віки у XXI століття» у м. Черкаси (Русецька Каріна, Шиманська Наталя відзначені дипломами учасників). На XIII Регіональній науково-практичній конференції «Молоді дослідники природі Поділля» до 25-ї річниці від дня створення Національного природного парку «Подільські Товтри» (21.04.2021) доповідали вихованці гуртків: Байдауз Анна (кер. Недря Т.В.), Русецька Каріна, Мельничук Каріна (кер. Кух О.М.), Кривий Іван (кер. Мисько В.З.). Усі учасники конференції відзначені сертифікатами. Доповідь Русецької Каріни визнана однією із найкращих та нагороджена дипломом.

На Всеукраїнській історико-краєзнавчій конференції учнівської молоді «Українська революція: уроки і перспективи» (м. Запоріжжя) доповідала Тачук Вероніка, (кер.гур. Кух О.М.). Вихованка нагороджена дипломом учасника.

За результатами обласної дитячої науково-практичної конференції дипломом Хмельницького обласного центру туризму і краєзнавства учнівської молоді нагороджений Кривий Іван, вихованець гуртка «Екологічне краєзнавство» (кер. Мисько В.З.) за доповідь на тему «Екологічні проблеми р. Смотрич в межах м. Кам'янця-Подільського та шляхи їх вирішення» (19.10.2022) (Рис. 3).



**Рис. 3 Кривий Іван, вихованець гуртка «Екологічне краєзнавство» під час досліджень екологічних проблем р. Смотрич**

**Висновки.** Отже, туристсько-краєзнавча робота у сучасній школі реалізує навчально-інформативну, розвиваючу та виховну функції. Туристсько-краєзнавча діяльність як одна із форм позакласної роботи з географії у школі, є безсумнівним ефективним засобом в системі формування екологічної культури учнів як майбутніх молодих громадян Української держави, дає реальну можливість на практиці удосконалити їх знання та практичні уміння і навички.

Туристсько-краєзнавчий відділ Кам'янець-Подільського ПНВО відіграє надзвичайно важливу роль у туристсько-краєзнавчій діяльності міста, педагоги якого є керівниками туристичних гуртків, координують гурткову роботу, які приймають активну участь у всіх заходах туристсько-краєзнавчого спрямування та активно залучають місцевих вчителів та краєзнавців-аматорів до туристичної діяльності.

Особливо велике значення краєзнавча підготовка має для туристів-школярів. Вона не лише допомагає їм краще засвоїти шкільну програму, але й привчає їх до самостійності, а часто визначає майбутній вибір спеціальності. Тому до програми будь-якого туристського походу школярів включають краєзнавчі спостереження. Тому, організовуючи у школі туристсько-краєзнавчу роботу, вчитель має застосовувати найефективніші методи і прийоми роботи, щоб завжди досягти поставленої мети.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Заставний Ф. Виховний потенціал географічного краєзнавства в Україні. Географія та основи економіки в школі. 2007 №2. С. 40-43.
2. Корнєєв О.В. Географічне краєзнавство в Україні. Географія. 2004. №10. С. 24-26.
3. Костиця М.Ю., Обозний В.В. Шкільна краєзнавчо-туристична робота. Навч. посібник. Київ: Вища школа, 1995. 268 с.
4. Масляк П.О. Рекреаційна географія: навч. посіб. Київ : Знання, 2008. 343 с.
5. Кобернік С.Г., Коваленко Р.Р., Скуратович О.Я. Методика навчання географії в загальноосвітніх навчальних закладах. Навч. книга, 2005. 319 с.
6. Мендерецький В.В., Касіяник І.П., Мисько В.З. Методика навчання географії (теоретичний аспект). Навчальний посібник. 2-ге вид., перероб. і доп. Кам'янець-Подільський : 'Апостроф, 2020. 234 с.

**Олексійко Людмила,**  
вчитель Захисту України,  
основ медичних знань

#### **Надання домедичної допомоги як одна із професійних компетентностей сучасного педагога.**

У даній статті розглянуто проблему готовності педагогів до надання домедичної допомоги. Адже в реаліях нашого часу це одна з основних професійних компетентностей сучасного вчителя. І події, які відбуваються в Україні, мають прискорити процес підготовки педагогів. Хоч і виникає низка проблем, перешкод, але виявлено різні способи для засвоєння кожним вчителем навичок та умінь домедичної допомоги з метою застосування їх на практиці.

**Ключові слова:** домедична допомога, педагог, професійні компетентності, невідкладна допомога, освітній процес.

Виклики сьогодення сприяли трансформації освітнього процесу та формуванню нових освітніх концепцій, серед яких ключовою є концепція навчання протягом усього життя. Актуальною є на даний час проблема своєчасності надання невідкладної домедичної допомоги постраждалим під час надзвичайних ситуацій,

мирного та військового часу. Адже війна — це, окрім усього іншого, поранення, травмування різних видів. Якої ж допомоги найбільше бракує людям, щоб вижити? Важливою є домедична допомога. Адже, страшніше смерті може бути тільки смерть, яку можна було зупинити. Так, наприклад, сильна кровотеча, яку не зупинили вчасно, це велика небезпека. Але зупинити її може той, хто володіє певними навичками. А якщо сталася раптова зупинка серця? Як діяти в даній ситуації. Смерть від кисневого голодування мозку настає усього за декілька хвилин. А швидка приїжджає через 10-15 хвилин, якщо її одразу викликали. Отже, якщо людина протримається до появи медиків, її життя буде збережене. І допомогти в цьому може будь-хто з нас. За оцінкою медичних фахівців, в Україні зі 100 осіб, які померли на догоспітальному етапі, 20 % летальних випадків пов'язані з отриманням травм, несумісних з життям, а інші 80 % випадків – з недостатньою системою організації надання медичної допомоги постраждалим безпосередньо в зоні надзвичайної ситуації та неефективністю здійснення заходів з медичної евакуації постраждалих до лікувальних закладів. Першочерговим завданням для подолання зазначеної проблеми є забезпечення якомога раннього початку надання домедичної допомоги постраждалим.

В навчальних закладах для того, щоб оволодіти сучасними навичками домедичної допомоги в 10-11 класах є навчальний предмет «Захист України». Під час вивчення цього предмету в частині розділу «Основи медичних знань», важливе місце займає навчання навичкам надання домедичної допомоги. Навчання з домедичної допомоги регламентується Законом України «Про екстрену медичну допомогу» від 05.07.2012 № 5081-УІ та наказом Міністерства охорони здоров'я «Про затвердження порядків надання домедичної допомоги особам при невідкладних станах» від 16.06.2014 № 398. Домедична допомога – це невідкладні дії та організаційні заходи, спрямовані на врятування та збереження життя і здоров'я людини у невідкладному стані та зменшення наслідків дії на їх здоров'я, що надають пересічні громадяни або рятівники, які не мають медичної освіти.[7]

Метою вивчення розділу «Основи медичних знань» є засвоєння базових теоретичних положень першої долікарської допомоги, оволодіння практичними навичками надання невідкладної домедичної допомоги постраждалим на місці події та при транспортуванні до лікувального закладу. Основними завданнями є оволодіння знаннями, вміннями та навичками домедичної допомоги потерпілим із метою збереження їхнього життя; надання домедичної допомоги при різних видах ушкоджень мирного та військового часу, невідкладних станах та нещасних випадках; способи перенесення і транспортування потерпілих; надання домедичної допомоги при зупинці серця, порушеннях дихання, опіках і відмороженнях, утопленні та інших видах механічної асфіксії, непритомності, шоку, загальному переохолодженні організму, тепловому і сонячному ударах, отруєннях, ураженні електричним струмом [7].

Важливо звернути увагу на нові вимоги до організації навчання в умовах сьогодення, а саме включення до навчальної програми елементів тактичної медицини та постійне удосконалення матеріальної бази для відповідного забезпечення навчального процесу (манекени, різні засоби для зупинки кровотеч, тощо).

Але для того, щоб передавати знання іншим, педагог має сам добре володіти не тільки теоретичними знаннями, але й мати практичні навички. Істотного значення набуває рівень відповідної підготовки вчителів, які б могли якісно викладати предмет з урахуванням певних особливостей. Відповідно до сучасних вимог щодо розвитку професійних компетентностей та для оволодіння базовими практичними навичками і обов'язковими уміннями навчання надання домедичної допомоги вчителям необхідно пройти відповідні курси. Це можуть бути сертифіковані тренінги, семінари, вебінари, практичні заняття, майстер-класи. Чудові практичні навички дає тренінг

Товариства Червоного Хреста України з першої допомоги сертифікований Глобальним довідковим центром з навчання першої допомоги Міжнародної Федерації Товариств Червоного Хреста і Червоного Півмісяця. В цьому навчальному році з'явилась можливість пройти даний тренінг. Заняття включає:

- Міжнародний рух;
- Принципи надання першої допомоги;
- Відновне положення;
- Серцево-легенева реанімація;
- Порушення прохідності дихальних шляхів;
- Кровотеча;
- Рани;
- Травми;
- Транспортування постраждалого;
- Опіки;
- Обмороження;
- Інші невідкладні стани.

Даний 6-годинний тренінг, який визнано в 192 країнах світу, дає гарні знання та практичні навички, а проводять його чудові кваліфіковані тренери.



Тісна співпраця навчальних закладів із добровольчими формуваннями також дає певну базу знань. Навчально-тренувальні заняття з курсу «Stop the bleed» проводить командир добровольчого формування Дунаєвецької ОТГ, інструктор курсу «Stop the bleed» Абрамович Ігор Олександрович. Педагоги, батьки та учні мають змогу ознайомитися із практичними навичками зупинки різних видів кровотеч, зокрема тампування відкритих ран, накладання турнікетів.

На різних платформах для підвищення професійної компетентності вчителя є ряд онлайн-курсів, які також ефективно сприяють підвищенню рівня професійності педагога. Серед таких курсів є досить практичним курс розроблений ГО «Смарт Освіта» та студією онлайн-освіти EdEra в рамках Програми сприяння громадській активності «Долучайся!», що фінансується Агенством США з міжнародного розвитку (USAID) та здійснюється Pact в Україні. Наприклад, у більшості міст США навички домедичної допомоги отримують усі здобувачі освіти. Вони не зможуть отримати документ про освіту, доки не складуть тест на так зване базове життєзабезпечення (BLS). Це домедична допомога за міжнародними уніфікованими протоколами. У нашій країні натомість зобов'язані надавати домедичну допомогу лише працівники певних професій: рятувальники, поліцейські, фармацевти, провідники поїздів, бортпровідники. Статистичні дані свідчать, якщо навички надання домедичної допомоги опанує хоча б 10% населення, поранених й травмованих людей помиратиме менше. В Україні 4,2 млн. учнів та 435 тис. вчителів, що якраз становить потрібну частку соціуму. Якщо вони навчатися здійснювати серцево-легеневу реанімацію, зупиняти критичні кровотечі до приїзду швидкої, це може врятувати життя не однієї людини. Адже сьогодні, за воєнних часів, будь-хто може стати останньою надією постраждалих від обстрілів, вибухів, завалів, опіків.

Але, нажаль, існує чимало страхів, через які люди бояться надавати домедичну допомогу. Їм здається, що їхні маніпуляції можуть нашкодити потерпілому. Під час штучного масажу серця вони можуть зламати ребра, пошкодити внутрішні органи. Бояться, що можуть дати не ті ліки. Але введення будь-яких медикаментів не входить у домедичну допомогу. Що ж до реанімаційних дій, то спеціально проводилося багато різних досліджень і з'ясували: усе, що трапляється це легкі пошкодження грудних м'язів, синці. В одному зі ста випадків бувають легкі тріщини ребер, які самі заліковуються. Значно частіше таке трапляється, якщо реанімація довготривала, і той, хто її надає, виснажився. Але не було виявлено жодних пошкоджень внутрішніх органів.

Елементарні знання рятування життя в нашій країні довго давалися в застарілому, ще так званому радянському трактуванні. До 90-х років предмет називався «Медико-санітарна підготовка», а вивчали його виключно дівчата. Основна увага приділялася наслідкам можливої ядерної катастрофи, радіаційним ураженням. Та замість практичних навичок переважно була теорія. Також чимало часу присвячували догляду за хворими вдома, обов'язкам санітарок у лікарнях. Практична частина стосувалася лише бинтування, накладання пов'язок, джгутів на різні частини тіла, шин при переломах. Серцево-легеневій реанімації присвячували зовсім мало часу. Подавалася це як щось винятково складне. У 2005 році предмет для дівчат уже називався «Основи медичних знань». Але акцентувалась увага знову в основному на перев'язках. Додано було багато матеріалу, який не має зв'язку з назвою. Щодо реанімації, навчальна програма та матеріали не змінювалися. Із переходом на 11-річне навчання у 2010 році було затверджено уже нові програми. На вивчення реанімації залишилося лише дві години. У 2014 році, після початку війни з росією на сході України «Захист Вітчизни» збільшили з 1 до 1,5 години на тиждень. Та осучаснення програми стосувалося вогневої і тактичної підготовки. І ось нарешті після того, як предмет було перейменовано в більш патріотичний та зрозумілий «Захист України» два роки тому з'явилися сучасні програми, де є все: сучасна серцево-легенева реанімація, застосування дефібрилятора, прийом Хеймліка. У цьому році програма знову змінена та доповнена. Введено нові теми: надання першої допомоги при мінно-вибухових ранах, психологічна стійкість, взаємодопомога при панічному нападі, тривозі, істериці, ступорі, апатії, злості, агресії та ін.

Держстандарт повної середньої освіти (який затверджено розпорядженням Кабміну від 29.12.2021 № 1770-р) також включає таке завдання, як навчання молоді, як подбати про безпеку свою та інших у воєнний час. Тим паче сучасну домедичну допомогу мають ввести у Держстандарті для профільної середньої освіти (у рамках реформи НУШ). Затверджений ще торік план дій на 2022 рік з реалізації Національної стратегії розбудови безпечного та здорового освітнього середовища НУШ якраз містить навчання вчителів з домедичної допомоги. Військовій дії сьогодні ще більше загострила це питання, зробила першочерговим. У професійних стандартах «Керівник початкових класів», «Учитель загальноосвітнього навчального закладу» є вимоги до педагога — вміти надавати домедичну допомогу.[1]

На сьогодні МОН здійснює ряд заходів для навчання вчителів, щодо надання домедичної допомоги. Ряд волонтерських організацій долучаються до навчання. Але умови, які склалися у нашій країні стають на заваді. Для практичного навчання школам не вистачає елементарного тренувального обладнання, щоб вчитися на практиці. Це манекени для проведення серцево-легеневої реанімації, тренажери дефібрилятори, сучасні джгути-турнікети та ін.

Отож, хоча і існують деякі проблеми із підвищенням професійної майстерності вчителя щодо надання першої домедичної допомоги, але разом з тим кожен сучасний педагог має володіти базовими навичками надання домедичної допомоги для того, щоб не тільки допомогти постраждалим, але й стати тренером для передачі знань іншим. І війна з росією має пришвидшити процес оволодіння педагогами



знаннями з даної теми, щоб врятувати чиєсь життя та наблизити нашу перемогу над ворогом.

#### Список використаних джерел та літератури:

1. Сайт для викладачів та здобувачів освіти з предмета «Захист України». URL: <https://sites.google.com/site/zahist56/>
2. ЗАХИСТ УКРАЇНИ електронний навчально-методичний журнал учителя. URL: <http://Zaxuct.at.ua/>
3. «ЗАХИСТ УКРАЇНИ» від Ганни Ягнич URL: <https://jahnu4.blogspot.com/>
4. ЗАХИСТИМО УКРАЇНУ! URL: <https://viktorpoli.blogspot.com/>
5. #ВБЕЗПЕЦІ URL: <https://safe.ed-era.com/>
6. ПІДГОТОВКА НАСЕЛЕННЯ ДО ТРО. URL: <https://sprotyvg7.com.ua/>
7. ІНСТРУКТИВНО-МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ щодо організації освітнього процесу та викладання навчальних предметів у закладах загальної середньої освіти у 2022/2023 навчальному році. Захист України 10-11 класи. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/metodichni%20recomendazii/2022/08/20/02/Instruktazh-metod.rekom.shchodo.orhaniz.osv.protsesu.2022-2023.navchalnomu.rotsi.20.08.2022.pdf>

**Онищук Оксана,**

доцент,

Волинський інститут післядипломної освіти,

Волинський національний університет

імені Лесі Українки, кандидат технічних наук, доцент,

м.Луцьк

#### **Створення дистанційного курсу «Прогресивні технологічні рішення та інновації в освіті» на базі платформи GOOGLE CLASSROOM у процесі удосконалення інформаційно-цифрової компетентності педагогів**

У статті показана структура курсу «Прогресивні технологічні рішення та інновації в освіті» на платформі дистанційного навчання Google Workspace for Education, та, зважаючи на доступність та ефективність електронного ресурсу, основні аспекти застосування прогресивних технологій навчання в освітньому процесі. Описано структурні складові курсу: відео лекції, презентації, практичні роботи, завдання для самопідготовки та та оцінювання. Представлено переваги основних елементів та інструментів платформ дистанційного навчання Google Classroom. Висвітлено можливості, переваги, недоліки та аспекти використання цифрових технологій, що слугує подальшою основою для ефективного використання електронного навчально-методичного комплексу. Досліджено задачі міждисциплінарної інтеграції у застосуванні можливостей розвитку математичної та інформаційно-цифрової компетентності. Показано актуальність використання системи Google Workspace for Education в процесі навчання «Прогресивні технологічні рішення та інновації в освіті» для підвищення якості формування знань шляхом візуалізації, індивідуалізації та диференціації освітнього процесу.

**Ключові слова:** дистанційний курс, математичне моделювання, платформа Google Classroom, веб-ресурс.

Сучасна освіта характеризується різноманітністю інноваційних педагогічних технологій, що спрямовані на реалізацію основних завдань та інтенсифікацію педагогічного процесу. Найбільш ефективним прийомом є використання готових програмно-педагогічних засобів, які володіють великим потенціалом і дозволяють

варіювати способи їх застосування, виходячи з особливостей навчального процесу, що зумовлені професійним спрямуванням. Програмні засоби значно розширюють можливості навчання, перетворюють зміст навчального матеріалу на більш наочний, зрозумілий, цікавий [1,8-10].

Інноваційні процеси в сучасній освіті України вимагають розробки нових технологій, методів, засобів підготовки. Особлива увага приділяється саме інформаційним ресурсам, підкреслюється їхня значимість у порівнянні з традиційними видами ресурсів [7]. В умовах дистанційного навчання та в умовах необхідності постійного доступу до матеріалів вищої освіти нового осмислення потребує впровадження дистанційних курсів [2,4]. Сьогодні є багато систем дистанційного навчання як з відкритим кодом (умовно безкоштовних), так і платних, широковживаних та вузько орієнтованих.

Однією з найкращих систем розробки онлайн курсів і підтримки дистанційного навчання є система Google Workspace for Education. Вона більше орієнтована на реалізацію змішаного навчання, ніж дистанційного, є складною для освоєння, а її налаштування вимагає чималих зусиль від адміністраторів [3,5]

Зусилля багатьох теоретиків і практиків освіти сьогодні в основному зосереджені в галузі комп'ютерних технологій навчання і пов'язаних із цим різних видах організації дистанційної діяльності [6]. Згідно Ю. Триус, І. Герасименко та В. Франчук, дистанційна система – це система управління навчальним контентом (LCMS – Learning Content Management Systems). За допомогою даної системи можна створювати електронні навчальні курси і проводити як аудиторне (очне) навчання, так і навчання на відстані (заочне/дистанційне) [1-4].

Результати аналізу науково–педагогічної літератури свідчать, що використання інформаційно–цифрових технологій у навчальному процесі закладів вищої освіти створює умови для: урізноманітнення форм подання інформації (текст, графіка, аудіо, відео, анімація тощо) та типів навчальних завдань; створення навчальних середовищ, які забезпечують уявне перебування у певних соціальних і виробничих ситуаціях; забезпечення миттєвого зворотнього зв'язку з використанням широких можливостей діалогізації навчального процесу; індивідуалізації процесу навчання, використання основних і допоміжних впливів; – відтворення фрагментів навчальної діяльності (предметно-змістової, предметно-операційної і рефлексивної); активізації навчальної роботи студентів, посилення їх ролі як суб'єкта навчальної діяльності (можливість обирати послідовність вивчення матеріалу, визначення міри і характеру допомоги); підвищення мотивації до навчання; впровадження особистісно орієнтованого навчання; організації самостійної роботи студентів; впровадження діяльнісного підходу в навчанні; неперервного обліку діяльності студентів та об'єктивного оцінювання їх знань. Окрім того, інформаційно-цифрові технології при вивченні технічних дисциплін дають змогу доповнювати традиційний експеримент використанням комп'ютерного моделювання хімічних, фізичних та математичних процесів в ході проведення віртуального експерименту тощо [6-8].

Вивченню основних характеристик інформаційних ресурсів присвячені роботи науковців: Харашіма (Harashima), Робб (Robb), Брандл (Brandl), Су (Su), Коул та Фостер (Cole & Foster), Ямада (Yamada); Міязо (Miyazoe) зробив порівняльний аналіз різних змішаних курсів в університетах Токіо; Ал-Ярф (Al-Jarf) порівнював ефективність WebCT та Nicenet для вивчення англійської як іноземної; Брітто (Britto) розробив довідник для студентів першокурсників в Університеті Софії; Баскервіль та Робб успішно впроваджували цю платформу в університеті Кіото Сангйо з акцентом на письмових роботах; Кеннеді (Kennedy) вивчав переваги цієї платформи у порівнянні з іншими комерційними ресурсами (Blackboard). Серед вітчизняних учених перспективи дистанційної освіти та проблеми використання новітніх інформаційних технологій розглядають В. Дацюк, І. Булах, Р. Гуревич, Т. Кашицин, В. Романюк, Т. Ящур та ін. Загалом все більше й більше вчених цікавляться описаною платформою,

адже вона відповідає традиційним вимогам педагогіки та сучасним тенденціям методики викладання.

Л. Бахмат визначає декілька форматів створення електронних навчальних курсів у системі інформаційного середовища Google: формат-календар або потижневий формат, де навчання на курсі та структурування навчального матеріалу відбувається потижнево із вказаним точним терміном початку та закінчення як кожного тижня, так і всього курсу; формат-структура або тематичний, структурування якого організовується за модулями, темами, розділами, визначеними програмою [5]. Він вважається одним із найбільш прийнятних форматів при організації навчання студентів за дистанційною формою; формат-форум, де навчальний курс організовується за допомогою одного великого форуму.

Створення електронного навчально-методичного комплексу обумовлена наявною у закладах вищої освіти тенденцією до скорочення кількості аудиторних годин та збільшення обсягу самостійної роботи студентів. Можна сказати, що система Google Workspace for Education є допоміжною системою управління навчальним процесом і головна її мета – організація доступу до навчальних матеріалів, забезпечення взаємодії між викладачем та студентом, тестування та оформлення звітності [7]. В той же час нами використовується система дистанційного навчання Google Workspace for Education, яка розширює досвід навчання для проведення різних видів занять, використовуючи сучасні засоби подання і пересилки інформації. Роль таких інструктивно-методичних матеріалів в організації навчального процесу важлива, бо дає студенту повну інформацію про те, що і коли він повинен виконувати в процесі навчання [11].

Особливо важливим є питання використання інформаційно-комунікативних технологій, оскільки вони виконують подвійну функцію: сприяють кращому засвоєнню навчального матеріалу, формують у слухачів вміння застосовувати здобуті знання у майбутній професійній діяльності. Результати аналізу науково-педагогічної літератури [2,3] свідчать про проблеми та необхідність використання інформаційно-комунікативних технологій у навчальному процесі закладів вищої освіти створює умови для урізноманітнення форм подання інформації (текст, графіка, аудіо, відео, анімація тощо) та різних типів навчальних завдань; створення навчальних середовищ, які забезпечують уявне перебування у певних соціальних і виробничих ситуаціях; забезпечення миттєвого зворотнього зв'язку з використанням широких можливостей діалогізації навчального процесу; індивідуалізації процесу навчання, використання основних і допоміжних впливів; відтворення фрагментів навчальної діяльності (предметно-змістової, предметно-операційної і рефлексивної); активізації навчальної роботи студентів, посилення їх ролі як суб'єкта навчальної діяльності (можливість обирати послідовність вивчення матеріалу, визначення міри і характеру допомоги); підвищення мотивації до навчання; впровадження особистісно орієнтованого навчання; організації самостійної роботи; впровадження діяльнісного підходу в навчанні, неперервного обліку діяльності студентів та об'єктивного оцінювання їх знань. Окрім того, інформаційно-комунікативні технології повинні при вивченні технічних дисциплін дають змогу доповнювати традиційний експеримент використанням комп'ютерного моделювання хімічних, фізичних та математичних процесів в ході проведення віртуального експерименту тощо [1].

Розглянемо сутність понять «математична компетентність» та «інформаційно-цифрова компетентність», а також уміння, які входять до структури вищезазначених компетентностей, згідно навчальної програми вищої школи. Математична компетентність включає «культуру логічного і алгоритмічного мислення; уміння застосовувати математичні (числові та геометричні) методи для вирішення прикладних завдань у різних сферах діяльності; здатність до розуміння і використання простих математичних моделей та уміння будувати такі моделі для вирішення проблем. Математична компетентність передбачає оволодіння здобувача



освіти наступними уміннями: застосовувати математичні методи для розв'язування завдань; використовувати логічне мислення, зокрема, для розв'язування розрахункових і експериментальних задач, просторову уяву для складання структурних формул і моделей речовин; будувати і тлумачити графіки, схеми, діаграми, складати моделі математичних процесів [1-8]. До умінь, пов'язаних із розвитком інформаційно-цифрової компетентності, належать: використання сучасних пристроїв для одержання інформації, її обробки, збереження і передавання; створення інформаційних продуктів технологічного змісту [7].

Відкрита система Google Classroom призначена для автоматизації та впровадження елементів дистанційного навчання у навчальний процес. Classroom дозволяє ефективно створювати навчальні курси та матеріали та пропонує стандартизовані засоби і шаблони для навчального та робочого процесів, включаючи інтегровану навігацію та адміністрування. На базі цієї платформи нами було розроблено дистанційний курс «Прогресивні технологічні рішення та інновації в освіті». Використовуючи переваги системи Classroom, ми наповнили курс всіма необхідними матеріалами. Візуалізація даних відіграє важливу роль в будь-якому бізнесі. Використовуються різні способи їх відображення - таблиці, графіки, звіти і багато інших.

Проблема полягає в тому, що інформації навколо дуже багато. Інформаційне поле - це вже давно не поле, а цілий океан. Найчастіше розібратися в ньому неймовірно важко. Щоб допомогти бізнесам розібратися в даних, зібрати їх на одному екрані і постійно оновлювати їх і існують інформаційні панелі (дашборди) - інтерфейси візуалізації. Використання дашборда значно спрощує процес - ви вибираєте тільки ключові метрики, які дійсно вам потрібні, збираєте всі ці метрики в одному дашборда і відстежуєте їх в реальному часі [5].

Таким чином, основним завданням курсу «Прогресивні технологічні рішення та інновації в освіті» є формування вмінь і навичок створення інформаційних панелей з використанням сучасних засобів, зокрема Google Data Studio. При побудові інформаційних панелей використовують різні джерела даних (конектори). Одним із таких джерел є Google Sheets (Google таблиці). Тому в курсі розглянуто основи роботи з Google таблицями, які охоплюють такі питання: інтерфейс, створення та форматування Google таблиць; автозаповнення даних, закріплення рядків, додавання аркушів імпорту/експорту таблиць Excel, захист даних; формули, посилання, випадючі списки та фільтрація даних; умовне форматування; функція IF (Если) та її використання; робота з СуммЕсли (SumIf), СчётЕсли (CountIf); використання функцій MOD та ROUNDUP; робота з динамічним діапазоном; Фільтрування / сортування діапазону за кольором комірки або тексту; візуалізація даних та інфографіка засобами Google таблиць тощо. Також були розглянуті можливості табличного процесора Microsoft Office Excel як засобу візуалізації даних та інфографіки.

Слід зауважити, що у разі неможливості довгострокової роботи в інтернеті, завдання можна виконувати в табличному процесорі Microsoft Office Excel з наступним імпортуванням в Google таблиці. Було розглянуто різні аспекти візуалізації даних та інфографіки у процесі створення інформаційних панелей з використанням сучасних засобів, зокрема Google Data Studio. При цьому передбачається створення дашбордів на основі різних джерел даних (Adwords, Google Analytics тощо).

Таким чином, контент даного дистанційного курсу включає в себе: лекційний матеріал та лабораторні роботи являють структуровані покрокові практичні завдання, що дозволяють засвоїти практичні навички роботи; лабораторні роботи та курс авторських скрін-кастів та відео уроків, що наочно демонструють принципи роботи, скрін-касти; відеоуроки, що містять всю необхідну теоретичну інформацію для виконання лабораторних робіт; набір контрольних робіт та тестових завдань, що дозволяють перевірити якість засвоєння слухачами теоретичного матеріалу та рівень

набутих практичних навичок; контрольні-перевірочні матеріали та словник термінів дозволяє пояснити нові терміни та поняття, що зустрічаються, глосарій понять і термінів, списки друкованих та інтернет-джерел, що дозволяють більш розширено вивчити ті чи інші теоретичні аспекти роботи (рис.1).

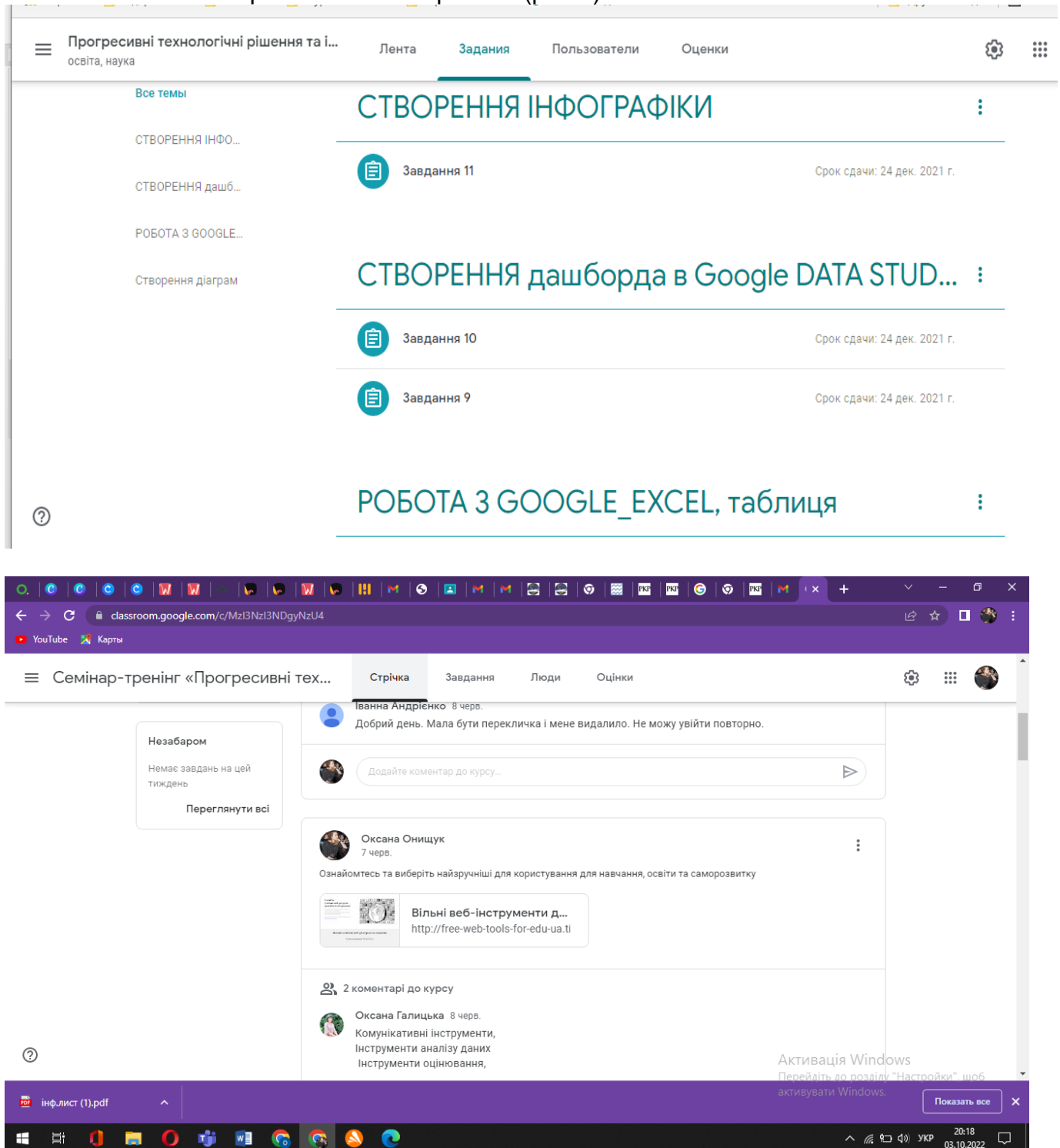


Рисунок 1. Навчальний матеріал курсу

Враховуючи такий широкий спектр дидактичних можливостей інформаційно-комунікативних технологій, ми визначили основні форми використання на базі цієї платформи Classroom: лекційні заняття: мультимедійна презентація, відеозаписи виконання лабораторних робіт; практичні заняття: контроль знань студентів, використання програмно-педагогічних засобів; самостійна робота: пошук інформації в мережі Інтернет, створення проектів, самостійне вивчення навчального матеріалу;

науково–дослідна робота: написання та оформлення результатів індивідуальних навчально–дослідних завдань.

Найбільш простим і ефективним прийомом є використання готових програмно–педагогічних засобів платформи Google Data Studio, Google Sheets, які володіють великим потенціалом і дозволяють варіювати способи їх застосування, виходячи з особливостей навчального процесу, що зумовлені професійним спрямуванням вивчення технологій. Ці інструменти значно розширюють можливості навчання, перетворюють зміст навчального матеріалу на більш наочний, зрозумілий, цікавий.

З метою візуалізації навчальної інформації під час лекційних та лабораторних занять ми використовували мультимедійні презентації, як ефективний метод подання та вивчення матеріалу різної складності. Застосування слайдів Slides та PowerPoint забезпечує більш високий рівень проведення заняття, його інформаційну насиченість, динамічність, наочність. У самостійній роботі однією з форм інформаційно–комунікативних технологій ми використали метод проектів, як дієвий засіб активізації пізнавальної діяльності, розвитку творчого та інтелектуального потенціалу студентів [3,5].

Отже, можна сказати, що використання сучасних інформаційних технологій в освітньому процесі стало основою для створення електронних навчально–методичних комплексів з навчальних дисциплін у закладах вищої освіти. Система Google Classroom є системою управління навчальним процесом і головна її мета – організація доступу до навчальних матеріалів, забезпечення взаємодії між викладачем та студентом, тестування та оформлення звітності.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Naser, S., & Khadeegha, A. (2014). Teacher Perceptions of the Use of Moodle to Enhance the Quality of Teaching and Learning in a K-12 Private School in the United Arab Emirates.- Teacher Perceptions of the Use of Moodle ,J. Tea. Tea. Edu. 2, No. 2, 93-101.
2. Триус, Ю. В., & Герасименко, І. В., & Франчук, В. М. (2013). Система електронного навчання ВНЗ на базі MOODLE: метод. посіб. Черкаси: ЧДТУ. 220 с.
3. Abar, C., & Madsen Barbosa, L., (2011). Computer Algebra, Virtual Learning Environment and Meaningful Learning: Is it Possible, Acta Didactica Napocensia, Vol 4, Issue 1, pp. 31-38.
4. Borham-Puyal, M., & Olmos-Migueláñez, S., (2011). Improving the Use of Feedback in an Online Teaching-Learning Environment: An Experience Supported by Moodle, US-China Foreign Language, Vol 9, Issue 6, pp. 371-382.
5. Кравець, В. П., (2010). Положення про складові електронного навчального курсу, розробленого у системі MOODLE , Тернопіль : Тернопільський національний педагогічний університет імені В. Гнатюка.
6. Barnawi, O., (2009). The Internet and EFL College Instruction: A Small-Scale Study of `EFL College Teachers' Reactions, International Journal of Instructional Technology and Distance Learning, 6 (6), 47-64.
7. Flick, U., (2008). Designing Qualitative Research, London: Sage Publications, eBook Academic Collection (EBSCOhost)
8. Макаренко, М. Б., (2008). Використання інноваційних технологій для підвищення мотивації навчальної діяльності студентів вищої школи , Нові технології навчання : наук.-метод. зб. / М-во освіти і науки України, Ін-т інновац. технологій і змісту освіти, Київ.
9. Дольме М. Електронні освітні ресурси як складова електронного навчально–методичного комплексу в підготовці майбутніх учителів технологій/ М. Дольме// Психолого–педагогічні проблеми сільської школи. Вип. 52. – 2015. – С. 97–102.
10. Гайворонська Н. Новітні технології навчання / Н. Гайворонська, Т. Шугай // Освіта. Технікуми, коледжі. – 2008. – № 2. – С. 45–47.

11. Козлакова Г.О. Інформаційно-програмне забезпечення дистанційної освіти: зарубіжний і вітчизняний досвід: Монографія / АПН України. Ін-т вищ. Освіти, 2002.

**Опанасюк Олена,**  
вихователь Хмельницького  
ЗДО № 20 «Білочка»,

### **Виховання патріотичних почуттів у допитливих дошкільнят**

У статті висвітлюється проблема патріотичного виховання дітей дошкільного віку. Розкриваються поняття «патріотизм», «національно-патріотичне виховання». Зазначаються науковці-дослідники, що присвятили роботи проблемі патріотичного виховання, сутності таких понять, як «патріотична свідомість», «любов до Батьківщини».

**Ключові слова:** допитливість, патріотизм, національно-патріотичне виховання, дошкільний вік.

Допитливість - це інтерес до отримання нових знань, внутрішня відкритість до людей, явищ, навколишнього світу, щире прагнення задовольнити пізнавальні потреби і отримати новий досвід або враження.

У процесі життя розум потребує нової інформації, а душа - переживань. Допитливість притаманна відкритим людям, яким властива довіра, що несумісне зі злобою. Допитливість передбачає готовність до навчання, набуття досвіду у знаючих. Вона стимулює до розвитку.

Допитливість «створює» найкращі особистості.

У сучасному суспільстві розвиток допитливості обумовлений суперечностями між:

- необхідністю розвитку цієї якості в дошкільному віці та прийнятою практикою, що не завжди сприяє розвитку допитливості;
- потребою в теоретичному аналізі проблеми розвитку допитливості дошкільнят і недостатньою вивченістю її в психологічних дослідженнях;
- можливістю розвитку дитячої допитливості в дошкільних освітніх закладах та відсутністю програмних орієнтирів для педагогічного процесу.

Формування пізнавального інтересу залежить від зовнішніх причин та індивідуальних особливостей особистості, завдання відстежити які покладається на вихователів. Багато що залежить від оточення людини: розуміння, стимулювання, підтримка, спілкування та взаємообмін мають велике значення у становленні особистості та вихованні у дитини патріотичних почуттів. [2, С.5].

Дошкільний вік є сприятливим періодом для розвитку патріотичних почуттів. Патріотичні почуття – це переживання, з яких у майбутньому виросте громадянська позиція особистості, її людська та національна гідність.

Мета – визначити, теоретично обґрунтувати значення патріотичного виховання дошкільників.

Завдання :

1. Розкрити поняття патріотизму як основи сучасного виховання дітей.
2. Теоретично обґрунтувати необхідність патріотичного виховання дошкільників.
3. Описати шляхи та засоби патріотичного виховання дошкільників

Сьогодні багато авторів прямо і опосередковано розглядають визначення сутності таких понять, як "патріотична свідомість", "любов до Батьківщини" в контексті дослідження патріотичного виховання. Даній проблематиці присвячені фундаментальні праці вчених-філософів В. Бичка, О. Забужка, І. Надольного, І.

Стогнія, В. Шинкарука тощо. Психологічну складову патріотизму досліджують у своїх наукових працях сучасні психологи: І. Бех, А. Богуш, М. Боришевський, В. Котирло. Питання формування військового патріотизму певною мірою розглянуто в роботах А. Абрамова, В. Баранівського, В. Лутовінова, В. Осьодла, В. Стасюка, Ю. Красильника. До проблем виховання молодого покоління на засадах патріотизму в різні часи зверталися такі класики педагогічної науки, як Г.Сковорода, К.Ушинський, О.Огієнко, С.Русова, А.Макаренко, В.Сухомлинський, Г.Ващенко та інші видатні вчені. Особливо цінною для сучасної практики є педагогічна спадщина талановитого українського педагога-гуманіста, педагога-новатора і філософа В.Сухомлинського. Запропоновані ним форми і методи освітнього впливу на дитячу особистість актуальні й тепер. Він вбачав пріоритет у формуванні нового покоління свідомої молоді, вихованні патріотів, які по-справжньому люблять Батьківщину, горді за свій народ та його історичне минуле, відповідальні за його майбутнє.

Майже в усіх наукових роботах, публіцистичних статтях автори дотримуються думки, що патріотизм - це, перш за все, любов до батьківщини і діяльність на її користь. Дані погляди збігаються із визначенням одного із найавторитетніших енциклопедичних видань Larousse: «Патріотизм - любов до вітчизни, тобто країни, міста, місця де народився, спільноти індивідів, які мешкають на одній землі, єдині у своїх культурних прихильностях і в прагненнях захищати свої цінності». Без любові до Батьківщини, готовності примножувати її багатства, оберігати честь і славу, а за потреби -віддати життя за її свободу і незалежність людина не може бути патріотом, громадянином.

У словниках та енциклопедичних виданнях патріотизм визначається через любов до Батьківщини. Укладники «Словника іншомовних слів» під патріотизмом розуміють «любов до своєї батьківщини, відданість своєму народові, готовність до подвигів і жертв в ім'я інтересів своєї вітчизни».

Навіть короткий аналіз довідкової літератури дозволяє стверджувати, що загальним для визначення патріотизму, незважаючи на термінологічну відмінність є його сутність: любов до батьківщини і безкорисливе служіння її інтересам та готовність до жертвності за неї. Незалежно від форми існування патріотизму загальними елементами його прояву є любов, віра й готовність до діяльності з метою реалізації їх у житті.

С.В. Слукін розглядає любов і віру як загальні універсали в змісті самого патріотизму та й духовності особистості в цілому. У свідомому патріотизмі ідеали усвідомлюються, оцінюються, верифікуються, любов конструється, актуалізується, логічно осмислюється. Людина як суб'єкт патріотизму немовби об'ґрунтовує для себе, чому вона віддана даним, а не іншим ідеалам, чому вона любить батьківщину, чому зберігає їй вірність.

Для носіїв вищого рівня патріотизму сприйняття Батьківщини близьке до сприйняття держави (вітчизни); по-друге, повагу до своїх предків, любов і терпимість до своїх земляків, бажання допомагати їм і утримувати від поганих вчинків. Вищим показником патріотичних відносин є бажання добробуту всім співвітчизникам, тобто усвідомлення буття суспільства, яке можна назвати «громадянською нацією»; по-третє, орієнтування суб'єкта патріотичних відносин і діяльності на конкретні щоденні справи щодо покращення стану своєї малої батьківщини, її благоустрою, допомоги своїм землякам співвітчизникам (починаючи від підтримання в охайному стані під'їздів і добрих стосунків із сусідами до розвитку свого міста і країни в цілому).

Вихователь повинен чітко бачити сам процес становлення національної свідомості дитини та глибоко розуміти зміст ключових понять («національний», «патріотизм», «націоналізм», «громадянськість» тощо). Саме в період дошкільного дитинства вихователь може закласти основи свідомості й самосвідомості, а також ті риси характеру, які й визначатимуть особистість.

Актуальність проблеми обумовлена необхідністю виховання патріотизму, починаючи з дошкільного віку. В цей період відбувається формування культурно-ціннісних орієнтації духовно-етичної основи особистості дитини, розвиток її емоцій, відчуттів, мислення, механізмів соціальної адаптації в суспільстві, починається процес національно-культурної самоідентифікації, усвідомлення себе в навколишньому світі. Цей період життя людини є найсприятливішим для емоційно-психологічного впливу на дитину, оскільки образи сприйняття дійсності, культурного простору дуже яскраві і сильні, тому вони залишаються в пам'яті надовго, а іноді на все життя, що дуже важливо у вихованні патріотизму.

У Конституції України, Національній доктрині розвитку освіти України, Національній стратегії розвитку освіти в Україні на період до 2021 року, Законі України «Про освіту», програмі «Базовий компонент дошкільної освіти» та інших державних нормативно-правових документах як стратегічні визначаються завдання виховання в особистості любові до Батьківщини, усвідомлення нею свого громадянського обов'язку на основі національних і загальнолюдських духовних цінностей, утвердження якостей громадянина – патріота України як світоглядного чинника.

Формування національної свідомості та самосвідомості передбачає: виховання любові до рідної землі, до свого народу, готовності до праці в ім'я України, освоєння національних цінностей (мови, території, культури), відчуття своєї причетності до розбудови національної державності, патріотизм, що сприяє утвердженню національної гідності, залучення дітей до практичних справ розбудови державності, формування почуття гідності й гордості за свою Батьківщину. [4, С.60-62 ]. Фундаментом патріотичних почуттів дітей дошкільного віку є інтерес до найближчого оточення: сім'ї, батьківського дому, рідного міста, села. Це все діти бачать щодня, вважають своїм, рідним, нерозривно пов'язаним з ними. Велике значення для виховання патріотичних почуттів у дошкільників має приклад дорослих, оскільки вони значно раніше переймають певне емоційно-позитивне ставлення, ніж починають засвоювати знання. Цілеспрямоване патріотичне виховання має поєднувати прищеплення любові до найближчих людей із формуванням такого ж ставлення і до певних феноменів суспільного буття. З цією метою факти життя країни, з якими ознайомлюють дошкільників, ілюструють прикладами з діяльності близьких їм дорослих, батьків залучають до оцінки суспільних явищ, спільної участі з дітьми у громадських справах.

Основними принципами патріотичного виховання або освітньої роботи в дошкільному закладі має бути народність, наочність, активність, систематичність, послідовність, врахування вікових та індивідуальних особливостей.

До ефективних методів і прийомів освітньої роботи з патріотичного виховання належать:

- тематичні та інтегровані заняття;
- розповіді вихователя;
- екскурсії вулицями рідного міста, до історичних пам'яток, визначних місць;
- розглядання ілюстративних матеріалів;
- читання творів художньої літератури;
- дидактичні народознавчі ігри;
- запрошення членів родин до дитячого садка;
- спільні з родинами виховні заходи, тощо.

У вихованні почуття національної гідності велике значення має правдиве висвітлення історії культури та освіти народу, повернення до культурних надбань минулого, відкриття невідомих сторінок нашої спадщини.

Патріотизм (грец. *paths* - батьківщина) - любов до Батьківщини, відданість їй і своєму народу.

Патріотичні почуття зміцнює героїко-патріотичне виховання, покликане виробляти глибоке розуміння громадянського обов'язку, готовність у будь-який час стати на захист Вітчизни, оволодівати військовими знаннями, а також вивчати бойові традиції та героїчні сторінки історії народу, його Збройних сил.

У ситуації, в якій сьогодні опинилася Україна і весь світ, стає питання організації освітнього процесу в умовах війни.

Формування національної свідомості та самосвідомості передбачає: виховання любові до рідної землі, до свого народу, готовності до праці в ім'я України, освоєння національних цінностей (мови, території, культури), відчуття своєї причетності до розбудови національної державності, патріотизм, що сприяє утвердженню національної гідності, залучення дітей до практичних справ розбудови державності, формування почуття гідності й гордості за свою Батьківщину. [8, С. 27-30].

У вихованні почуття національної гідності велике значення має правдиве висвітлення історії культури та освіти народу, повернення до культурних надбань минулого, відкриття невідомих сторінок нашої спадщини.

Щоб виховати свідомого громадянина і патріота, треба з малечку прилучати дитину бути допитливим, викликаючи бажання цікавитися культурно-історичними цінностями свого народу. Всі ці цінності відображує народне мистецтво, славні традиції якого продовжують талановиті митці сучасності.

Виховна робота завжди була невід'ємною складовою освітнього процесу, а зараз, в умовах військової агресії РФ проти України, її важливість складно переоцінити. Усе, що відбувається зараз – виклик для садочка, для вихователів та дітей.

Основними напрямками патріотичного виховання є:

- формування уявлень про сім'ю, родину, рід і родовід;
- краєзнавство;
- ознайомлення з явищами суспільного життя;
- формування знань про історію держави, державні символи;
- ознайомлення з традиціями і культурою свого народу;
- формування знань про людство.

Для патріотичного виховання важливо правильно визначити віковий етап, на якому стає можливим активне формування у дітей патріотичних почуттів. Найсприятливішим для початку систематичного патріотичного виховання є середній дошкільний вік, коли особливо активізується інтерес дитини до соціального світу, суспільних явищ.

Методи виховання дошкільнят забезпечують оволодіння ними знаннями про рідний народ, його Батьківщину і на цій основі – розвиток національних рис і якостей молодого покоління. Патріотичне почуття за своєю природою багатогранне, воно об'єднує всі сторони особистості: моральну, трудову, розумову, естетичну, а також фізичний розвиток і передбачає вплив на кожну із сторін для отримання єдиного результату.

Засобом патріотичного виховання є мистецтво: музика, художні твори, вірші, образотворче мистецтво, народне декоративно-прикладне мистецтво. Необхідно, щоб твори мистецтва, які використовуються у роботі з дітьми були високохудожніми.

Важливим напрямком роботи по вихованню любові до Батьківщини є формування у дітей уявлень про людей рідної країни. Перш за все необхідно згадати тих людей, які прославили нашу країну – художників, композиторів, письменників, винахідників, вчених, мандрівників, філософів, національних героїв (вибір залежить від вихователя). Необхідно на прикладах, через конкретних людей познайомити дітей з «характером» українського народу (творчі здібності, вмілість, пісенність, гостинність, доброзичливість, чутливість, вміння захищати свою Батьківщину). Вихователь намагається познайомити дошкільнят з людьми, яким притаманні якісь певні якості чи вміння, залучити дітей до їх діяльності. У народі кажуть: добрий

приклад — кращий за сто слів. Втілюючи цей мудрий педагогічний прийом у життя, педагогам необхідно запрошувати до дитсадка відомих людей, фахівців, чії справи гідні наслідування та популяризації і можуть стати прикладом для малят. Діти бачать, що звичайні люди, які їх оточують, пишуть гарні вірші, випікають смачні хліби, керують складними машинами та механізмами, виборюють нагороди у спортивних змаганнях тощо. Тож і наші малюки, особливо «чомучки» коли виростуть, стануть особистостями. [3, С.3-8].

Цікавими і повчальними є заняття, спрямовані на прищеплення шанобливого ставлення до різних професій та власне праці, зокрема екскурсії на сільськогосподарське виробництво. Малюки, спостерігаючи, як вирощується хліб, і переконуються, як багато терпіння, енергії та вміння докладають люди, аби на столі з'явилися смачні булочки. Наочними та вельми цікавими для дітей є заняття з теми «Праця твоїх батьків». На них ведеться щира й цікава розмова про батьківську роботу, яка дуже корисна для суспільства. Провідною у цих бесідах є думка про працьовитість українців як їхня національна риса. Прилучаючись до народознавства, діти дошкільного віку почнуть розуміти, що кожен народ, у тому числі й український, має звичаї, які є спільними для всіх людей. Пізнаючи традиції, народну мудрість, народну творчість (пісні, казки, прислів'я, приказки, ігри, загадки тощо), розширюючи уявлення про народні промисли (вишивку, петриківський, опішнянський, яворівську іграшку), вони поступово отримують цілісне уявлення про втілену в художній і предметній творчості своєрідність українського народу. Водночас у дітей розширюються знання про характерні для рідного краю професії людей, про конкретних представників. При цьому вихователь має піклуватися не стільки про збагачення знань, скільки про їх творче засвоєння, розвиток почуттів дітей.

Неабияке значення для виховання свідомого громадянина є прищеплення шанобливого ставлення до героїв війни, ветеранів, до пам'яті про тих, хто загинув, захищаючи Вітчизну, поваги до воїнів-захисників, кордонів Батьківщини. Діти з щирою вдячністю йдуть разом із батьками та вихователями до Вічного вогню, покладають квіти. Дуже великий вплив мають бесіди, зустрічі з ветеранами, екскурсії, використання пісень, віршів, наочного матеріалу. Добре коли після кожного заходу малята беруть у руки олівці та фарби й відтворюють свої враження в образотворчій діяльності.

Відповідь має сформуватися у результаті власних спостережень сучасного села або за матеріалами хоча б телепередач: охайність, доглянутість, привітність, чистота. Отже, національна риса – відчуття краси.

Сьогодні існує розуміння того, що виховати свідомого громадянина й патріота означає сформувати в дитини комплекс певних знань і умінь, особистісних якостей і рис характеру. Зокрема, йдеться про: повагу до батьків, свого родоvodu, традицій та історії рідного народу, усвідомлення своєї належності до нього як його представника, спадкоємця і наступника; працьовитість; високу художньо-естетичну культуру тощо; патріотичну самосвідомість та громадянську відповідальність, готовність працювати для розквіту Батьківщини, захищати її; повагу до Конституції, законів Української держави; досконале знання державної мови.

Звичайно, у повному обсязі ці якості ще не можуть бути сформованими у дитини дошкільного віку. Проте, створити фундамент, на основі якого можна буде вже зводити «будівлю» майбутнього громадянина-патріота не лише можливо, а й потрібно, особливо якщо врахувати всі переваги, що створює дошкільний вік для результативного виховного процесу.

Патріотичні почуття дітей дошкільного віку засновуються на їх інтересі та допитливості до найближчого оточення (сім'ї, батьківського дому, рідного міста, села), яке вони бачать щодня, вважають своїм, рідним, нерозривно пов'язаним з ними. Важливе значення для виховання патріотичних почуттів у дошкільників має



приклад дорослих, оскільки вони значно раніше переймають певне емоційно-позитивне ставлення, ніж починають засвоювати знання.

Концепція дошкільного виховання в Україні, сповідуючи історичний підхід до патріотичного виховання дітей дошкільного віку, актуалізує його народознавчі, українознавчі та краєзнавчі напрями.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Белкина В. Н. Дошкольник: Обучение и развитие /В. Н. Белкина, Н. Н. Васильева, Н. В. Елкина. Ярославль: Академия развития, 1998. 255 с.
2. Білан О. І. Тематичне планування навчально-виховної роботи в дошкільному закладі за програмою «Українське дошкілля» (II молодша група). / О. І. Білан // ПРОМАН. 2004. №4. С. 69.
3. Богуш А.М. Методика ознайомлення дітей з довкіллям у дошкільному навчальному закладі: Підруч. для ВНЗ/ А. Богуш, Н. Гавриш. Київ: Слово, 2008. С. 40–48.
4. Богуш А.М. Українське народознавство в дошкільному закладі/ А.М. Богуш, Н.В. Лисенко. Київ: Знання, 2002. С. 36–49.
5. Вишневецький О. Громадянське виховання: благо чи небезпека? Освіта. 2000. № 44. С. 3-5.
6. Газіна І.О. Формування в дошкільників першооснов національної самосвідомості (психолого-педагогічні особливості). Педагогіка. 2005. №1. С. 8-10.
7. Гонський В. Патріотизм як основа сучасного виховання та ідеології держави: студії виховання. Рідна школа. 2001. № 2. С. 9-14.
8. Жадан І. Проблеми громадянської освіти. Педагогічна газета. 1999. № 11. С. 2.
9. Ігнатенко П. Громадянське виховання: історичний аспект. Шлях освіти. 2001. № 1. С. 38–43.
10. Кисельова Н. Виховувати патріотів. Дошкільне виховання. 2001. № 3. С. 27– 28.
11. Козлова С.А. Дошкольная педагогика. Москва: Наука, 2002. С. 45–53.
12. Коментар до Базового компонента дошкільної освіти в Україні/ Наук. ред. О.Л. Кононко. Київ: Знання, 2003. С. 15–22.
13. Кононко О.Л. Душевність, людяність, щирість. Дошкільне виховання. 1999. №2. С. 8–9.
14. Кононко О.Л. Стратегічна мета виховання – життєва компетентність дитини. Дошкільне виховання. 2002. № 5. С. 11–13.
15. Кремень В.Г. Веління часу: плекати національну гордість у дітей. Педагогічна газета. 1998. № 7. С. 1.
16. Лещенко О.М. Патріотичне виховання дітей дошкільного віку. Дошкільне виховання. 2003. №9. С. 12–16.
17. Міщенко Н. Який же проросте патріотизм? Рідна школа. 2004. №1. С. 1–8.
18. Мокрогуз О. Громадянська освіта: проблеми і перспективи запровадження. Завуч. 2000. № 28. С. 2–4.
19. Мухина В.С. Психологія дошкільника: Учебн. пособ. для студентов пед. институтів и учащихся пед. училищ. Москва: Просвещение, 2003. С. 25–26.
20. Оржехівський В. Громадянська освіта формує громадянина. Відродження. 2000. № 1. С. 3–5.
21. Скрипченко О.В. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посіб./ О.В.Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. Київ: Вища школа, 2001.С. 24–36.
22. Слукин С.В. Патриотизм в социокультурном развитии личности: Дис. канд. филос. наук: 00.09.11. Екатеринбург, 2005. С. 18–24.
23. Сухомлинська О.В. Концепція громадянського виховання особистості в умовах розвитку української державності. Дошкільне виховання. 2003. №2. С. 3–8.
24. Щербань П.М. Національне виховання в сім'ї. Київ: Борівітер, 2000. С. 26–30.

25. Якубенко В. Від народознавства – до свідомого патріотизму. Дошкільне виховання. 2002. №8. С. 12–13.

**Орловська Надія,**  
старший викладач кафедри  
менеджменту та освітніх технологій  
Хмельницького обласного інституту  
післядипломної педагогічної освіти

### **Толерантність – основа міжнародних взаємин та передумова подальшого існування цивілізації**

На сучасному етапі розвитку суспільства, в умовах воєнного конфлікту, у час надскладної політичної ситуації, спричиненої диктаторською Росією, усе більшої актуальності та визнання набуває ідея толерантної педагогіки.

Загострилася потреба по-новому подивитися на світ, подолати бар'єри й перепони, які роз'єднують людей, утвердити між ними відносини на засадах гуманізму, взаєморозуміння, взаємосприйняття толерантності. «Толерантність особливо важлива в сучасному світі, який характеризується глобалізацією економіки і зростаючою мобільністю. Оскільки кожна частина світу характеризується різноманіттям, ескалація нетерпимості та розбрату потенційно загрожує всім регіонам. Від такої загрози неможливо відмежуватися національними кордонами тому, що вона має глобальний характер» [1, с. 4]. І лише людина, плекаючи в собі толерантність, з подрібнених, розрізаних уламків розколотої ненавистю і спотвореного неправдою світу творить єдину і цілісну картину, у якій є місце для всіх народів, усіх релігій, усіх особистостей такими, якими вони є насправді.

Важливого значення набуває поєднання теорії й педагогічної практики у вихованні учнівської молоді в дусі нової, не авторитарної педагогіки. З перетворенням України в самостійну державу освіта стала власною справою народу. Її докорінне реформування стає основою відтворення інтелектуального духовного потенціалу нації, виходу вітчизняної науки й культури на світовий рівень, національного відродження, становлення державності. Виховання підростаючого покоління на ідеях толерантності, взаєморозуміння є однією з актуальних проблем державної політики України, освіти, педагогічної науки та потребує врахування сучасних реальних обставин, у яких перебуває Україна нині.

Вивчення праць сучасних українських учених засвідчує, що кожен з них зі свого погляду розглядає різні аспекти педагогіки толерантності, досліджує методологію й теорію виховання підлітків на ідеях толерантності та взаєморозуміння.

Ідеї толерантності беруть свій початок з глибин давньої цивілізації та світоглядних систем, серед яких: філософсько-етичні ідеї Г. Сковороди; переконання Б. Грінченка про необхідність виховання дітей на традиціях національної культури; теоретична і практична спадщина В. Сухомлинського, яка базується на загальнолюдських моральних цінностях; погляди Я. Корчака щодо створення школи свободи, взаєморозуміння й толерантності.

Значний внесок у сучасний розвиток педагогіки толерантності зробили: І. Бех – про «формування діалогічного типу спілкування між педагогом і !!!!! дитиною, коли обидва суб'єкти освіти розуміють і поважають особистісну цінність одне одного, відчують взаємну відповідальність»; А. Погодіна – про теорію та погляди педагогіки толерантності; Я. Береговий – про цілеспрямоване пригашення агресивного начала та виховання толерантності в міжлюдських і міжнародних стосунках; О. Швачко – про толерантність як психолого-соціальний феномен та соціальну цінність; В. Маралов і В. Сітаров – про «педагогіку ненасилля» як складову педагогіки толерантності; інші науковці та практики.

У наукових працях: І. Беха, І. Гавриш, С. Гончаренка, Л. Дичківської, Ю. Завалевського, О. Козлової, Н. Клокар, В. Кременя, О. Мариновської, С. Мартиненко, О. Савченко та інших зосереджено увагу на теорії та методології педагогічної інноватики, зокрема розкрито питання організації й управління інноваційною та дослідно-експериментальною роботою в закладах освіти.

Ученими розкрито окремі теоретико-методичні аспекти становлення авторської школи як інноваційної освітньої системи, що саморозвивається; обґрунтовано експериментальну діяльність як основну форму втілення авторського задуму – оригінальної авторської концепції педагогічної системи закладу освіти; доведено, що реалізація авторської моделі «Школа толерантності» на базі закладів загальної середньої та позашкільної освіти здійснюється засобами педагогічного проєктування.

Актуальність вказаної проблеми досліджував педагогічний колектив гімназії N 2 м. Хмельницького (автор педагогічної ідеї Орловська Н. М.). За результатами експериментальної роботи всеукраїнського рівня було створено модель школи толерантності.

Соціальне й педагогічне значення досліджуваної проблеми полягає в тому, що реалізація авторської моделі сприятиме поширенню інноваційного досвіду, становленню мислєдїяльнїсної парадигми інноваційного розвитку освіти в умовах воєнного та післявоєнного стану. Розв'язання питання має державне значення, оскільки забезпечує практичну реалізацію основних положень Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року, схваленої розпорядженням Кабінету Міністрів України 14 грудня 2016 року No 988-р.

Процеси глобалізації вивели проблему толерантності на одне з чільних місць у переліку актуальних для подальшого розвитку людства.[с.13]. Особливо актуальності набуває толерантність сьогодні, коли Україна перетворилась у міжнародний фронт боротьби за демократію, коли триває боротьба з ворожим націоналізмом, тероризмом, соціальними потрясіннями, великомасштабними міграційними процесами й переміщенням населення, спричиненими жорстокою війною, яку розв'язала Росія.

Визначення та обґрунтування педагогічних умов упровадження ідей педагогіки толерантності в систему освітньої діяльності навчального закладу – нині першочергове завдання, що передбачає внесення змін до змісту освітнього процесу, накопичення досвіду, прикладів прояву толерантності, створення авторських програм та посібників з проблем толерантності, дослідження впливу багатьох чинників на формування якостей толерантної особистості в сучасному світі. «Адже попри все, людство прагне до блага і тому сформулювало міткий моральний закон – жити так , щоб не гнатися за злом і не втікати від добра»[с.24 ]

Реалізація цього завдання дасть можливість навчальним закладам створити в нинішніх умовах роботи мінімодель толерантного освітнього простору.

Актуальність проблеми, її недостатня практична розробленість зумовили вибір теми Всеукраїнського експерименту «Науково-методичне забезпечення реалізації авторської моделі «Школа толерантності»(автор Н. Орловська)».

Об'єкт дослідження: процес реалізації науково-методичного забезпечення авторської моделі «Школа толерантності».

Предмет дослідження: науково-методичне забезпечення функціонування авторської моделі «Школа толерантності».

Мета дослідження: науково обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність науково-методичного забезпечення реалізації авторської моделі «Школа толерантності».

Гіпотеза дослідження полягає в загальному припущенні, що науково-методичне забезпечення реалізації авторської моделі «Школа толерантності» буде

ефективним при умові, якщо педагогічний персонал повною мірою володітиме інноваційними освітніми технологіями й методиками, які забезпечать життєздатність авторської моделі «Школа толерантності».

Завдання дослідження:

- визначити основні напрями підвищення кваліфікації педагогічного персоналу, оволодіння педагогами компетентністним потенціалом виховання, новими освітніми технологіями й методиками, які необхідні для обраної авторської моделі «Школа толерантності»;

- розробити та експериментально апробувати моделі та методику педагогічних систем освіти з урахуванням засад інноваційної діяльності закладі освіти, регіональних особливостей функціонування закладів освіти, вікових та індивідуальних можливостей учнів, учителів;

- впроваджувати в практику закладів освіти комплекс нормативно-правового та навчально-методичного забезпечення моделі «Школа толерантності»;

- розробити загальну Концепцію науково-методичного забезпечення реалізації авторської моделі «Школа толерантності» та здійснити її апробацію.

Над виконанням зазначених завдань успішно працюють: навчально-виховний комплекс N 2 м. Хмельницького, Шепетівська гімназія N 6, Нетішинський комунальний позашкільний навчальний заклад «Будинок дитячої творчості», Хмельницький обласний інститут післядипломної педагогічної освіти.

Наукова новизна й теоретичне значення дослідження передбачають:

- наукове обґрунтування науково-методичного забезпечення реалізації авторської моделі «Школа толерантності»;

- експериментальне дослідження ефективності Концепції науково-методичного забезпечення реалізації авторської моделі «Школа толерантності»;

- апробацію оригінальних моделей педагогічних систем закладів освіти відповідно до загальної Концепції науково-методичного забезпечення реалізації авторської моделі «Школа толерантності»;

- уточнення змісту, структури поняття «школа толерантності» для різних закладів освіти;

- уточнення та наукове обґрунтування критеріїв, показників оцінки кількісних та якісних результатів педагогічного експерименту, рівнів ефективності науково-методичного забезпечення реалізації авторської моделі «Школа толерантності» та добір відповідного діагностичного інструментарію;

- удосконалення змісту, форми й методів проектування науково-методичного забезпечення реалізації авторської моделі «Школа толерантності».

Практичне значення одержаних результатів полягає у впровадженні в практику закладів освіти науково-методичного забезпечення реалізації авторської моделі «Школа толерантності», зокрема:

- у розробці загальної Концепції закладів освіти з науково-методичного забезпечення реалізації авторської моделі «Школа толерантності»;

- в апробації комплексу нормативно-правового, програмового та науково-методичного забезпечення діяльності закладів освіти з реалізації авторської моделі «Школа толерантності».

Вірогідність результатів експерименту забезпечуватиметься:

методичною обґрунтованістю вихідних теоретичних положень; комплексним використанням теоретичних та емпіричних методів відповідно до об'єкта і предмета дослідження; об'єктивністю критеріїв, показників оцінки кількісних та якісних результатів педагогічного експерименту; результатами практичного впровадження основних теоретичних положень наукового дослідження в роботі закладів освіти.

Очікувані результати:

- затверджено Концепцію закладів освіти з науково-методичного забезпечення реалізації авторської моделі «Школа толерантності»;

– уточнено та узагальнено зміст, структуру поняття «школа толерантності»; критерії, показники оцінки кількісних та якісних результатів педагогічного експерименту, рівні ефективності науково-методичного забезпечення реалізації авторської моделі «Школа толерантності» на базі закладів освіти;

– сформовано комплекс нормативно-правового, програмового та науково-методичного забезпечення діяльності закладів освіти – учасників експерименту з реалізації авторської моделі «Школа толерантності».

**Висновки.** Комплексне науково-методичне забезпечення реалізації авторської моделі «Школа толерантності» дасть можливість успішно формувати толерантність у вихованців. На основі результатів дослідження, узагальнення досвіду, наукового підходу до організації освітнього процесу буде вироблена модель науково-методичного супроводу «Школи толерантності». Науково-дослідницька робота сприятиме визначенню актуальності проблем толерантності у нашому суспільстві, стане поштовхом для активнішого застосування принципів толерантності в досить неспокійному нинішньому світі, «бо від того, які напрямки виховання будуть обрані в навчально-виховній системі, які пріоритети в формуванні та становленні особистості будуть визначені залежатиме майбутнє України» [4, с.16].

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Декларація принципів толерантності, затверджена резолюцією Генеральної конференції ЮНЕСКО від 16 лист. 1995 р. URL: [https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995\\_503#Text](https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_503#Text).
2. Бех І. Особистісно зорієнтоване виховання – нова освітня філософія // Педагогіка толерантності. 2001. № 2.7. С.16.
3. Бех І. Д. Особистість у сядві духовності: монографія. Київ – Чернівці: «Букрек», 2021. С.24.
4. Орловська Н. Школа толерантності: шлях до формування толерантного суспільства: навчально-методичний посібник. / Серія «Школа майбутнього». 2012. С.13.

**Павлова Наталія,**

спеціаліст вищої категорії, практичний психолог  
Дунаєвецького ЗДО № 4 «Теремок» ДМР

#### **Психологічна підтримка та соціально-педагогічний супровід учасників освітнього процесу в умовах російсько-української війни в Україні**

В статті йдеться про актуальні проблеми та пріоритетні напрями діяльності психологічної служби закладів освіти під час війни. Описані інноваційні підходи та сучасні технології підтримки учасників освітнього процесу та відновлення їх соціально-психологічних ресурсів. Також було описано власний напрацьований досвід та систему роботи психологічної допомоги та емоційної підтримки учасників освітнього процесу, профілактики посттравматичного стресового розладу.

**Ключові слова:** супровід, ресурс, стрес, учасники освітнього процесу, посттравматичний стресовий розлад, агресія, адаптація, візуалізація.

Життя кожного українця змінилось з початком війни в країні, одні намагаються не помічати цих подій щоб зберегти спокій в родині, інші щоденно переглядають новини в очікуванні хорошої звістки. Однак кожному зараз потрібна підтримка, адже стан, в якому знаходиться кожна людина в даний момент є дуже хиткий і ми не можемо вгадати, коли саме людина дійде до психологічної грані. Тому психологічна

підтримка та соціально-педагогічний супровід учасників освітнього процесу є дуже важливим видом діяльності.

На даний час спостерігається зміна поведінки у багатьох дітей, проявів в стресових ситуаціях таких, які є не дуже характерними у звичних умовах емоційних станів та поведінкових реакцій, як роздратованість, агресія, примхливість, більша, ніж зазвичай, вимогливість, можлива відмова від їжі, поганий сон, підвищена чутливість до дій дорослого, що перебуває поруч, його міміки та емоцій та інше [1].

Всі учасники освітнього процесу переживають досить складний період. Адже окрім стресових ситуацій вони мають певні завдання, які щодня потрібно виконувати попри всі події. Люди мають підвищений рівень тривожності, страхи, забувають про турботу за своє психічне здоров'я, адже зосереджені над роздумами про завтрашній день в якому не впевнені.

Пріоритетними напрямками діяльності психологічної служби закладів освіти під час війни є [2]:

- інформування з проблем торгівлі людьми;
- інформування з питань запобігання та протидії домашньому насильству в умовах воєнного стану в Україні;
- формування у здобувачів освіти національних та європейських цінностей;
- ознайомлення педагогів з технологіями надання першої психологічної допомоги учасникам освітнього процесу та запровадження «Психологічної хвилини» під час уроків;
- інформування про вплив та наслідки вживання наркотичних, психоактивних речовин, алкоголю та тютюнопаління;
- ознайомлення учасників освітнього процесу із загрозами, які може нести інтернет (шахрайство, спам, кібербулінг тощо);
- популяризація ненасильницької моделі поведінки;
- формування моральної поведінки, активної життєвої позиції, єдності слова і діла в особистості, готовності брати активну участь у житті своєї держави;
- ознайомлення педагогів та батьків здобувачів освіти з основними закономірностями та умовами сприятливого розвитку дитини.

Нині, в умовах військового часу суттєво зростає потреба в роботі психологічної служби в закладах освіти та дуже важливим є також проведення соціально-педагогічної та психологічної просвітницької діяльності, ознайомлення всіх учасників освітнього процесу з питань збереження їхнього соціального благополуччя і психічного здоров'я.

Війна створила багато проблем та негативних чинників, які впливають на психологічне здоров'я кожної людини. Багато хто з громадян країни змушені покинути територію України через військову агресію Росії, таким чином стикаються з ризиком торгівлі людьми. Також і ті люди, що залишаються всередині країни, також можуть стати постраждалими від внутрішньої торгівлі людьми.

Зменшення або повна втрата робочих місць, доходу внаслідок війни, масовий виїзд та розгубленість, роз'єднання сімей, поява дітей, які переміщуються без супроводу дорослих або зазнали роз'єднання з родичами, обмежені можливості забезпечити головні потреби внутрішньо переміщених осіб, біженців та постраждалого від війни населення призводять до зростання ризиків. Також почастишали випадки зникнення людей, обману та шантажування/маніпулювання, примусового вивезення, відбирання документів. Злочинний світ пристосовується до змін реальності, полюючи на нові жертви, торговці людьми користуються вразливістю тих, хто змушений покинути Україну [2].

Психологічний стан та психічне здоров'я під час військових дій є вкрай важливим. Багато людей переживають виснаження, спустошення, втому, відчувають

тривогу й паніку. Таким чином втрачають власний ресурс, що негативно впливає на якість життя в цілому.

Виокремлюють декілька каналів, з яких можна брати ресурси для відновлення. Вони були вивчені та узагальнені у ході дослідження шляхів подолання кризових ситуацій ізраїльським психологом-травматерапевтом Мулі Лаадом. Як результат, була розроблена модель BASIC Ph, згідно з якою розрізняють 6 стратегій відновлення ресурсу [3]:

- віра й переконання,
- емоції,
- соціальність,
- уява,
- когнітивні стратегії,
- фізична активність.

Кожна людина самостійно визначає, що саме для неї є ресурсом та як саме її легше буде впоратися зі стресом. Вибір стратегії для відновлення ресурсів протягом життя може змінюватись, адже змінюємось і ми самі.

Дехто намагається почерпнути силу у вірі, переконаннях та цінностях, що стосується не лише релігії, а й почуття патріотизму, розуміння своєї місії у світі, впевненості, що життя має сенс тощо. У деякого домінує емоційний спосіб протидії стресу – відкритий прояв почуттів, сльози, сміх, обговорення пережитого досвіду з іншими, невербальне вираження емоцій через художню діяльність, читання або написання текстів. Ті, у кого переважає соціальний канал як спосіб взаємопідтримки, прагнуть долучитися до якоїсь спільноти, відчути себе частиною соціальної групи.

Наступний тип протидії — уява — мрії та спогади про щасливі моменти й обставини з метою зменшення інтенсивності переживання страшних життєвих реалій. Для когось найбільш ефективною є когнітивна стратегія – активний пошук інформації, вирішення практичних проблем, внутрішні діалоги, визначення пріоритетності справ тощо. Щоб позбавитися негативних переживань, можна також залучати тілесні ресурси: виконувати вправи на релаксацію, займатися спортом, здійснювати будь-яку іншу фізичну діяльність (вишивати, майструвати, працювати в саду) тощо.

З метою відновлення ресурсу ми також можемо використовувати різні вправи. Вправи на відновлення ресурсу представляють собою інструменти, які дають змогу людині ефективно справлятися зі стресом, адаптуючись до ситуації, що склалася.

#### Вправа «Малювання музики»

Ця вправа дозволяє задіяти одразу три сенсорних канали: візуальне сприйняття, слух і тактильні відчуття. Вона допомагає вивільнити емоції та візуалізувати їх.

Для проведення вправи потрібно взяти аркуш паперу, покласти його горизонтально та скласти втрое, щоб утворилося щось схоже на конверт чи буклет. По черзі прослухати пісні GO\_A - Shum, Один в каное - Човен, Андрій Хливнюк і The Kiffness - Ой у лузі червона калина.

Під час прослуховування музики необхідно зобразити кольоровими олівцями, фломастерами чи фарбами відчуття, які викликає кожна з пісень, у вигляді абстракції, використовуючи різні лінії, фігури, кольори у довільній формі. Для кожної наступної пісні слід використовувати нову частину аркуша.

Корисно обговорити малюнки та емоції, які виникали протягом виконання завдання.

#### Вправа «Рецепт стресостійкості»

Ця вправа спрямована на консолідацію усіх ресурсів людини та їх візуалізацію. Результат її виконання — малюнок, постер, колаж, асамбляж, презентація, мудборд тощо — може бути використаний у подальшому для пошуку ефективного способу швидкого відновлення та заспокоєння. Завдання може виконуватися як

індивідуально, так і в групі. Для створення креативного продукту слід виділити достатньо часу.

Виконуючи вправу, можна опиратися на наведені нижче інструкції:

- Поміркуйте над тим, що дає підтримку у скрутні часи, може потішити та розрадити. Це можуть бути конкретні речі, дії та вчинки (прогулянка, обійми, подарунок другові і т.ін.).

- Створіть рецепт стресостійкості у вигляді творчого продукту будь-якого формату.

- Обговоріть роботи і прокоментуйте, що саме і як допомагає, у яких ситуаціях найкраще спрацьовує.

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) є психічними порушеннями, що розвиваються у деяких осіб після травматичних подій, таких як природні та техногенні катастрофи, обстріли, бомбардування та інші загрози життю під час війни, сексуальне або фізичне насилля, дорожньо-транспортні пригоди, тортури тощо, які пов'язані з загрозою для власного життя (або іншої людини) чи фізичної недоторканності та зумовили сильний страх, безпорадність або жах. Інші емоційні реакції пацієнтів включають провину, сором, гнів або емоційне оніміння [4].

Дані щодо поширеності та захворюваності на ПТСР в Україні, за офіційною статистикою Міністерства охорони здоров'я України, сьогодні відсутні.

Доступні дані щодо поширеності та захворюваності на ПТСР ґрунтуються в основному на результатах великомасштабних епідеміологічних досліджень, проведених в США та Австралії, й обмежені відомостями щодо дорослих. Частота розвитку ПТСР становить 10–15% серед осіб, які зазнали впливу травматичних подій. У США у процесі епідеміологічних досліджень ПТСР виявили у 15% ветеранів-чоловіків і 9% ветеранів-жінок, які брали участь в бойових діях [5].

Профілактика ПТСР дозволить запобігти багатьом наслідкам в подальшому. Для профілактики потрібно застосовувати велику кількість інформації, для учасників освітнього процесу, такі як: пам'ятки, буклети, рекомендації, бесіди. Також позитивно впливають заняття з дітьми, тренінги для батьків, семінари-практикуми для педагогів. В них має бути інформаційна частина, яка забезпечить учасників підґрунтям для засвоєння подальшої інформації, вправи для зниження рівня стресу, відновлення ресурсу, релаксаційні вправи, техніки, що швидко дозволять надати психологічну допомогу самостійно.

Дуже корисною та ефективною є вправа «Метелик». Права долонька торкається лівого плеча, ліва долонька правого плеча та робимо легкі постукування. Вона сприяє заспокоєнню, розслабленню та знижує рівень стресу.

Вміння допомогти собі в будь-якій ситуації є невід'ємними навичками сьогодення, адже у цей нелегкий час постійно кожен учасник освітнього процесу перебуває в стресі.

Отже, в цей нелегкий час психологічна служба закладів освіти має намагатися максимально дбати про психічне здоров'я учасників освітнього процесу, створювати підтримку для кожного. Адже саме зараз є дуже актуальним нагадати кожному, як правильно відновлювати психологічний ресурс та захистити себе від стресових ситуацій, виробити стресостійкість.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Наугольник Л. Б. Психологія стресу: підручник. Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. 324 с.
2. Лист МОН від 02 серпня 2022 р. № 1/8794-22 Щодо діяльності психологічної служби у системі освіти в 2022/2023 навчальному році. URL: <https://mon.gov.ua/ua/npa/shodo-diyalnosti-psihologichnoyi-sluzhbi-u-sistemi-osviti-v-20222023-navchalnomu-roci>.



3. Коли світ на межі змін: стратегії адаптації.  
[URL:file:///C:/Users/acer/Downloads/713.pdf](file:///C:/Users/acer/Downloads/713.pdf).
4. Первинна допомога при посттравматичному стресовому розладі.  
[URL:https://www.umj.com.ua/article/93730/pervinna-dopomoga-pri-posttravmatichnomu-stresovomu-rozladi](https://www.umj.com.ua/article/93730/pervinna-dopomoga-pri-posttravmatichnomu-stresovomu-rozladi).
5. Романовська Д. Д. Профілактика посттравматичних стресових розладів: методичний посібник. Чернівці : Технодрук, 2014. 133 с.

**Панкіна Катерина,**  
практичний психолог  
Нетішинського ліцею №1,  
Нетішинської міської ради  
Шепетівського району, Хмельницької області

### **Стресостійкість педагога в умовах війни та дистанційного навчання**

В даній статті йдеться мова про підтримку педагогів в умовах війни та дистанційного навчання

**Ключові слова:** стресостійкість, соціально-психологічний ресурс, компетентність

Зараз ми всі переживаємо темні часи. Страшна війна і страшні вчинки ворога руйнують не лише наші будинки, райони та міста, але й нашу психіку. Ми втратили почуття безпеки і не можемо будувати планів на майбутнє. Ми живемо в умовах тотальної невизначеності і це страшенно виснажує. Але, як би складно нам не було в це повірити, життя триває та ставить перед нами свої нові виклики.

Війна є травмівною подією, що викликає відчуття безпорадності й незахищеності, впливаючи на мислення людини та її ставлення до світу, спричиняючи хронічні стресові розлади. Це, безперечно, складний час і для вчителів, які попри стрес та небезпеку продовжують проводити заняття у дистанційному режимі, і для дітей, частина з яких були змушені покинути свої домівки.

Проблема інформаційно-психологічної безпеки сьогодні перебуває в центрі уваги науковців. Війна належить до категорії надзвичайної ситуації, адже це подія, яка виходить за межі звичного способу життя людини, і в ній наявний ризик загрози її фізичному та психічному здоров'ю педагога, яку науковці аналізують як підсистему психологічної безпеки, у контексті адаптації до реалізації завдань нових освітніх викликів очевидне. Своєю чергою, умови невизначеності військового режиму, навантаження онлайн-формату життя, активують і проблему формування медіакомпетентностей педагога та його психологічного імунітету до кібератак. Особливої уваги потребують учителі, які одночасно з окресленою проблемою пристосовуються і до змін, запропонованих освітніми реформами, зокрема концепцією «Нова українська школа». Оновлення професійних компетентностей освітян зумовлюють емоційне виснаження та провокують вигорання в усіх сферах життєдіяльності. Відтак, важливо не лише дидактично, а й психологічно забезпечити вчителя задля його резилієнсу в умовах дистанційного онлайн простору.

Потреба в психологічній безпеці як одна з базових потреб особистості та система міжособистісних відносин загострюється в періоди кризових соціальних змін, адже назріває невпевненість у власному майбутньому. Сьогоднішня ситуація з огляду на впровадження ідей концепції «Нова українська школа», невизначеність і відсутність ясності й чіткого плану щодо закінчення війни в Україні, перехід на дистанційне навчання підсилює наслідки впливу стресу.

Формування стресостійкості педагога допоможе йому подолати негативні наслідки стресових ситуацій, уберегти себе від дезінтеграції та різноманітних розладів, створити основу для внутрішньої гармонії, високої працездатності, визначити успішність своєї професійної діяльності і, головне, зберегти власне здоров'я.

Аби поставити стресам надійний заслін, педагог має перевести свою енергію в іншу форму діяльності, зайнятись тим, що дасть можливість зняти емоційну напругу, адже основою стресостійкої життєвої стратегії педагога є пошукова активність, яка проявляється в соціально прийнятних формах.

Підвищити стресостійкість, зберегти позитивний психологічний стан і зміцнити власне здоров'я можливо за допомогою релаксації (аутотренінг, медитація, сміхотерапія, кольоротерапія, ароматерапія, йога, творчі спроби самовираження), рекреації (фізкультура, дихальні вправи); катарсису (спілкування з близькими, домашніми тваринами, захоплення мистецтвом). Це три основні шляхи до психічного, фізичного та духовного здоров'я особистості.

Сучасна наука також пропонує ряд методів підвищення стресостійкості: соціально-психологічний ресурс (позитивне соціальне оточення); психологічна освіченість і психологічна культура особистості; особистісні ресурси (активна мотивація подолання стресу, сила Я-концепції, самоповага, емоційно-вольові якості, позитивність і раціональність мислення, стан здоров'я та ставлення до нього як до самоцінності тощо); інформаційні та інструментальні ресурси (здатність контролювати ситуацію, здатність до адаптації, інтерактивні техніки змінювання себе та навколишню ситуацію тощо); матеріальні ресурси (стабільність оплати праці, рівень матеріального доходу, безпека життя); характер і способи подолання стрес-ситуацій.

Хочу запропонувати орієнтовне заняття для вчителів. Дане заняття – це спроба пошуку ефективної технології психологічної підтримки педагогів.

Групове тренінгове заняття для вчителів «Формування стресостійкості»

**Мета:** профілактика емоційного вигорання та збереження психічного здоров'я педагогів, розвиток самоусвідомлення, саморефлексії, самоаналізу, як необхідних складових здоров'я педагога.

**Кількість учасників:** 15-20.

**Час проведення:** 1 години.



### **Хід тренінгу**

Шановні колеги, сьогодні ми з вами проведемо тренінг на тему «Формуємо стресостійкість»

Дуже точно про вчителя писав Симон Соловейчик «Він актор, але його глядачі і слухачі не аплодують йому. Він скульптор, але його роботи ніхто не бачить. Він лікар, але його пацієнти рідко дякують за лікування та далеко не завжди бажають лікуватися. Де ж йому взяти сили для щоденного натхнення? Тільки в самому собі, тільки в усвідомленні величі своєї справи...»

### **Вправа привітання**

Мета: сприяти встановленню контакту між учасниками групи та налаштування на роботу в групі.

Інструкція: один із учасників говорить привітання або комплемент у такій формі: «Привіт усім, у кого в цей день хороший настрій!» Ті, кого стосується ці слова хором відповідають «Привіт!» А якщо був сказаний комплемент, то ті учасники, які вважають, що це стосується їх хором відповідають: «Дякую!»

### **Інформаційне повідомлення психолога.**

Професія педагога вважається однією з психологічно напружених і виснажливих, і на це є причини:

- комунікаційне навантаження;

- величезне емоційне напруження;
- поява певних «професійних деформацій»;
- соціальна незахищеність та досить часто складний психологічний клімат у колективі;
- тривале перебування на ногах.

Як наслідок, за відсутності додаткової роботи над собою, без створення певних компенсаторних механізмів, простежується неминуче збільшення психосоматичних захворювань, на основі яких розвиваються всі інші. Це призводить до того, що до 40-45 років мало хто з вчителів або вихователів може похвалитися своїм здоров'ям.

Повноцінно прожити життя, уникаючи стресів і криз, нереально. Кожен день приносить чергове напруження, нові випробування, несподіванки, проблеми. Результатом тривалого стресу та низької стресостійкості людини є синдром емоційного вигорання.

**Стресостійкість** – це визначена сукупність особистих якостей, що дозволяють переносити стресові ситуації без неприємних наслідків для особистої діяльності людини та її оточення. Стресостійка людина, у будь-яких умовах, може виконувати поставлене завдання. Така людина завжди виділяється з маси – спокійна, упевнена в собі, самодостатня.

Для протистояння стресу важливі кілька факторів: ефективно планування часу, вміння розслаблятися, розуміння своїх емоцій, самоконтроль, позитивний настрій, фізичне навантаження тощо

Діяльність педагога за суспільними функціями, вимогами до професійних та особистих якостей, складністю психологічної напруженості та емоційного навантаження наближена до діяльності артиста, вченого, письменника.

У педагогічній діяльності поряд із загальними факторами ризику для здоров'я працівників розумової сфери (наприклад, нервово-емоційне напруження, інформаційні перевантаження, зниження м'язової активності) є і специфічні: значне голосове навантаження, переважання в процесі діяльності статичного навантаження, великий обсяг зорової роботи, порушення режиму праці і відпочинку тощо.

**Пам'ятайте:** якщо не можете змінити ситуацію, змініть своє ставлення до неї!

Можливо, саме цей вислів є рецептом психологічного благополуччя не тільки педагогів, а й будь-якої людини взагалі. Навіть і в особистому, і в професійному житті бувають ситуації, які не можна виправити, їх потрібно пережити. А наше завдання, психологів, допомогти нашим педагогам в цьому, дати їм інструмент з допомогою якого педагоги зможуть подолати стресові ситуації.

### **Вправа «Рахунок по колу»**

**Мета:** Сприяти мобілізації уваги, дати можливість учасникам усвідомити їх регулятивні ресурси, створити умови для їх тренування.

Матеріали: не потрібні.

Завдання учасників – дорахувати до 33. Ведучий починає рахунок, називаючи перше число, його сусід – наступне число, і далі по колу. При цьому важливо дотримуватися двох правил: числа, у запису яких є три (наприклад, 13 або 30) і числа, які діляться на три (3, 6, 9 і т. д.) вголос не вимовляються. Замість цього учасник, якому дістається таке число, повинен плеснути в долоні. Якщо хтось помиляється, рахунок починається заново з тієї людини, яка помилилася. Зазвичай групі не вдається дорахувати до 33 з першого разу.

- Отже, наш тренінг спрямований на розвиток навичок стресостійкості.

*Очікуваний результат.*

**Висновок:** стресу не потрібно боятися; необхідно розвивати у себе здібності і компетентності, які допомагають долати труднощі, досягаючи високої життєвої ефективності, зберігаючи здоров'я.

**Вправа-загадка.**

**Психолог:** «Відгадайте загадку: «Вона не має ціни. Вона збагачує тих, хто її отримує, не збіднюючи тих, хто її дарує. Вона триває одну мить, пам'ять про неї залишається надовго. Немає таких багатих, які могли б прожити без неї, і немає таких бідних, які не стали б багатшими її милістю. Вона створює щастя в будинку, атмосферу доброзичливості в справах і служить паролем для друзів. Разом із тим її не можна купити, випросити, позичити або вкрати, бо вона являє собою цінність, яка не принесе ніякої користі, якщо не буде йти від чистого серця».

**Відповідь:** Посмішка.

**Психолог:**

- «Посміхніться, будь ласка, один одному. Чудово».

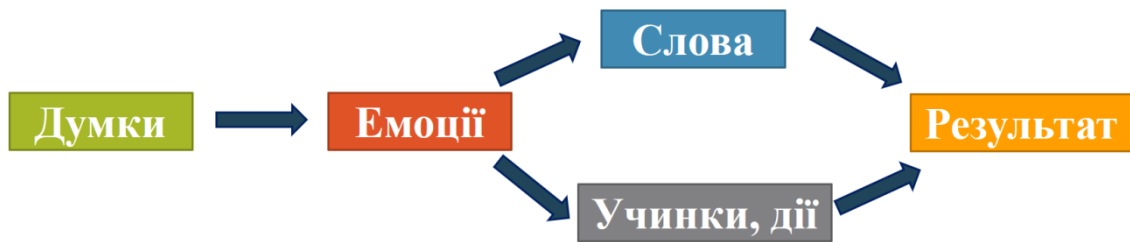
**Притча про позитивне мислення**

*«Йшла пустелею людина. Дуже стомилася, хотіла їсти й пити. Аж раптом на її шляху - дерево бажань. Людина зупинилася біля нього й подумала: ось би мені зараз поїсти! І тут з'являється стіл з наїдками і напоями. Наситилася й думає: ось тепер саме час відпочити. І тут перед нею виростає курінь. Відпочила й думає: це ж, певно, робить хтось великий, могутній. Зараз він прийде прожене мене. А оскільки це було дерево бажань, так і сталося»*

- Тож кожна людина повинна мислити позитивно. Адже думки матеріальні. Зрозуміти специфіку позитивного мислення, навчитись жити за принципами позитивного налаштування ми спробуємо на нашому занятті, застосовуючи отримані навички у повсякденному житті.

**Вислів: Які ваші думки – таке й ваше життя.**

- Поясніть як ви розумієте цей вислів. Чи погоджуєтеся? Обґрунтуйте думку.



**Вправа «Історії з мішечка»**

**Мета:** налаштувати учасників на роботу з теми, активізувати відчуття особистості.

**Хід вправи:**

Учасники сідають у коло і по черзі витягують з мішечка, не заглядаючи в нього, один з наявних там предметів (олівець, ручка, ґудзик, гумка, кубик, катушка ниток, шпилька, цукерка тощо). Після того, як всі отримали якусь річ, кожен по черзі говорить фразу, яка починається з «Я» та представляється.

Наприклад: «Я - цукерка, солодка, смачна, мене всі люблять».

Ось і познайомилися та налаштувалися на майбутню роботу.

**Мозковий штурм: Що може дати емоційну розрядку?** (об'єднавшись в групи, учасники створюють список факторів, які допоможуть в боротьбі зі стресом на робочому місці)

**Вправа «Скептики й оптимісти»**

**Мета:** формування позитивного мислення, розвиток комунікативної креативності, гнучкості в оцінці будь-якої ситуації, а також зміцнення групової єдності.

✓ За вікном дощ ...

✓ Викликає директор школи .....

✓ Нас повідомляють в останню хвилину, що потрібно провести відкритий урок...

- ✓ Терміново потрібно їхати у відрядження в інше місто на семінар .....
- ✓ Підготувати виступ до педради .....
- ✓ В закладі перевірка документації .....

### **Позбудьтеся тривожності**

Для вправи потрібно пластилін.

А тепер зліпіть ... свою злість, образу! Як вона виглядає? Ліпіть сміливо. Коли ваша образа готова, і вона вам подобається – знайдіть що вона вам дає, за що б ви сказали «дякую» перед тим, як відпустити. Не подобається виглядає ваша образа? Знищте, розчавіть переліпіть у те, що подобається. Тут головне відчуття, що це ви керуєте своєю образою, а не вона вами. «Коли ми вмикаємо образу, то ніби перебиваємо краник з любов'ю всередині нас»

### **Вправа «Усмішка»**

Давайте, посміхнемося один одному.

### **Рефлексія. Дайте один одному пораду. Як подолати стрес?**

Отже, здоров'я може бути збережене та зміцнене тільки наполегливою працею над собою, звичкою до самодисципліни та самообмежень. Корисно побудувати власну програму збереження професійного здоров'я та захисту від професійного стресу.

Учителю варто серйозно замислитись над тим, які моменти в його роботі допомагають зняти напругу, й намагатись кожного дня трохи часу відводити на заняття, які приносять задоволення та радість. Тільки так можна гідно протистояти стресу і, крім того, отримати більше задоволення від життя, знайти в собі та оточуючому середовищі нове та якнайкраще вчити майбутнє покоління українців.

### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Вілюжаніна Т. А. Психологічна безпека освітнього середовища в оцінках викладачів ВНЗ. Актуальні проблеми психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Том 7. Екологічна психологія. Випуск 35. 2014. С. 44–54.
2. Харченко А.С. Психологічна безпека особистості викладача вишу. Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ. Серія психологічна. 2 (2). 2012. С. 443–450
3. Osvita.ua URL: <https://osvita.ua/school/method/teacher/278/> (дата звернення: 24.10.2022)
4. Всеосвіта. «Формування стресостійкості. Психологічні техніки самопомоги в умовах війни» URL: <https://vseosvita.ua/webinar/formuvannia-stresostiikosti-psykholohichni-tekhniky-samodopomohy-v-umovakh-viiny-659.html> (дата звернення: 24.10.2022)

**Пастух Людмила**  
доцент кафедри менеджменту  
та освітніх технологій  
Хмельницького ОІППО,  
кандидатка психологічних наук,

### **Розвиток стресостійкості педагогів в умовах викликів війни засобами післядипломної освіти**

В статті представлений аналіз наукових підходів щодо змісту, структури, чинників та факторів стресостійкості педагогів в умовах викликів війни. Визначено основні завдання, напрями підвищення стресостійкості педагогів засобами післядипломної освіти.

**Ключові слова:** стресостійкість; структура стресостійкості; вплив стресу; війни; підвищення стресостійкості

У результаті військової інтервенції російської федерації до України, значно збільшилась потреба у наданні психологічної допомоги та підтримки дітям, учням, педагогам, батькам. Найбільш розповсюдженими запитами та зверненнями до фахівців психологічної служби є: загострені відчуття страху, тривоги, невизначеності, емоційні розлади, реактивні стани, посттравматичні стресові розлади, горе, переживання втрати близьких, панічні напади.

Тому, як зазначено у листі Міністерства освіти і науки України від 02.08.2022 № 1/8794-22 «Щодо діяльності психологічної служби у системі освіти в 2022/2023 навчальному році», одним із головних завдань закладу освіти є повсякденна психологічна допомога та емоційна підтримка учасників освітнього процесу [3].

Особливої уваги та психологічної підтримки сьогодні потребують педагогічні працівники. Оскільки в умовах викликів війни, як зазначають науковці, педагоги – значно більше ніж вчителі, вони виступають своєрідними маяками та джерелами зцілення для дітей та учнів і їх батьків.

Сьогодні педагогам надзвичайно важливо демонструвати учасникам освітнього процесу власний спокій та врівноваженість – це найбільш простий спосіб допомогти заспокоїтись здобувачам освіти. І пам'ятати, що їхні емоції, психологічний стан щоденно віддзеркалюють учні.

Тому, психологи-науковці та практики наголошують на нагальній необхідності приділення уваги педагогів підтримці власних фізичних та психоемоційних ресурсів, під час здійснення професійної діяльності в особливих умовах дистанційного навчання в період військового стану. Це в свою чергу загострює актуальність проблематики розвитку стресостійкості педагогів як важливого фактору забезпечення ефективності освітнього процесу в умовах викликів війни.

Мета статті – проаналізувати сутність, структуру, чинники та фактори стресостійкості педагогів; визначити основні завдання, напрями підвищення їх стресостійкості засобами післядипломної освіти.

Аналіз теоретичних публікацій засвідчив, що проблематику стійкості педагога до стресових ситуацій досліджувала багато зарубіжних і вітчизняних науковців: К. Абульханова-Славська, А. Баранов, В. Бойко, В. Бодров, Б. Варданян, Г. Дубчак, Л. Карамушка, О. Марковець, Л. Мітіна, І. Болотнікова, Т. Завадська, Т. Кружева, О. Кокун, Т. Савченко, Н. Самоукіна, І. Сурніна, Т. Титаренко Т. Ткачук, Н. Цибуляк та ін.).

Однак, не зважаючи на наявність значної кількості робіт, що розкриває психологічні проблеми стресу, стресостійкості, на сьогодні наявні деякі розбіжності щодо розуміння сутності, структури стресостійкості, а також, залишається немало невирішених питань пов'язаних з вивченням специфічних особливостей стресу у

професійній діяльності педагогів, зумовлених випробуваннями війни в Україні з російським агресором.

Ґрунтовний аналіз поняття «стресостійкість», зроблений Г. Дубчак, дозволив їй дійти висновку про те, що під терміном «стресостійкість» науковці досить часто розуміють такі її прояви як: емоційна стійкість, нервово-психічна стійкість, психологічна стійкість до стресу, психічна стійкість, стійкість до стресу, толерантність до стресу [2, с. 51-52].

За результатами проведеного нами аналізу наукових досліджень, вважаємо найбільш ємким таке тлумачення сутності стресостійкості – як індивідуальної інтегративної, багатокомпонентної властивості особистості, яка дозволяє зберігати їй оптимальну працездатність, бути ефективною, успішно досягати мети в складних емоціогенних професійних і особистісних обставинах, протистояти впливу стрес-факторів.

Стресостійкість є значущою професійно важливою якістю педагога, оскільки значною мірою визначає результативність його діяльності.

У структурі професійної стресостійкості науковці (Н. Цибуляк [1, с.157], А. Бондарчук [1, с.157], та ін.) виокремлюють такі складові компоненти:

- психофізіологічний,
- емоційний,
- особистісний
- поведінковий компоненти.

До проявів психофізіологічної складової стресостійкості відноситься низка психофізіологічних характеристик, зумовлених типом нервової системи, а саме: емоційний тонус; витривалість та ін. Науковці, як зауважують Н. Цибуляк [1], А. Бондарчук [1], за результатами експериментальних досліджень залежності стресостійкості від типу нервової системи підтверджують, що в осіб зі слабкою нервовою системою під час великого напруження швидше погіршується ефективність діяльності, ніж у представників із високою вираженістю сили нервових процесів, які демонструють більшу стійкість до значної психоемоційної напруги. [1 с.155]

Щодо емоційної складової професійної стресостійкості, то ця складова частина характеризує емоційну реакцію людини на стресову ситуацію, зокрема здатність контролювати свій емоційний стан під час дії (або після) стресора. Показниками емоційної складової частини стресостійкості людини є її емоційна стійкість і низька тривожність. Висока стресостійкість включає в себе низьку особистісну та ситуативну тривожність, а з іншого – підвищена тривожність, песимістичне відношення до професійної ситуації; замкнутість і ворожість призводять до зниження стресостійкості.

Аналізуючи сутність особистісної складової професійної стресостійкості, науковці звертають увагу на такі індивідуальні особливості людини, як: мотивація досягнення, локус контролю, самооцінка особистості, сформованість Я-концепції. Зокрема, зауважують, що високий рівень розвитку стресостійкості в людини саме із внутрішньої мотивацією, на відміну від зовнішньої; внутрішнім (інтернальним) локусом контролю (такі фахівці більш самостійні, самокритичні, незалежні під час виконання відповідальних дій, здатні брати на себе відповідальність, що забезпечує використання власних ресурсів стресостійкості та конструктивну поведінку у стресових ситуаціях. А наявність адекватної самооцінки дозволяє оптимально використовувати власний потенціал, сприяє саморегуляції та підвищує стресостійкість у складних умовах професійної діяльності. Натомість низька самооцінка призводить до труднощів із адекватним аналізом і розумінням складної ситуації, знижує опірність стресу. Завищена самооцінка сприяє протидії стресовим факторам, однак, як і низька, не дозволяє адекватно оцінити ситуацію та власні ресурси її подолання. На рівень стресостійкості особистості безпосередньо впливає зміст Я-концепції. Так, у випадку несформованої професійної Я-концепції рівень



стресостійкості знижується через відсутність узгодженості професійного образу «Я», а також домінування негативної самооцінки та емоційного дисбалансу. Натомість у випадку позитивного професійного образу «Я» стресостійкість є більш високою. Чим багатша та позитивніша професійна Я-концепція, тим краще фахівець може впоратися із труднощами у професійній діяльності [8].

Щодо поведінкової складової частина професійної стресостійкості педагогів, то вона відображає дії та вчинки фахівця у стресовій ситуації задля нейтралізації впливу стрес-факторів і підтримки балансу між вимогами професійної діяльності та внутрішніми ресурсами, що задовольняють цим умовам..

У низці досліджень (Л. Анциферова, Р. Грановська, І. Нікольська, В. Корольчук, М. Кудінова та інш.) визначено, що стресостійкість людини залежить від перетворюючих стратегій подолання стресових ситуацій, а також прийомів пристосування та допоміжних прийомів самозбереження. Тобто певна копінг-поведінка фахівця дозволяє впоратися зі стресом чи складними професійними ситуаціями шляхом активної цілеспрямованої взаємодії зі стресовою ситуацією. Водночас копінг-поведінка може деструктивно вплинути на професійну діяльність. Так, за ступенем конструктивності копінг-поведінка у стресовій ситуації умовно поділяється на три групи: 1) конструктивна (планування рішення, самоконтроль, пошук соціальної підтримки); 2) відносно конструктивна (позитивна переоцінка), 3) неконструктивна (конфронтація, дистанціювання, втеча-уникнення). Отже, на підвищення рівня стресостійкості педагогів буде впливати ступінь оволодіння ними конструктивними антистресовими поведінковими стратегіями, ефективними формами та методами подолання стресу.

Таким чином можна стверджувати, що стресостійкість – це багатогранний інтегративний феномен, на який має вплив кожна його складова і ще цілий перелік об'єктивних факторів та чинників.

Необхідно зазначити, що науковці зауважували і вказували на велику кількість чинників та факторів, що спричиняли повсякденну стресову напругу у педагогів ще мирний час. Зокрема, погоджуємося з думкою С. Тітаренко, яка відзначала, що висока емоційна напруженість педагогічної праці зумовлюється наявністю великої кількості чинників стресу: високий динамізм педагогічної діяльності; брак часу; робочі перевантаження; складність педагогічних ситуацій, що виникають; соціальна оцінка; необхідність здійснення інтенсивних контактів; взаємодія з різними соціальними групами тощо [4, с.178] .

Однак, необхідно брати до уваги те, що стрес в умовах війни відрізняється від стресу, характерного для мирного часу час за багатьма параметрами, зокрема з тим, що він часто поєднується з порушенням базових потреб людини, він глобальніший, має колективний характер, може кардинально змінювати подальше життя і долі людей, має іншу траєкторію трансформації.

Як зазначає відомий психотерапевт, доктор медичних наук, О. Чабан, стрес / дистресові переживання в умовах війни більш провокативні для здоров'я людини, ніж у мирний час, зокрема через такі фактор, а саме:

- неочікуваність і стійке психологічне відчуття «невіри», неспроможність прийняти факт війни;
- відчуття обману й зради, зумовлене багаторічною асоціацією російського народу з «дружнім» і «родинно пов'язаним», з образом «захисника» й «борця з нацизмом», «рятівника світу»;
  - суттєві й різкі зміни життя у величезній кількості людей одночасно;
  - втрата близьких і знайомих, із чим стикнувся практично кожний українець;
  - катастрофічно порушений розпорядок життя (від планів на день до планів на декілька років вперед);
  - відсутність досвіду проживання колективного стресу (надія, що людину «підхоплять» і підтримають оточуючі, досить примарна); перебування на етапі



«думай сам, вирішуй сам, роби сам – і те, що ти зробиш, залишиться твоєю відповідальністю та стане твоїм майбутнім»;

- постійні «гойдалки» між страхом, панікою та тривогою з короткочасним заспокоєнням і душевним підйомом;
- гротескні та жахливі сцени побаченого, прочитаного й почутого (особливо коли йдеться про вбитих і скалічених жінок і дітей);
- новий вид «входження» травми – наближення жахливої реальності з входом в індивідуальну свідомість через детальні розповіді очевидців, записи перехоплених телефонних розмов, відеозаписи допитів й інших подій війни;
- паранояльні відчуття небезпеки у відносно спокійних місцях (в осіб, які переїхали у Європу, західні області України);
- поєднання психічних травм із впливом страждань, голоду, холоду, хвороб;
- масові (колективні) психотравми всього населення України одночасно [5] . .

Окрім цього, як засвідчив аналіз запитів і звернень до фахівців психологічної служби закладів освіти, на підвищення стресової напруги педагогів в умовах викликів війни і дистанційного мають і такі фактори, які спричинені тим, що:

- педагогу через екран монітора складно відслідковувати в якому емоційному стані та настрої перебувають учні і в цих умовах здійснювати ефективні засоби впливу на емоційну саморегуляцію здобувачів освіти;

у педагогів недостатньо досвіду роботи в умовах війни (його тільки набувають);

- педагогу важко відслідковувати навчальну поведінку (уважність, зосередженість, зацікавленість, вмотивованість та ін.);

- педагоги мають труднощі щодо до того, як працювати з класом де є діти з гострим травматичним досвідом; як реагувати на непередбачуванні випадки сліз і страшних повідомлень під час уроку, складні на запитання про війну та ін..

Аналіз теоретичних джерел та запитів і звернень педагогів до фахівців психологічної служби, проведений Хмельницьким обласним навчально-методичним центром психологічної служби, засвідчив посилення негативних тенденцій у психологічному самопочутті педагогів під час війни, недостатній рівень саморегуляції емоційних станів. значне збільшення кількості педагогів, котрі потребують психологічної допомоги щодо підвищення рівня професійної стресостійкості в умовах нових викликів.

Все це загострює потребу у системній, комплексній підтримці педагогів у підвищенні їх стресостійкості і особлива роль у вирішенні цих завдань належить післядипломній освіті.

Беручи до уваги проаналізовану вище та засвідчену складність та багатоаспектність феномену стресостійкості та глобальність впливу стресу війни на людину, перед системою післядипломної педагогічної освіти стоїть завдання щодо розроблення й упровадження освітніх програм підвищення кваліфікації педагогічних працівників, орієнтованих на: підвищення рівня їх професійної стресостійкості й резильєнтності; формування конструктивних копінг-стратегій; навчання способам саморегуляції емоційно-вольових станів; профілактику емоційного вигорання. На нашу думку, така робота має реалізовуватись як через розробку окремих навчальних програм тематичних курсів підвищення кваліфікації педагогічних працівників «Стрес-менеджмент у професійній діяльності педагогів в умовах викликів війни», так і шляхом включення тематичних лекцій, семінарів, практикумів до навчальних програм курсової підготовки керівників закладів освіти та всіх інших категорій педпрацівників. А також, шляхом підвищення теоретичної та практичної підготовки педагогів з питань стресостійкості в міжкурсний період, завдяки участі у просвітницько-профілактичних методичних заходах, організованих регіональними центрами професійного розвитку, фахівцями психологічної служби закладів освіти.

**Список використаних джерел та літератури:**

1. Бондарчук А. Є, Цибуляк Н.Ю. Структура стресостійкості соціального педагога.
2. Дубчак Г. М. Психологія становлення професійної стресостійкості майбутніх фахівців соціономічних професій: дис.. ... д-ра психол. наук: №9.00.07/ Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 2018. 468 с.
3. Лист Міністерства освіти і науки України від 02.08.2022 № 1/8794-22 «Щодо діяльності психологічної служби у системі освіти в 2022/2023 навчальному році».
4. Нітаренко С. А. Збереження психічного здоров'я вихователя дошкільного навчального закладу як умова ефективності професійної діяльності. Вісник Глухівського національного педагогічного університету імені Олександра Довженка. Сер.: Педагогічні науки. 2016. Вип.30. С.175-182.
5. Чабан О. С.
6. [Психічне здоров'я в умовах війни: як його зберегти й не потрапити в «день бабака»? \[https://health-ua.com/multimedia/userfiles/files/2022/ZU\\\_5-6\\\_2022/ZU\\\_05\\\_2022\\\_Chaban.pdf\]\(https://health-ua.com/multimedia/userfiles/files/2022/ZU\_5-6\_2022/ZU\_05\_2022\_Chaban.pdf\)](https://health-ua.com/multimedia/userfiles/files/2022/ZU_5-6_2022/ZU_05_2022_Chaban.pdf)

:/w.w.w.t.p

**Пастух Людмила**  
методистка обласного  
навчально-методичного центру  
психологічної служби ХОІППО,  
кандидатка психологічних наук

### **Про особливості й пріоритетні завдання та напрями діяльності психологічної служби системи освіти в умовах викликів війни**

В статті представлений аналіз особливостей діяльності психологічної служби системи освіти області впродовж лютого-червня 2022 року.

Визначено основні завдання, напрями діяльності практичних психологів, соціальних педагогів щодо підтримки учасників освітнього процесу в умовах війни.

**Ключові слова:** психологічна служба; учасники освітнього процесу, стрес війни; психологічна підтримка

З 1991 року у системі освіти України діє психологічна служба, діяльність якої зорієнтована на забезпечення систематичного вивчення психофізичного розвитку здобувачів освіти, мотивів їх поведінки і діяльності з урахуванням вікових, інтелектуальних, фізичних та інших індивідуальних особливостей, сприяння створенню умов для виконання освітніх і виховних завдань закладів освіти.

Як зазначено в Положенні про психологічну службу системи освіти України [3], метою діяльності психологічної служби є сприяння створенню умов для соціального та інтелектуального розвитку здобувачів освіти, охорони психічного здоров'я, надання психологічної та соціально-педагогічної підтримки всім учасникам освітнього процесу відповідно до цілей та завдань системи освіти.

За тридцятирічний період свого функціонування в системі освіти психологічна служба пройшла етап становлення і розвитку, напрацювала науково-методичну базу, циклограми діяльності та інструментарій і стала суттєвим важелем у забезпеченні ефективності всіх реформуючих інноваційних освітніх процесів та якості освітніх послуг у закладах освіти України.

Однак, у результаті довготривалої військової інтервенції російської федерації до України після 24 лютого 2022 року, перед психологічною службою системи освіти з'явилися нові виклики спричиненні травматичним впливом війни: загострилися

6  
—  
2  
0

питання психологічного стану та здоров'я всього населення України, значно збільшилась потреба у наданні психологічної допомоги дітям, учням, педагогам, сім'ям воїнів Збройних сил України, родинам загиблих, внутрішньо переміщеним особам. Нагальною стала робота з такими запитами та проблемами: гострі емоційні розлади, реактивні стани, посттравматичні стресові розлади, горе, переживання втрати близьких, дезорієнтація та панічні напади та ін.

Це зумовило внесення змін у визначення пріоритетності завдань та напрямів діяльності фахівців психологічної служби.

Аналіз діяльності фахівців психологічної служби системи освіти області, проведений Хмельницьким обласним навчально-методичним центром психологічної служби ХОІППО засвідчив, що практичні психологи, соціальні педагоги закладів освіти з перших днів війни активно долучалися до вирішення нових труднощів і викликів в житті всіх учасників освітнього процесу.

Адаптували інструментарій, розробляли нові теми та форми роботи, вмотивовано, в терміновому режимі здобували знання і практичні навички надання допомоги в гострих стресових станах та інших питаннях кризової підтримки.

З узагальненими Хмельницьким ОНМЦПС результатами, поданими від фахівців психологічних служб закладів освіти територіальних громад області, впродовж лютого-червня 2022р, за соціально-психологічною підтримкою від руйнівного впливу війни до практичних психологів надійшло 7523 звернення, а до соціальних педагогів - 4627 запитів.

Необхідно відзначити, що в цей період особливу увагу фахівці психологічної служби приділяли наданню комплексної підтримки дітям і сім'ям внутрішньо переміщених осіб. Зокрема, за узагальненими результатами роботи, впродовж лютого-червня 2022р практичними психологами освітніх закладів було отримано 3772 запити від внутрішньо переміщених осіб, а соціальними педагогами – 1687.

Вважаємо за необхідне, зауважити, що одним із пріоритетних завдань у всі часові періоди функціонування психологічної служби було здійснення психологічного супроводу освітнього процесу. Але в умовах війни з російською федерацією психологічний супровід має свої відмінності та набуває особливого значення.

Про це наголошують нормативні документи, які регламентують діяльність психологічної служби системи освіти (Лист Міністерства освіти і науки України №1/3737-22 від 29.03.22р «Про забезпечення психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні» та ін.) [3].

Психологічний супровід учасників освітнього процесу в умовах війни це - системна професійна діяльність практичного психолога, соціального педагога з дітьми, учнями, педагогами, батьками, яка спрямована на забезпечення ефективної комплексної їх підтримки у адаптації до нових умов навчання та життя, спричинених військовим станом, шляхом проведення діагностичної, консультативної, просвітницько-профілактичної, корекційно-розвивальної, реабілітаційної, психотерапевтичної та інших видів та напрямів роботи.

Основною метою психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах війни є психологічне забезпечення актуалізації адаптивних і компенсаторних ресурсів особистості, стабілізація емоційної сфери, мобілізація психологічного потенціалу учасників освітнього процесу, формування стійкості до стресу.

Довготривала війна здійснює руйнівний вплив на всіх учасників освітнього процесу: здобувачів освіти, педагогів, батьків. Тому, фахівці психологічної служби у своїй діяльності мають виходити з усвідомлення того, що суб'єктами психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах війни є педагоги, учні, батьки. При цьому важливо забезпечувати адресність здійснення психологічного супроводу педагогів на основі врахування їх запитів та потреб.

Аналіз тематики звернень до фахівців психологічної служби показує, що сьогодні найчастіше учні звертаються до практичних психологів, соціальних педагогів з таких питань:

- як знизити рівень тривоги, емоційна саморегуляція;
  - планування життєвого шляху в умовах воєнних дій; професійне самовизначення;
  - проблеми в стосунках з батьками;
  - психосоматичні розлади;
  - труднощі в навчанні ;
  - відсутність мотивації до навчання;
  - непорозуміння у взаємовідносинах з педагогами;
- ускладнення в міжособистісній комунікації з однолітками.

Щодо особливостей тематики звернень батьків в період воєнного стану, то вона сконцентрована навколо таких питань:

- як говорити дітям про війну?
- як відволікати дітей від війни?
- загибель батька під час виконання військових дій: як повідомити і підтримати?
- як організувати навчальну роботу дітей під час дистанційного навчання?
- самодопомога у стресових ситуаціях під час війни в країні;
- планування життєвого шляху сім'ї в умовах воєнних дій;
- вплив засобів масової інформації на психіку дітей.

Необхідно зазначити, що в умовах викликів війни і дистанційного навчання, значно збільшилась кількість запитів педагогів до фахівців психологічної служби.

Аналіз діяльності психологічної служби системи освіти області показав, що найбільшу кількість звернень педагогів до практичних психологів соціальних педагогів в період воєнного стану спричинили такі запити:

- професійне вигорання та стресостійкість педагога в умовах викликів війни; пошук ресурсів;
- педагогічна підтримка учнів під час воєнних дій, сигналів повітряної тривоги;
- надання першої підтримки у випадках гострої стресової реакції;
- психолого-педагогічна підтримка дітей з сімей внутрішньо переміщених осіб;
- як мотивувати учнів до навчання в онлайн режимі в період війни?
- як говорити дітям про війну?
- як спілкуватись з дітьми воїнів ЗСУ, які загинули на війні та ін.

Вважаємо за доцільне зауважити, що незважаючи на нові виклики, складнощі, запити спричиненні війною, фахівці психологічної служби працюють над забезпеченням таких обов'язкових пріоритетних напрямів, визначених нормативними документами шляхом доповнення сучасних методів навчання та виховання ефективними психолого-педагогічними технологіями:

- збереження та зміцнення психічного та соціального здоров'я;
- сприяння особистісному, інтелектуальному, розвитку здобувачів освіти;
- створення освітнього середовища, вільного від будь-яких форм насильства та дискримінації;
- попередження алкоголізму, наркоманії, тютюнопаління, протиправної поведінки серед підлітків;
- психологічне та соціально-педагогічне забезпечення профорієнтаційної роботи ;
- просвітницько-профілактична робота щодо попередження торгівлі людьми;
- психологічний супровід інклюзивного навчання.

Аналізуючи особливості діяльності фахівців психологічної служби в умовах викликів війни, необхідно, як зауважив у своєму виступі на Всеукраїнській науково-

практичній конференції «Психологічний супровід учасників освітнього процесу під час війни в Україні: результати III етапу Всеукраїнського конкурсу авторських програм практичних психологів і соціальних педагогів «Нові технології у новій школі» у номінації «Просвітницькі програми» 28 вересня 2022р. директор Українського науково-методичного центру практичної психології та соціальної роботи – В. Г. Панок, здійснювати психологічний супровід всіх учасників освітнього процесу: здобувачів освіти, педагогів, батьків, при цьому, основну увагу зосередити на роботі з педагогами. На протигагу діяльності у мирний час, коли основним суб'єктом практичних психологів, соціальних педагогів були здобувачі освіти.

Тому, дуже важливо сьогодні збільшити обсяг форм і методів просвітницько-профілактичної, консультативної та інших видів роботи з педагогами. Особливу увагу доцільно приділити питанням їх готовності за необхідності до надання першої психологічної допомоги.

Отже, узагальнюючи, можна констатувати, що одним із головних завдань психологічної служби закладу освіти в умовах війни є повсякденна психологічна допомога та емоційна підтримка учасників освітнього процесу; зниження рівня тривожності, підвищення рівня стресостійкості; надання допомоги дітям з сімей внутрішньо переміщених осіб, учасників бойових дій.

Для цього практичним психологам, соціальним педагогам важливо посилити роботу щодо опрацювання курсів кризової, екстремальної психології з метою підвищення власної фахової компетентності.

Підсумовуючи, вважаємо за необхідне зазначити, що в умовах таких складних викликів, якими стала для нас всіх війна з російською федерацією, зусилля працівників психологічної служби мають бути спрямовані на: підвищення власної психологічної і професійної компетентності, безперервну освіту і самовдосконалення, опанування інноваційними методами і технологіями надання психологічних і соціальних послуг. Оскільки, як зауважують науковці, патріотизм практичних психологів, соціальних педагогів не у їх риториці, а це - їх професіоналізм і ефективна фахова підтримка всіх учасників освітнього процесу.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Лист Міністерства освіти і науки України №1/3737-22 від 29.03.22р. «Про забезпечення психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні» <https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zabezpechennya-psihologichnogo-suprovodu-uchasnikiv-osvitnogo-procesu-v-umovah-voyennogo-stanu-v-ukrayini>.
2. Положення про психологічну службу системи освіти України <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0885-18#Text>

**Поворозник Наталія,**  
практичний психолог  
Красилівського ліцею

#### **Інноваційні підходи та сучасні технології підтримки учасників освітнього процесу та відновлення їх соціально-психологічних ресурсів**

У статті говориться про правила спілкування учителя та школярів про війну. Досліджено основні елементи педагогічної підтримки учнів. Визначено технології відновлення соціально-психологічних ресурсів учителів.

**Ключові слова:** війна, освітній процес, школярів, технології підтримки, технології відновлення соціально-психологічних ресурсів.

До 24 лютого 2022 року ніхто і подумати не міг, що шкільні уроки будуть проходити під звук повітряної тривоги чи ракетних обстрілів. Наразі багато учнів навчаються не під дахом рідної школи, а у підвальних приміщеннях, станціях метро та з-за кордону, і, на жаль, це не фільм жахів, це нинішня українська реальність – війна, яка триває 8-ий місяць. І ця війна продовжує свій травматичний вплив на усіх, особливо на дітей. Так, вони частково вже звикли до нової реальності, але це не означає, що вони не потребують підтримки дорослих. Навпаки, чим довготривалішими є військові дії, тим складніше може бути, тим менше війна здається страшним сном, від якого ось-ось прокинешся. Саме тому і школярі, і вчителі потребують підтримки та відновлення своїх соціально психологічних ресурсів.

Учителю сьогодні потрібно бути особливо чуйним до дітей. Вони швидше адаптуються до стресових подій, але їхні наслідки набагато значніші, ніж у дорослих, адже захисні механізми психіки знаходять менш адаптивні способи впоратися зі стресом (витіснення, дисоціація тощо). Діти раннього (10-11 років) та пізнього пубертату (16-18 років) особливо чутливі до гострих подій, що пов'язано з гормональним фоном. Вони схильні до катастрофізації, у них більше проблем із контролем емоцій [7].

У такій ситуації учням середньої школи вчитель має пояснити, що війна не триватиме вічно. Так, сьогодні страшно усім. І наша країна перебуває у складній ситуації, але ця ситуація контрольована (військовими та керівництвом України). Діти повинні зрозуміти, що ті труднощі, які вони переживають сьогодні, – тимчасові, а дорослі знаходяться поряд і знають, що робити.

Щодо учнів молодшої школи, то їм не слід переповідати усі жахи війни. Пояснити ситуацію можна, використовуючи казки. Через цей формат є можливість описати важкі ситуації, з якими зіштовхнулися персонажі; пояснити, що наша країна та усі ми перебуваємо у схожій ситуації. І обов'язково звернути увагу на те, що фінал у казки щасливий – герої долають усі труднощі та перемагають ворога. І в нас буде так само! [7]

З більш дорослими школярами діалог слід вести дещо інакше. Починаючи з 10 років інформацію варто розповідати більш детально. Пояснити, що в країні військове становищем, але воно не назавжди. І найголовніше – усе під контролем. Так, складно, але це заплановано. Важко усім – і це тому, що так сьогодні потрібно. А не тому, що так склалося і ми залежимо від цієї ситуації, і не можемо нічого змінити, а навпаки.

Зі старшокласниками можна спілкуватися уже відверто та вести серйозний діалог. Вони читають ті самі новини та підписані на ті ж самі канали, що й дорослі, і тому не почують від учителя нічого страшнішого за те, що вже було прочитано. Водночас слід наголошувати на тому, що ЗСУ та керівництво держави розуміють, що роблять, аби ситуація у країні покращилася. Головне ж завдання учнів сьогодні – продовжити навчання, і саме у такий спосіб вони допоможуть Україні [7].

У ході освітнього процесу вчителі можуть організувати педагогічну підтримку учням, зробивши акцент на розвитку пізнавальної та навчальної мотивації в кризових умовах. Допомогти у цьому може технологія навчання у співпраці. Цю інновацію розглядають у світовій педагогіці як найуспішнішу альтернативу традиційним методам. Технологія має декілька варіантів, що розвивають активну самостійну діяльність учнів, результатом якої стає творче оволодіння знаннями, навичками та вміннями й розвиток розумових здібностей. Це [8, с. 36-37]:

1. Технологія «Навчання в команді». Цей варіант особливо увагу акцентує на «групових цілях» та результатах всієї команди. Успіху можливо досягти в результаті самостійної роботи кожного члена групи та їхньої постійної взаємодії. У цієї технології такі особливості:

- команда отримує одну на всіх «нагороду», і це може бути бальна оцінка, заохочення, відзнака, похвала тощо. Групи не беруть участі у змаганні одна з одною, адже у кожній команді свої очікувані результати та час на їх досягнення;

- індивідуальна відповідальність кожного учня. Так як результат групи залежить від діяльності кожного її учасника, це стає стимулом для усіх учнів, щоб стежити за діяльністю один одного та допомагати, у разі потреби, у засвоєнні та розумінні матеріалу;

- кожен учень має рівні можливості для досягнення успіху і приносить своїй групі бали, які нарабляються шляхом покращення власних попередніх результатів. Порівняння здійснюється не за результатом інших учнів цієї або інших груп, а із власним, раніше досягнутим результатом.

2. Технологія «Пила» – навчання у співпраці. Таке навчання проводять у кілька етапів:

- а) підготовчий. Навчальний матеріал розбивається на фрагменти; учні об'єднуються в групи по 4-6 осіб і отримують свої завдання. Кожен член групи готує матеріал за своїм блоком;

- б) «зустріч експертів». Школярі з усіх команд, якими вивчається одне питання, через певний час повинні зустрітися та здійснити обмін інформацією;

- в) «зубці однієї пилки». Кожен учасник повертається до своєї групи і проводиться обговорення інформації, отриманої від інших членів групи. Ті, у свою чергу, повідомляють про свою частину завдання;

- г) фінальний етап. Урок закінчується звітом кожної команди за своєю темою окремо. Наприкінці циклу кожен учень проходить індивідуальний контрольний зріз, результати всіх учнів підсумовуються.

3. Технологія «Вчимося та спілкуємося». Учителю об'єднує школярів у групи по 3-5 осіб. Кожна команда має своє завдання (частина теми, що вивчається). У командах самостійно визначаються ролі, процедура відстеження правильності виконання завдань, моніторинг активності кожного члена та культура спілкування. У такий спосіб група виконує подвійне завдання: академічне (досягнення навчальної та творчої мети) та соціально-психологічне (дотримання певної культури комунікації).

Важливим моментом педагогічної підтримки учнів є використання технік для зняття психологічної напруги.

Отримання емоційної та психологічної допомоги учнями під час уроків та в позаурочний час допомагає їм налаштуватися на навчання та позбутися тривожності. У психології є багато технік, здатних дати людині велике натхнення та розуміння ситуації. Одні з них складні, інші – прості. Проте ефективність використання цих технік залежить не від тривалості та витрачених ресурсів, а від точності застосування. Ми пропонуємо техніки, які можуть використовуватися самостійно або комбінуватися з іншими [2]:

1. Здоров'язберігаючі технології. У своїй практичній діяльності вчитель може використовувати арт-технології, елементи тілесної терапії, психогімнастики тощо. Особливої уваги заслуговує кінезіотерапія – практика розвитку розумових здібностей через здійснення певних рухових вправ. Кінезіологічними вправами вдосконалюються механізми адаптації дитячого організму до зовнішнього середовища, надається допомога з уникнення стресових ситуацій; ці вправи також сприяють гармонійному розвитку особистості учня та його самореалізації. Кінезіологічні вправи сприяють покращенню роботи головного мозку та створенню нових нейронних зв'язків, відповідальних за розвиток психічних процесів та інтелекту.

2. Сторітелінг. На сьогоднішній день найбільшою проблемою школярів є низький рівень розвитку уваги та вербальної майстерності. На жаль, війна цю проблему іще більше загострила. Тому сторітелінг є тією унікальною технікою, яка сприяє розвитку комунікативної культури та розширює пізнавальні можливості учнів. Ця техніка може бути використана на будь-якому уроці. Через сторітелінг вчитель

може не тільки ефективно доносити інформацію до учнів, а й налагодити безпосередній зв'язок між вивченням навчального матеріалу та життям. За допомогою цієї технології учні легше долають труднощі в навчанні, оскільки у «граючи в життя», вони стають більш відкритими для спілкування і не відчувають страху.

3. Коучинг. Використання цієї техніки допомагає учням подолати невпевненість у собі, позбутися відчуття невизначеності та розвинути відповідальність. Основа методики – це запитання, які дозволяють зрозуміти ситуацію, оцінити її та спонукають до розмірковувань та мислення. Особливістю техніки є те, що відповіді повинні бути схожими на маленьку розповідь і у подальшому уточнюватися за допомогою запитань.

Один з інструментів коучингу, який стане у нагоді вчителю під час роботи з учнями у воєнних умовах, – це техніка «Колесо життєвого балансу». З її допомогою можливо оцінити задоволеність учнів сферами свого життя. Виконується вона наступним чином [6, с. 112]:

а) Школярі малюють коло, розбивають його на 8 однакових секторів та називають кожен: здоров'я, фінанси, друзі та оточення, яскравість життя, стосунки, особистісне зростання, кар'єра, духовний розвиток. У межах кожного сектору малюється десятибальна шкала (0 повинен бути у центрі кола);

б) далі вчитель пропонує школярам здійснити оцінку кожного сектору та поставити позначку, якою характеризується їх задоволеність відповідною сферою життя (0 – мінімум, 10 – максимум). Після цього кожен сектор зафарбовується від центру кола до позначки;

г) надалі учні повинні визначити сфери, які найбільше потребують розвитку, а також подумати, просування яких з цих сфер сприятиме зростанню інших. Крім того, важливо визначити цілі для підвищення результатів низьких секторів, та скласти план, вказавши у ньому:

- час, необхідний для досягнення цілі;
- ресурси, які можуть знадобитися (де і яким чином їх отримати?);
- мотивацію;
- точку відліку, тобто з якого числа учень розпочне діяти.

«Лінія часу» – це іще одна корисна техніка, яка може допомогти розвантажити сприйняття складних ситуацій учнями, зняти у них певні блоки та комплекси. Її зміст полягає у тому, щоб розбити проблему на невеликі осяжні частини, і запланувати їх вирішення. Для цього слід намалювати шкалу, і позначити на часових відрізках основні етапи досягнення цілі [6, с. 113].

Важливими є і технології відновлення соціально-психологічних ресурсів не тільки учнів, але й вчителів. Усі учителі різні. Один може зберігати спокій у будь-якій ситуації, а іншому складно перебороти навіть незначний стрес. І тут у кожному випадку важливо подбати про себе та підтримку себе. Якщо вчитель зробить це вчасно для себе, то зможе допомогти й іншим.

У нинішніх умовах доцільно буде порадитися зі психологом. Так, шкільний психолог може дати вчителям кілька важливих порад, навчити справлятися із панічними атаками та стресами. Уже напрацьовується практика, коли шкільний психолог збирає вчителів на онлайн-тренінг та вчить працювати з власними емоціями [1, с. 14].

Бути учителем – це важлива, активна і досить непроста робота. У кожного учителя бувають різні дні: інколи – тихі та спокійні, а іноді – схожі на ураган. І тому в один з таких «ураганних» днів йому стане у пригоді емоційна стійкість, яка допоможе швидко опанувати себе, зберегти свіжу голову та рухатися далі. І головне – навчити цьому ж учнів. Власну емоційну стійкість учитель може і повинен розвивати, однак це не одномоментна справа, потрібні час, комплекс дій та зміна ставлення до себе.



Іще один важливий момент – побудова та зміцнення стосунків із колегами. Однак слід враховувати, що потоваришувати з усіма без винятку колегами можливо, але ці товариські зв'язки повинні були дійсно міцними та стабільними. Як показує практика, чим краще людина спілкується з оточенням, то кращим стає і її самопочуття. Власне спілкування підвищує впевненість людини у собі, додає оптимізму та мотивації [1, с. 14].

Розвиваючи стосунки із колегами, не слід боятися попросити у них допомоги. Якщо був складний день або період, то можна звернутися до інших учителів, поспілкуватися з ними та запитати, що вони роблять у таких ситуаціях. Особливо важливо робити це зараз, в умовах бойових дій у країні, адже втомилися усі, і емоційний стан кожного лишає бажати кращого. Можна переживати усі нинішні події наодинці, але разом упоратися буде простіше. Тому доцільно ініціювати зустрічі з колегами (якщо не особисто, то через Zoom) і ділитися з ними своїми думками, або ж просто відпочити. Так, можна організувати:

- книжковий клуб;
- майстер-клас (квілінг, миловаріння, бісероплетіння, вишивка тощо);
- годину вдячності (разом пригадати цікаві моменти навчального року та креативно подякувати один одному за них);
- тренінг (на згуртування, розв'язання конфліктів тощо);
- мозковий штурм (обговорити нові інноваційні освітні методи та технології) [1, с.15].

Кожному учителю також важливо не забувати нагадувати собі, чому він пішов працювати у школу. І шукати позитив у своїй роботі. Навіть за нинішнього складного часу з його тривалим дистанційним навчання та відсутністю безпосереднього контакту із учнями та колегами. Коли людина дивиться на світ позитивно та з оптимізмом, їй не тільки легше долати труднощі, вона навіть може допомагати робити це іншим, зокрема – учням. З цього приводу Ю.А. Луценко радить пошукати позитив – узяти чистий аркуш, розділити його на дві колонки, у яких написати [5, с. 475]:

- які позитивні емоції дарує учителю процес викладання предмету;
- як учитель робить життя своїх учнів позитивнішим.

Це аркуш слід тримати завжди під рукою та перечитувати написане, коли потрібен буде заряд позитиву.

Т.М. Титаренко зауважує, що вчитель має пам'ятати про баланс між роботою та особистим життям. Як правило, в учителя безліч справ; це і перевірка зошитів, і підготовка до уроків, і написання звітності, і виконання завдань шкільної адміністрації. Поринувши з головою в усі ці справи, втрачається відчуття часу. Просте на перший погляд завдання на 15-20 хвилин може непомітно перерости у годину, а то і дві. А часом доводиться брати роботу додому, порушуючи тим самим баланс «робота-життя» [9, с. 80].

У цьому випадку доцільно опанувати мистецтво тайм-менеджменту. Багато хто буде стверджувати, що у випадку з освітянами тайм-менеджмент не працює. Однак тут правильно обрати саме ту стратегію тайм-менеджменту, яка відповідатиме темпераменту та темпу роботи вчителя («Мислення рукою», «Імпровізація» (планування, маючи вибір), «Мотиваційний тайм-менеджмент» тощо). І головне – не боятися виділяти час для себе і лише для себе. Це право і потреба кожного, а не просто забаганка.

В.Г. Панок та І.І. Ткачук наголошують на тому, що вчителю важливо піклуватися про себе. У щоденній круговерті людина часто забуває про себе. Адже робота/учні/волонтерство/ сім'я важливіші за себе, особливо нині. Сьогодні стомлені усі українці, багато хто тримається з останніх сил. І дійсно, у такий непростий час, який переживає наша країна, кожен розуміє, що є дещо більше за мене та мої

бажання. Однак не піклуючись про себе, людина отримує емоційне вигорання, а якщо це учитель, то працювати у новому навчальному році він не зможе [3, с. 67].

У такому випадку доцільно спробувати перевірені часом методи:

- а) зайнятися йогою (зумбою, фітнесом тощо);
- б) опанувати практики управління стресом;
- в) балувати себе час від часу (з'їсти смачне тістечко, випити кави у затишній кав'ярні);
- г) медитувати;
- д) додати своє життя більше музики (вона допомагає розслабитися та налаштуватися на позитив) [3, с. 68].

У свою чергу І.Я. Коцін пропонує ставити перед собою професійні цілі та досягати їх. Так, робота – це важлива частина життя кожної людини. І професійний розвиток – її важливий елемент. Залишаючись на одному місці, ми втрачаємо натхнення, тому мета, до якої людина йде, у хвилини емоційного виснаження допоможе пригадати, заради чого вона працює. Тому за можливості слід читати професійну літературу, стежити за освітніми інноваціями. Визначитися із пріоритетами, обрати найважливіші та найцікавіші для себе теми, а потім відвідувати пізнавальні майстер-класи, вебінари, тренінги та конференції. Шукати можливості для саморозвитку, подаватися на освітні гранти та цікавитися міжнародними програмами, обговорювати освітні інновації із закордонними колегами та отримувати від них поради. І тоді все вдасться, головне – вірити в себе [4, с. 202].

У підсумку зауважимо, що війна внесла значні корективи у життя кожного українця. Зазнав її впливу і навчальний процес, адже важко проводити уроки під час сирен та артобстрілів. Від нинішньої ситуації потерпають і учні, і вчителі. Тому так важливо використовувати сучасні технології підтримки та відновлення соціально-психологічних ресурсів учасників освітнього процесу. Для учнів це можуть бути технології навчання у співпраці, здоров'язберігаючі технології, сторітелінг, коучинг тощо. Для учителів – участь психологічних онлайн-тренінгах, побудова та зміцнення стосунків із колегами, пошук позитиву у власній роботі, баланс між роботою та особистим життям.

#### Список використаних джерел та літератури:

1. Ізотова О. Д. П'ять порад для підвищення емоційної стійкості вчителів. *Розвиток обдарованої особистості в освітньому просторі: ціннісний вимір* : тези доп. Х наук.-практ. семінару (23 квітня 2020 р.). Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2021. С 14-15.
2. Ковальова А.С. Організація ефективної психолого-педагогічної підтримки дітям ВПО. URL: <https://naurok.com.ua/post12/pidtrimka-uchniv-v-umovah-viyeni-5-porad-uchitelyam>
3. Консультування в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій / За заг. ред. В. Г. Панок, І. І. Ткачук. Київ : УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2019. 144 с.
4. Коцан І. Я., Ложкін Г. В., Мушкевич М. І. Психологія здоров'я людини. Луцьк: Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2011. 430 с.
5. Луценко Ю. А. Профілактика професійного вигорання у надавачів психосоціальних послуг населенню, що постраждало внаслідок військових дій на сході України. *Обистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя* : матеріали V Міжнародної науково-практичної конф., м. Суми, 28 лют. – 01 бер. 2019 р. Суми, 2019. С. 473-476.
6. Основи реабілітаційної психології: подолання наслідків кризи: навч. посібник / За заг. ред. Л. Царенко. Том 2. Київ, 2018. 240 с.

7. Суббота С. Як підтримати дитину в умовах війни. URL: [https://drive.google.com/drive/folders/1n9yHe\\_wl1NfQ7wNIEqnX2BINttv59jNz](https://drive.google.com/drive/folders/1n9yHe_wl1NfQ7wNIEqnX2BINttv59jNz)
8. Технології психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (з досвіду роботи) / За наук. ред. В. Г. Панка, І. І. Ткачук. Київ : Ніка-Центр, 2021. 118 с.
9. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації: монографія. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2018. 160 с.

**Половнікова Ганна,**  
вихователь ЗДОН№8 «Золотий ключик»  
м. Нетішин, Хмельницька обл.

### **Національно-патріотичне виховання дітей дошкільного віку засобами ознайомлення з українським народознавством**

У статті висвітлюється проблема національно-патріотичного виховання дітей дошкільного віку засобами народознавства, розкрито сутність народознавства, форми та методи роботи з дітьми дошкільного віку з даної проблеми.

**Ключові слова:** національно-патріотичне виховання, національна культура, народознавство, українознавство, дошкільна освіта, народні традиції.

На сучасному етапі розвитку України, коли існує пряма загроза денационалізації, втрати державної незалежності та потрапляння у сферу впливу іншої держави, виникає нагальна необхідність переосмислення зробленого і здійснення системних заходів, спрямованих на посилення національно-патріотичного виховання дітей та молоді - формування нового українця, що діє на основі національних та європейських цінностей:

- повага до національних символів (Герба, Прапора, Гімну України);
- активна участь у громадсько-політичному житті країни;
- верховенство права, повага до прав людини;
- готовності до природоохоронної діяльності;
- толерантне ставлення до цінностей і переконань представників іншої культури. а також до регіональних та національно-мовних особливостей;
- готовність захищати суверенітет і територіальну цілісність України.

Процес патріотичного виховання дітей і молоді повинен мати випереджувальний характер, відповідати віковим і сенситивним періодам розвитку дитини та особистісним характеристикам, ґрунтуватися на духовно-моральних засадах [4].

Важливим документом, який визначає національно-патріотичне виховання одним із пріоритетних напрямів діяльності держави та суспільства щодо розвитку національної свідомості на основі суспільно-державних (національних) цінностей формування у громадян почуття патріотизму, є Стратегія національно-патріотичного виховання.

Метою Стратегії національно-патріотичного виховання є становлення самодостатнього громадянина-іпатріота України, гуманіста і демократа, готового до виконання громадянських і конституційних обов'язків, до успадкування духовних і культурних надбань українського народу, досягнення високої культури взаємин, формування активної громадянської позиції, утвердження національної ідентичності громадян на основі духовно-моральних цінностей Українського народу, національної самобутності [4].

Так, Національна стратегія розвитку освіти в Україні на 2021-2025 роки, Концепція громадянської освіти, Закон України «Про дошкільну освіту» серед головних завдань визначають формування національно свідомого громадянина, патріота, тобто людини, якій притаманні особисті якості й риси характеру, світогляд та спосіб мислення, почуття, вчинки і поведінка, спрямовані на саморозвиток та розвиток демократичного громадянського суспільства в Україні [2,4,5].

Відродження України неможливе без пробудження національної свідомості українського народу, насамперед дітей та молоді. Тому особливе занепокоєння нині виникає відсутність у дітей усвідомлення себе як частини народу, співвіднесеність своєї діяльності з інтересами нації. Заради справи повинно бути створена така система народної освіти, яка б виховувала національно свідомих громадян України, починаючи з дошкільних закладів. Дитина повинна знаходитись під постійним впливом культури свого народу. Це потрібно для розкриття природних схильностей дитини і розвитку її здібностей [1, с.6].

Істотні зміни, що відбулися в країні за останні роки і нові проблеми, пов'язані з вихованням дітей, зумовили переосмислення ества національного виховання, його місця і ролі в суспільному житті. Рішення проблеми національного виховання зажадало нову ідеологію в освітній і виховній діяльності.

У пошуках системи національної освіти на перший план висуваються гуманістичні ідеї та орієнтири, що ґрунтуються на повазі до особистості дитини, турботі про її розвиток [1, с.7].

Спираючись на вищесказане, можна визначити проблему дослідження: національне виховання дітей дошкільного віку засобами народознавства..

Актуальність проблеми полягає в необхідності використання народознавчого матеріалу на заняттях з дітьми дошкільного віку, для того, щоб діти глибоко пройнялися національним духом, способом мислення і буття українського народу, прилучилися до його культури.

Кожен вихователь має широкі можливості створення власної системи роботи, концепції занять з народознавства.

*Мета статті* – розкрити сутність народознавства і поділитися досвідом національного-патріотичного виховання дітей дошкільного віку засобами народознавства.

*Основна частина.* Термін «народознавство» використовували видатні вчені, культурні діячі минулого В.Вернадський та А. Кримський. А такі видатні педагоги, як К.Ушинський, С.Шацький, П.Блонський, А.Макаренко, В.Сухомлинський, хоча і не застосовували поняття «народознавство», але по суті розвивали його смисл, обґрунтовуючи принцип народності у вихованні дітей.

Обсяг поняття «народознавство» широкий. «Бо ж пізнати народ, - зауважував І. Франко, - то значить пізнати людей, що мешкають на певній території, а також пізнати їхнє нинішнє і минуле становище, їхні фізичні і розумові особливості, їхні інститути й економічне становище, їхні торговельні відносини й інтелектуальні зв'язки з іншими народами. Таким чином, до сфери народознавства входили б і такі науки, - як історія політична й історія розвитку державних інститутів, історія наук і історія промислу - все, звичайно, в сфері що найобмеженішій, наскільки це стосується певного конкретного народу».

Народознавство у вузькому значенні (етнографія) наука про культуру, побут народу, його походження, розселення національні традиції та обряди. У широкому розумінні народознавство означає сукупність сучасних наук про народ, його національну духовність, культуру, історію, а також здобутки народного мистецтва, які відображають багатогранність життя народу, нації [3, с.72].

Народознавство – система знань про конкретний народ, особливості його побуту і трудової діяльності, національний характер, психологію, світогляд, історико-

культурний досвід, а також про родовід, спосіб життя і виховання в сім'ях, про рідний край і все пов'язане з ним [6, с.8].

У педагогіці вивчення українського народознавства, тобто українознавства, подається у контексті неухильного дотримання принципу народності (Г. Сковорода, Т. Шевченко, К. Ушинський, О. Духнович, Б. Грінченко, С. Русова, В. Сухомлинський). У даному випадку народність - це втілення в навчання та виховання дітей засобами українознавства ідей, почуттів і прагнень рідного народу, нації.

Належна увага вихователів, батьків, дітей, громадськості до українознавства має надзвичайно велике виховне, пізнавальне, освітнє, розвивальне, а разом з цим і державне значення. Тому ніякого перебільшення не буде, якщо скажу, що справжнє національне виховання дітей дошкільного віку без українознавства не мислимо. Та й освітньо-виховний потенціал його невичерпний.

Українознавство служить дійовим засобом утвердження у свідомості дітей громадських почуттів, української національної гордості й людської гідності українця, вболівання за долю самостійної Української держави, готовності стати на захист незалежності країни, виявляти шанобливе ставлення до державних символів і атрибутів. Завдяки цьому ростимуть національно свідомі громадяни України, горді історією, культурою і мовою українського народу [7, с.18].

Оволодіння українознавством у дошкільних закладах сприяє входженню дошкільників у життя, родинний і громадський побут, виробничу й культурну сферу рідного етносу. Етнічна основа – це стрижень, на який повинен нанизуватися будь-який прояв людської життєдіяльності. Національна гордість, любов до Батьківщини, радість, що переживається під час сприймання об'єктів національної культури, інтереси національного розвитку та інтереси свого народу – без таких національних норм ніяке суспільство не може існувати й розвиватися [6, с.46].

Тому, однією з важливих педагогічних задач, визначених Законом України «Про дошкільну освіту», є виховання у дітей любові до України, шанобливого ставлення до родини, поваги до народних традицій і звичаїв, державної та рідної мови, національних цінностей українського народу, а також цінностей інших націй і народів, свідомого ставлення до себе, оточення та довкілля [2].

Важливим напрямком у роботі з дітьми дошкільного віку з національно-патріотичного виховання є прилучення до народознавства – вивчення культури, побуту, звичаїв рідного народу. Тож, я вважаю за необхідне ознайомлювати дошкільників з культурними і матеріальними цінностями родини і народу, пояснювати зв'язок людини з минулим і майбутнім поколінням, виховувати інтерес до родинних і народних традицій

Народознавча робота у закладах дошкільної освіти повинна спрямовуватись на:

- формування гармонійно розвиненої підростаючої особистості, наділеної національною свідомістю, гідністю, здатністю зберігати і примножувати національну культуру як елемент загальнолюдської культури;
- збереження національної психології, генотипу, який сформувався протягом століть у певних природно-географічних та історичних умовах як сукупність спадкових психічних і фізичних структур, що передавалися нацією з покоління в покоління й зумовили її національне обличчя;
- відродження національної культури за допомогою різних видів мистецтва рідного народу, використання фольклору, національних мотивів у сучасному інтер'єрі, одязі з урахуванням регіональних умов;
- оволодіння дітьми мовою як найбільшим скарбом нації, плекання любові до материнського слова як першого й могутнього духовного наставника людини, як найдієвішого вияву національної культури та історії, додержання статусу української мови як державної;

- ознайомлення з історією рідного народу як джерелом духовності й мудрості, свідченням безперервної наступності поколінь, національної самосвідомості, гордості, основою для формування суверенної демократичної держави;
- розкриття географічних особливостей як багатства рідного краю, як витоків формування в дитини чуття Батьківщини, чуття господаря своєї країни.

Тому, важливим напрямом у роботі з дітьми дошкільного віку з національно-патріотичного виховання є прилучення до народознавства – вивчення культури, побуту, звичаїв рідного народу. Національне виховання засобами народознавства потрібно починати в дошкільному віці. Саме в дитинстві формуються уявлення про довкілля, накопичуються знання та закладаються основи духовності, моралі.

Тож, я вважаю, за необхідне ознайомлювати дошкільників з культурними і матеріальними цінностями родини і народу, пояснювати зв'язок людини з минулим і майбутнім поколінням, виховувати інтерес до родинних і народних традицій.

Щоб виховання дітей дошкільного віку засобами народознавства було національним, у ньому повинні домінувати три напрями:

- виховання любові до рідної мови;
- виховання патріотичних почуттів;
- формування творчої особистості.

*Метою роботи* з народознавства є ознайомлення дітей з народними традиціями і формування в них кращих якостей національного характеру, прагнення до відродження національної культури.

Тож, організовуючи народознавчу роботу з дошкільниками слід в комплексі розв'язувати розвиваючі, виховні, освітні та пізнавальні завдання. Адже сьогодні ми повертаємось до забутого, відроджуючи до життя національні традиції, національний дух нашого народу.

*Розвиваючі завдання* передбачають розвиток усіх психічних процесів у дитини: запам'ятовування, уважності, зосередженості, логічного мислення, уяви. Діти повинні вміти самостійно аналізувати, зіставляти, порівнювати народознавчі поняття, звичаї минулого й сучасного, відокремлювати місцеве, регіональне від загально традиційного національного.

*Виховні завдання* мають на меті прищепити дітям насамперед любов до рідного краю, до землі своїх предків, до рідної мови, оселі, до Батьківщини, почуття гордості за свій народ, повагу до національної культури, національних звичаїв та оберегів. Природними національними рисами характеру українців вважають щирість, гостинність, доброта, мудрість, щедрість, добре почуття гумору. Отож, ці риси особистості потрібно виховувати у дитини, використовуючи для цього багатий народознавчий матеріал.

*Освітні завдання* передбачають формування перших наукових народознавчих та історичних понять, у майбутньому – основи наукового мислення, національної свідомості, самосвідомості та психології.

*Пізнавальні завдання* передбачають розширення знань дітей про Україну, її історію, культуру, багатства. Спочатку потрібно знайомити дітей з найближчим оточенням, з яким вони контактують щодня. Поступово стежинкою рідного краю вести до столиці України – Києва, інших міст та пам'ятних місць Батьківщини; розповідати про державні символи (герб, прапор, гімн) та народні національні обереги (калину, вербу, віночок, рушник тощо). Не слід забувати і про пізнання дітьми природи рідного краю (лісів, степів, морів, гір та ін..)

Ці завдання, я намагаюся вирішувати в різних видах діяльності: на тематичних заняттях, під час проведення занять з образотворчого мистецтва та інших видів прикладної творчості, у процесі суспільно корисної праці, під час проведення різноманітних заходів (тематичних свят та розваг, конкурсів та виставок), в процесі організації ігор, під час проведення спостережень, самостійної художньої діяльності.

*Основними принципами* народознавчої роботи з дітьми дошкільного віку, які визначають вихідні положення, згідно з якими я організую весь навчально-виховний процес є: народність, природовідповідність, культуровідповідність, етнізація, наочність, активність, систематичність, послідовність.

*Принцип народності* - єдність загальнолюдського і національного. Національна спрямованість виховання, оволодіння рідною мовою, формування національної свідомості, любові до рідної землі та свого народу; прищеплення у дітей шанобливого ставлення до культури, спадщини, народних традицій і звичаїв, національно-етнічної обрядовості всіх народів, що населяють Україну.

*Принцип природовідповідності* — урахування багатогранної й цілісної природи людини, вікових та індивідуальних особливостей дітей, їх анатомічних, фізіологічних, психологічних, національних та регіональних особливостей.

*Принцип культуровідповідності* - органічний зв'язок з історією народу, його мовою, культурними традиціями, з народним мистецтвом, ремеслами і промислами, забезпечення духовної єдності поколінь.

*Принцип гуманізації* - створення умов для формування кращих якостей і здібностей дитини, джерел її життєвих сил; гуманізація взаємин вихователя і вихованців; виховання - центр навчально-виховного процесу, повага до особистості, розуміння її запитів, інтересів, гідності, довіри до неї; виховання гуманної особистості.

*Принцип етнізації* - наповнення виховання національним змістом, що передбачає формування самосвідомості громадянина. Забезпечення можливості всім дітям навчатися у рідній школі, виховувати національну гідність, національну свідомість, почуття належності до свого народу. Принцип етнізації - невід'ємна складова соціалізації дітей, він однаковою мірою стосується всіх народів, що живуть в Україні.

*Принцип систематичності й неперервності* - він забезпечує послідовність і наступність прилучення дітей до духовності народу, формування цілісної особистості зі стійкими громадянськими й патріотичними якостями.

Лише сукупність цих принципів забезпечить мені успішне визначення завдань, підбору змісту, методів, засобів і форм виховання. Єдність принципів виховання потребує від мене, як педагога, вміння використовувати їх у взаємозв'язку, з урахуванням конкретних можливостей і умов.

Необхідною передумовою роботи була необхідність створення відповідної матеріальної та навчальної бази (добір та розробка ігор, конспектів занять, обладнання світлиці тощо). З цією метою для роботи з дітьми було створено відповідне розвивальне середовище:

- український куточок-світлицю, де розміщено герб та прапор України, українські рушники, сорочки-вишиванки, український посуд, ляльки в національному вбранні, символи української землі: гілочки калини, віття верби та іграшки (свищики, сопілки, писанки та ін.); фотоальбоми «Місто Нетішин», «Розвиток твого міста», «Хмельницька АЕС»; фотографії визначних місць Хмельниччини:

- оформлено добірку віршів про Україну, Київ, Нетішин, рідну природу, Батьківщину тощо;

- підібрано українські народні прикмети, прислів'я, легенди, загадки, заклички, колисанки, народні ігри тощо;

- підібрано та розроблено дидактичні ігри на закріплення знань про рідний край, традиції рідного краю та його природу;

- підібрано ілюстрації, плакати, карту України, глобус тощо.

Для реалізації методики виховання засобами народознавства я використовую такі форми організації освітнього процесу, як:

- проведення нестандартних занять за темами: «Стежинками рідного міста», «Наш барвінковий край», «Козацька слава не поляже, а про себе розкаже...»,

«Українська пісня – солов'їний спів», «Притчі, перекази, легенди рідного краю», «В осінні шати, барви вдягнулися рідні ліси», «Ой рушник, рушничок...», «Дохристиянське вірування українського народу», «Народ скаже – як зав'яже», «Ось тобі казочка», «Ходить сон коло вікон» тощо;

- нетрадиційні виховні заходи: краєзнавчі походи легендарними місцями рідного краю; систематичне проведення екскурсій до найвидатніших місць рідного краю, відвідування музеїв, виставкових зал;

- родині свята на теми: «Національне вбрання та традиції подільського краю», «Козацька доля – степ та воля», «Щаслива родина – щаслива дитина» тощо;

- збирання і записування фольклорного матеріалу з допомогою батьків: «Народ скаже – як зав'яже», «Ось тобі казочка» тощо;

- проведення тижнів народної творчості: «Диво калинове», «Сторінками народної казки», «Ляльки моєї бабусі», «Народні ігри», «Українська пісня», «Великодня писанка» тощо.

Серед організаційних форм освітньо-виховної роботи перевагу надаю екскурсіям та екскурсіям-оглядам, тематичним та інтегрованим заняттям, святам, розвагам. В пізнанні предметів чи явищ першою сходинкою було живе споглядання, а отже, спостереження, розгляд, що супроводжувалося запитаннями, доступними цікавими поясненнями, порівняннями. Їх результат дає мені матеріал для подальшого розвитку мислення дитини – наочно-дійового, образного, абстрактного. Тоді другою сходинкою є розповідання, читання, вивчення напам'ять, бесіди. А завершується пізнання дійсності практичними діями – в ігровій, образотворчій, руховій та інших видах діяльності.

До ефективних методів і прийомів організації національно-патріотичного виховання належать:

- вербальні - бесіди, розповіді, читання творів дитячої літератури дорослими, широке використання фольклору в усіх його жанрах (казки, загадки, прислів'я, приказки, міфи, легенди), народної пісенної творчості (колискові, народні пісні й танці, хороводні ігри) розучування віршів, обговорення життєвих ситуацій, ознайомлення з народними традиціями і звичаями, із народним декоративно-ужитковим мистецтвом, побутом, одягом, прослуховування аудіозаписів, відгадування загадок, складання казок, безпосередня участь дітей у благоустрої довкілля та охороні природи;

- наочні - спостереженням, малюванням, розгляданням репродукцій картин, малюнків, фотографій, розгляд ілюстрацій, перегляд репродукцій картин, перегляд відеофільмів про людські стосунки та ситуації патріотичного спрямування, демонстрація позитивних зразків поведінки, театралізація;

- ігрові: сюжетно-рольові ігри, дидактичні ігри, ігри-змагання, розв'язування проблемних ситуацій, інсценування подій та явищ з наступними елементами аналізу причин й наслідків дій, вчинків людей та моделювання варіантів поведінки людей у реальних життєвих ситуаціях, залучення дітей до участі в народних традиційних святах.

Підбираючи методи і прийоми патріотичного виховання враховую всі особливості дітей дошкільного віку: емоційне сприйняття навколишнього, образність і конкретність мислення, загостреність почуттів, недостатньо сформована історична свідомість, нерозуміння деяких соціальних явищ. Тоді намагаюся добирати і поєднувати різноманітні методи і форми патріотичного виховання, уникати формалізму й одноманітності, насичувати їх патріотичними емоціями та переживаннями, активно використовувати приклади мужності й звитяги захисників України [1, с.8].

Провідними засобами впливу на дитину повинні стати засоби народної педагогіки: рідна мова, усна народна творчість, пісенне та хореографічне мистецтво,



народна гра та іграшка, календарно-обрядові свята, народне декоративно-вжиткове мистецтво, звичаї, традиції, символи, родинно-побутова культура.

Я вважаю, що значну роль у вихованні дітей відіграють народні традиції – звичаї, досвід, погляди, смаки, норми поведінки, що склалися історично і передаються з покоління в покоління. Прилучаючись до народознавства, діти поступово утверджуватимуться у думці, що кожен народ, у тому числі й український, має свої звичаї, традиції; поглиблюються знання дітей про творчу своєрідність нашого народу, характерні для рідного краю професії тощо. Отже, кожний компонент національно-патріотичного виховання має свої особливості формування та потребує інтеграції змістовних компонентів (морального, правового, патріотичного), а також інтеграції методів, засобів та форм етнопедагогіки.

У дошкільному закладі стало традицією проводити такі народні свята, як «Свято врожаю», «Різдво», «Стрітення», «Великоднє свято», «Українські вечорниці», «Свято рідної мови», де гра є чудовим засобом прилучення дошкільнят до національних традицій, адже будь-який народний обряд заснований на ігровому дійстві. Тут стали доречними й соковитий гумор, загадки, прислів'я, приказки, потішки і небилиці. Зрозумілими і близькими стали дітям народні пісні, хороводи, у їх словник ввійшли призабуті слова і вирази, які доносять думки, мрії і сподівання попередніх поколінь. Це дає мені можливість, у доступній формі, відтворити разом із дітьми культурно – побутові традиції нашого народу.

Для національно-патріотичного виховання використовую народні ігри зі співом і рухом. Ці ігри розвивають інтерес до співу, пам'ять, почуття ритму і мелодії. В іграх такого плану діти вчаться передавати в русі художній образ, але найголовніше – через гру українська народна пісня входить в побут сім'ї, в якій виховується дошкільник. У народних іграх діти вчаться спілкуватися, долучаються до народних традицій, виявляють взаємовиручку, знайомляться з малими жанрами народної творчості.

Тож в роботі з маленькими дітьми я намагаюся спрямувати зусилля на:

- формування ціннісного ставлення до рідного дому, сім'ї, вулиці;
- повагу до батьків і свого родоводу, до традицій та історії рідного народу, усвідомлення своєї приналежності до нього;
- розвиток інтересу до рідної держави, її традицій, видатних людей;
- досконале знання державної мови, турботу про піднесення її престижу;
- прищеплення поваги до людей праці, захисників Вітчизни, державної символіки;
- фізичну досконалість, високо-естетичну культуру;
- виховання почуття відповідальності та гордості за досягнення своєї країни.

**Висновок.** Система національно-патріотичного виховання передбачає формування у дітей уявлень з народознавства, складовими якого слід вважати мову, культуру, традиції, мораль, декоративно-прикладне мистецтво, народний фольклор. Засвоюючи матеріальні і духовні цінності, вироблені народом і людством, дитина стає людиною з відповідними рисами характеру і вдачі. Національні цінності сприяють формуванню у дітей національних якостей, у тому числі громадянських і патріотичних.

Отже, бути патріотом – означає любити материнську мову, свій дім, батьків, природу рідного краю, звичаї, шанувати традиції, людську працю, прагнути не лише зберігати духовні скарби народу, а й примножувати їх. Саме ці завдання і є визначальними у національно - патріотичному вихованні дітей дошкільного віку.

Сподіваюся і вірю, що з них виростуть справжні патріоти, які люблять свою Україну і пишаються нею, а я, як вихователь, докладаю всі зусилля, для того, щоб мої вихованці стали справжніми нащадками свого народу.

### Список використаних джерел та літератури:

1. Бичкова О. Формування національної та громадянської свідомості особистості /О. Бичкова. Дошкільний навчальний заклад. 2015. № 2. С. 6-12.
2. Закон України «Про дошкільну освіту» (нова редакція) від 02.04.2022р.
3. Єпіхіна М.А., Курило Н.О. Формування основ патріотичного виховання у дошкільників засобами народознавства. Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота». 2017. Випуск 1 (40). С. 96–99.
4. Концепція національно-патріотичного виховання в системі освіти України. Наказ МОН України від 06.06.2022р [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/storage/app/uploads/public/62a/042/1e2/62a0421e24258666156501.pdf>
5. Концепції розвитку громадянської освіти в Україні. Наказ МОН України від 8 жовтня 2022 р. [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua>
6. Ніколаєнко В. М. Народознавство в дошкільному навчальному закладі. 2-6 років. 4-те вид., перероб. Харків. Вид. група «Основа», 2013. 207 с. (Серія «ДНЗ. Вихователю»).
7. Переходько О. Р. Використання українознавства та етнопедагогіки як основа національного виховання дошкільнят. Навчально-методичний посібник. Березне, 2012. 119 с.

**Придачук Віта,**

практичний психолог Шепетівської спеціалізованої загальноосвітньої школи I-III ступенів №2 з поглибленим вивченням основ економіки та правознавства,

### Надання психосоціальної підтримки вразливим категоріям дітей, молоді та їхнім батькам у межах проєкту «ПОРУЧ»

У результаті військової агресії російської федерації в Україні постало гостре питання стану психологічного здоров'я дітей та їхніх батьків. У статті описано досвід роботи психолога у межах проєкту «ПОРУЧ», який мав на меті забезпечити психосоціальну допомогу дітям, молоді та сім'ям, які постраждали від війни.

**Ключові слова:** діти, війна, психосоціальна підтримка, психічне здоров'я, ресурс, підтримка.

Війна в Україні стала стресом для усього населення України. Внаслідок воєнних дій відбувається реакція на ситуацію, в якій є загроза життю людини або її здоров'ю. Психологічні травми порушують нормативну організацію психіки і можуть зумовити межові (тимчасове відчуття дискомфорту) або клінічні стани (зниження імунітету, втрата працездатності, порушення когнітивних процесів). Реакції на кризову ситуацію у дітей різних вікових категорій можуть проявлятися неоднаково. Відповідно до таких ситуацій є різні ризики, а також потреби виходу з них. Під час кризової ситуації діти можуть відчувати власну провину за події, що відбулися. У них виникають страхи, знижується рівень комунікації або, навпаки, вони проявляють надмірну турботу про захист та порятунок людей.

З метою надання психосоціальної підтримки вразливим категоріям дітей і молоді за допомогою спорту, зокрема, футболу як інструмента досягнення цілей, був впроваджений проєкт «ПОРУЧ» у восьми областях України – Хмельницькій, Рівненській, Волинській, Львівській, Тернопільській, Івано-Франківській, Чернівецькій і Закарпатській. Це частина великого проєкту ЮНІСЕФ «ПОРУЧ», який має на меті

забезпечити психосоціальну допомогу дітям, молоді та сім'ям, які постраждали від війни. «ПОРУЧ» передбачає роботу груп психологічної підтримки, арттерапію, майстер-класи, розвиток здорового харчування та спортивні заняття. Спортивну складову проєкту реалізував благодійний фонд «Розвиток футболу України» у партнерстві з Українською асоціацією футболу та за підтримки Міністерства освіти і науки України, Дитячого фонду УЄФА. Тому Шепетівська територіальна громада також взяла участь у проєкті. Основним завданням проєкту було охоплення своєю діяльністю внутрішньо переміщених дітей.

Внутрішньо переміщеними особами є люди, що були змушені раптово тікати зі своїх будинків у великих кількостях в результаті збройного конфлікту, внутрішньої ворожнечі, систематичних порушень прав людини або стихійних лих, але знаходяться на території власної країни.

Термін реалізації проєкту – 6 місяців (квітень – підготовчий етап, травень – вересень – активна фаза проведення занять).

З дітьми працювали вчитель фізичної культури, психолог та медичний працівник.

Основними завданнями проєкту було розвивати:

- фізичне здоров'я: регулярні заняття спортом і фізична активність, як відомо, покращують фізичне здоров'я, допомагають зменшити ризик різноманітних захворювань і проблем зі здоров'ям, включаючи надмірну вагу / ожиріння, гіпертонію, ішемічну хворобу серця, інсульт, діабет та різні типи раку;

- психічне здоров'я: регулярні заняття спортом і фізична активність також можуть зменшити тривогу та покращити емоційний баланс; життєві навички та цінності, як основний навчальний напрямок цього проєкту: ми можемо використати потужну силу масового футболу в розвитку особистості та створенні чудової обстановки для вивчення та випробування позитивних поглядів, життєвих навичок і цінностей, таких як спілкування, робота в команді та лідерство, впевненість у собі, емпатія, управління часом й особистий розвиток;

- освіта: окрім забезпечення життєвих навичок і цінностей, які корисні як особистості, так і суспільству, регулярні заняття спортом і фізична активність можуть посилити залучення, покращити поведінку та результати в навчанні;

- працевлаштування: переваги регулярних занять спортом і фізичної активності для освіти можуть також сприяти кращим довгостроковим перспективам працевлаштування, включаючи можливості працевлаштування, заробітку, результативності роботи та задоволення від неї.

Заняття базувалися на основних принципах:

- футбол для кожної дитини незалежно від здібностей і особливостей;
- радість від гри має перевагу над результатами й рекордами;
- кожна дитина буде веселою і відчує успіх на кожному занятті;
- футбол як розвиток життєвих навичок і особистості дитини;
- футбол для спілкування і дружби.

Усі на заняттях дотримувалися таких правил:

- 1) Дитячий футбол – це гра. І вона має бути веселою.
- 2) Діти повинні грати у футбол як діти, а не як дорослі футболісти.
- 3) Заняття має проходити в безпечній і приємній обстановці.
- 4) Позитивна взаємодія з друзями.
- 5) Грати зможе кожна дитина.
- 6) Правильна реакція на перемоги й поразки.
- 7) Заняття – різнобічні.
- 8) Заняття відповідають розвитку і віку дитини.

Тренери працювали за такими напрямками:

- психологічні об'єднувальні заняття;
- ігри на знайомство, спілкування і дружбу;

- ігри для розвитку життєвих навичок і цінностей;
- ігри на розвиток базових навичок руху;
- ази футболу;
- футбольні ігри;
- веселі ігри;
- ігри для популяризації здорового способу життя.

Заняття на проєкті проходили в трьох локаціях: локація 1 «Територія безпеки», локація 2 «Спортивна», локація 3 «Здоров'я та безпека». Я, як психолог, працювала на локації №1 «Територія безпеки». На цій локації діти в ігровій формі спілкувалися між собою, грали у різноманітні ігри, мета яких – створення позитивного мікроклімату, формування контролю над емоціями, тілом, тімбілдінг, налагодження позитивних взаємин між учасниками.

Діти особливо вразлива група. Дорослі легше пристосовуються до умов переселення, використовуючи вже набуті механізми захисту або необхідні способи поведінки ще недостатньо розвинені у дітей. Через обмежений контроль над своїм оточенням і власними силами діти не можуть зрозуміти, що відбувається насправді. У такому стані нерозуміння і підвищеного почуття безпорадності діти, які пережили психотравму, потребують підтримки та співчуття. Дитина переживає психологічний біль, який виражається в різних формах у залежності від її віку (розлад апетиту, порушення сну, регресивна поведінка та інші поведінкові відхилення, виражене відчуття провини, труднощі, зосередження тощо) Важливо розпізнавати всі ці порушення вчасно, оскільки вони служать сигналом, що дитина потребує допомоги. Всім дітям, які пережили психотравми, необхідна психосоціальна підтримка, для полегшення наявних у них емоційних порушень.

Травматичні події можуть викликати у дітей різні поведінкові особливості, почуття, які важливо відслідковувати та адекватно допомогти дитині пережити, проявити й пропрацювати їх. Це можуть бути почуття незахищеності, страх майбутнього, гнів, агресія, сором і відчуття провини, відчуженість та ізоляція від оточуючого середовища, сум. У дітей можуть виникнути проблеми з навчанням, увагою, можливістю запам'ятовувати інформацію, психосоматичні порушення (такі, як логоневроз (заїкання), енурез (нетримання сечі), бронхіальна астма, нейродерміти та ін.). Існують певні особливості поведінкових проявів дітей, які пережили травматичний досвід, з урахуванням віку.

Діти дошкільного віку (до 6 років) часто мають розпливчасті й соматичні (які проявляються фізичними симптомами) реакції на травматичні події. Вони можуть помилково думати, що ця подія – це їхня вина. Це може призвести до так званого «магічного мислення» (наприклад, дитина може думати «якби я краще прибирав іграшки, цього б не сталося») і формування почуття власної провини. Діти цього віку часто проявляють свої емоційні реакції на травму у вигляді проблем зі сном, можуть мати нічні кошмари. У них можуть виникати хвилювання та занепокоєння, які проявляються у «чіплянні до дорослих» (дитина боїться залишитися одна в кімнаті, постійно потребує уваги, боїться засинати тощо).

Діти (7-11 років) після травми починають більше боятися, соромитися і проявляти підвищену тривожність. Може виникнути регресивна поведінка (повернення до попередніх стадій розвитку), що включає енурез, смоктання пальця, дитячий лепет, бажання тримати постійно поряд із собою іграшку. У дітей цього віку може розвиватися втрата апетиту, скарги на болі в животі, головні болі, запаморочення. Також поширені проблеми з навчанням, такі як нездатність зосередитися, відмова відвідувати школу, агресивна поведінка в школі.

Підлітки (від 12 років) зазвичай тримають почуття в собі, що може призвести до депресивних станів. Водночас, вони можуть робити вигляд, що «все нормально». Діти можуть намагатися менше часу проводити з сім'єю, а більше часу з іншими людьми, намагаючись бути активними і таким чином управляти своїми страхами. Для

таких дітей існує ризик бути включеними в різні угруповання, в тому числі воєнізовані.

Для досягнення мети та завдань проєкту у своїй роботі впроваджувала інноваційну методику проведення занять. Підхід будувався навколо дітей, для яких він розроблений. Мета полягає в тому, щоб дати їм змогу стати частиною чогось цікавого, захопливого, що дає відчуття приналежності та задовольняє кожную індивідуальну потребу, створюючи безпечне, позитивне середовище для фізичного, психологічного та соціального розвитку. Ми досягали цього за допомогою активної гри. Відходили від традиційного інструктажу, і це дало учасникам можливість спільно створювати середовище та брати певну частку відповідальності за ігри та активності. Ми прагнули створити позитивне навчальне середовище, яке робить фізичну активність доступною для всіх дітей, дозволяє відчути успіх та розвинути свої навички незалежно від здібностей.

При розробці плану надання психосоціальної підтримки внутрішньо переміщеним особам, дітям з особливими потребами, дітям - сиротам та дітям позбавлених батьківського піклування та іншим, та в підборі вправ для роботи в секторі постійно враховувала різний вік дітей, їхні психологічні та вікові особливості. Усі ігри, вправи та завдання були спрямовані лише на покращення психоемоційного стану дітей, їх стабілізацію, налагодження позитивної взаємодії і взаємин між дітьми.

При плануванні допомоги внутрішньо переміщеним особам, для їх соціальної адаптації, враховувала, що більшість з них часто не усвідомлюють, якої саме допомоги потребують. Особливо, коли це стосується психологічної підтримки. Тому на початкових етапах реабілітаційні заходи та заходи з адаптації проводилися у формі навчання корисних навичок, бесід, підтримуючих зустрічей.

Діти під час переселення отримують психологічну травму через зміну середовища, друзів, особливо, якщо це було спричинене війною. Вони досить глибоко сприймають події, навіть, якщо не проживають на території військових дій, адже такі події порушують дитячу свідомість та сприйняття життя. В дитини є компенсаторні механізми психіки, завдяки яким вона швидко долає стресові ситуації.

Упродовж роботи на проєкті мені зустрічалися діти з різним ступенем психологічної травматизації, тобто ті, які виїхали з постійного місця проживання до активних військових дій, або перебували в містах де не відбувалися активні бойові дії, і ті, які були під обстрілами, завалами будинків, хто втратив батьків чи інших рідних.

Враховуючи це, я застосовувала у своїй роботі психологічні техніки, інструменти та технології, направлені на прояв, пропрацювання негативних емоцій чи травматичного досвіду. Якщо під час занять помічала депривованих, ізольованих або гіперзбуджених дітей, у такому разі після роботи в секторі спілкувалися з батьками та з'ясували, чи дитина мала такі поведінкові прояви до війни, та чи не виявляють батьки до дітей надмірну увагу та турботу, тривожність та жадібність. Усе це могло спричинити формування у дитини образу жертви, який впливає на формування життєвих цілей в майбутньому. За згодою батьків працювала з цими дітьми додатково або рекомендувала звернутися до іншого спеціаліста.

У роботі з дитиною важливо розібратися в суті її проблем. Планувати роботу варто разом з батьками. Адже батьки та найближче оточення дитини можуть стати для неї ресурсним середовищем – таким, що допоможе пережити травму й швидше адаптуватися до нових умов.

Те, як діти реагують на труднощі кризи, залежить від їх віку та рівня розвитку. Це також залежить від того, як взаємодіють з ними та між собою їхні батьки, піклувальники та інші дорослі. Наприклад, маленькі діти не здатні повністю зрозуміти, що відбувається навколо, і особливо потребують підтримки дорослих. Зазвичай діти справляються краще, коли поруч знаходяться сильні, спокійні дорослі. У дітей і підлітків виявляються такі ж реакції дистресу (відсутність будь-якої реакції, агресія, уникання, заперечення та ін.), що й у дорослих. Вони віддзеркалюють норму

реагування на події навколо. Дорослі можуть впоратися з ситуацією самостійно. Діти потребують підтримки та перебування поряд з дорослими, які допоможуть їм подолати кризу та адаптуватися до нових умов. Дитина може розвиватися відповідно до свого віку в стабільних безпечних умовах. У ситуації війни та вимушеного переселення даний процес порушується. І для його відновлення необхідно подбати про безпеку та емоційну стабільність, перш за все на сімейному рівні. Адже справжнє відчуття безпеки дитині дають лише близькі довірливі стосунки з її дорослим, який відповідає за існування дитини. Але часто ми зіштовхуємося з ситуацією, коли самі дорослі переживають дезадаптацію (повна або часткова втрата здатності пристосуватися до середовища) та стрес і не можуть або не знають, як бути ресурсом для дітей та допомогти їм впоратися з пережитим. Якщо дитина не має належної підтримки в сім'ї, не відчувається безпечно – тоді в поведінці та стані дитини можуть виникати певні порушення.

Важливим, а подекуди визначальним і для дитини, і для дорослих є батьківський потенціал, який можна використати для подолання наслідків травмування дитини війною та підтримки, якщо батьки дотримуються демократичного стилю виховання. Особливістю цього стилю взаємин є тверде, послідовне і водночас гнучке виховання. Батьки завжди пояснюють мотиви своїх вимог, заохочують їх обговорення з підлітком. Влада використовується лише в міру необхідності; у дитині цінується як слухняність, так і незалежність. При такому стилі виховання батьки встановлюють правила і твердо втілюють їх у життя; вони прислухаються до думки дитини, хоч і не діють виключно відповідно до її бажань. Цей стиль виховання найбільшою мірою сприяє розвитку в дитини самостійності, активності, ініціативи і соціальної відповідальності. Сповідування батьками агресивного або авторитарного стилю батьківства може стати додатковим травмуючим фактором. Члени сім'ї, батьки й опікуни – важливе джерело захисту та емоційної підтримки для дітей. Якщо діти перебувають разом з батьками, треба намагатися підтримувати дорослих в турботі про дітей.

Тому батькам за їхнім бажанням надавалася психологічна підтримка (бесіди, консультації) та розповсюджувалися буклети, які розроблено в межах проекту, що реалізується Всеукраїнським центром «Волонтер» за підтримки Представництва Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні:

- Складна поведінка дитини: як знайти ключ до позитивних змін;
- Ресурси позитивного батьківства: як стабілізувати себе та попередити емоційне вигорання;
- Як допомогти дитині, яка перебуває в стресі;
- П'ять мов любові у спілкуванні з вашою дитиною.

А також ЮНІСЕФ запусив групи психологічної підтримки для батьків та підлітків.

Світлини та відеоматеріали з проекту «ПОРУЧ» можна переглянути за посиланням:

Усього нами було проведено 40 занять, та залучено 1200 дітей. Під час зустрічей діти змогли поділитися переживаннями про події, відчути підтримку інших учасників групи та фахівців, а також знайти способи, як підтримувати себе та близьких у складні часи, побути в спільноті людей, які розуміють і підтримують одне одного.

А також підтримку отримали не лише діти, а й батьки. Адже батьки мають опікуватися не тільки своїм психічним здоров'ям і психологічним станом, а й станом дітей, що вдвічі збільшує навантаження. Як кажуть, зайвої підтримки в такому випадку не буває.

Дорослі учасники обговорювали, зокрема, як підтримати себе та близьких, як

керувати емоціями в складні часи, як вгамувати біль і знайти себе в нових життєвих умовах, як планувати в часи невизначеності та де знайти ресурси для цього.

Загалом такий формат роботи сприяв психологічному відновленню після пережитого травматичного досвіду та подоланню страхів учасників проекту.

### Список використаних джерел та літератури:

1. Байдик В.В., Бондарук Ю.С., Гопкало Ю.П., Гніда Т.Б., Корнієнко І.О., Лунченко Н.В., Луценко Ю.А., Мороз Р.А., Ткачук І.І. Групові форми роботи в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій (досвід упровадження). / за заг. ред. В. Г. Панка, І. І. Ткачук. Київ: Ніка-Центр, 2020. 122 с.
2. Бочкор Н.П., Дубровська Є.В., Залеська О.В., Калашник О.А., Ковальчук Л.Г., Левченко К.Б., Лунченко Н.В., Панок В.Г., Рєпнова Т.П., Соловійова О.Д., Худякова Н.Ю. Соціально-педагогічна та психологічна робота з дітьми у конфліктний та постконфліктний період : методичні рекомендації. / за ред. В.Г. Панок., Левченко К.Б. Київ: МЖПЦ «Ла Страда-Україна», 2014. 84 с. URL: [soc\\_ped\\_robota.indd](http://soc_ped_robota.indd)
3. Грудій М. А., Мельник Л.А., Остапчук Г.В., Пилипас Ю.В., Семенко І.М. Психосоціальна допомога внутрішньо переміщеним дітям, їхнім батькам та сім'ям дітьми зі Сходу України : посіб. для практиків соціальної сфери. / за ред. Л. С. Волинець. Київ: ТОВ «Видавничий дім «Калита»», 2015. 72 с. HYPERLINK "https://mon.gov.ua/storage/app/media/pozashkilna/psychologichna-sluzhba/pos-bnik-5
4. Методичний посібник у межах проекту «ПОРУЧ» з надання психосоціальної підтримки вразливим категоріям дітей, молоді та їхнім батькам / упоряд. БФ «Розвиток футболу України». Київ, 2022. 56 с.

**Родіна Ірина,**  
вихователь ЗДО  
№6 «Веселка»,  
м. Нетішин

### Національно-патріотичне виховання як пріоритетний напрямок виховного процесу в закладах дошкільної освіти

***Перш ніж дитина осмислить усю глибину тієї істини, що вона — громадянин своєї країни і це покладає на неї великі обов'язки, вона має навчитися платити добром за добро, творити своїми силами щастя й радість іншим людям.***  
**Василь Сухомлинський**

У статті аналізується проблема сутності національного виховання дошкільників; визначаються особливості розвитку дітей дошкільного віку та можливості формування у них основ національної самосвідомості; характеризуються основні засоби національно-патріотичного виховання дошкільників.

**Ключові слова:** дошкільний вік, патріотизм, правосвідомість, моральність, національно-патріотичне виховання.

У період війни, яку російська федерація розв'язала і веде проти України, виникає нагальна необхідність переосмислення зробленого і здійснення системних заходів, спрямованих на посилення національно-патріотичного виховання дітей та



молоді - формування нового українця, що діє на основі національних та європейських цінностей.

Сьогодні Українська держава та її громадяни стають безпосередніми учасниками процесів, які мають надзвичайно велике значення для подальшого визначення, першою чергою, своєї долі, долі своїх сусідів, подальшого світового порядку. В сучасних важких і болісних ситуаціях викликів та загроз, і водночас, великих перспектив розвитку, кардинальних змін у політиці, економіці, соціальній сфері пріоритетним завданням суспільного поступу, поряд із забезпеченням своєї суверенності й територіальної цілісності, пошуками шляхів для інтегрування в європейське та євроатлантичне співтовариство, є визначення нової стратегії виховання як багатокомпонентної та багатовекторної системи, яка великою мірою формує майбутній розвиток Української держави.

У контексті зазначених подій в Україні особливо актуальним стає патріотичне виховання підростаючого покоління, яке любило б Батьківщину, знало б її історію, цінувало б звичаї і традиції, здатне було б захистити її інтереси. Одним із пріоритетних завдань закладів освіти в наш час є відродження духовно-моральних цінностей, виховання патріотизму особистості. У Базовому компоненті дошкільної освіти зазначено, що розвиток України у демократичному руслі, приєднання її до європейського простору передбачають зміни і у структурі дошкільної освіти. Простежується гуманізація її змісту, завдань та принципів з акцентом на розвиток моральних якостей людини [1].

У Конституції України, Концепції національно-патріотичного виховання в системі освіти України, Законі України «Про освіту», Законі України «Про дошкільну освіту», Базовому компоненті дошкільної освіти в Україні та інших державних нормативно-правових документах як стратегічні визначаються завдання виховання в особистості любові до Батьківщини, усвідомлення нею свого громадянського обов'язку на основі національних і загальнолюдських духовних цінностей, утвердження якостей громадянина – патріота України як світоглядного чинника.

Щоб виховати справжніх синів і дочок свого народу, палких патріотів держави, які були б віддані волелюбним заповітам дідів і прадідів і брали активну участь у розбудові незалежної України, варто цілеспрямовано, систематично і послідовно формувати в дітей історичну пам'ять та історичну свідомість.

Зміст цих провідних наукових понять є тією підвалиною, на якій можна успішно виховувати глибоку і багатогранну особистість, громадянина України.

Дошкільне дитинство – найсприятливіший період виховного впливу на дитину: те, що сприйме, запам'ятає дитина в цей час, залишиться в її пам'яті надовго. Це дуже важливо для формування патріотичного світогляду. Саме в цьому віці в дитини формується емоційно-ціннісне ставлення до близьких людей, природи рідного краю, до народних звичаїв і традицій. І саме на основі цієї емоційної бази необхідно формувати патріотичні почуття в дитини.

Т. Поніманська «патріотизм» трактує як «любов до Батьківщини, відданість їй і своєму народу». Без любові до Батьківщини, готовності примножувати її багатства, оберігати честь і славу, а за необхідності віддати життя за її свободу й незалежність людина не може бути громадянином. Як синтетична якість, патріотизм охоплює емоційно-моральне, дієве ставлення до себе та до інших людей, до рідної землі, своєї нації, матеріальних і духовних надбань суспільства [8, 2006: 252].

Патріотичні почуття – це результат цілеспрямованого виховного впливу на дитину з наймолодшого віку. Патріотичне почуття за своєю природою – інтегральне, оскільки об'єднує в єдине ціле всі складники розвитку особистості – моральний, трудовий, розумовий, естетичний, фізичний. Воно формується поступово, під впливом навколишнього середовища й інших виховних чинників. Бути патріотом – означає любити материнську мову, свій дім, батьків і всіх людей, природу рідного



краю, звичаї, шанувати традиції народу, людську працю, прагнути не лише зберігати духовні скарби народу, а й примножувати їх [6, 2016: 3].

Патріотичні почуття належать до найскладніших і найвищих проявів духовного світу людини, а тому ще не можуть бути глибоко розвинуті в дошкільників. Але саме в цьому віці закладаються основи цих почуттів унаслідок сприймання дитиною подій навколишнього життя [3, 2014: 51].

Виховувати в дитини дошкільного віку почуття гордості за своє рідне місто, видатних людей свого краю, бережливе ставлення до громадянські цінностей означає формувати відповідальну систему відносин, що є компонентом складного почуття патріотизму. Але для цього замало лише переживань. Дитина повинна багато дізнатися, з'ясувати правильні зв'язки між сприйнятими нею предметами та явищами навколишнього життя, між окремими конкретними фактами [3, 2014: 4].

Основний напрям розвитку почуттів у дошкільників – це збільшення їхньої «розумності», що пов'язано з розумовим розвитком дитини. Чим серйозніше й глибше дитина пізнаватиме навколишній світ, тим обґрунтованішим буде її ставлення до дійсності: до праці, людей, до природи, Батьківщини. Це ставлення яскраво виявлятиметься насамперед у почуттях дитини [2, 2003: 33].

Виховання почуттів починається з ознайомлення дітей з близьким і доступним змістом; на основі цих знань виховують первинні почуття, які поступово перетворюються на осмислене й обґрунтоване ставлення дитини до навколишнього. Любов до Батьківщини для дитини дошкільного віку – це любов до того, що її оточує, і до тих, хто про неї піклується. Світ малої дитини – це її сім'я, близькі, знайомі, дитячий садок, товариші, її ігри, забави, двір, вулиця, поле, луки, ліс, де вона бігає, грається, ознайомлюється з предметами, явищами, подіями. На основі почуттів до близьких, до природи в дітей розвивається інтерес до широкого кола явищ. Ставлення дітей до праці, суспільних подій, природи, народу, виявляється в інтересах дітей, у прагненні взяти участь у тому, за чим вони спостерігають. Це відображується в іграх, малюнках, розмовах, вчинках [7, 2016: 17].

У дитини дошкільного віку національна свідомість, патріотичні почуття перебувають у процесі становлення, тому дуже важливим є цілеспрямований вплив на формування громадських рис особистості через пізнання національних і загальнолюдських цінностей, через опанування державної мови [4, 2016: 15].

Необхідно зважати на те, що відсутність національної свідомості нерідко спричиняє оманливе, ілюзорне відчуття «меншовартості», «другорядності» рідної мови, культури, врешті, самого себе, народжує комплекс національної і громадянської неповноцінності. Такі люди не мають, як правило, почуття власної гідності та гордості.

Важливим аспектом формування патріотичної свідомості є формування моральності особистості. Для реалізації цієї складової я ставлю перед собою такі завдання: формувати у дітей такі важливі моральні якості, як чесність і правдивість, чуйне, уважне ставлення до товаришів, уміння допомогти, поспівчувати, здатність до співпереживання та ін. Національна система виховання реалізує моральні цінності (людяність, доброту, милосердя) як найвищі духовні надбання рідного та інших народів. Народна мораль найкраще засвоюється у процесі безпосереднього включення дітей у працю, виконання традицій, звичаїв, обрядів. Народні традиції є могутніми засобами виховання в дітей основ моралі, совісті, гідності, честі, справедливості, скромності, працелюбності тощо. Формуючи в дітей основи народної моралі, я одночасно формую і основи загальнолюдської моралі.

Не варто забувати, що формування моральних понять, переконань, ідеалів – це насамперед виховання почуттів (любові до рідних, взаємоповаги і взаємодопомоги, милосердя та ін.). На жаль, у багатьох освітніх закладах нині домінує «словесне» моральне виховання. Це є результатом того, що в моральному вихованні раціональному запам'ятовуванню моральних норм, правил, понять

надається перевага перед емоційним, естетичним (пробудження і формування відповідних моральних почуттів, переживань).

Моральність – це передусім переживання, почуття людини. Не виховавши моральних почуттів, ми ніколи не виховаємо моральних якостей особистості. На основі свого досвіду можемо зробити висновок: ефективність морального виховання залежить від уміння педагога організувати змістовні життя і діяльність дітей, створити теплу, дружню атмосферу в групі. У такій обстановці і в процесі живого безпосереднього спілкування народжуються гуманні почуття, виникає позитивне емоційне ставлення до людей – дорослих і дітей. Основними аспектами морального виховання є: розуміння загальнолюдських цінностей, формування культури поведінки, толерантність та коректність у стосунках, дбайливе ставлення до природи, розвиток мотивації до праці.

Засвоєні норми моралі полегшують сприймання норм правових. Високоморальна свідомість є основою для розвитку правосвідомості.

Правосвідомість – це усвідомлення своїх прав, свобод, обов'язків, ставлення до Закону, до державної влади.

Аспекти правового виховання дошкільників: первинні уявлення про права та обов'язки, уміння оцінювати ситуації морально-правового змісту, запобігання виникненню конфліктів, уміння зважати на думку інших. У процесі формування дитини-громадянина України я також широко використовую форми і методи народної педагогіки. Народ завжди жив і живе за законами добра і краси, правди і справедливості, гідності і милосердя. Народна педагогіка – першооснова національної системи виховання, її культурно-історичне підґрунтя.

Діти від самого народження повинні «купатися» в рідній народній стихії, оволодівати своєю мовою і, засвоюючи духовно-культурні традиції народу, поступово йти до пізнання і розуміння загальнолюдського. Відлучення від духовних цінностей свого народу призводить до викривлення особистості, масового народження моральних «пустоцвітів», духовних безбатченків з послабленим відчуттям батьківської землі, свого родоводу й народу.

Не можна сформувати патріота й громадянина, виховати висококультурну людину, переступаючи через культурно-історичні цінності своєї нації або загальнолюдські цінності.

У зв'язку з цим, на основі наукової та методичної літератури, була розроблена «Модель формування національної свідомості дітей дошкільного віку».

Схематично її можна представити так:



Отже, розглянемо детальніше структуру цієї моделі.

Вивчення української мови містить величезний духовний потенціал. Вона концентрує у собі весь культурно-історичний шлях людей, є могутнім засобом єднання народу, консолідації національних сил. Це самобутній засіб мислення, світобачення. Тому процес вдосконалення національного виховання дошкільників слід починати з того, щоб прищепити малюкам любов і пошану до рідної мови.

Заняття з народознавства потребують підготовки наочного матеріалу. З цією метою я оформила осередок, наповнений державними та народними символами, оберегами, ляльками в національному одязі, дитячими музичними інструментами, зразками декоративного мистецтва. Наочні посібники в цьому куточку підбиралися так, щоб передбачалась варіативність їх використання на заняттях з народознавства та в якості атрибутів до театралізованих ігор та вистав.

Поліпшення рівня оволодіння рідною мовою я почала з того, що постійно спілкуюся з малятами українською; залучаю батьків до спільної праці, тобто даю завдання їм теж і вдома спілкуватися з дітьми рідною мовою; проводжу в групі дні та тижні української мови, на які діти розучують вдома з батьками різні вірші, приказки, прислів'я українською мовою і протягом такого дня або тижня намагаються спілкуватися лише українською мовою, розповідають один одному те, що вивчили напам'ять.

Але найефективнішим я вважаю такий спосіб, коли, використовуючи вільний час, ми разом з дітьми розучуємо українські народні ігри і безпосередньо цим прищеплюється любов до рідної мови.

В українській народній грі ми маємо чудові виховні моменти, вона становить своєрідну школу етики і естетики, формує національну свідомість, завдяки грі формуються поетичне мислення, мистецькі смаки, діалоги дійових осіб наповнені поетичними віршованими текстами, які сприяють більшому розумінню рідної мови завдяки багатим народнопоетичним відступам, які приваблюють і розкривають безмежні можливості рідної мови. Граючись, діти вивчають лічилки, скоромовки, віршовані тексти, оволодівають першими елементами грамотності. Доречними я вважаю також проведення театралізованих розваг та свят з використанням народних

ігор. Яскраві костюми, різноманітні персонажі додають емоційного забарвлення та сприяють кращому запам'ятовуванню матеріалу. Наприклад, на «Святі народної гри», яке я організувала та провела разом з музичними керівниками, активну участь приймали вихованці всього дитячого садка. Діти з захопленням гралися в такі народні ігри як «Печу, печу хлібчик...», «Подольночка», «Ой, на горі жито», «Бабуся», «Ходить гарбуз по городу...» та інші.

Використовуючи навіть самі простенькі ігри, я намагаюся не тільки прищепити любов до народного фольклору, але й запалити бажання та цікавість до традицій та обрядів нашого народу, його культурно-історичної спадщини. Дуже подобаються малюкам інсценівки різноманітних українських народних пісеньок («Занадився Журавель», «Загадала бабусенька» та ін.), де діти раннього віку виступають в ролі глядачів, а вже починаючи з молодшого віку можуть і самі приймати участь в драматизаціях цих пісень.

Народні традиції, звичаї та обряди об'єднують минуле й майбутнє народу, старші й молодші покоління, інтегрують людей у високорозвинену сучасну націю. На мою думку, традиції є основою національного виховання, головним механізмом формування якостей особистості. Саме через традиції, обряди, культуру нашого народу вихователь якнайкраще зможе впливати на дітей, на їх національну свідомість та громадянську зрілість.

Відповідно до програми Українське дошкілля у молодшому дошкільному віці віковими особливостями дітей є імпульсивний, емоційний відгук на різні події, що є позитивним для участі в різних святах і дотримання традицій, свят, обрядів, які можуть бути доступними для дітей вказаної вікової категорії. Одним із освітніх завдань визначено ознайомлення з народними традиціями, пов'язаними зі святкуванням Святого Миколая (подарунки для дітей), Різдва (свята вечерея, колядування, щедрування, віншування, посівання), Великодня (традиції освячення великоднього кошика, розписування писанок, крашанок, великодні дійства), Стрітеня (зустріч зими і весни, освячення свічок).

У середньому дошкільному віці важливим освітнім напрямком є залучення вихованців до підготовки та відзначення народних свят, звичаїв і традицій, національної обрядовості. В розділі «Календарно-обрядові свята» визначено важливість формування у дітей уявлень про традиції, обряди, звичаї, залучення до участі у відзначенні свят.

У старшому дошкільному віці продовжуємо формувати свідоме ставлення до традицій українського народу. Розширюємо знання дітей про традиції дарування подарунків на Миколая, святкування Різдвяних свят (внесення дідуха, колядування, віншування, вертеп та інші), Йордана (освячення води), Стрітення (освячення стрітенських свічок-громовиць, ознайомлення з прикметами), Великодніх свят (освячення вербових галузок, випікання пасок, розписування писанок, освячення кошика, родинне застілля, організація великодніх ігор і співання гаївок), Зелені свята (традиційне прикрашання житла травами), Спаса (освячення меду, фруктів, квітів, які після цього мають чудодійні властивості).

Неможливо переоцінити й виховну силу народних казок. Адже казки – це перші і прекрасні поривання народної педагогіки і ніхто не в змозі змагатися з педагогічним генієм народу. Казка була призначена народом спеціально для дітей. Про це свідчать її ознаки:

- наявність у ній героїв (людей, тварин, птахів, рослин), вік, дії і вчинки яких відповідають вікові, вчинкам, діям малих дітей;
- гранична стислість і доступність її змісту дітям, відповідність дитячій психології.

Використання казок дає змогу показати малим, що герої, які сумлінно працюють, не лінуються, дбайливо й бережно ставляться до природи, винагороджуються щастям, добробутом, повагою людей, і навпаки, коли герой

ставити на перший план свої корисливі інтереси, він зазнає невдач, на нього чекають розорення, зневага громадян і навіть смерть.

Діти люблять не тільки слухати, але й інсценувати казки. Чимало часу у своїй роботі я приділяю проведенню свят, розваг, конкурсів, тематичних тижнів («Тиждень української народної казки»).

Казка завжди захоплює малят яскравими поетичними образами, динамічними діями героїв, викликає у них позитивні емоції, закріплює світле, радісне сприймання природи.

Природа в широкому розумінні слова – це навколишній світ, буття взагалі, що є об'єктом людської практики і пізнання.

Без природи життя неможливе, і виховання без неї теж немислиме, що й дістало своє глибоке обґрунтування в педагогіці, зокрема в етнопедagogіці. Про це свідчить велика кількість повчальних, сповнених глибокого змісту народних прислів'їв і приказок, загадок, притч, казок, легенд, оповідань про природу.

Постійний контакт дитини з природою сприяє засвоєнню понять, слів, речень, пов'язаних з нею, сприяє розвитку зв'язного мовлення, оскільки пробуджує в дітей уяву, вчить їх логічно мислити на основі зіставлення різноманітних предметів і явищ, пізнання зв'язків і наслідків, користі і шкоди.

Природа є джерелом добра. Її краса справляє величезний вплив на формування духовного світу людини. Природа, власне, має прямий стосунок до всіх процесів виховання, зокрема до вироблення тілесних сил й енергії волі у дитини.

Також енциклопедією життя, праці, побуту, дозвілля народу є народний календар. Кожна дата, свято, зазначені в ньому, - це традиції та звичаї, які найтісніше пов'язані з природою рідної місцевості та трудовою діяльністю людини. Тут немає нічого надуманого і штучного, все відповідає традиційному способу життя народу. Ідейно-моральна наснаженість, зміст народного календаря мудро спрямовані на виховання в людей почуття господаря рідної землі, працьовитості, хазяйновитості, ініціативності й підприємливості, якостей турботливого сім'янина, порядності, добродійності, багатьох інших чеснот.

Про велику увагу до результатів праці свідчить культ хліба у світогляді українців. Хліб увійшов у життя нашого народу як головний результат людської праці й основний продукт харчування. Хліб в усі часи бережуть як святиню, і дітей вчать з повагою ставитись до хліба, до зерна як символу людського добробуту та трудової доблесті. Тому в своїй роботі цій темі я приділяю дуже багато уваги: провела тематичний тиждень «Хліб усьому голова», різноманітні бесіди та заняття, вчимо з дітьми прислів'я та приказки про хліб.

Невід'ємною частиною моєї роботи є систематична співпраця з батьками вихованців. Родина – природний осередок найглибших людських почуттів: тут народжуються і поглиблюються любов до матері і батька, бабусі й дідуся, роду і народу, пошана до рідної мови, історії, культури.

Наше суспільство здавна визнає очевидну істину: батьки – головні природні вихователі дитини, й найбільший виховний вплив на неї мають створений з ними порядок, спосіб життя родини, всіх її членів.

Саме в дошкільному віці, коли дитина дуже чутлива до емоційних впливів і схильна до наслідування, створюються сприятливі умови для того, щоб поступово розкрити їй зміст народної і світової спадщини через мистецькі твори, етику людських взаємин, сформувані перший практичний досвід прояву душі стосовно рідних та близьких людей, рідної домівки, отчого краю з його природою, історією і традиціями, рідної мови, – усього, з чого для кожного починається Батьківщина.

Війна рашистів на території нашої Держави, ідеї гуманізації та демократизації освіти вивели на якісно новий рівень уявлення про патріотичне виховання як педагогічну категорію. Тому сьогодні, в умовах війни, провідною метою в кожному

закладі освіти має стати виховання особистості на засадах феномену ПАТРІОТИЗМУ!

#### Список використаних джерел:

1. Базовий компонент дошкільної освіти України / [Електронний ресурс]. Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/doshkilna-osvita/bazovij-komponent-doshkilnoyi-osviti-v-ukrayini>
2. Богуш А. М., Лисенко Н. В. Українське народознавство в дошкільному закладі. Київ : Вища школа, 2003. 206 с.
3. Гавриш Н. Моя країна – Україна. Методична скарбничка вихователя. 2014. № 7. С. 4–7, 51.
4. Каплуновська О. М., Кичата І. І., Палець Ю. М. «Україна – моя Батьківщина»: парціальна програма національно-патріотичного виховання дітей дошкільного віку / за наук. ред. О. Д. Рейпольської. Тернопіль : Мандрівець, 2016. 72 с.
5. Концепція національно-патріотичного виховання в системі освіти України / [Електронний ресурс]. Режим доступу: [https://don.kyivcity.gov.ua/done\\_img/f/patriotvih.pdf](https://don.kyivcity.gov.ua/done_img/f/patriotvih.pdf)
6. Кравченко Г. Ю., Кугуєнко Н. Ф. Метод проектів у розвитку якості дошкільної освіти. Харків : Ранок, 2016. 176 с.
7. Кривоніс М. Л., Дроботій О. Л. Патріотичне виховання в ДНЗ. Харків: Ранок, 2016. 192 с.
8. Поніманська Т. І. Дошкільна педагогіка. Київ : Академвидав, 2006. 456 с.

**Рудюк Ірина,**  
музичний керівник,  
спеціаліст другої категорії  
ЗДО №6 м. Нетішина

#### **Музикотерапія як чинник впливу на психоемоційний стан дітей дошкільного віку в умовах війни**

Стаття присвячена вивченню музикотерапії як оздоровчо-розвивального підходу до покращення психоемоційного стану дошкільників. Музикотерапія – це системне використання музики з метою лікування психологічних та фізіологічних аспектів різноманітних розладів, що позитивно діє на становлення й розвиток гармонійної особистості через вплив на емоційно-почуттєву сферу. У контексті дослідження музично-терапевтичного впливу представлено добірку музичних творів, що сприяють оздоровленню та гармонізації.

**Ключові слова:** музикотерапія, особистість, психоемоційний стан, музика, здоров'я, оздоровлення, класика.

Після початку повномасштабного вторгнення росії 24 лютого 2022 року життя українців поділилося на «до» та «після». Мільйони людей знаходяться у стані постійного стресу, прожили травматичний досвід чи втрату. Наразі питання травми як ніколи гостро стоїть перед громадянами України, зокрема, є надзвичайно актуальним серед освітян, школярів та дітей дошкільного віку.

«Війна, звичайно, впливає на психіку дитини. У першу чергу це відображається в тривожності. Наших дітей ніхто не готував до війни і як сприймати теперішні події. Діти постійно перебувають в напрузі через нерозуміння, чого чекати завтра. У них з'являються зриви, істерики, неслухняність, бійки з іншими дітьми. Другим важливим моментом є соціалізація. Наразі діти цього позбавлені, а їм необхідне спілкування з однолітками. Його відсутність чи недостатня кількість

виражається у потребі бути почутим, відчутти свою значимість і проявляти самовираження. Багато дітей зараз покинули свої домівки і вимушено живуть на чужій території. Це, знову ж таки, сприймається як нерозуміння того, чому вони повинні покидати свої іграшки, своє минуле життя. З'явилися тривога, страх, нерозуміння, сум і незнання, як себе поводити. Багато дітей зараз бореться із депресією, не хочуть розмовляти, стали замикатись у собі, присутня агресивність, а в дітей підліткового віку проявляється це у вживанні алкоголю чи наркотиків. Тому, потрібно допомогти дітям з цим справитись», – розповіла Кириєнко. [ 7 ]

Важко переоцінити вплив музики на людину. Це живе невичерпане джерело натхнення. Музика може підняти настрій, але одночасно може викликати переживання, збудити до роздумів, відкрити світ фантазій.

Невичерпні можливості музики впливати на внутрішній світ дитини особливо виділяють методику музикотерапії з ряду інших терапевтичних методик.

Писали про цілющу силу музичної дії і античні філософи Піфагор, Аристотель, Платон, Плутарх. Піфагор взагалі рекомендував музику як панацею для тіла і душі.

В Стародавньому Єгипті під музику приймали пологи. В Стародавній Індії вона використовувалася як спосіб загоєння ран, отриманих на полі битви. Авіценна лікував музикою психічно хворих. Гіппократ зціляв нею безсоння і епілепсію. Римський лікар Гален рекомендував використовувати музику як протиотруту від укусів змій. Ескулап – при емоційних розладах. Древньокитайські лікарі вважали, що музикою взагалі можна вилікувати будь-які хвороби і навіть виписували музичні рецепти для впливу на той чи інший хворий орган.

У США музика Моцарта офіційно застосовується в якості методики лікування та розвитку інтелектуальних здібностей у дітей.

До теперішнього часу музична терапія набула поширення в усьому світі, де вона вже з середини ХХ ст. розвивається як окрема індустрія. Швидкому розповсюдженню музичної терапії сприяє системна криза медичної допомоги, загальний негативний соціальний фон. [ 3. 190 с.]

Відповідь на запитання, чому музика настільки сильно торкається глибин нашої особистості, потрібно шукати в минулому, коли ми ще були в материнській утробі й відчували музику ритму материнського серця, музику її тіла, музику її подиху й голосу.

Багато досліджень довели, що музика посилює обмін речовин, посилює або навпаки м'язову енергію, змінює дихання, змінює тиск, дає основу для емоцій. Дітям музикотерапія допомагає збагатити знання про навколишнє середовище, прищепити любов до музики, навчити слухати й розуміти про що розповідає музика. Для того, щоб музикотерапія позитивно вплинула на розвиток і виховання дітей, необхідно враховувати особливості дітей.

Завдання музикотерапії:

- Катарсис - емоційна розрядка, регулювання емоційного стану;
- Полегшення усвідомлення власних переживань;
- Конфронтацію з життєвими проблемами;
- Підвищення соціальної активності;
- Придбання нових засобів емоційної експресії;
- Полегшення формування нових відносин.



Сьогодні навіть трирічний малюк знає, як поводитися з комп'ютером, як включити музику, може сам вибрати, що слухати. Але до класичної музики діти в переважній більшості байдужі. Як же прищепити дитині інтерес до неї? Адже хочеться, щоб малюк прилучався до великого і перевіреного часом мистецтва, а не до трьох акордної примітивної музики.

Фахівці радять не нав'язувати серйозну музику дитині, а знайомити з нею природньо, «ненастирливо».

«Сеанси» слухання музики під час звичайних музичних занять можливі лише двічі на тиждень – за розкладом. Проте бажаного терапевтичного ефекту можна досягти лише за умов щоденного їх проведення. Для цього музичний керівник має тісно співпрацювати з вихователями та рекомендувати їм здійснювати музично-терапевтичний вплив:

- ❖ під час занять у групі
- ❖ самостійних ігор
- ❖ корекційно-лікувального процесу
- ❖ засинання
- ❖ пробудження
- ❖ музикотерапевтичних хвилинок.

Варто зауважити, що музикотерапія підійде не лише дітям з певними фізичними та емоційними розладами, розладами поведінки, а цілком здоровим дітям - для їхнього гармонійного розвитку. [ 5. 122 с.]

У процесі музичних занять відкриваються широкі можливості для всебічного розвитку дітей. Емоційна сила музики, зміст пісень, що слухають і виконують діти, сприяють формуванню основ морально-естетичних якостей.

Музикотерапія як цілісне використання музики в якості основного фактора дії на розвиток дитини включає такі напрями, як вокалотерапія (співи), музикотерапія в рухах (танці, музично-ритмічні рухи), музикування на музичних інструментах та інші.

Ритмічні ігри дуже подобаються дітям. Найпростіший спосіб організації гри — повтор дитиною рухів дорослого, який виступає ведучим у гри-імпровізації, а дитина одночасно і спостерігає за ним, і намагається копіювати його. Основою для них послужить танцювальний досвід, що є в кожного, і звичайний вибір виразних рухів: кроки, стрибки, жести, міміка, рухи тіла, пересування в просторі. Досить передати в рухах загальний характер музики, зв'язати пластику рухів із музичним звучанням. Точність і спритність рухів, їхня відповідність пережитим емоціям, а головне, задоволення, яке дитина одержує під час рухів, — вірний показник її емоційного



благополуччя. Вільні імпровізовані танцювальні рухи дорослого виступають тут головним і єдиним способом досягнення потрібного результату.

Дорослому треба своїми діями спонукати дитину до рухового заповнення всього простору кімнати, у якій проходить гра. Важливо, щоб весь ігровий простір був освоєний дитиною, щоб вона могла в ньому орієнтуватися і не боялася робити в кімнаті різноманітні пересування. [ 2. 88 с.]

Варто розвивати здатність дитини попадати в ритм, відчувати пульсацію. Досягти цього також можна за допомогою ігрових прийомів, поєднуючи рухи з пізнавальними образами тварин або казкових героїв. Злагоджені, ритмічні рухи мають колосальний терапевтичний ефект. Особливо значним ефект ритмічного *ostinato* (від італ. *Ostinato* — багаторазово повторюваний ритмічний або мелодійний оборот) — згадаймо всесвітньо відомий “Танець маленьких каченят”. Під час виконання групою дітей єдиного руху в єдиному темпі та ритмі створюється енергообмін усіх учасників у дійстві, який має спрямований психологічний ефект: це своєрідна терапія. Ритмічна впорядкованість рухів народжує в дітей позитивні емоції, вони відчувають радість від спільної діяльності в процесі ігрового спілкування, усвідомлення своїх здібностей, віри у власні сили.

На музичних заняттях діти також знайомляться з музичними інструментами, пронижуються слуханням їхнього глибокого звучання. Поступово дитина обирає той інструмент, який їй більше подобається. Особливість елементарного музикування в тому, що всі діти мають можливість проявити себе творчо.

Сьогодні ставлення до музики в суспільстві трохи інакше, ніж раніше, музичне середовище заповнене естрадно-розважальною музикою, тому важливо підтримувати інтерес дітей до класичної і народної музики. За допомогою музичної психології необхідно відродити в сім'ях традиції домашнього музикування. Цьому сприяє гра дітей на музичних інструментах разом із батьками вдома, а також підтримка їхнього захоплення батьками, завдяки чому стосунки в сім'ї стають теплішими й тіснішими.

Емоції впливають на всі психічні процеси: на відчуття, сприйняття, уяву, мислення, волю, пам'ять. Радісний, щасливий настрій дитини є основою її фізичного і психологічного здоров'я, доброзичливого ставлення до людей, навколишнього світу.

Дітям на заняттях із музикотерапії пропонується ігровий матеріал для розвитку тактильного сприйняття (м'які іграшки, гумові іграшки за методикою М. Монтесорі). У віці від 1 року до 3 років у дітей починають проявлятися музичні здібності: емоційна чуйність, музичний слух, почуття ритму. На другому році життя діти можуть слухати невеликі музичні твори і не просто радіти, а й виражати свій емоційний стан — бадьорий, веселий під час слухання пісні “Конячка” О. Тимчивої; спокійний, доброзичливий під час слухання пісні “Кішка” А. Александрова. У процесі формування музичного сприйняття стоїть завдання привчати дітей прислухатися до мелодії, слів пісні й упізнавати її під час повторного прослуховування. [ 4. 36 с.]

Особливо важливою ланкою музикотерапії є формування музичносенсорних здібностей у дітей дошкільного віку.

Дітям на другому році життя пропонуються дитячі інструменти та іграшки, з якими вони можуть пограти і потім вгадати, який інструмент звучить, порівняти тихе й гучне звучання. Для дітей на третьому році життя музично-дидактичні ігри дещо ускладнюються. Ставиться завдання не лише розрізнати контрастні звучання, а й відтворювати їх. Наприклад: у грі “Чий будиночок?” дитині пропонується показати, як нявкає кішка (низький звук) або кошеня (високий звук).

Виконанню поставлених завдань із музикотерапії сприяє програмовий репертуар. Для дітей на другому році життя він складений із контрастних за характером творів, нескладних за змістом, які відбивають яскраві, близькі дітям образи (“Конячка”, “Автомобіль” М. Раухвергера).

Дітям на третьому році життя пропонується складніший репертуар. У ньому пісні, що відображають явища природи (“Осінь пісенька” А. Александрова, “Зима пройшла” Н. Метлова), близькі й зрозумілі дітям образи (“Лялька” М. Старокадомського), народні мелодії, інструментальна музика.

Важливим елементом музикотерапії є виразне виконання музичного твору. Разом із тим під час роботи необхідні наочні прийоми, що залучають дитину до музики — показ іграшки. Дітям приємно слухати музику й дивитися на іграшку, про яку співається в пісні. Зорово сприйманий образ сприяє розумінню змісту виконуваної пісні, її запам’ятовуванню. Із цією метою застосовуються й персонажі лялькового театру, за допомогою яких інсценується зміст того або іншого твору.

Групова пасивна музикотерапія (прослуховування музики) проводиться два рази на тиждень, склад групи — 8-9 дітей. Музика допомагає змінювати настрій дітей, відволікає від негативного настрою, зменшує тривожність.

У дошкільному закладі використовується прийом групової вокалотерапії. Співи — це важливий метод активної музикотерапії, тривалість заняття 10-15 хвилин, група з 8 дітей розташовується в замкнутому колі, ведучий співає разом з дітьми. Пісні підбираються відповідно до віку групи. [ 8 ]

Кожен ранок у дитячому садку розпочинається з ранкових музичних привітань. Під чарівні звуки музики дітей запрошують до спортивної зали на ранкову гімнастику. У дітей створюється позитивний настрій, діти ефективно виконують фізичні вправи. Музичні привітання налаштовують дітей на добрий настрій та успіх протягом дня.

Запропоновані сеанси практичної музикотерапії допоможуть позитивно вплинути на розвиток і виховання малят, зокрема:

- Сеанс “Доброго сну” — де зібрані колісанки (музика з повільним темпом і чітким ритмом) у виконанні, наприклад, Ірини Горбатюк, тріо “Либідь”, Михайленко, Ніни Матвієнко. Слухаючи музику цього сеансу, діти швидко засинають, їм сняться гарні сни. Гіперактивним дітям цей сеанс заспокоює нервову систему.

- Сеанс “Доброти” — цей сеанс містить музичні композиції зі старих добрих мультфільмів, музично-літературні композиції за дитячими казками, де звучать голоси казкових персонажів, пісні: “Наш патруль», «Пісня про Лунтика»... Ці пісні й сьогодні зігрівають любов’ю дитячі душі, вчать добрим, чесним і миролюбним відносинам з тими, хто їх оточує.

- Сеанс “Наші друзі” — відбірка пісень про наших маленьких друзів — тварин та комах: “Черепашка Аха”, “Два веселих гуся”, “Я лисичка, я сестричка”. Ці пісні втілюють душевну гармонію, демонструють еталони доброго, чуйного ставлення до тваринок.

- Сеанс “Усмішки”. Усмішка — це духовний дар, вона дає кожному наснагу. В цьому сеансі зібрані веселі, яскраві, мажорні пісні. Ці пісні створюють позитивний настрій, надають відчуття радості, віру в добро.

- Сеанс “Звуки природи” — так звана екологічна музика. Усі звуки, що існують у природі, чинять підсвідомий вплив на психіку людини. Благотворно впливає шум листя і спів птахів — діти розслабляються і зливаються з природою. Шум хвиль позитивно впливає на емоційний стан дитини. [ 6. 88 с. ]

### **Музикотерапевтичні вправи**

Музикотерапевтичні вправи для зменшення у дітей фізичного та емоційного напруження зазвичай містять два основних компоненти, а саме:

- \* сприймання музики в русі;
- \* заспокоєння й вирівнювання дихання.

**Вправа «Зіграй свій настрій»** є колективною формою активного музикування на шумових інструментах. Під час неї діти навчаються декламувати вірші, грати в ансамблі, а ще — імпровізувати власні невеличкі п’єси, утілюючи в них свій настрій та звукові уявлення.

**Вправа «Шарф із чарівними історіями»** призначена насамперед для дітей із вираженою гіперактивністю, синдромом дефіциту уваги. Такі діти потребують індивідуальної роботи, під час якої вчать заспокоюватися і зосереджуватися. Для проведення вправи музичний керівник вмикає музику, помахує великим яскравим шарфом, водночас розповідаючи фантазійну історію (наприклад, про саму дитину, з якою проводить вправу). При цьому музичний керівник пропонує дитині довільно рухатися, коли шарф «злітає» вгору або колихається з боку в бік, і зупинятися, коли шарф опускається. [ 9. 10 с.]

**Вправа для розслаблення «Морське дно»** призначена насамперед для дітей старшого дошкільного віку. Музичний матеріал для вправи — аудіозапис п'єси «Місячне сяйво» Клода Дебюссі (Claude Debussy). Діти довільно розміщуються в музичній залі. Педагог промовляє текст, узгоджуючи його із рухом музики: «Діти, зараз ми зануримося на морську глибину. Спочатку перевіримо, чи працює наше спорядження для дихання під водою: спокійно, без напруження вдихніть, а тепер видихніть. Зі спорядженням усе гаразд, тож занурюємося! Зробіть спокійний глибоких вдих, а з видихом опустіться на самісіньке дно. Навкруги вас — лише чиста блакитна вода. А тепер відчуйте, що ви — морські хвилі, які легко гойдаються разом із музикою. Навколо вас плавають різнокольорові жителі моря — відчуйте їх присутність, роздивіться уважно. Раптом течія змінилася! Усі хвилі заворушилися, почали переміщуватися, мандрувати морською глибиною, зустрічати нових морських жителів... А тепер настала ніч. У повній темряві морська вода засяяла — це сві-тяться мікроскопічні водорості, рачки, дивовижні медузи. Хвилі поступово заспокоюються і лягають на дно».

Після вправи варто запропонувати дітям під ту саму музику намалювати образи, що постали в їхній уяві. Після цього музичному керівнику слід проаналізувати дитячі малюнки — кольори, насиченість, силу натиску олівця тощо. У такий спосіб можна виявити в дітей приховане емоційне напруження, невдоволення, агресію і спрямувати зусилля для їх усунення під час сеансів музикотерапії.

Метою вправи є релаксація та розвиток співочого дихання. Музичний матеріал для вправи — Прелюдія до-мажор із I тому «Добре темперованого клавіру» Йоганна Себастьяна Баха (Johann Sebastian Bach).

Музичний керівник пропонує дітям посадити уявне зернятко на долоньку. Діти виконують завдання, супроводжуючи «посадку» промовлянням слова «день!», потім піклуються, щоб зернятко проросло:

- \* поливають дощиком — імітують голосом звуки краплинок;
- \* зігрівають сонечком — високо співають звук «а».

Музичний керівник продовжує керувати діями дітей, поетапно продовжуючи розповідь:

- \* зернятко почало рости — діти співають звук «а» на крещендо;
- \* виросла велика, гарна квітка й відкрила прекрасні пелюстки — діти, уявляючи квітку на своїх долонях, усміхаються, милуються нею;
- \* квітка має чудовий аромат — діти повільно, глибоко вдихають носом, а видихають ротом зі звуком «ха».

Цінність цієї вправи в тому, що вона вирівнює емоційний стан усіх дітей групи, допомагає вихованцям зі слабкою нервовою системою позбутися емоційного дисбалансу від того, що їх психофізичні реакції «відстають» від загального ритму життя групи.

**Вправу «Кольорова музика»** доцільно проводити, коли є необхідність викликати в дітей певний настрій. Вправа містить елементи кольоротерапії, а саме передбачає використання різних предметів певного кольору. Музичний супровід вправи та колір предметів залежатиме від настрою, який потрібно створити. Так, аби заспокоїти дітей, музичний керівник може запропонувати їм створити танцювальну імпровізацію під музику вальсу, використовуючи при цьому шовкові шарфи синього,

блакитного чи зеленого кольорів. Натомість, щоб підбадьорити дітей, слід увімкнути ритмічну музику у жвавому темпі, а як реквізит запропонувати дітям стрічки або хустинки жовтого або червоного кольорів.

Метою цієї вправи є: нормалізувати дихання; розслабити м'язи горла.

Як музичний матеріал для вправи можна використати аудіо-запис «Ранок» із сюїти «Пер Гюнт» Едварда Гріга (Edvard Grieg) або іншу спокійну музику (темп — не більше 60-65-ти ударів на хвилину), шум лісу, спів птахів тощо.

Цю вправу найліпше виконувати з дітьми після фізичного навантаження. Музичний керівник вмикає музику і пропонує дітям зручно вмотитися на підлозі, заплющити очі, уявити сонячний день та зелений ліс. Головний елемент вправи — «лісове» повітря, яке діти мають спокійно, залюбки вдихати й видихати. [ 10. 45 с.]

Отже, музикою ми можемо регулювати нашу психіку, змінювати настрої у різних життєвих ситуаціях. У станах нездужання, поганого самопочуття ми звикли покладатися на допомогу лікарів, забуваючи, що володіємо власною могутньою силою – психічною енергією, силою духу, силою творчої уяви, яка у поєднанні з вібраційним впливом відповідної музики може слугувати для нас найефективнішими ліками для подолання будь-якої хвороби.

Музика є універсальною силою, що діє на людину комплексно, незалежно від віку, освіти чи соціального статусу. Музика зближує нас з енергією природи, яку ми пізнали ще не до кінця! До того ж вона дозволяє розблокувати емоції без допомоги лікаря чи психотерапевта. У свою чергу, спів і танець протягом віків є найкращою формою терапії, ефективно вивільнюючи в нас радісні та прекрасні сторони особистості. Таким чином, використання музичної терапії у роботі з дітьми дошкільного віку у різних її видах і формах як багатофункціонального засобу корекції психофізичних порушень є надзвичайно важливим для забезпечення нормалізації їх життєдіяльності в умовах війни. В освітньо-виховному процесі закладу, де активно відбувається розвиток і навчання дітей вона має зайняти належне місце. Адже, впровадження нестандартних, творчих, немедичних засобів впливу на активізацію внутрішніх ресурсів організму дитини створює більше шансів для її розвитку.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Богуш А.М., Беленька Г.В. Дошкільне виховання: навч. посіб. Київ: Вища школа, 2012. 68 с.
3. Денисенко Н. Ф. Через рух – до здоров'я дітей : навч.-метод. посібн. Тернопіль: Мандрівець, 2009. 88 с.
4. Драганчук В. М. Музика як фактор психокоригування: історичні, теоретичні і практичні аспекти: дис. канд. мистецтвознавства. Луцьк: Волинський держ. унів ім. Л. Українки, 2003. 190 с.
5. Жавініна О. А. Музичне виховання: пошуки і знахідки. Мистецтво в школі. 2003. № 5. 36 с.
6. Зязюна І. А., Крамущенко Л. В., Кривонос І. Ф. та ін. Педагогічна майстерність: підр. 2-ге вид. Київ: Вища школа, 2004. 122с.
7. Побережна Г. І. Музикотерапія як інноваційна технологія особистісного розвитку. Вища освіта України, 2010. № 3. 87-97 с.
8. Психоемоційний стан дітей під час війни.  
<https://life.pravda.com.ua/columns/2022/06/5/248953/> (22.05.2022)
9. Кисельова П. О. У тональності до-мажор. Учительська газета. 2004. 2 березня. 9. Шанских Г. В. Музика як засіб корекційної роботи. Мистецтво в школі. №5. 2003. 8-15 с.
10. Яковенко Т.Е. Музика і здоров'я людини: Фестиваль педагогічних ідей "Відкритий урок". Чисті ставки, 2004. 45 с.

**Савчук Катерина**  
практичний психолог  
ЗДО №7 «Золотий ключик»  
м. Старокостянтинів

### **Освітня кінезіологія, як сучасна технологія підтримки учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану**

У статті розглядається актуальність застосування освітньої кінезіології, як інноваційної технології в профілактиці та подоланні наслідків стресу у дітей та дорослих. Висвітлюються теоретичні аспекти освітньої кінезіології та стресу. Дана стаття містить опис прийомів освітньої кінезіології, направлених на подолання негативних наслідків стресу на організм та запобігання виникненню хронічного стресу у учасників освітнього процесу.

**Ключові слова:** освітня кінезіологія, стрес, учасники освітнього процесу, стресостійкість, кінезіологічні вправи.

Потреба в безпеці – це одна з базових, фундаментальних потреб людини, в ієрархії потреб людини вона посідає високе місце. Безпека є абсолютною цінністю, вона має універсальний характер і визначається фундаментальною всім людством. Особливо це відчувається в періоди соціальних потрясінь, воєн, терористичних актів [4]. Війна докорінно змінила життя кожного, зокрема і діти і дорослі втратили відчуття безпеки, що провокує виникнення стресу, який має вплив як на фізичне, так і на психічне здоров'я. Зокрема, однією з найуразливіших категорій до стресу є діти дошкільного віку, які схильні в міру своїх вікових особливостей та досвіду відчувати безпорадність під час стресових ситуацій та потребувати підтримку з боку дорослих. Відповідно дорослі, які оточують дитину повинні розуміти, що діти легко зчитують емоції та хвилювання, тому щоб залишатися ресурсом та підтримкою для дитини потрібно володіти певним набором технік та методик для власної стресостійкості та вміти застосовувати дані прийоми в роботі з дітьми. Серед безліч технік, які діють та профілактику та подолання наслідків стресу є кінезіологія. Кінезіологія – це наука, яка вивчає зв'язок рухів тіла з функціями мозку. Освітня кінезіологія – це вчення про розвиток людини через природні, звичайні для неї природні рухи. Вона пропонує нам певним чином організовані рухи, спрямовані на оптимізацію діяльності мозку і тіла.

Кінезіологія була розроблена американським психологом Полом Денісонсом, а на початку 90 –х років минулого століття спільно з доктором Гейлом Деннісоном була створена програма «Гімнастика мозку» присвячана природному розвитку людини і методом активізації ресурсів закладених природою.

Мета освітньої кінезіології підвищення працездатності, концентрації, об'єму та переключення уваги, підвищення життєвих сил організму. Під впливом кінезіологічних тренувань в організмі відбуваються позитивні структурні зміни. Сила, рівновага, рухливість, пластичність нервових процесів здійснюється на більш високому рівні. Удосконалюється регулююча і координуюча роль нервової системи.

Вчені дослідили, що за допомогою певних рухових вправ інтегрується діяльність правої і лівої півкулі головного мозку, тіла й мозку, що підвищує стресостійкість дитини і відповідно покращує її здатність навчатися. Кінезіологічні вправи вдосконалюють механізм адаптації дитячого організму до зовнішнього середовища, знижують захворюваність і роблять життя дитини безпечнішим завдяки розвитку таких якостей, як спритність, сила, гнучкість; вони привчають дитину витримувати навантаження, проявляти волю[2].

Освітня кінезіологія належить до здоров'язберезувальних технологій, адже використання природних ресурсів організму допомагає усунути дисбаланс між

інтелектом та емоціями, а також допомагають при знятті напруги в тілі в стресових ситуаціях.

Першим спробував розмежувати фізіологічне й психологічне розуміння стресу Р. Лазарус. Він висунув концепцію відповідно до якої розмежовується фізичний стрес, пов'язаний із впливом реального фізичного подразника, і психологічний (емоційний) стрес, пов'язаний з оцінкою людини майбутньої ситуації як загрозової, важкої. Однак, такий поділ теж досить умовний, оскільки у фізичному стресі завжди є елементи психологічного (емоційного), а в психологічному не може не бути фізіологічних змін [3].

Фізіологічний (фізичний стрес) – це безпосередня реакція організму, що супроводжується вираженими фізіологічними зрушеннями, на дію різних зовнішніх і внутрішніх стимулів фізико – хімічної природи. Однотипних реакцій організму на стрес не може бути, оскільки організм кожного окремого індивіда реагує індивідуально. Зокрема, можна виділити певні характерні ознаки при фізичному стресі: пітливість долонь; утруднюється дихання; погойдування; зберігається надмірне м'язове напруження.

Психологічний стрес – це відносини особистості із середовищем, які загрожують її благополуччю. Наявних ресурсів організму ледь вистачає, або й не вистачає. Характер і інтенсивність стресової ситуації визначається здебільшого, наскільки не збігаються вимоги, які до особи пред'являє конкретна діяльність, і потенції, якими ця особа володіє.

За психологічного стресу людина оцінює теперішню й майбутню ситуацію як загрозову, складну. Загальний емоційний фон характеризується негативними, песимістичними емоційними станами. Спостерігаються наступні емоційні реакції: тривога, негативізм, страх, зниження здатності відчувати задоволення, гнів, агресія.

Психологічний стрес може запускатися не тільки реальними, але і ймовірними подіями, які не відбулися, але яких людина боїться. Тобто дитина або дорослий може увігнати себе в стрес, навіть думаючи про те, що її лякає, - і зовнішніх стимулів може й не бути, але в організмі вже запускаються певні біологічні реакції. Тому важливо дати тілу можливість вивільнити гормони стресу, зняти напруження з м'язів [5]. Коли ми втрачаємо відчуття безпеки, з'являється страх, що провокує негативні реакції організму. І завдання дорослих допомогти собі та дітям уникнути формування хронічного стресу, який зруйнує як фізичне так і психічне здоров'я.

Дослідження показують, що негативний вплив стресу є більш глибоким на дітей, які молодші 10 років. За даними Американської психологічної асоціації, близько 20% дітей повідомляють про те, що вони відчувають сильну тривогу і напруження, але на жаль тільки 3% батьків можуть оцінити наявність стресу у своєї дитини [6].

Водночас кожна людина, яку зачепили військові дії, має свої переживання та реакції, що є абсолютно нормальними у відповідь на ненормальну ситуацію. Важливо пам'ятати психіка як дорослих так і особливо дітей та підлітків, має величезні резерви для відновлення і саморегуляції [7].

Важливо оволодіти навичками стабілізації емоційного стану, спеціально підібрані вправи в освітній кінезіології допомагають співіснувати з стресовими чинниками, мінімізувавши негативний вплив стресу, як одного з каталізаторів найрізноманітніших хвороб. Адже здатність витримувати стрес та успішно відновлюватися після нього є ознакою психологічного здоров'я.

При виконанні кінезіологічних вправ крім роботи тіла, додається ще і робота з образами. Слід зазначити, що значна увага в кінезіології приділяється питтю води, оскільки вода як найкращий електроліт забезпечує ефективне сприйняття, розуміння і засвоєння інформації, а також бере участь в електричних і хімічних процесах, що відбуваються в мозку і в цілому тілі, тобто вживаючи воду під час виконання кінезіологічних вправ, ми сприяємо ефективності виконаних вправ для нашого організму та пришвидшенню очікуваного результату від прийомів освітньої

кінезіології. Зауважимо, що вчені при вивченні профілактики та подолання стресу також акцентують увагу на питтєвому режимі, оскільки це один із способів мінімізувати стрес та зняти нервову напругу. Отже, вживання води допомагає подолати стрес та сприяє ефективності застосування кінезіологічних вправ у подоланні наслідків стресу на організм.

В практичній частині пропонується певна кількість кінезіологічних вправ, які сприяють емоційній рівновазі, зростання енергетичного рівня, зміцнення нервової системи та відчуття рівня стабільності. Психофізіологічні вправи сприяють зняттю емоційної напруги, що супроводжує стрес. Вправи можуть застосовуватися як у вигляді цілісного комплексу, так і окремо, а також в будь-яких поєднаннях між собою. Під впливом кінезіологічних вправ в організмі дитини відбуваються позитивні комплексно – структурні зміни. Запропоновані кінезіологічні вправи впливають на лімбічну і емоційну системи мозку. Вони надають ритмічну і стабілізуючу дію на нервові процеси, що допомагає організму під час дії стресових факторів як на дорослого так і на дитину. Отже, дані вправи універсальні для дітей та дорослих. Вони не складні при виконанні та не вимагають спеціальної фізичної підготовки та матеріальних витрат. При регулярному виконанні вправ з освітньої кінезіології учасники освітнього процесу матимуть змогу знімати емоційну та фізичну втому, підвищувати концентрацію, відновлювати власні ресурси під час ситуацій, які викликають стрес.

Опис вправ

**позиція DENNISONA** - створення позитивного настрою. Покращення інтеграції думка - тіло; зростання концентрації, емоціональної рівноваги; релаксація. Вправу можна виконувати стоячи, сидячи або лежачи.

**1 ФАЗА ПОЗИЦІЇ DENNISONA**

Схрещуємо ноги, руки витягуємо вперед, долоні повертаємо внутрішньою стороною назовні, а великі пальці рук **спрямовуємо** вниз. Перехрещуємо руки, переплітаємо пальці і притягуємо долоні до грудної клітки. Дивимось прямо, переводимо погляд вгору, кінець язика притискаємо до піднебіння (при вдихові можна притикати язик до піднебіння, при видиханні – опускаємо до низу). Можемо заплющити очі.

**2 ФАЗА ПОЗИЦІЇ DENNISONA**

Ноги на рівні плечей, долоні торкаються одна одної подушечками пальців. Такий прийом лише на перший погляд, здається нескладним. Кінезіологи переконують, що схрещуючи отак руки та ноги, в організмі відбуваються складні процеси, що призводять до злагодженої роботи моторних та сенсорних центрів, правої та лівої півкулі, і середнього мозку. В цьому випадку поєднуються емоції та процеси мислення (посилення міжпівкульної інтеграції), призводячи до ефективної роботи та реакції на те, що відбувається навколо.

**активізація точок мислення** - чіткість мислення. Зростання енергетичного рівня, покращення загальної координації та зору, зняття напруги.

**Хід вправи:** однією рукою масажуємо дві точки, що знаходяться під ключицями по обидві сторони від грудини; другу руку тримаємо на пупку. Вправу повторюємо, змінюючи положення рук.

**пиття води** - пробудження енергії.

Корисно випивати в день 25мл води на кожний кілограм маси тіла; під час стресу або розумової напруги - значно більше. Скільки склянок води бажано випивати людині в день? **Маса тіла : 11= кількість склянок води за добу**

**ЛІНИВА ВІСІМКА** - покращення праці лівої і правої півкуль, допомога у читанні і письмі, тренування пам'яті, робота над зоровою концентрацією, релаксація.

**Хід вправи:** на рівні очей, напроти носа, визначаємо точку початку, від неї великим пальцем руки починаємо креслити коло - в ліву сторону, догори, повертаючись у центр, і друге коло - вправо і догори. (Малюнок нагадує вісімку (8), що лежить.) Уважно повторюємо все знову. Очі стежать за рухами руки. Вісімку

креслимо спочатку однією рукою, потім другою і двома руками разом, або двома руками одночасно; головою, очима, носом - будь-якою частиною тіла або ж всім тілом у повітрі, на плечах товариша, на стіні, на папері, на піску із заплющеними або розплющеними очима.

**ЕНЕРГЕТИЧНЕ ПОЗИХАННЯ** - релаксація м'язів обличчя, очей, шийно-потиличної зони, активізація творчого мислення і експресивної діяльності, зміцнення сили голосу, внутрішня релаксація .

**Хід вправи:** прийняти зручну позу, покласти долоні на щоки. Відкриваємо і закриваємо рот імітуючи позіхання. Знайти під руками точки з'єднання верхньої і нижньої щелепи. Розмістити пальці рук на ці точки. Тепер знову відкрити рот імітуючи глибоке позіхання масажуємо пальцям знайдені точки( скронево-щелепний суглоб). При виконанні даної вправи можна промовляти довгий звук «а-а-а-у-у». Повторити вправу 4 – 6 разів.

**ТОЧКИ РІВНОВАГИ** - посилення внутрішньої рівноваги, розвиток невербальної комунікації, релаксація, покращення самопочуття, ріст концентрації, швидкості мислення та зорової перцепції.

**Хід вправи:** пальцями однієї руки торкаємось точок, що за вухом і на основі черепа (можемо їх легко масувати), а другу руку тримаємо на пупку. Повторюємо вправу, змінюючи положення рук.

**ТОЧКИ СТАБІЛЬНОСТІ** - зміцнення нервової системи, зростання концентрації, набуття вмінь організації своєї праці, забезпечення відчуття стабільності.

**Хід вправи:** пальцями однієї руки торкаємось (або легко масажуємо) точки, що під нижньою губою, посередині, а другу руку тримаємо на нижній частині живота. Повторити вправу, змінюючи положення рук. Дихати рівно і глибоко, продовжуючи утримувати руки на точках.

**СИНХРОННЕ МАЛЮВАННЯ** (малювання двома руками) - покращення орієнтації у просторі, координації рука - око, зняття напруги з рук і плечей.

**Хід вправи:** двома руками симетрично малюємо у просторі чи на папері, чітко визначивши лінію центру.

**ДИХАННЯ ДІАФРАГМОЮ** - ріст активності і концентрації, виправлення та покращення координації правої і лівої сторін тіла; поглиблення видиху.

**Хід вправи:** долоні кладемо на нижню частину живота, одна напроти одної. Глибоко вдихаємо і відчуваємо, як долоні віддаляються одна від одної. Потихеньку видихаємо -долоні зближуються.

**КОЛИСОЧКА** - стимуляція спинномозкової рідини, зростає активність мозку, міцнішає нервова система, профілактика м'язових напружень.

**Хід вправи:** сідаємо на підлогу, трохи зігнутими руками опираємось на підлогу, ноги разом, зігнуті в колінах, переносимо з однієї сторони на іншу.

**ВПРАВИ ДЛЯ ШИЇ** - релаксація, ріст концентрації, поглиблення видиху, зростання поля бачення.

**Хід вправи:** поволі повертаємо голову від плеча до плеча, підборіддям торкаючись грудини. В крайньому боковому положенні голови вдихаємо і, видихаючи, повертаємо голову до іншого крайнього бокового положення і знову вдихаємо, повертаючи голову у протилежному напрямку - видихаємо.

**ВІЛЬНІ НАХИЛИ** - розвиток абстрактного мислення і творчої експресії, ріст концентрації і координації, розслаблення.

**Хід вправи:** сідаємо на підлогу, прямі ноги перехрещуємо у гомілковому суглобі. Руки підносимо вгору, вдихаємо і, видихаючи, нахиляємо тулуб вперед, декілька разів переносячи вагу тіла з однієї сідниці на іншу. Руки з тулубом рухаються в одному напрямку. Випрямляючись, вдихаємо і повторюємо вправу, змінивши положення ніг: права над лівою або ліва над правою.

**ТОЧКИ ПОЗИТИВУ** - релаксація, робота з наслідками стресу; покращення пам'яті, комунікативних, візуальних і організаторських вмінь.



**Хід вправи:** кінчиками пальців легенько торкаємось точок, що знаходяться між початком волосяної частини і бровами -лобові випини. Дихаємо спокійно, можемо заплющити очі. Вправу виконуємо до тих пір, доки не відчуємо рівномірної пульсації в місцях масажування - правому і лівому лобовому випинах [1].

**«Лобно – потилична корекція».** При виникненні почуття тривоги, невпевненості, хвилювання, стресу допомагає лобно – потиличне охоплення. Одну долоню покласти на чоло, іншу – на потилицю. Сконцентруватися. Зробивши кілька глибоких рівних видихів і вдихів, спокійно озвучити свою проблему. Якщо говорити вголос не виходить, досить просто подумати про це. Посидіти так пару хвилин. Якщо виникло позіхання, то це означає, що тіло вже позбавляється від напруги.

Коли рука торкається до чола, відбувається приплив крові, вона починає краще циркулювати по лобовим часткам мозку. У цій ділянці мозку відбувається аналіз, усвідомлення і оцінка проблеми, і визначається шляхом виходу з такої ситуації [2].

Отже, під час війни у нашій країні гостро постає питання набуття педагогами, батьками та дітьми знань та практичних прийомів реагування на стресові чинники та зняття емоційної напруги під час стресу. Відповідно зростає актуальність та необхідність супроводу практичним психологом закладу учасників освітнього процесу, зокрема ознайомлення з техніками та прийомами, які допомагають знизити емоційну напругу та віднайти власні ресурси під час перебування у стресі. Слід зазначити, ефективність та практичність освітньої кінезіології в даному напрямку, адже під впливом кінезіологічних тренувань в організмі відбуваються позитивні структурні зміни, зокрема удосконалюється регулююча і координуюча роль нервової системи, що є підґрунтям формування психологічного здоров'я та формування у дорослих та дітей віднаходити можливості подолання деструктивного стресу за допомогою спеціально підібраних рухових вправ освітньої кінезіології.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Kined – Joanna Zwolenska. Творча кінезіологія на практиці – пропозиції кожному: переклад з польської І. Поліщук / Kined – Joanna Zwolenska – Хмельницький 2006. – 120 с.
2. Кінезіологічні вправи, як засіб розвитку для дітей з особливими освітніми потребами : збірка/ Полупанова Я.М та ін. Дніпро, 2022. 28 с.
3. Наугольник Л.Б. Психологія стресу : підручник – Львів: Львівський державний університет внутрішніх справ, 2015. – 324 с.
4. Тагліна О.В. Основи здоров'я : підруч. Для 9 класу загальноосвіт. навч. зак. – Харків : Вид-во «Ранок», 2017. – 160 с.
5. URL:<https://nus.org.ua/articles/yak-uchytelyam-pidvyshhyty-stresostijkist-ta-resurnist-chastyna-1/> (дата звернення: 18.10.2022)
6. URL:<https://phc.org.ua/news/vpliv-stresu-na-organizm-ditini-chim-mozhut-dopomogti-batki-i-koli-varto-zvertatisya-do> (дата звернення: 19.10.2022)
7. URL:<https://www.unicef.org/ukraine/stories/about-post-traumatic-stress-disorder> (дата звернення: 20.10.2022)

**Сидоренко Неля,**  
вчитель математики та фізики, старший вчитель  
Нетішинського ліцею №1  
Нетішинської міської ради  
Шепетівського району Хмельницької області

### **Критичний погляд на фізичний експеримент під час дистанційного навчання**

У даній статті проаналізовано можливі підходи до проведення лабораторних робіт під час дистанційного навчання, можливості сучасних віртуальних лабораторій. Розглянуто можливу класифікацію комп'ютерних моделей для системи дистанційного навчання, враховано переваги та недоліки.

**Ключові слова:** дистанційне навчання, віртуальний фізичний експеримент, симуляції.

В умовах дистанційного навчання (воєного стану) вчитель не є головним джерелом інформації, бо її можна знайти на сторінках інтернету, прочитати в підручнику. Відтак, учитель – це людина, яка спонукає здобувачів освіти до усвідомлення, аналізу, критичного осмислення цієї інформації, розвитку ключових компетентностей, самостійного пошуку нової інформації для поглиблення знань, застосування отриманої інформації в житті. А результатом цього стає вміння здобувачів освіти серед усіх можливих рішень знаходити найраціональніше.

Традиційна методика викладання, та і саме ставлення до навчання сьогодні зазнає істотних змін. Сучасні діти – покоління, яке зростає на вільному доступі до сучасних гаджетів, яскравих картинок та відеокліпів. Боротися з діджиталізацією сучасного життя неможливо, проте її можна використовувати у сучасному уроці.

Реальна практика викладання фізики у різних навчальних закладах під час дистанційного навчання має свої специфічні особливості щодо дотримання дидактичних принципів, оскільки крім теоретичної та практичної частини (вирішення задач) курсу фізики взагалі і зокрема під час викладання певного його змісту в школі включає в себе експериментальну та лабораторну, яка уособлює методику навчання. Фізичний експеримент покликаний «матеріалізувати» теорію, засвідчити її істинність.

Організувати дистанційні лабораторні роботи з фізики, навчальний експеримент це цілком реальне завдання. На просторах інтернету можна знайти багато доступних прийомів, технік та методик.

Експерименти в домашніх умовах.

Вчителі багато років поспіль вигадують, як проводити навчальні експериментальні роботи буквально «на пальцях» — за допомогою підручних засобів та недорогих аналогів вимірювальних приладів. І в умовах дистанційного навчання цей вимушений досвід стає перевагою. Адже якщо можна провести експеримент за допомогою підручних засобів в шкільних стінах, то і його відтворення учнями вдома також не становитиме проблеми — звісно, за умови якісного інструктування та повного переліку необхідного обладнання, заздалегідь підготовленого вчителем. Не варто забувати і про безпечність таких експериментів. Інструкції до таких робіт можуть бути як текстовими так і супроводжуватися вчительським відео та посиланнями на подібні досліді, що були виконані раніше. Відтак кожній дитині або групі учнів залишається поставити експеримент з іншими кількісними показниками та провести відповідні розрахунки і теоретичні обґрунтування. Підтвердженням самостійного виконання лабораторної роботи може бути відео звіт чи фото звіт. Дані експерименти можна пропонувати як «розвінчування міфів», щоб учні самі переконалися в можливості чи неможливості даних явищ (наприклад, створення джерела струму з картоплі чи лимону, тощо).

До прикладу, таку форму роботи давно практикує фіналістка премії «Global Teacher Prize Ukraine – 2019» Наталія Пашковська. Вчителька ще задовго до вимушеного карантину запровадила декади домашніх експериментів, під час яких діти фільмують проведення експериментів з фізики, хімії, біології й природознавства.

Використання датчиків смартфона.

Розширити межі домашніх експериментів можна за допомогою ще одного підручного засобу — смартфона, чи планшета. Цей багатофункціональні пристрої доступні сьогодні більшості учнів. Крім того, що вони є одним з основних приладів доступу дитини до дистанційного навчання (стали необхідністю при проведенні онлайн уроків), ці пристрої зв'язку можуть виконувати роль також і вимірювальної міні лабораторії, адже мають ряд вбудованих датчиків. Залежно від рівня пристрою, це: акселерометр, гіроскоп, датчик наближення, датчик освітленості, компас, барометр, датчик вологості, датчик серцебиття, GPS-датчик, генератор звуку та інші.

Для активації всіх вимірювальних функцій варто встановити на смартфон застосунок «Науковий журнал Google». За допомогою цієї програми можна вимірювати доступні величини, зберігати відомості в пам'яті пристрою, представляти дані графічно. Науковий журнал Google спрощує користування вбудованими датчиками смартфона (щоправда залежності від моделі пристрою залежить і мова додатку, на деяких пристроях лише англійська). Зі смартфоном доцільно виконувати ті лабораторні роботи або експериментальні дослідження, в яких треба працювати з параметрами, доступними для вимірювання цим приладом, можна адаптувати під реалії дистанційного навчання.

Відеолабораторія

Альтернативою виконанню лабораторних робіт, які неможливо чи небезпечно виконувати в побутових умовах, можуть стати відеодосліди, відзняті в спеціально облаштованих лабораторіях. На Youtube-каналі електронних книжок «Ранок» ще понад сім років тому розміщено додатки до підручників з відеонаочностями та експериментами українською мовою.

Кожному вчителю сьогодні також під силу відзняти досліди за власною методикою, яка буде найбільш оптимальною для рівня учнів в його класах. Ці практичні роботи вчитель може фільмувати у власній шкільній лабораторії. В такому разі доречно робити універсальні відео з ходом проведення експериментів, а от конкретні параметри вимірювань для різних груп учнів задавати також різні, щоби теоретичну й аналітичну частини роботи вони виконували самостійно. З технічного боку дещо важче організувати трансляції лабораторних робіт наживо, але завдяки інтерактивності, залученню дітей до розв'язання експериментальної проблеми за допомогою технологій віддаленого доступу, використання спільних дошок (наприклад, Google Jamboard), такі роботи можуть бути дуже ефективними.

Віртуальні симулятори

Інший підхід до дистанційних лабораторних робіт потрібен під час вивчення тих явищ, які потребують саме власноручної практичної діяльності, а не перегляду відеоконтенту, але водночас не дозволяють проводити досліди в домашніх умовах. Це стосується, наприклад, таких розділів як «Електричні явища. Електричний струм» у 8 класі чи «Електродинаміка» в 11 класі, «Магнетизм» в 9 класі та навіть проведення лабораторних робіт з «Термодинаміки» не завжди можливе в домашніх умовах.

З цією метою вчителі фізики активно вдаються до допоміжних засобів а саме — віртуальних симуляторів. Симуляція являє собою процес розробки моделі реальної чи уявної системи і проведення експериментів з моделлю. Інтернет-симуляції – це науково обґрунтовані і ефективні комп'ютерні анімаційні симуляції для вивчення реальних фізичних явищ та процесів.

Серед ресурсів з віртуального експериментування найбільшого розповсюдження у вчительській спільності набули:

1. <https://www.vascak.cz/physicsanimations.php?l=ua>. Англomовний сайт, з перекладом декількома мовами, в тому числі українською (в залежності від браузера, яким користуються). Серед переваг можна виділити те що ця наукова інтернет-симуляція з фізики, астрономії, хімії є безкоштовною і у вільному доступі (не потребує реєстрації на сайті), а також не потребує додаткового програмного забезпечення. Її можливо використовувати на комп'ютерах (MS), мобільних телефонах (Android, iOS). Мабуть найбільшою перевагою є те, що зображення приладів не символічне, а наближене до реального та можна використовувати для проведення багатьох лабораторних робіт (дистанційно). З «мінусів» - на сайті присутня реклама, та використання даної програми не можливе без доступу до мережі Інтернет.
2. <http://www.falstad.com/>. Англomовний сайт, переклад на українську мову відсутній. З переваг – можлива повноекранна презентація, не потрібна реєстрація на сайті, відсутня реклама. Але не дуже якісна графіка, і програма не дуже зручна в користуванні. Окрім того її не можливо використовувати для проведення лабораторних робіт, а лише для демонстрації певних явищ.
3. <https://interactives.ck12.org/simulations/physics.html>. Англomовний сайт з перекладом на п'ять мов (українська, нажаль, відсутня). Серед позитивних аспектів даної програми можна виділити те, що програма дає візуальну відповідь на поставлене питання, досить якісна графіка, є пояснення не лише яскравою анімаційною картинкою, а й схематично, що робить платформу зручною для розв'язання якісно-кількісних задач.
4. <https://javalab.org/en>. Англomовний сайт (але в браузері Google Chrome можна перекласти українською мовою). Даний сайт зручним є тим, що усі симуляції тут розміщені по темах (досить проста у використанні навігація), та учні самі можуть проводити (створювати симуляції). Щоправда дуже проста графіка (картинки далекі від реальних об'єктів).
5. <https://phet.colorado.edu/>. Наразі чи не найпопулярніший ресурс з моделювання експериментів. Має інтерфейс українською мовою та дозволяє самостійно складати й проводити експерименти за допомогою віртуальних приладів та компонентів, характеристики яких визначає користувач. За допомогою цього застосунку можна віртуально провести фактично всі демонстраційні та лабораторні роботи зі шкільного курсу. Користування сторінкою буде корисним також і під час очного навчання — на сайті можна попередньо моделювати параметри експерименту, а, впевнившись, що жоден прилад не постраждає від некоректного використання, тоді вже ставити реальний дослід.

Звичайно ще це не «панацея» від усіх проблем пов'язаних з проведенням лабораторних робіт, але їх використання сприяє підвищенню інтересу до вивчення предмету, дає можливість «побачити» процеси, які протікають в мікросвіті, розібратися в деталях цих явищ, з'ясувати їх природу (те, що раніше треба було уявляти), показує цілісність картини природи (міжпредметні зв'язки) Під час дистанційного та/або змішаного навчання/ сімейного навчання чи екстернату дає можливість виконати лабораторні роботи, які передбачені програмою, демонстрацією дослідів.

Під час дистанційного навчання фізики в закладах загальної середньої освіти співвідношення між лабораторними роботами, які виконуються з реальним обладнанням і віртуальними лабораторними роботами з моделями реального обладнання на комп'ютері, різко зміщується в бік останніх. Створюючи віртуальні лабораторні роботи, необхідно забезпечити максимальну наочність, точність відповідності моделі реальній установці з урахуванням систематичних і випадкових похибок, а також процесів тієї або іншої фізичної природи, які не підлягають дослідженню в лабораторній роботі. Звичайно віртуальні досліди не замінять живе

спілкування, але можуть забезпечити можливість формувати об'єктивні уявлення учнів про фізичні явища і процеси.

### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Кухаренко В.М., Рибалко О.В., Олійник Т.О., Савченко М.В. Дистанційне навчання. Харків: ХДПУ, 1999. 216с.
2. Жарких Ю.С., Лисоченко С.В., Третяк О.В., Шкавро А.Г., Бунак С.В., Плахотнік А.В., Погорілий В.М. Універсальні вимірювально-керуючі комплекси. // Вестник НТУ «ХПИ». 2005. №35. с.85-93.
3. Освіторія. Методи проведення лабораторних робіт. URL: <https://osvitoria.media/experience/yak-provesty-laboratorni-roboty-pid-chas-dystantsijnogo-navchannya-5-praktychnyh-porad/> (дата звернення: 18.10.2022)
4. Лабораторні роботи в умовах дистанційного навчання. URL: <https://b-pro.com.ua/statti/poglyad-eksperta.-laboratorni-roboti-v-umovah-distancijnogo-navchannya/> (дата звернення: 22.10.2022)
5. PHET Interactive Simulations. URL: <https://phet.colorado.edu/>. (дата звернення: 24.10.2022)
6. VirtuLab. Віртуальна лабораторія. URL: <http://www.virtulab.net/>. (дата звернення: 24.10.2022)
8. Design Simulation Technologies. URL: <http://interactivephysics.design-simulation.com/>. (дата звернення: 24.10.2022)
9. Labcenter Electroncs. URL: <http://www.labcenter.com/>. (дата звернення: 23.10.2022)

**Сидорова Наталія,**  
практичний психолог гімназії №3  
Шепетівської міської ради

### **Психологічний супровід та відновлення життєздатності внутрішньо переміщених осіб**

Визначено основні напрямки роботи психологічної служби закладу із внутрішньо переміщеними дітьми, обґрунтовано особливості психологічного супроводу. Визначено складові психологічного супроводу.

Ключові слова: внутрішньо переміщені особи, психологічний супровід, соціально-психологічна реабілітація, арт-терапія .

Сьогодні, коли ніким не очікувана війна із сусідньою державою призвела до анексії частини країни, тривалих бойових дій в іншій її частині, численних болісних втрат, усі ми опинилися в суб'єктивно складному стані хронічної невизначеності. Діти є активними свідками процесів, що відбуваються у суспільстві. Криза, що охопила країну – безпосередньо впливає на батьків (особливо на виконання ними батьківських функцій), що, природно, позначається на дітях. Особливо важко тим дітям, які втратили домівку та змушені були залишити свої міста та села. Руйнується їх життєвий ланцюг та настає криза, коли під тиском життєвих обставин відмовляють звичайні механізми ефективного протистояння їм.

Актуальність теми полягає в тому, що здійснення ефективної професійної діяльності щодо надання допомоги внутрішньо переміщеним дітям, працівниками психологічної служби можливе через налагодження взаємодії зі всіма учасниками освітнього процесу.

Експерти зазначають, що ВПО потребують розширеного, комплексного, травма- і гендерно чутливого реагування суспільствана їхні потреби. Важливо, щоб

система підтримки була клієнтоорієнтованою, міждисциплінарною і координованою. Психологічний супровід носить комплексний характер та поширюватися не лише на самого учня, а й на сім'ю дитини, клас в якому вона навчається, та педагогів, які працюють з даним класом чи дитиною. Психологічний супровід – особлива форма пролонгованої психологічної і соціальної допомоги – патронажу. Патронаж у даному випадку розуміється як цілісна та комплексна система соціальної підтримки і психолого-педагогічної допомоги, що надається в рамках діяльності психологічної служби. На відміну від корекції він припускає не «виправлення недоліків і переробку», а пошук ресурсів особистості (чи сім'ї), опору на власні можливості та створення на цій основі психологічних, соціальних і педагогічних умов для відновлення продуктивних зв'язків зі світом людей.

Ізраїльські психологи (зокрема О. Гершанов), коли йдеться про надання психологічної допомоги ВПО, пропонують дотримуватися трьох основних правил:

1. *Не медикалізувати* – намагатися розв'язувати проблеми в першу чергу психологічними засобами, а медичні препарати призначати в крайньому разі. У нас медикаменти виписують найчастіше психіатри, тому працівникам важливо мати контакти з досвідченими фахівцями. Слід розуміти, що є випадки, коли клієнт не може обійтися без медичних препаратів.

2. *Не інвалідизувати* – у процесі допомоги, у тому числі і фізичної, не брати на себе всю відповідальність за клієнта (крім критичних ситуацій), а в будь-якому разі нагадувати людині про її власні сили, здатність “стояти на ногах”, спиратися на власний потенціал і компетенції. Вторинна травматизація може виникати в результаті *гіперопіки* постраждалих, коли навколо них створюють “травматичну мембрану”, яка відгороджує їх від зовнішнього світу. Тому варто міцно тримати у свідомості клієнта настановлення на власні сили і в кожній конкретній ситуації спонукати людину спиратися на себе, свої знання й навички.

3. *Не принижувати значущість переживань* означає з повагою ставитися до переживань клієнта, як би Ви їх не оцінювали.

На підставі здійсненого аналізу соціальних, психологічних, правових, педагогічних проблем внутрішньо переміщених осіб і членів родин подані складові психологічного супроводу можна розділити на такі напрямки роботи:

- виявлення осіб «групи ризику», зокрема з категорії сімей учасників АТО/ООС;
- вивчення соціально-психологічних особливостей даної групи дітей та соціально-педагогічного впливу мікросередовища навчального закладу на вихованців шляхом спостереження, бесід, опитування експертів, інтерв'ювання, тестування, аналізу документів тощо;
- здійснення аналізу їх потреб, які можуть бути досить специфічними;
- надання допомоги в межах своїх можливостей і компетентності;
- перенаправлення в органи державної влади, волонтерські групи, громадські організації;
- формування знань про соціально-політичну ситуацію в Україні та зміни у правовому законодавстві стосовно даної категорії сімей.

В ході здійснення комплексного супроводу дітей фахівці психологічної служби повинні звернути особливу увагу на:

- створення сприятливого соціально-психологічного клімату в освітньому закладі та оптимізацію змісту соціально - психологічної просвіти педагогічних працівників і батьків;
- недопущення своїми діями або бездіяльністю повторної травматизації учасників освітнього процесу;
- перенаправлення дітей, батьків, педагогів у разі потреби до інших спеціалістів (психотерапевта, невролога, психіатра, юриста);

- використання міжсекторальної взаємодії (за потреби звернення до закладів служби з надзвичайних ситуацій тощо) з пропозицією співпраці та координації зусиль у наданні допомоги тим, ким вона потрібна;

Зміст соціально-педагогічної діяльності із внутрішньо переміщеними дітьми можна визначити через основні функції:

-- *діагностична*: є вихідною у діяльності психологічної служби. Її реалізація починається з комплексного соціально-психолого-педагогічного дослідження, яке вимагає серйозного аналізу та інтерпретації отриманих результатів. Так, для визначення рівня депресивного стану дитини можна використовувати методики В. Жмурова «Методика диференціальної діагностики депресивних станів» та Т. Балашової «Визначення рівня депресії». Крім того, варто працювати з визначенням рівня тривожності особистості, оскільки це суб'єктивний прояв неблагополуччя індивіда і показник переживань наслідків психічної травми дитиною.

Щоб перевірити, наскільки сімейне виховання сприяє адаптації та гармонійному розвитку дитини, можна скористатись методикою «Внутрішній світ».

-- *консультативна*: практичний психолог дає рекомендації (поради) учням, батькам, вчителям, але не вирішує проблему за клієнта. Він допомагає клієнту об'єктивно поглянути на проблемну ситуацію, пропонує альтернативні способи реагування на дану ситуацію, психологічно підтримує клієнта в момент прийняття власного рішення проблеми.

-- *корекційно-відновлювальна та розвивальна*: використання різних профілактичних програм навчання здобувачів освіти новим формам поведінки, виховання стресостійкості особистості, здатної самостійно, ефективно і відповідально будувати своє життя. Профілактичні програми, призначені для проведення групових занять з учнями та їх батьками, можуть включати:

- групові заняття з розвитку комунікативних навичок як у дітей, так і в батьків;
- групові заняття з профілактики асоціальної поведінки з основами правових знань;
- групові заняття, спрямовані на допомогу в досягненні позитивних життєвих цілей тощо.

У процесі соціально-психологічної реабілітації ВПО арт-терапія займає особливе місце. На відміну від інших видів психологічної допомоги та підтримки арт-терапія не має протипоказань. Травматичні події – це розрив у тканині людського життя, і арт-терапія має високий потенціал ресурсів “штопання”, поєднання фрагментів завдяки своїм особливостям (тріадичність, метафоричність, ресурсність). Малювання, ліплення, створення колажів як бездоганні засоби інтеграції розрізнених частин переживань і почуттів, думок, запахів і звуків активізують усвідомлення всіх сенсорних каналів.

*Арт-техніка “Перелітні птахи”*. Активізує канали віри, уяви та розсудливості й сприяє відновленню особистісної, когнітивної та емоційної неперервності. Спочатку виконується вправа на м'язову релаксацію. Далі учасникам групи/особі пропонується уявити перелітного птаха і намалювати його. Мета техніки – допомогти усвідомити набуття такої якості, як мобільність. Питання для обговорення: Які почуття викликала робота? Що зображено на малюнку? Як відчувається птах? У чому схожість малюнка з реальною життєвою ситуацією? Що стало несподіванкою? Що було приємним під час малювання?

Розроблення та застосування стратегій соціально-психологічного супроводу постраждалих дасть змогу науково обґрунтувати і практично забезпечити конструктивні особистісні трансформації постраждалих від воєнних дій, стимуляцію внутрішніх ресурсів особистості, що забезпечують адаптацію до умов мирного життя шляхом актуалізації процесів самодопомоги особистості, відновлення її адаптивності, автономності та самостійності.

### Список використаних джерел та літератури:

1. Вознесенська О. Л. Арт-терапія у подоланні психічної травми: практ. посіб. / Олена Вознесенська, Марина Сидоркіна. – К.: Золоті ворота, 2015.– 148 с.
2. Волонтерський рух: світовий досвід та українські громадянські практики [Електронний ресурс] : аналіт. зап. / Нац. ін-т стратег. дослідж. 2015. – Режим доступу: <http://www.niss.gov.ua/content/articles/files/volonter-697e4.pdf>
3. Гундертайло Ю. Д. Арт-терапевтичні технології надання психологічної допомоги внутрішньо переміщеним особам / Ю. Д. Гундертайло // Способи підвищення соціально-адаптивних можливостей людини в умовах переживання наслідків травматичних подій : метод. рек. / НАПН України, Ін-т соц. та політ. психології ; за наук. ред. Т. М. Титаренко. – Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2017. – С. 61–69.

**Собко Петро,**  
вчитель трудового навчання навчально-виховного комплексу № 6 м. Хмельницького

### **Організація освітнього процесу з трудового навчання (технологій) в умовах воєнного стану**

У статті розглянуто організацію освітнього процесу з трудового навчання (технологій) в умовах воєнного стану, наведено перелік можливих платформ та інтернет-ресурсів для використання під час організації онлайн-навчання. Стаття рекомендована для учителів трудового навчання 5-11 класів.

**Ключові слова:** онлайн-навчання, дистанційний режим, сервіс, платформа.

Під час війни школа стала осередком, який дає змогу дітям отримувати не лише знання, але й психологічну підтримку, не втрачати відчуття приналежності до спільноти. Надзвичайно важливо гнучко підходити до організації освітнього процесу так, щоб він був комфортним для учнів.

На сьогодні заклади освіти підходять дуже гнучко до організації освітнього процесу: організовують навчання в дві зміни, навчання з підзміною, змішане навчання. Також практикують навчання певної кількості класів в очному форматі, а певної кількості – в дистанційному форматі.

Дистанційне навчання – найбільш оптимальна та безпечна форма організації освітнього процесу в умовах воєнного стану, за якою його учасники здійснюють освітню взаємодію на відстані.

У цей час інтернет-навчання як основа безперервної освіти націлене на оволодіння учнями навичок самостійної освітньої роботи, на формування ключових компетентностей. Під час онлайн-зустрічей учителі проводять консультації з учнями, комбіновані уроки, навчальні заняття-бесіди, майстер-класи тощо.

Специфіка інтернет-навчання, що базується на телекомунікаційних технологіях, інтернет-ресурсах, впливає на способи відбору і структуризації змісту інформації, способи реалізації тих чи інших методів навчання і організаційних форм навчання, що суттєво впливає на функціонування всієї системи освіти в умовах воєнного стану.

Ментальна карта дистанційного навчання, вибір платформи, графік прямих трансляцій, формат здавання роботи — усе це не просто елементи, а система, яка добре працює, якщо продумана наперед. Під час організації освітнього процесу педагогам варто також дізнатися, чи є у класі учні з інших регіонів (внутрішньо переміщені особи). Якщо так, то важливо приділити їм окрему увагу, познайомитися та познайомити дітей між собою.



Також велику увагу необхідно приділяти психологічній підтримці дітей. У цей важкий час роль учителя полягає в тому, щоби заспокоїти учнів, допомогти учням, стимулювати їх до самостійних роздумів, нових поглядів на досліджуваний об'єкт, предмет. Водночас учитель та учень залишаються учасниками цього процесу в активному діалозі.

В Україні існують різноманітні сервіси для вивчення трудового навчання онлайн. Рекомендуємо надавати перевагу тим, що забезпечують зворотний зв'язок та можливість організувати змістовне дозвілля дітей [1].

Для організації дистанційного навчання в умовах воєнного стану рекомендуємо:

- створювати групи із батьками та учнями у соціальних мережах (Viber, Telegram тощо);
- інформувати батьків здобувачів освіти про особливості освітнього процесу в період воєнного стану;
- передбачити форми зворотного зв'язку з дітьми та їх батьками;
- створювати власний контент (сайт, портал, ютуб-канал тощо) з розміщенням уроків, інформаційних матеріалів, посилань на додаткові ресурси;
- розміщувати завдання та рекомендації на сайті освітнього закладу;
- використовувати електронні платформи (ZOOM, Google Classroom тощо);
- організувати та проводити консультування учнів щодо процесу роботи;
- надавати перевагу в реалізації соціально значущих проєктів (плетіння маскувальних сіток, пошиття національного прапора, виготовлення оберегів та листівок для бійців ЗСУ, приготування страв у домашніх умовах під наглядом дорослих тощо);
- надавати корисні поради, які допоможуть дітям впоратися з роботою.

Звертаємо увагу на необхідності визначення переліку матеріалів та інструментів, які можуть бути доступними для учнів у цей час та замінювати знайомі конструкційні матеріали на альтернативні, доступні у побуті.

Також об'єкти доцільно обирати з урахуванням: принципу здоров'язбереження, запобігаючи емоційному та фізичному перевантаженню учнів; набутих ними компетентностей і реального матеріально-технологічного забезпечення. Перед початком виконання роботи доцільно ознайомити учнів із правилами техніки безпеки. Добираючи навчальні завдання, учителю бажано уникати одноманітності, репродуктивності, натомість варто збільшити кількість завдань творчого спрямування, щоб сприяти вивільненню позитивних емоцій, підтримці віри дітей у власні сили й можливості.

Для ефективного опрацювання учнями проєктів, передбачених для дистанційного навчання, слід застосовувати такі технології, зокрема:

- 5-6 класи: обробка текстильних матеріалів ручним способом, виготовлення аплікації (з текстильних і природних матеріалів), плетіння, виготовлення виробів у техніці «макrame», виготовлення ляльки-мотанки, обробка дроту, виготовлення вишитих виробів початковими, лічильними та декоративними швами, виготовлення виробів з бісеру, ліплення, ниткографія, виготовлення писанок, ажурне випилювання, приготування їжі, вирощування кімнатних рослин, а також проєкти з розділу «Технологія побутової діяльності та самообслуговування»;

- 7-9 класи: виготовлення в'язаних виробів, виготовлення вишитих виробів (мережки, гладь, хрестик), виготовлення штучних квітів, виробів з бісеру, виробів зі шкіри, виготовлення швейних виробів ручним способом, оздоблення одягу, приготування їжі, електротехнічні роботи, а також проєкти з розділу «Технологія побутової діяльності та самообслуговування».

Не варто перевантажувати заняття ані інформацією, ані веселощами: усього має бути в міру. Експерти радять зробити акцент на вирішенні потреб учнів, на їхніх запитах. У межах кожного уроку і теми варто мати кілька опцій та пропонувати їх

дітям. Особливо це важливо в умовах війни, коли щоденний стрес і так надто великий.

Працюючи з інтернет-ресурсами, учителі можуть використовувати електронні версії підручників та зошитів: офіційний сайт Інституту модернізації змісту освіти за посиланням <https://cutt.ly/HapHn4h> [2].

Перелік освітніх джерел та онлайн платформ на допомогу вчителям під час організації дистанційного навчання в умовах воєнного стану:

1. Всеукраїнська школа онлайн.

Платформа безкоштовна та доступна 24/7 як в Україні, так і за кордоном. Як правильно організувати таке навчання (методичні рекомендації для вчителів) можна переглянути тут: <https://lms.e-school.net.ua/guide>.

Щоб зробити навчання ще доступнішим, кожен учень і вчитель зможуть завантажити на свій смартфон чи планшет мобільний додаток «Всеукраїнська школа онлайн». Тож користуючись ВШО в мобільному додатку, учні суттєво оптимізують трафік мобільного інтернету. Також можна завантажувати і надсилати учням на мейл чи у Viber матеріали для самопідготовки просто з платформи ВШО. Ці матеріали ви можете опрацьовувати разом з учнями на відеоконференціях через Zoom чи Google Meet.

2. Навчальне відео: від контент-плану до реалізації в технологічній освіті [Електронний ресурс]. – URL: <https://osnova.dacademy.com.ua/course/navchalne-video-vid-kontent-planu-do-realizacziyi-v-tehnologichnijosviti/>

3. Сугестивна технологія в контексті дистанційного викладання трудового навчання [Електронний ресурс]. – URL: <https://osnova.dacademy.com.ua/course/sugestyvna-tehnologiya-v-konteksti-dystancziynogo-vykladannyatrudovogo-navchannya/>

4. Інформативно-методичні матеріали сайтів «Нова українська школа», «Освіторія», зокрема: <https://osvitoria.media/tag/metodychni-materialy/>

5. Сайт «На урок» <https://naurok.com.ua/>

Отже, плануючи організацію освітнього процесу в умовах воєнного стану педагогам варто щоденно критично оцінювати ситуацію, не перевантажувати учнів, уникати одноманітних та репродуктивних вправ на уроках, обирати для роботи учнів лише доступні в побуті матеріали та приладдя, дотримуватися регламенту онлайн-уроків у синхронному режимі та роботи учнів за комп'ютером.

### Список використаних джерел та літератури:

1. Офіційний сайт Міністерства освіти і науки України. URL: <https://mon.gov.ua/ua>.
2. Офіційний сайт Інституту модернізації змісту освіти. URL: <https://cutt.ly/HapHn4h>.

**Скорук Леся,**  
практичний психолог  
Зарічанського ліцею  
Чемеровецької селищної ради

### Посттравматичний стресовий розлад як ще один виклик нашого сьогодення. Що потрібно знати та як зберегти психологічне здоров'я

У статті розкритий зміст поняття посттравматичного стресового розладу, проаналізовані прояви ПТСР, система роботи з профілактики посттравматичного стресового розладу, рекомендації батькам для збереження психологічного здоров'я дітей.

**Ключові слова:** посттравматичний стресовий розлад, стрес, тривога, психотравма, психологічне здоров'я.

Важкі умови життєдіяльності людей, обтяжені веденням повномасштабної війни в Україні, призводять сьогодні до зростання кількості стресових та навіть, по справжньому травматичних ситуацій, погіршуючи здоров'я населення та ускладнюють політичну, соціологічну, економічну ситуацію — сучасність називають "століттям травми". Внаслідок значних руйнувань інфраструктури на тимчасово окупованих територіях та порушення усталеної, злагодженої життєдіяльності українців, з'являються внутрішньопереміщени особи, постраждалі, збільшується кількість військових, втрачають життя та здоров'я тисячі українців. Виникаючі внаслідок психічні розлади, стреси, фобії, психологічні травми значно ускладнюють соціальнопсихологічну адаптацію. Особливо це стосується демобілізованих — тих, хто брав участь у бойових подіях, адже за міжнародною статистикою, 20% з них страждатимуть на посттравматичний стресовий розлад, симптоми якого проявлятимуться роками. Це обумовлює актуальність вивчення цих питань. ПТСР — це крайня реакція на сильний стресор, що загрожує життю людини. Частота ПТСР саме у момент надзвичайної ситуації низька. Зазвичай ПТСР починає проявлятися приблизно через шість місяців після травмуючої події. Проте, якщо стресор має потужну тривалу у часі дію (наприклад, перебування в окупації, постійні ситуації обстрілів та повітряних тривог тощо), вірогідність швидкого розвитку ПТСР підвищується.[3.24]

У кого найчастіше проявляється ПТСР

Чому одні люди, потрапивши в ситуацію, пов'язану з наднегативним впливом потужного стресу, з часом починають страждати від ПТСР, тоді як інші — ні? Виділяють три групи факторів, поєднання яких призводить до виникнення ПТСР:

- 1.Інтенсивність травмуючої події, її тривалість, несподіваність та неконтрольованість;
- 2.Сила захисних механізмів особистості та наявність соціальної підтримки;
- 3.Особисті фактори ризику: вік на момент травмуючих подій, наявність травмуючих подій та психічних розладів в попередні періоди життя людини.

Найбільш уразливими є люди у віці до 22 або старше 30 років. Щодо гендерних особливостей науковці зазначають, що у 8% чоловіків та 20% жінок розвивається ПТСР після травмуючих подій. Діти та підлітки так само перебувають у зоні ризику щодо розвитку ПТСР. [2.12]

Водночас, кожна людина, яку зачепили військові дії, має свої переживання та реакції, що є абсолютно нормальними у відповідь на ненормальну ситуацію. Важливо пам'ятати: психіка як дорослих, так і особливо дітей та підлітків, має величезні резерви для відновлення і саморегуляції. Завдяки підтримці рідних та за потреби, психологічної підтримки фахівців, людина може повернутися до норми після травмуючого досвіду.

Прояви ПТСР

Для того, щоб передчасно не лякати себе різними негативними наслідками пережитих травмуючих подій, необхідно зрозуміти, що визначає наявність у людини ПТСР. Важливо відзначити, що прояви ПТСР можуть зберігатись протягом тривалого часу.

До основних ознак, що визначають наявність ПТСР у дорослих відносять:

1. Напливи нав'язливих спогадів про небезпечні для життя ситуації, учасником яких була людина;
2. Травмуючі сновидіння з кошмарними сценами пережитих подій, порушення сну;
3. Прагнення уникати емоційних навантажень;
4. Невпевненість через страх, і як наслідок — відкладання прийняття рішень, неконтактність з оточуючими;
5. Надмірна втома, дратівливість, депресивні стани, головні болі, нездатність концентрувати увагу на чомусь тощо.

6. Як наслідок всього вищезазначеного – схильність до антисоціальної поведінки (алкоголізація, наркотизація, надмірний цинізм).

#### Прояви ПТСР у дітей

- постійні згадування про пережиті події (нав'язливі спогади, про які дитина може не зізнаватися дорослим), водночас уникнення всього, що нагадує їй про пережите;
- емоційне напруження, вияви агресії або ж навпаки – апатичність, депресивність, емоційна відстороненість;
- порушення сну, страшні сновидіння, через які дитина прокидається вночі, діти дошкільного та молодшого шкільного віку можуть плакати вночі;
- підвищення рівня тривожності, очікування повторення подій;
- порушення пам'яті, уваги, здатності вчитися;
- постійне відігравання пережитого у грі (для дітей дошкільного та молодшого шкільного віку);
- саморуїнна поведінка (зокрема у підлітків: нанесення самоушкоджень, алкоголізація, наркотизація).

#### Фази ПТСР

Як і будь-який процес, ПТСР має відповідні фази проходження, і далеко не завжди він утворює незворотні порушення особистості, треба розуміти, що для того, щоб людина «позбулась» ПТСР, необхідно звернутися за допомогою до спеціалістів та не уникати цієї проблеми.

Які ж фази проходить ПТСР:

Відчай – гостра тривога без ясного усвідомлення важливості того, що сталося.

Заперечення – безсоння, амнезія, заціпеніння, соматичні симптоми.

Нав'язливість – вибухові реакції, перепади настрою, хронічний стан гіперзбудливості із порушеннями сну.

Опрацювання – розуміння причин травми та горя.

Завершення – нові плани на майбутнє.[2.12]

Рекомендації для батьків щодо організації життєдіяльності дітей у складних кризових обставинах.

#### Турбота про тіло:

1. Намагайтесь якомога менше змінювати звичний ритм життя дитини.
2. Сприяйте тому, щоб дитина мала повноцінний сон та відпочинок, позитивні враження.
3. Запровадьте щоденну ранкову зарядку.
4. Організуйте для дитини можливість розрядки напруги заняття спортом, танцями, рухливі ігри.
5. Не примушуйте дитину їсти, якщо вона не має апетиту. Харчування може бути частим і маленькими порціями, легким і корисним їжте фрукти та овочі, пийте соки.
6. Забезпечте посилене надходження рідини у організм дитини вода, солодкий чай, сік, морс тощо.
7. Не відмовляйте дитині у солодкому. Неміцний час з цукром, цукерки, чашка какао викликають позитивні емоції, почуття безпеки та стимулюють роботу мозку.
8. Частіше обіймайте дитину, гладьте її, тримайте за руку, робіть масаж, позитивні тілесні контакти дуже корисні для зняття напруги.

#### Турбота про осмислення подій.

1. Будь-яка навіть маленька дитина потребує пояснення того, що відбувається. Для неї важливо знати чому батьки тривожаться, сердяться, горюють, що відбувається в сім'ї, місті. Постарайтесь пояснити це просто та коротко, спокійно.
2. Розмовляйте з дитиною про події, що відбулися стільки скільки їй потрібно. Не варто говорити: Тобі це не зрозуміти! Зрозумієш коли виростеш! Я не можу тобі це пояснити! Завжди є що сказати. Постарайтесь, щоб ваші слова були зрозумілими і не лякали дитину.

3. У будь-якій розмові про події, що відбулися необхідно час від часу нагадувати дитині, що зараз ситуація більш стабільна, що дорослі знають або вирішують, що робити, що дитині є на кого покластися і поруч є дорослі, турботливі люди.

4. Також можна сказати, що зараз багато фахівців думають про те, як допомогти людям у переживанні складних почуттів. Що багато людей разом. Що навіть у найскладнішій ситуації є ті, хто зможуть допомогти дитині.

Турбота про емоційний стан дитини.

1. Заохочуйте активну гру дитини з однолітками. Можливо дитина буде будувати барикади і грати в Майдан, беркут. Важливо дозволяти дитині гратися у такі ігри це значно знизить її внутрішню напругу.

2. Заохочуйте ігри на відреагування агресії. Дитина може озброюватися, нападати або захищатися, бути пораненою. Усе це є нормальним способом дитини впоратись зі стресом. Можна запропонувати дитині битву подушками, повітряними кульками та ін. також добре м'яти тісто, глину, пластилін і ліпити фігурки.

3. Заохочуйте ігри дитини з піском, водою, глиною допоможіть їй винести свої переживання назовні. Велику роль серед ігор можуть зайняти ігри в лікарню. Це також є нормальним і сприяє подоланню стресу.

4. Читайте дітям оповідання та казки де описуються сюжети подолання страху героями.

5. Дайте дитині зрозуміти, що ви всерйоз ставитеся до її переживань і ви знали інших дітей які через це пройшли. «Я знаю одного сміливого хлопчика з яким теж таке трапилось».

5. Поговоріть з дитиною про ті почуття яких вона зазнала або відчуває. Ви можете сказати, що багато людей відчували тривогу, страх, гнів, безпорадність. І що ці почуття є нормальні. [1.46]

Однією з ефективних форм роботи з близьким оточенням дітей які тимчасово переселені з небезпечних зон є організація спеціальних постійно діючих груп психологічної підтримки. Наш досвід показує, що ті родичі дитини які щотижня збиралися разом і обговорювали нагальні проблеми, які їх турбують, виконували вправи для зняття напруги мали змогу отримувати відповіді на запитання стосовно дітей у фахівців значно швидше долали негативні психоемоційні наслідки кризової ситуації швидше оволодівали навичками самопомоги та елементарними навичками взаємодії з дитиною у постстресовий період. В свою чергу стабільніший емоційний стан родичів сприяв більш швидкому відновленню нормального функціонування психіки дитини. Варто сказати, що групова форма організації психологічної допомоги виявилась ефективною і у роботі з дітьми, діти з більшим ентузіазмом працюють у групі разом швидше пропрацьовують негативні переживання гуртуються і у проміжках між заняттями з психологом. Варто наголосити, що саме згуртування та відновлення кола друзів є одним із вагомим елементом у психологічній роботі з дітьми, які тимчасово переселені з зон напруженого конфлікту. Згуртування та дружба сприяє активізації природних механізмів подолання наслідків стресу у дітей через гру, відчуття єдності, через взаємне відреагування подібних емоційних станів через позитивні враження від взаємодії з однолітками.

Рекомендації батькам, які в складній ситуації сьогодення прагнуть зберегти психічне здоров'я своїх дітей.

В будь-якому кризовому періоді особливо тепер важливо уникати різких змін. Якщо у вашої дитини ніколи не було суворого розпорядку дня, а зараз у зв'язку з невротичними проявами лікар призначив привчати дитину до розпорядку не поспішайте робити це різко. Краще починати з поступового введення приємних для дитини ритуалів так наприклад, спільне читання перед сном чи спільна вечеря у колі сім'ї. Важливо створити для дитини можливість перебування в дитячому середовищі де можна було б грати, бігати, веселитися. Це особливо важливо, якщо в родині

переважають депресивні настрої чи горе. Корисно було б хоча б на декілька годин виводити дитину пограти з сусідськими діточками або на дитячий майданчик. Якщо дитина займалася спортом важливо відновити тренування, тому що фізичні навантаження дозволяють відреагувати негативні емоції та позбутися зайвої психоемоційної напруги. Треба пам'ятати, що дитині необхідні позитивні враження пізнати щось нове побувати в новому місці, потоваришувати з новими друзями. Спробуйте попідкнутися про це. Якщо ви переїхали на нове місце тимчасово чи назавжди це прекрасна нагода познайомитися з історією міста. Разом з дитиною прямуйте на екскурсії, огляньте місцеві пам'ятки, разом досліджуйте всі можливості нового місця. [1.86]

Отже, сучасне становище українського суспільства формує особливий запит до психологічної науки і практики. Внаслідок надзвичайних подій, які відбуваються в Україні впродовж останнього року гостро постала потреба у соціально-психологічній підтримці і супроводі цілих соціальних груп, а також у психологічній допомозі окремим людям, дітям, дорослим родинам. Одночасно стала очевидною необхідність методичного забезпечення, розроблення програм та методичного інструментарію для окремих її напрямів підготовки методичних та навчальних посібників.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Кисарчук Г. «Психологічна допомога постраждалим в наслідок кризових травмуючи подій», Київ, 2015, 206 с.
2. Онохіна Ю. «Що таке посттравматичний стресовий розлад» Київ, 2019, 86 с.
3. Корольчук Д. «Посттравматичний стресовий розлад як виклик сучасній Україні», Київ, 2016, 9 с.
4. Горбунова Б. «Посттравматичний стресовий розлад», Львів, 2015, 25 с.
5. Козлова А., Журавель Т. «Що потрібно знати про посттравматичний стресовий розлад» Київ, 2020, 15с.

**Слюсарчук Віктор,**

доцент кафедри теоретико-біологічних  
основ фізичного виховання

Кременецької обласної гуманітарно-педагогічної  
академії імені Тараса Шевченка,

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент

#### **Педагогічні умови формування готовності дівчат – майбутніх офіцерів до фізичного саморозвитку під час навчання у військовій академії**

Експериментальним шляхом визначено педагогічні умови формування готовності дівчат – майбутніх офіцерів до фізичного саморозвитку. Розроблено зміст кожної такої умови, визначено, що виконуються вони під час фізичного виховання у військовій академії в усіх визначених формах. Виконання виокремлених умов сприятиме досягненню позитивного результату у вирішенні зазначеного завдання.

**Ключові слова:** фізичний саморозвиток, дівчата, військова академія, фізичне виховання.

На сучасному етапі одним із дієвих способів розроблення і реалізації певного змісту освітнього процесу є проектування відповідної теоретичної моделі. Кожна модель є конструкцією складових, що взаємопов'язані між собою і забезпечують цілісність освітнього процесу (у нашому випадку – фізичного виховання) для успішного вирішення поставлених майбутньою професією завдань. Найчастіше дослідники виокремлюють такі складові структурно-функціональної моделі:

методологічна, організаційно-методична, функціональна, діагностико-оцінювальна, адекватні педагогічні умови. В аспекті нашого дослідження відзначимо, що дотепер не виокремлено адекватні педагогічні умови, як складової моделі формування готовності дівчат – майбутніх офіцерів до фізичного саморозвитку протягом та після завершення навчання у військовій академії (ВА) під час реалізації визначених форм фізичного виховання. У зв'язку з цим необхідність проведення дослідження в означеному напрямі не викликає сумнівів.

Педагогічні умови є важливою складовою структурно-функціональної моделі, тому їх обов'язково встановити, після цього – виконувати, виходячи з адекватності визначеним меті й завданням [1; 4]. У зв'язку з цим спиралися на те, що фізичне виховання у ВА – це педагогічний процес [3; 5], а тому умови, що створюються для здійснення цього процесу, є педагогічними. За використаною інформацією педагогічний процес має такі компоненти: мету, завдання, зміст, форми, засоби і методи взаємодії педагогів і вихованців, [2, с. 253]. Тому педагогічні умови можуть стосуватися одного, декількох або усіх зазначених компонентів, а за сутністю – це необхідні обставини, що сприяють та уможливають досягнення очікуваного результату внаслідок реалізації педагогічного процесу [4]. До деяких необхідних обставин належить сукупність форм організації занять, методів, прийомів, засобів впливу, а досягнутий результат – сформована мотивація та бажання ефективно здійснювати фізичний саморозвиток [6]. Ураховуючи зазначене, виокремили такі педагогічні умови: методичне забезпечення моделі формування готовності дівчат – майбутніх офіцерів у процесі фізичного виховання; активізація самостійної освітньо-пізнавальної діяльності дівчат – майбутніх офіцерів за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій та комплексу масових спортивних заходів; співпраця у визначенні індивідуальної траєкторії фізичного розвитку дівчини – майбутнього офіцера; етапність у практичному здійсненні дівчатами – майбутніми офіцерами фізичного саморозвитку.

Обґрунтовуючи докладніше зазначені умови відзначаємо, що остання враховує доцільність реалізовувати педагогічний вплив на особистість майбутнього фахівця поетапно. Зокрема, на початку необхідно акцентувати увагу дівчат – майбутніх офіцерів на здійсненні самопізнання. На другому етапі основним є формування самооцінки та рішення щодо потреби здійснювати самовдосконалення, на третьому етапі – визначення кожною дівчиною мети фізичного саморозвитку та, враховуючи її, розроблення індивідуальної програми самоорганізації. Четвертий етап передбачав практичну реалізацію фізичного саморозвитку, зокрема поліпшення рухових якостей, функціональних, психофізіологічних властивостей і якостей, а також поглиблення знань у питаннях фізичного саморозвитку в процесі фізичного виховання; здійснення самоаналізу, самоконтролю та самокорекції змісту фізичної активності для досягнення позитивного результату.

Педагогічна умова щодо методичного забезпечення моделі формування готовності дівчат – майбутніх офіцерів у процесі фізичного виховання орієнтувала на досягнення у визначених формах його засобами і методами цієї готовності. Про останнє засвідчує: максимально можливий розвиток функціональних можливостей систем організму (м'язової, нервової, серцево-судинної, дихальної) та рухових якостей з урахуванням сенситивного періоду кожної й визначеної структури у зміні показників загальної і спеціальної фізичної підготовленості дівчат – майбутніх офіцерів протягом кожного року навчання у ВА; сформованість навичок у визначеному переліку рухових дій; сформованість знань, передусім у питаннях фізичного саморозвитку та мотиваційно-ціннісного компонента, рефлексії, спроможності здійснювати саморозвиток.

Активізації самостійної освітньо-пізнавальної діяльності дівчат – майбутніх офіцерів у аспекті фізичного саморозвитку за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій та комплексу масових спортивних заходів, як інша

педагогічна умова, передбачала комплекс дій викладача фізичного виховання за вказаними напрямками. Зокрема, активізація самостійної діяльності дівчат засобами інформаційно-комунікаційних технологій передбачає раціональну організацію викладачем їхньої взаємодії з навчальним матеріалом для якісного оволодіння ним для формування самостійного мислення, дій та ставлення до завдання, яке необхідно вирішити. Саме формування самостійності, як риси особистості, є провідним чинником самостійної роботи дівчат – майбутніх офіцерів, оскільки актуалізує спроможність організувати та реалізовувати свою діяльність без сторонніх керівництва і допомоги. Самостійну роботу розглядали на репродуктивному та продуктивному рівнях, де перша передбачає роботу над собою, а саме: без будь-якої допомоги, але за завданням (режимом, визначеним розкладом; звичкою; вимогою викладача); дією за прийнятою мотиваційною установкою; удосконаленням набутих знань, формування рухових умінь і навичок. Продуктивний рівень передбачає роботу над собою не за певною схемою, а маючи потребу до такого: самовдосконалення, отримати відчуття новизни (ризик, творчості, винахідливості, інтересу, тощо); внесення змін за змістом, організацією, результатом діяльності; розроблення нових й удосконалення наявних засобів (комбінацій), характеру діяльності з виконанням вимог дослідницького принципу тощо. Основою засобів є інформаційно-комунікаційні технології, передусім інформаційно-освітнє середовище ВА та такі продукти мережі Інтернет (у тому числі мобільного): електронна пошта, електронні підручники, словники, довідники, енциклопедії, вебінари. Крім цього, заохочували дівчат використовувати хмарні технології (платформи Microsoft Live@edu та Google Apps Education Edition), а також Zoom, Google Meet, Skype, сайт ВА – для обговорення актуальних питань дистанційно. Щодо масових спортивних заходів, як чинника активізації самостійної освітньо-пізнавальної діяльності дівчат – майбутніх офіцерів у аспектів фізичного саморозвитку під час навчання у ВА, то тут визначальним є залучення абсолютно всіх до кожного спортивного заходу, запланованого на навчальний рік. Досягали цього розподілом поміж дівчатами певних функцій: ті, хто не увійшов до складу команди, готували показові виступи, виконували визначені обов'язки в групі підтримки; оцінюванням діяльності кожної дівчини у спортивних заходах (одержана оцінка впливала на підсумковий результат успішності).

Інша виокремлена педагогічна умова стосувалася співпраці викладача фізичного виховання та дівчат у визначенні індивідуальної траєкторії їхнього фізичного розвитку. Визначальною тут була наступна наукова позиція: досягнення у короткій проміжок часу позитивного результату від використання фізичної активності певного змісту сприятиме посиленню мотивації до здійснення такої активності у подальшому. У зв'язку з цим створили алгоритм розроблення індивідуальної траєкторії фізичного розвитку дівчат та виклали його у відповідній інструкції.

**Висновки.** 1. На сучасному етапі актуальним залишається проблема виокремлення педагогічних умов формування готовності дівчат – майбутніх офіцерів до фізичного саморозвитку в процесі фізичного виховання у військовій академії. 2. Дослідницьким шляхом виокремлено такі педагогічні умови: методичне забезпечення моделі; активізація самостійної освітньо-пізнавальної діяльності дівчат за допомогою інформаційно-комунікаційних технологій та комплексу спортивних заходів; співпраця у визначенні індивідуальних траєкторій фізичного розвитку дівчат; етапність у практичному здійсненні фізичного саморозвитку.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Вознюк О. В. Педагогічна синергетика: генеза, теорія і практика : монографія. Житомир : Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2012. 708 с.
3. Гончаренко С. Український педагогічний словник. Київ : «Либідь», 1997. 375 с.
4. Гоншовський В. М., Фотуйма О. Я., Єдинак Г. А. Реалізація індивідуального



підходу у фізичній підготовці майбутніх рятувальників : метод. рекомендації. Кам'янець-Подільський : ПП Буйницький О. А., 2009. 150 с.

5. Єжова О. О. Сутність організаційно-педагогічних умов педагогічного процесу. Психолого-педагогічні науки. 2014. № 3. С. 39-43.
6. Овчарук І. С., Ольховий М. І., Сидорченко К. М., Колот М. В. Теорія та організація фізичної підготовки військ : навч.-метод. посібник. Одеса : ВА, 2015. Ч. 2. 234 с.
7. Панібратська А. В. Зміст поняття «педагогічна умова». Система неперервної освіти вчителів початкової школи. URL: <https://sno.udpu.edu.ua/index.php/naukovo-metodychna-robota/89-suchasni-tekhnohohiyi-rozvytku-profesiynoyi-maysternosti-maybutnikh-uchyteliv-25-zhovtnia-2018-r/173-zmist-ponyattya-pedagogichni-umovi> (дата звернення: 11.02.2020)

**Сороченко Олена,**

вихователь закладу дошкільної освіти  
№9 «Пролісок» Нетішинської міської ради

### **Формування основ громадянської свідомості у дітей дошкільного віку**

У статті висвітлюється проблема громадянсько-патріотичного виховання дітей старшого дошкільного віку. Розкрито принципи, зміст, форми та методи освітньої роботи з формування громадянської свідомості у дошкільників.

**Ключові слова:** громадянськість, громадянське виховання, громадянська свідомість, моральна особистість, етнопедагогіка.

Розбудова незалежної Української держави пов'язана з формуванням громадянського суспільства, ключовою фігурою в якому має стати високоосвічена, культурна особистість, здатна усвідомлювати себе громадянином демократичної, правової країни зі своїми правами й обов'язками.

Щоденне наше життя і останні політичні події вкотре засвідчують, що проблема формування громадянської свідомості потребує особливо пильної уваги.

Сьогодні, в умовах воєнного стану, утвердження загальнонаціональної свідомості, як ніколи, гостро набуло актуальності виховання громадянина-патріота, відповідального, відданого своїй країні.

Виховувати свідомого громадянина і патріота означає формувати в дитині комплекс відповідних знань, особистісних якостей та рис характеру, які в майбутньому стануть мотивацією до більшості повсякденних вчинків і поведінки загалом. Йдеться зокрема, про:

- ◆ патріотичну свідомість, громадську відповідальність, ініціативність та активність, готовність працювати на загальний добробут та авторитет Батьківщини;
  - ◆ повагу до Конституції, законів Української держави, її правових форм, потребу щодо їх дотримання, високу правосвідомість;
  - ◆ досконале знання державної мови, турботу про піднесення її престижу і функціонування в усіх сферах життя та побуту;
  - ◆ повагу до батьків і свого родоvodu, до традицій та історії рідного народу, усвідомлення своєї належності до нього;
  - ◆ дисциплінованість, працьовитість, творчість, турботу про екологію та природу;
  - ◆ фізичну досконалість, високу художньо-естетичну культуру;
  - ◆ гуманність, шанобливе ставлення до культури, вірувань, традицій та звичаїв народів, які населяють Україну, високу культуру міжнародного спілкування.
- Тож, можна сказати, що всі важелі до побудови майбуття як дитини, так і незалежної України тримають у руках педагоги та молоді батьки.

Втім, кому, як не нам, педагогам дошкілля, добре відомо, що саме в цьому найніжнішому віці формуються основи особистості, а отже, й риси громадянина.

Відтак, громадянське виховання дітей дошкільного віку – цілеспрямований процес педагогічного впливу на особистість дитини з метою збагачення її знань про Батьківщину, виховання патріотичних почуттів, формування умінь і навичок моральної поведінки, розвиток потреби у діяльності на загальну користь.

Найважливішим завданням дошкільної освіти, визначених Законом України «Про дошкільну освіту» є «... виховання в дітей любові до України, шанобливого ставлення до родини, поваги до народних традицій і звичаїв, державної та рідної мов, національних цінностей українського народу, а також цінностей інших націй і народів, свідомого ставлення до себе, оточення та довкілля» (нова редакція Закону України «Про дошкільну освіту», розділ 1, ст.7)

Базовий компонент дошкільної освіти, як державний стандарт визначає соціально-громадянську компетентність, як здатність до прояву особистісних якостей, соціальних почуттів, любові до Батьківщини; готовність до посильної участі в соціальних подіях, що відбуваються у дитячих осередках, громаді, суспільстві та спрямовані на покращення спільного життя [1, с.17].

Проблеми громадянського виховання завжди були актуальними для представників педагогічної думки України. Такі відомі українські діячі, як В. Антонович, М. Драгоманов, М. Грушевський, С. Русова, І. Огієнко, Г. Ващенко, Б. Грінченко, А. Макаренко, В. Сухомлинський та багато інших, звертали увагу у своїх роботах на особливе значення формування громадянської свідомості підростаючої особистості.

У дослідженнях Л. Артемової, І. Бежа, А. Богуш, Л. Виготського, І. Газіна, Є. Казаєва, С. Козлової визначено старший дошкільний вік найбільш сенситивним періодом для виховання громадянських якостей та акцентовано, що громадянське виховання має починатися вже в дошкільному віці.

Питання визначення сутності, змісту, форм та методів громадянського виховання дітей відображено у працях Н. Косаревої, Л. Крицької, В. Сухомлинського, І. Хмелюк та інших. Громадянським цінностям сучасного виховання присвячено низку наукових праць В. Будака, О. Вишневського, С. Золотухіної, Ю. Мальованого, І. Підласого, Ю. Руденка, К. Чорної та інших.

*Мета статті:* розкрити сутність і особливості громадянського виховання, методи та форми освітньо-виховної роботи з формування громадянської свідомості дітей старшого дошкільного віку.

Громадянське виховання як цілісна система ґрунтується на фундаментальних принципах: природовідповідності; культуровідповідності; етнізації; гуманізму; демократизму; єдності дитячого садка і сім'ї; наступності і спадкоємності поколінь; цілісності.

Поняття «громадянськість» у «Педагогічному словнику» потрактовано як «моральна якість особистості, яка визначає свідоме й активне виконання громадянських обов'язків перед державою, суспільством, народом; розумне використання своїх громадянських прав, дотримання і повага до законів країни».

На думку І. Бежа, громадянськість особистості – досить складне психологічне утворення. Як стверджує вчений, «лише за сформованої настанови дії дитина може привласнити почуття патріотизму на рівні його суб'єктної значущості та реалізувати дії у відповідному вчинку. Саме патріотичний вчинок характеризує особистість як духовну істоту» [2, с. 6]. Учений рекомендує педагогам схвалювати прагнення дитини проявляти громадянські й патріотичні почуття і водночас організовувати набуття відповідного досвіду, створювати поштовх до патріотичного вчинку, аналізувати процес його перебігу та результат (користь для людей і власна духовна користь).

На думку К. Крутій, О. Фунтікової, до основних елементів громадянськості належать «моральна і правова культура, що виражається в почутті власної гідності,

внутрішньої свободи особистості, дисциплінованості, у повазі й довірі до інших громадян і до державної влади, здатної виконувати свої обов'язки» [3, с. 40]. Громадянське виховання спрямоване на формування особистості, яка відповідально ставиться до власних громадянських обов'язків, глибоко усвідомлює, що від її дій залежить як власне життя, так і доля близьких людей, народу і держави [3, с. 40]. Отже, у процесі громадянського виховання формується громадянин держави, від суспільної активності якого залежатиме майбутнє нашої країни.

Виховання громадянина слід розглядати у трьох вимірах: патріотичному; правовому; моральному.

Формування основ громадянської свідомості вихованців — один із найважливіших напрямків роботи нашого закладу дошкільної освіти.

І моє завдання - навчити малят:

- ◆любити свій народ таким, яким він є, з його сильними і слабкими сторонами;
- ◆шанувати не лише героїчне минуле України, а й непрості будні сьогоденного державотворення;
- ◆прагнути робити добро, віддавати свої сили і здібності на користь рідній країні;
- ◆відчувати себе не байдужими споживачами, а господарями на своїй землі, від кожного з яких залежить її розквіт і добробут.

Етнопедагогіка — ефективний засіб формування громадянської свідомості, почуття гідності тощо, бо розкриває багатющі виховні традиції українського народу.

За допомогою традицій, обрядів, пісень та інших суто своїх специфічних засобів етнопедагогіка формує особистісні риси, притаманні українському народові, нам - українцям, що, до речі, високо цінуються в усьому світі.

Як часто, на жаль, ми забуваємо про це. Нам аби тільки Монтессорі, Вальдорфську педагогіку. А те, що вироблено й напрацьовано багатьма попередніми поколіннями власне на національному «ґрунті», часто не цікавить. Візьмімо хоча б Василя Олександровича Сухомлинського - великого філософа, видатного педагога. Його педагогічний спадок - багатюще невичерпне джерело саме для громадянського виховання.

Переконана: суспільна активність, громадянська позиція формуються змалечку, і не слід нам боятися заідеологізованості, як не боятися цього в багатьох розвинутих країнах, прищеплюючи дітям упевненість у тому, що вони живуть у найкращій країні світу, навчаючи їх шанувати закони своєї держави

Утвердження суверенної, правової держави, інтегрування України до світового співтовариства актуалізує необхідність переосмислити зміст виховання юного покоління. Оскільки дошкільне дитинство є періодом первинного фактичного становлення особистості, сьогодні, як ніколи, важливо приділити особливу увагу вихованню в дітей моральної культури взагалі та основ громадянськості, зокрема. Міць держави, її добробут і прогресивний розвиток значною мірою залежать від того, чи прищеплено людині з перших років її життя такі риси, як самостійність, дисциплінованість, уміння орієнтуватися у своїх правах та обов'язках, миролюбність, здатність відповідати за свої вчинки та їхні наслідки, небайдуже ставлення до того, що відбувається навколо [5, с.18].

Тож моє завдання, як педагога, передусім полягає у визначенні можливих способів особистісно значущого введення дитини у світ загальнолюдських цінностей.

Значення проблеми громадянського виховання в нашому суспільстві актуалізується у зв'язку з потребою здійснювати державотворення в Україні на засадах демократії та гуманізму. Тому, треба навіть найменшим пояснювати: ми - українці - гарний, роботящий, талановитий, щедрий народ. У нас гарна природа, родючі землі, маємо вільну, незалежну державу. Щоправда, вона молода, то ж не все ще виходить так, як хотілося б. Але нам є чим пишатися і за що любити Батьківщину.

*Мета* - формування дитини як громадянина України, гармонійно розвиненої, рівноправної, національно свідомої особистості.

Виходячи з мети, були визначені *завдання*:

*Освітні*: знайомити дітей з цінностями українського народу; учити та заохочувати дітей до спілкування рідною мовою; сформувати знання про державні та народні символи; знайомити дітей із природним оточенням, з природоохоронною діяльністю в Україні.

*Виховні*: формувати почуття гордості за свій край; формувати позитивне ставлення до своєї національної культури; стимулювати інтерес і повагу до народних традицій, звичаїв та обрядів; формувати шанобливе ставлення до традицій народів, які населяють Україну

*Розвивальні*: розвивати мову, увагу, мислення, пам'ять, самостійність та ініціативу, творчі здібності; розвивати спостережливість, уважність, емпатію до співгромадян.

*Соціалізаційні*: створення умов для розвитку громадянської самосвідомості в умовах полікультурного середовища, створення умов для реалізації пізнавальної активності дітей; формувати почуття належності до нації (ідентифікації себе із певною етнічною групою).

Передусім, виховання громадянина має бути спрямованим на розвиток патріотизму, що постає як глибоке особистісне утворення, змістом якого є любов до своєї Батьківщини, усвідомлення причетності до історії, традицій, культури свого народу, вболівання за його майбутнє.

З громадськістю органічно поєднується національна самосвідомість людини, що передбачає усвідомлення себе часткою національної (етнічної) спільноти, носієм національних (етнічних) цінностей.

Тож, всю роботу намагаюся будувати за такими *принципами*:

- *принцип природовідповідності виховання* - врахування багатогранної і цілісної природи людини, вікових та індивідуальних особливостей дітей, їх анатомічних, фізіологічних, психологічних, національних і регіональних особливостей;

- *принцип культуровідповідності* - передбачає виховання як культуротворчий процес, спрямований на формування базової культури особистості, базуючись на набутому морально-етичному досвіді людства;

- *принцип етнізації* виховного процесу - наповнення виховання національним змістом, спрямованим на формування самосвідомості громадянина;

- *принцип гуманізму* - сприйняття особистості вихованця як вищої соціальної цінності, визнання його права на свободу, розвиток здібностей і виявлення індивідуальності, створення умов для формування кращих якостей та здібностей дитини, джерел її життєвих сил (в центрі уваги перебуває дитина з її потребами, запитами, можливостями і здібностями); повага до особистості дитини, розуміння її запитів, інтересів, гідності, довір'я до неї; виховання гуманної особистості, щирої, людяної, доброзичливої, милосердної;

- *принцип демократизму* - учасники виховного процесу виступають рівноправними партнерами у процесі спілкування, беруть до уваги точку зору один одного, визнають право на її відмінність від власної, узгоджують свої позиції;

- *принцип інтегративності* - єдність педагогічних вимог дитячого садка, сім'ї і громадськості. Організація родинного виховання та освіти як важливої ланки виховного процесу і забезпечення педагогічного всеобучення батьків. Здійснення гуманних, стійких і єдиних вимог до дітей з боку різних соціальних інститутів, посилення педагогічного впливу на них, підвищення спільними зусиллями ефективності виховного процесу;

- *принцип безперервності* виховання - забезпечення цілісності і наступності у вихованні, перетворення його у процес, що триває впродовж усього життя людини.

Нероздільність навчання і виховання, що полягає в їх органічному поєднанні, підпорядкуванні змісту навчання і виховання, формування цілісної та всебічно розвиненої особистості.

Реалізацію завдань забезпечують застосування таких *методів громадянського виховання*:

- організоване спостереження за навколишньою дійсністю, вміло поєднане з читанням художніх творів, слуханням музики, малюванням, розгляданням репродукцій картин;
- систематичне проведення екскурсій до найвидатніших місць рідного краю, відвідування музеїв, виставкових зал;
- співбесіда із застосуванням методичних прийомів (запитання, порівняння, індивідуальні завдання, звернення до досвіду дітей);
- безпосередня участь дітей у благоустрої довкілля та охороні природи;
- залучення дітей до участі в народних традиційних святах;
- широке використання фольклору в усіх його жанрах (казки, загадки, прислів'я, приказки, міфи, легенди), народної пісенної творчості (колискові, народні пісні й танці, хороводні ігри);
- ознайомлення дітей із народним декоративно-ужитковим мистецтвом, побутом, одягом.

Однією з форм громадянсько-патріотичного виховання дітей дошкільного віку стало облаштування національних куточків, де було зібрано різноманітний етнографічний, суспільно-політичний та художній матеріал для проведення відповідної освітньо-виховної роботи з дошкільнятами. Це і куточки державної символіки, де вміщені Герб і Прапор України, і народознавчі куточки - з традиційними народними символами, предметами вжиткового мистецтва. Тут намагаюся проводити цікаву, змістовну роботу, яка не обмежується суто формальним ознайомленням малюків з офіційною атрибутикою.

Розпочинаю роботу з ознайомлення з сім'єю, генеалогічним деревом кожної родини вихованців. Проводжу конкурси на кращу роботу з теми «Моя родина», які згодом було об'єднано у виставку під назвою «Здорова родина - багата країна». Роботи вийшли творчі й різноманітні: з бісеру, соломки, глини, картону тощо. Діти залюбки і з гідністю розповідали про своїх батьків, дідусів та бабусь, прадідусів і прабабусь: де працювали чи працюють, що вміють робити, а також ким і чим пишаються.

На спеціально організованих заняттях (заняття-екскурсія, заняття-бесіда, заняття-гра) діти набувають знань про рідний край, події, що відбуваються в країні. Також, надаються дітям знання про історію України, про рідний край, про особливості природи, державного устрою, видатних діячів, які прославили Батьківщину, про народознавчі традиції. Батьків залучаю до оцінки суспільних явищ, спільної участі з дітьми у громадських справах.

Важливою складовою громадянської свідомості є моральність особистості. Тоді постає завдання формувати у дітей такі важливі моральні якості, як чесність і правдивість, чуйне, уважне ставлення до товаришів, уміння допомогти, поспівчувати, здатність до співпереживання та ін. Народна мораль найкраще засвоюється у процесі безпосереднього включення дітей у працю, виконання традицій, звичаїв, обрядів. Народні традиції є могутніми засобами виховання в дітей основ моралі, совісті, гідності, честі, справедливості, скромності, працелюбності тощо. Формуючи в дітей основи народної моралі, я, намагаюся, одночасно формувати і основи загальнолюдської моралі. Форми і методи, застосування яких сприяє ефективному здійсненню громадянського виховання, є такими, як: свята української народної музики та фольклору; конкурс на краще виконання українських народних пісень; обрядові свята; дидактичні ігри «Порівняй героїв казок», «Добре чи погано», «Як вчинити»; тематичні ранки, присвячені творчості Тараса Шевченка, Івана Франка,

Лесі Українки; козацькі розваги; конкурси малюнків; свята народної казки; бесіди; розігрування різноманітних життєвих ситуацій; заняття-ознайомлення з державною та народною символікою; вправи-практикуми «Навіщо дітям права?», «Мої обов'язки»; ігри-вправи, в яких дітям пропонують розв'язати ситуації з певним морально-правовим змістом тощо.

Для старших дошкільнят, з колегою, розробили добірку дидактичних ігор громадянського спрямування. Ці ігри мають різноманітний зміст, які доступні дітям старшого дошкільного віку, їх можна застосовувати для закріплення знань вихованців на заняттях та в інший час. Вони спрямовані на формування громадянськості як інтегрованої якості особистості, на виховання любові до своєї країни, інтересу до національної культури. Наприклад, дидактична гра «Священні символи» розширює знання дітей про державні символи України - Герб, Прапор, Гімн, про герб свого міста; виховує повагу до них, почуття приналежності до свого народу; дидактична гра «Найдорожче» формує у дітей розуміння поняття «Батьківщина», розкриває його загальну сутність - люди з різних країн і різної національності ставляться до своєї батьківщини, як до матері; виховує любов до рідної землі, дидактична гра «Знайди малюнок», закріплює знання дітей про творчість українського поета Тараса Шевченка, викликає бажання слухати його вірші, розглядати ілюстрації; прищеплювати любов до української поезії; дидактична гра «Обереги мого краю» поглиблює знання дітей про обереги рідного краю, вчить розповідати про них, розуміти їхнє символічне значення, виховує почуття приналежності до українського народу, до його духовної та матеріальної культури. Для закріплення даного матеріалу допомагають розгадування кросвордів: «Твоя Україна», «Обереги мого рідного краю», «Природа Хмельниччини» та ін..

Громадянський компонент виховання найвиразніше втілюється під час занять з мовленнєвого розвитку, читання художньої літератури, зображувальної та ігрової діяльності, ознайомлення з довкіллям. Для цього використовуються комплекс засобів: наочність, твори дитячої літератури, морально - етичні завдання, проблемні ситуації морального вибору, бесіди, творчі розповіді, ігри, тренінги у різних видах діяльності. І, як наслідок, діти називають елементи українського одягу, український посуд, мають знання про рідне місто; у дітей сформовані знання про Україну, її столицю. Діти старшого дошкільного віку розрізняють державні та народні символи.

Для досягнення мети патріотичного і громадянського виховання суттєву роль відіграють державні свята. Вони сприяють поглибленню знань дітей з історії та культури українського народу, його традицій, формуванню патріотичних поглядів, переконань та почуттів, відповідної поведінки. З нагоди головних державних свят нашої країни – Дня Незалежності України та Дня Державного Прапора проведено історичний екскурс «Героїчна Україна від минулого до сьогодення» з використанням ІКТ, флешмоб «Україна-понад усе», вікторини «Чи знаєш ти Україну?», патріотичну мозаїку «Розмаїта моя Україна», відеофільми «Моя Україна – моя Батьківщина», інформаційні години «Символ нації – національний прапор», відеопрезентацію «Історія державного прапора України», інформаційну годину «Історія та цінність Незалежності України», майстер-клас «Символи України».

Значну увагу приділяю правовій освіті дітей, вихованню в них моральної культури, тому діти обізнані із своїми правами та обов'язками. Основною формою правового навчання та виховання дітей є гра. Саме вона посідає чільне місце у право-виховній та виховній роботі. Тому я намагаюся найчастіше застосовуються різноманітні ігрові способи правового навчання дітей, а саме:

- ігри - стимулювання духовного типу поведінки: «Ми любимо один одного», «Який мій друг», «Свято розуміння»;

- ігри та вправи, які сприяють розширенню правових знань, знайомлять дітей зі службами екстреної допомоги, формують почуття особистої безпеки: «Я маю право», «Я не повинен», «Швидка допомога»;

- ігрові вправи на формування власної гідності та самосвідомості: «Кого вам було шкода», «Як захистити себе», «Снігова королева», «Квітка мого імені».

Проводилися комбіновані заняття, наприклад, бесіда і малювання, заняття і дидактичні ігри, які сприяють збагаченню знань у дошкільнят, дають можливість дітям вирішувати багато правових завдань та формують у них початкову правову культуру. Для всебічного розвитку дитини і швидкого сприйняття і запам'ятовування наданої інформації широко використовується дидактичний матеріал до казок: малюнки та ілюстрації, наочний матеріал. Метою даних занять є навчання дошкільнят розуміти зміст казок, аналізувати ситуації, які характеризують порушення прав дітей. Формуючи основи особистої правової культури у дітей використовую такі методи як:

- розглядання малюнків із зображенням знайомих дітям життєвих ситуацій, які демонструють настрій, поведінку їхніх однолітків (тривогу, хвилювання, страхи, фізичний біль, образу тощо);

- читання творів художньої літератури, зокрема казок, з подальшим обговоренням;

- морально – етичні бесіди на різноманітні правові теми;

- сюжетно – рольові ігри: «Дорога-транспорт», «Сам удома», «Ми пасажери», «Я загубився».

Говорячи про громадянське, патріотичне виховання, не можна, звичайно, обминути і мовне питання. Повага до рідної мови має формуватися у дитини змалечку. Тож, пріоритетним показником громадянської освіченості є досконале володіння українською мовою, постійна турбота про піднесення її престижу та впровадження її в усі сфери життя суспільства. Вдосконалювати мовну культуру дітей, виховувати прагнення розмовляти українською літературною мовою допомагають проведення до Дня української писемності та мови та Міжнародного дня рідної мови свята української мови «Там, де живе рідна мова, живе український народ», акції «Говоримо і читаємо українською», мовознавчої інтелект-вікторини «Веселкова наша мова», поетичних хвилинок «Лунай, величне наше слово», конкурсу скоромовок-спотиканок «Хто зможе повторити?», мультимедійних презентації «Мандрівка у країну писемності», «Слово до слова – зложиться мова». Через красу, а не примус, слід долучати малюків до мовного багатства народу.

*Висновок.* Аналіз поглядів вчених на проблему громадянського виховання дозволяє мені зробити висновок про те, що головною метою громадянського виховання має бути – виховання громадянина, що живе у демократичній державі. Такий громадянин повинен мати певні знання (про права людини, про державу тощо), вміння (критично мислити, аналізувати, співпрацювати з іншими людьми та інше), цінності (повага до прав інших людей, толерантність, компромісність та ін.), а також бажання брати участь у суспільному житті країни.

Отже, саме життя ставить завдання – виховувати дітей як громадян, які люблять свою Батьківщину – Україну, свій народ, мають національну самосвідомість, гуманістичну мораль, знають свої права і свободи, уміють ними керуватися у своїй життєдіяльності. Доходимо висновку, що формування громадянської особистості потрібно починати вже в період дошкільного дитинства, коли формуються засади свідомості й самосвідомості, основні якості характеру дитини, що визначатимуть її особистість

Тож, систематична послідовна освітня робота щодо громадянського виховання дітей у ЗДО має бути спрямована на розвиток життєздатних, національно свідомих, патріотично налаштованих громадян, вихованих на кращих історичних і культурних традиціях українського народу, нерозривних зв'язках минулих і прийдешніх поколінь українців, небаждужих до свого минулого, неспокійного сьогодення і щасливого майбутнього. Усе це перші кроки до укорінення в дітях стійкого громадського почуття,

що акумулює в собі любов, приязнь, вірність громадянським ідеалам, почуття власної гідності та усвідомлення того, що кожен є цінним для своєї країни.

Подальшого вивчення вимагають питання наступності у роботі закладу дошкільної освіти і початкової школи в системі громадянського виховання, здійснення спеціальної підготовки батьків з метою підвищення рівня їхньої компетентності з проблем громадянського виховання.

### **Список використаної джерел та літератури:**

1. Базовий компонент дошкільної освіти (Державний стандарт дошкільної освіти) (нова редакція). Київ, 2021. 38 с.
2. Бех І. Зростити маральну особистість – головна турбота. Дошкільне виховання. 2015. № 4. С. 6–8.
3. Дошкільна освіта: словник-довідник: понад 1 000 термінів, понять та назв. упор.К. Крутій, О. Фунтікова. Запоріжжя: ТОВ «ЛІПС», 2010. 324 с.
4. Закону України «Про дошкільну освіту» (нова редакція) від 02.04.2022р.
5. Яцюк М.В. Формування патріотичних почуттів дошкільників. Методичний посібник. М.В. Яцюк. Вінниця: ВОІПОПП, 2015. 34 с.

**Старостіна Крістіна,**  
практичний психолог НВК №2,  
м. Хмельницький

### **Психологічна готовність здобувачів освіти до надзвичайних ситуацій під час війни**

У тезах висвітлюються питання психологічної готовності дітей до надзвичайних ситуацій, які відбуваються в умовах війни, а також особливості поведінки дітей у небезпечних ситуаціях. Розглянуті питання, на які слід звернути увагу під час здійснення психологічної підготовки дітей до надзвичайних ситуацій.

**Ключові слова:** надзвичайні ситуації, психічний стан, психологічна готовність, готовність до безпечної поведінки, стратегії подолання труднощів.

Безпека життя та життєдіяльності – нагальна та завжди актуальна потреба людини, що пов'язана із збільшенням кількості катастроф, аварій, стихійних лих тощо. Нажаль сьогодні, із початком повномасштабного збройного вторгнення російських військ до України це стало об'єктивною дійсністю. У цих непростих умовах розвиток і формування культури безпеки майбутнього молодого покоління стає важливим завданням нашої держави, особливо в системі освіти. Зростає відповідальність вчителів, вихователів стосовно забезпечення високих та якісних знань дітей, можливості ними застосувати отримані знання, уміння і навички в умовах небезпечних надзвичайних ситуацій [5].

Низка науковців, зокрема О. Тарас, І. Малкіна-Пих, К. Сельченко, О. Осипова, О. Назаретян тощо, займалися вивченням проблеми забезпечення особистої безпеки у надзвичайних та екстремальних ситуаціях. Формуванню в учнів готовності до діяльності в екстремальних та надзвичайних ситуаціях присвячені роботи Л. Сорокіної, В. Мошкіна, В. Данилової, Н. Єлісєєвої. Вчені дійшли висновку, що морально-психологічний чинник відіграє неабияке значення під час дій в умовах надзвичайної ситуації. А саме для дітей це значення зростає у декілька разів.

Розглянемо поняття надзвичайної ситуації. Надзвичайна ситуація – це стан на певній території, що виник внаслідок аварії (в ому числі і через військові дії), небезпечного природного явища, катастрофи, стихійного чи іншого лиха, що може спричинити людські жертви, шкоду здоров'я людей або навколишньому середовищу



та призводить до значних матеріальних втрат чи/та порушення умов життєдіяльності людей [2, с.45]. Якщо виникає надзвичайна ситуація, то у психологічно незагартованих, нестабільних дітей, тобто невідготовлених, виникає відчуття страху, стан паніки і бажання втекти від небезпечного місця або сховатися, а в інших – психологічний шок, який супроводжується заціпенінням м'язів, загальмуванням нервових процесів. Цей стан надзвичайно небезпечний в критичних умовах, оскільки знижується або повністю втрачається контроль свідомості над почуттями та волею, змінюється процес нормального мислення. Нервові процеси (збудження чи гальмування) можуть по-різному відбуватися у дітей. В одних збільшуються, розширюються зіниці, погіршується процес дихання, з'являється прискорене серцебиття («серце готове вирватися з грудей»), інколи навіть втрачається здатність розмовляти [3].

Життя людини у різні періоди було наповнене хвилюваннями, рясніло небезпеками, стресами. Всі ці події накладають свій відбиток на психічний стан людини, тобто на стан, що відображає її загальне становище щодо координатних об'єктів середовища [2]. Імпульсивність, агресивність, емоційна неврівноваженість, розсіяність, висока динаміка виснаження – все це властиво дітям, які були учасниками або свідками надзвичайних ситуацій в період військових дій. Тому у дітей потрібно формувати такі риси, як уважність, емоційна врівноваженість, лідерські якості. Велике значення мають також вольові якості [4]. Стан мобілізації всіх психофізіологічних систем організму, які забезпечують результативне виконання необхідної дії, сприймається як поняття психологічної готовності. Це визначення в психології має кілька смислових відтінків:

1) забезпечення дитини необхідними навичками для благополучного виконання діяльності;

2) підготовленість здобувачів освіти різного віку до екстреного здійснення програми дій за умов появи надзвичайної ситуації;

3) бажання і рішучість вчинити необхідну дію [3]. Л. Сорокіна тлумачить визначення «готовність до безпечної поведінки» як особливість особистості, яка характеризується спрямованістю на забезпечення суспільної та особистої безпеки, а також дозволяє плідно (адекватно) контактувати з небезпечними ситуаціями, що з'являються в повсякденному житті [4]. В. Данилова до головних показників готовності підлітків до дій у надзвичайних ситуаціях зараховує позицію до безпечної життєдіяльності, сукупність основних копінг-стратегій боротьби зі стресом та вирішення труднощів; рівень теоретичної готовності у сфері безпеки життєдіяльності, сформованість усіх психічних процесів; рівень фізичного розвитку, фізичної підготовленості тощо. В. Сидоркін звертає увагу на підготовленість здобувачів освіти до організованих дій в умовах особливо небезпечних ситуацій. Варто зазначити, що всі вищезазначені автори досліджували готовність учнів до діяльності в екстремальних та надзвичайних ситуаціях переважно техногенного та природного характеру. Отже, подані підходи можна залучати і до реагування на небезпеки військового, соціального характеру, пояснюючи тим, що ця небезпека може йти від людини або груп людей.

Отже, психологічна готовність здобувачів освіти становить складну динамічну структуру, що є проявом суми інтелектуальних, мотиваційних і вольових якостей особистості. Активізація соціальних мотивів поведінки, індивідуальних і колективних установок людей є значним елементом попередньої превентивної роботи [5]. У розвитку готовності до діяльності у надзвичайній ситуації має значення наявний у людини життєвий досвід. Слід зауважити, що вдалий досвід у більшості випадків знижує рівень негативних емоцій, а також покращує загальний психічний стан. Якщо готовність до дій в екстремальних та надзвичайних ситуаціях обумовлюється сукупність усіх знань, умінь та навичок, способів дій, то розвиток її має реалізовуватись у рамках предметної підготовки здобувачів під час уроків з основ

здоров'я (7-9 класи), «Я у світі» (1-4 класи), предмету «Захист Вітчизни» (10-11 класи), інтегрованого курсу «Здоров'я, безпека та добробут» (5-6 класи).

#### Список використаних джерел та літератури:

1. Війна в Україні випробовує польську систему захисту дітей. *LexInform: Юридичні новини України*. URL: <https://lexinform.com.ua/salvation/vijna-v-ukrayini-vyprovovuye-polsku-systemu-zahystu-ditej/>. (дата звернення: 15.08.2022 р.).
2. Діти, яких торкнувся збройний конфлікт в Україні : дослідницький звіт. *Радник*, 2019. 59 с. URL: <https://radnyk.org/wp-content/uploads/2019/10/Doslidnyczkyj-zvit-Dity-yakyh-torknuvsya-zbrojnyj-konflikt-v-Ukrayini-.pdf>. (дата звернення: 19.08.2022 р.).
3. Зверева І. Д. Діти у кризових ситуаціях: профілактика негативних явищ та соціально-психологічна допомога. Київ: Наук. світ, 2001. 63 с.
4. Калініна Т. С. Психологічна допомога батькам дітей з особливими освітніми потребами в умовах військових дій. *Дніпровський науковий часопис публічного управління, психології, права*. 2022. № 3. С. 103–107.
5. Слюсаревський М. М., Григоровська Л. В. Психологічна підтримка учасників освітнього процесу в умовах війни. *Вісник НАПН України*, 2022. № 4 (1). С. 1–7.

**Страшнюк Жанна,**  
завідувачка Хмельницького  
обласного навчально-методичного центру  
психологічної служби ХОІППО

#### Арт-терапія як засіб зцілення

Обґрунтовано можливості арт-терапії щодо поліпшення психоемоційного стану людини; визначено переваги та основні функції арт-терапії як найбільш екологічного методу взаємодії з клієнтом.

**Ключові слова:** арт-терапія, психоемоційний стан, психотравмуючі події, зцілення, методи арт-терапії, функції арт-терапії, ресурс.

У результаті військової інтервенції російської федерації до України, постало питання ефективної психологічної допомоги та емоційної підтримки учасників освітнього процесу.

Актуальними питаннями психологічної та психотерапевтичної допомоги населенню сьогодні є: подолання наслідків психотравмуючих подій; діагностика та психотерапія ПТСР; заходи з реабілітації постраждалих, їх адаптації в нових соціально-психологічних умовах.

Ці проблеми вирішуються через реалізацію таких завдань: підвищення мотивації на психологічну роботу; пізнання себе, усвідомлення власних потреб, бажань, деструктивних моделей поведінки, відновлення відчуття особистісної цінності, укріплення образу «Я» та впевненості у власних силах; подолання відчуття ізольованості й навчання іншим моделям комунікації, відновлення старих та побудова нових стосунків, формування групової ідентичності, відновлення відчуття приналежності до певних груп і спільнот (родинних, професійних тощо); пошуки сенсів життя, вирішення екзистенційних питань; розвиток навичок саморегуляції.

Арт-терапія – це найбільш м'який, екологічний метод роботи, який сприяє саморозвитку і самовдосконаленню. Основна мета арт-терапії полягає в гармонізації розвитку особистості через розвиток здатності самовираження і самопізнання.

Арт-терапія спирається на здоровий потенціал особистості, внутрішні механізми саморегуляції й зцілення. За допомогою арт-терапії можлива ефективна корекція різних відхилень і порушень особистісного розвитку людини.

Арт-терапія дозволяє звернутися до тих реальних проблем або фантазій, які важко обговорювати вербально, дає можливість на символічному рівні експериментувати з різними почуттями, досліджувати та виражати їх у соціально прийнятній формі. Робота над малюнками, картинками, текстами – це безпечний спосіб розрядки руйнівних тенденцій, який дозволяє опрацювати ті думки та емоції, які дитина чи дорослий ще не усвідомлює, або звикли придушувати.

Арт-терапія – це метод зцілення, досягнення цілісності за допомогою творчого самовираження. Зцілення пов'язане з духовною цілісністю, гармонією духу й тіла. Мистецтво є психотерапевтичним по своїй природі й сутності, тому що воно пов'язане з адаптацією людини до навколишньої реальності, сенсом існування «Я» і внутрішнім буттям людини.

Серед загальних ознак арт-терапевтичних технологій є:

- використання образотворчих матеріалів для вираження сенсів свого внутрішнього світу;
- створення особливих умов, середовища для зцілення;
- присутність психолога (арт-терапевта) поруч із людиною в процесі її образотворчої діяльності та використання ним тих чи інших інтервенцій, які допомагають людині виражати свої почуття та думки в художній формі, усвідомлювати зв'язок творчої продукції зі змістами свого внутрішнього світу [3].

Так арт-терапія стає ефективним засобом самопізнання, самовираження та самоцілення особистості.

Аналіз літературних джерел дає підставу встановити, що арт-терапію розглядають як особливу форму психотерапії за допомогою візуального, пластичного мистецтва, як інноваційну освітню і реабілітаційну технологію, як сукупність методик, що створюють умови для лікування та адаптації людини у соціумі. Розглянуті позиції дають можливість з'ясувати суть арт-терапії, що передбачає терапевтичний і корегувальний вплив мистецтва на людину й проявляється в реконструюванні психотравмуючої ситуації за допомогою творчої діяльності. При цьому у людини в арт-терапевтичному процесі виникають нові позитивні враження, емоції і потреби [1].

Основне завдання арт-терапії полягає в тому, щоб посередництвом символів, образів, метафор, через які інформація кодується на несвідомому рівні психіки, «витягнути» певну проблему, що захована за ними, спроектувати її на свідомий рівень та пропрацювати пов'язані з нею емоції й переживання і звільнитися від застарілих чи витіснених емоцій.

Заняття арт-терапією дають можливість отримати власний емоційний, тілесний та когнітивний досвід у безпечних і комфортних для себе й інших умовах, усвідомлено і продуктивно, для формування особистості в межах свого віку, а також конструктивного функціонування у подальшому житті. Завдяки засобам арт-терапії і, в першу чергу, малюванню, людина (не тільки дитина, а й дорослий) вчиться бачити свої проблеми з боку, тим самим отримуючи можливість їх вирішення [4].

Процес творчого самовираження безпосередньо пов'язаний зі зміцненням психічного здоров'я людини та може розглядатися як суттєвий психопрофілактичний фактор.

Вагома перевага арт-терапії полягає в тому, що вона не має протипоказань і дає дивовижні результати як при роботі з дітьми та підлітками, так і при роботі з дорослими.

За Л. Лебедевою, арт-терапія характеризується такими ознаками:

- сприяє творчому самовираженню, розвитку уяви, естетичного досвіду, практичних навичок образотворчої діяльності, художніх здібностей;
- знімає втому, зменшує негативні емоційні стани й прояви;

- створює позитивний емоційний настрій у групі;
- дає змогу опрацювати думки й емоції, які людина звикла пригнічувати, надає можливість трансформувати їх у позитивні;
- дає можливість на символічному рівні експериментувати з найрізноманітнішими відчуттями, досліджувати й виражати їх у соціально прийнятній формі;
- створює умови для експериментування з кінестетичними й зоровими відчуттями, стимулює розвиток сенсомоторних умінь і в цілому правої півкулі головного мозку, що відповідає за інтуїцію й орієнтацію в просторі;
- полегшує процес комунікації з іншими людьми;
- сприяє створенню відносин взаємного прийняття та емпатії;
- дає змогу звернутися до тих реальних проблем, які складно обговорювати;
- розвиває відчуття внутрішнього контролю;
- підвищує адаптаційні можливості людини до повсякденного життя;
- ефективна при корекції різних відхилень і розладів особистості;
- спирається на здоровий потенціал особистості, внутрішні механізми саморегуляції і зцілення;
- дає змогу вибудовувати взаємини на основі любові й прихильності, і тим самим, компенсувати їх можливу відсутність у сім'ї [1].

Важливим поняттям арт-терапії є сублімація – вираження несвідомих інстинктів і потягів (часом деструктивних) за допомогою трансформації їх в творіння мистецтва; мистецтво може одночасно «направити в інше русло» і висловити також відчуття злості, болю, тривоги, страху.

Переваги методу арт-терапії в тому, що він:

- 1) надає можливість для вираження агресивних почуттів у соціально прийнятній манері. Малювання, живопис фарбами або ліплення є безпечними способами розрядки напруги;
- 2) прискорює прогрес в терапії. Підсвідомі конфлікти і внутрішні переживання легше виражаються за допомогою зорових образів, ніж у розмові під час вербальної психотерапії. Невербальні форми комунікації можуть з більшою ймовірністю уникнути свідомої цензури;
- 3) дає підстави для інтерпретацій і діагностичної роботи в процесі терапії. Творча продукція зважаючи на її реальності не може заперечуватися пацієнтом. Зміст і стиль художньої роботи надають терапевта величезну інформацію, крім того, сам автор може внести вклад в інтерпретацію своїх власних творінь;
- 4) дозволяє працювати з думками і почуттями, які здаються непереборними (втрати, смерть, перенесені травми і насильство, страхи, внутрішні конфлікти, Спогади дитинства, сновидіння). Іноді невербальне засіб виявляється єдиним інструментом, що розкривають і прояснює інтенсивні почуття і переконання;
- 5) допомагає зміцнити терапевтичні взаємини. Елементи збіги в художній творчості членів групи можуть прискорити розвиток емпатії і позитивних почуттів;
- 6) сприяє виникненню почуття внутрішнього контролю і порядку;
- 7) розвиває і посилює увагу до почуттів;
- 8) підсилює відчуття власної особистісної цінності, підвищує художню компетентність. Побічним продуктом терапії мистецтвом є задоволення, що виникає в результаті виявлення прихованих умінь та їх розвитку.

Творчість за допомогою методів арт-терапії дозволяє розвинути здатність до самовираження, на символічному рівні досліджувати найрізноманітніші почуття, соціально прийнятними способами сублімувати негативні переживання, висловивши їх зоровими образами, усвідомити негативні моделі поведінки, сформулювати нові стратегії дій і комунікацій, змінити самооцінку і способи мислення шляхом розвитку правої півкулі мозку, що дозволяє вирівняти дисбаланс між стандартним підходом до навчання дітей у сучасному суспільстві, де освіта більше націлена на розвиток лівої

півкулі. Також створюються найбільш благополучні умови для особистісного зростання, змінюється ставлення до свого «Я», зменшується напруження, тривога, гострота переживання, підвищується рівень творчих здібностей та креативності [6].

Основні функції методів арт-терапії:

Ізотерапія спрямована на дослідження почуттів, ідей, явищ, подій, розвитку навичок міжособистісної взаємодії, формування адекватної самооцінки та впевненості в собі.

Мандалотерапія допомагає клієнтові стимулювати основні джерела енергії, що знаходяться на глибинних пластах, здійснювати процеси саморегуляції, встановити зв'язок із самим собою.

Казкотерапія викликає інтенсивний емоційний резонанс, її образи звертаються одночасно до двох психічних рівнів – свідомості і підсвідомості, що створює особливі можливості в процесі комунікації; активізує творчий потенціал, передає знання про світ та людські взаємовідносини.

Музикотерапія допомагає подолати психологічний захист – заспокоїти чи навпаки активізувати, налаштувати; допомагає розвинути комунікативні та творчі можливості клієнта, пережити катарсис; сприяє відреагуванню почуттів; розвиває емпатійні здібності; полегшує формування нових взаємовідносин і установок тощо.

Танцювальна терапія сприяє поглибленню усвідомлення членами групи власного тіла та можливостей його використання, що не лише покращує фізичний, емоційний стан учасників, але й слугує розвагою; створює умови для творчої взаємодії; сприяє вирішенню низки завдань: підвищує рухову активність, забезпечує соціотерапевтичне спілкування; забезпечує отримання діагностичного матеріалу для аналізу поведінкових стереотипів клієнта та його самопізнання; пошук аутентичних шляхів розвитку.

Ігрова терапія полегшує емоційний стан клієнта; допомагає усвідомити і прийняти свою «внутрішню дитину»; розвиває почуття самоцінності; здатності до емоційної саморегуляції; сприяє відновленню довіри до світу; здійснює корекцію і профілактику поведінкових проблем та відхилень, а також сприяє розвитку творчого потенціалу особистості.

Пісочна терапія гармонізує внутрішній світ; допомагає відпрацювати психотравмуючі ситуації на символічному рівні; відреагувати негативний емоційний досвід у процесі творчого самовираження; розширити внутрішній досвід за рахунок усвідомлення глибинних рівнів психіки, закріплення свідомого «Я» тощо.

Фототерапія. Основні функції фототерапії: звільнення особистості від помилкових для неї конструктів і створення більш органічної системи, що є відбиттям реальності; рефреймінг – сприйняття особистістю себе по-новому завдяки перенесенню в події чи умови, що в реальності не мали місця; експресивно-катарсична функція передбачає, що особистість може самостійно створювати знімки, які відображають її емоційний стан; стимулююча функція пов'язана з тим, що при створенні і сприйнятті фотознімків відбувається активізація різних сенсорних систем (зору, кінестетики, тактильної чутливості тощо).

Метафоричні асоціативні карти створюють атмосферу безпеки та довіри; дозволяють швидко і наочно отримати необхідний об'єм інформації для якісної роботи з клієнтом та діагностувати його проблему; дозволяють моделювати процеси минулого й майбутнього, працювати з лінією часу; дозволяють звернутися до проблеми клієнта через метафору, уникаючи тим самим додаткового дискомфорту та травматизації; допомагають клієнту вербалізувати проблемну ситуацію (проговорення та усвідомлення почуттів і переживань); запускають внутрішні механізми самоцілення тощо [5].

Отже, арт-терапія – це безпечний метод, який дозволяє дітям і дорослим проявити те, що вони переживають: внутрішні конфлікти, тривогу, страхи, що турбують; набути ресурсного стану, зцілити травмовану війною психіку.

Методи арт-терапії можуть бути адаптовані до проблем різного характеру, починаючи від вирішення питань соціальної та психологічної дезадаптації і закінчуючи розвитком внутрішніх ресурсів, потенціалу особистості, а тому є універсальними і дозволяють працювати з усіма категоріями клієнтів. Крім того, арт-терапевтичні техніки допомагають розвинути творчі та комунікативні здібності, навички соціальної підтримки та взаємодовіри; підвищити самооцінку та рівень самоусвідомлення, емоційний потенціал; сформувані вміння вирішувати внутрішні протиріччя, проявляти емоції, вирішувати конфліктні ситуації, знімати відчуття напруги.

Використання методів арт-терапії дає можливість отримати відносно величезний доступ до глибинного психологічного матеріалу і психічних ресурсів людини завдяки різноманітним технікам, які забезпечують опрацювання несвідомих переживань.

Мистецтво створює позитивні умови для вивчення внутрішнього світу та емоційного стану особистості. Воно є своєрідним психологічним полем, на яке людина переносить свій внутрішній світ. У процесі описування того, що продукує людина, вона звертається до власного минулого досвіду, з якого і бере образи та відображає власні настрої та потреби. Саме арт-терапія завжди надає ресурс, тому що зіштовхується з творчою складовою психіки, відбувається пошук можливостей зцілення, залучення внутрішніх ресурсів людини.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Бриндіков Ю. Л. Арт-терапія: суть, можливості роботи з військовослужбовцями учасниками бойових дій // Ю. Л. Бриндіков / Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота». – 2017. – Вип. 2 (41) – С. 42-45
2. Вознесенська О. Л. Арт-терапія як засіб психосоціального відновлення особистості // О. Л. Вознесенська / Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки: [Зб. наук. праць] / Київський національний університет імені Тараса Шевченка, 2015. – К. : КНУ імені Тараса Шевченка. – № 3 (29). – С. 40-47.
3. Вознесенська О.Л. Арт-терапія в Україні: стан та перспективи розвитку/ Олена Вознесенська // Львівсько-Ряшівські наукові зошити: Культура – Мистецтво – Освіта – Терапія в міждисциплінарній перспективі. – Вип. 2.– 2014. – С. 93-103.
4. Калька Н., Ковальчук З. Практикум з арт-терапії: навч.-метод. посібник. Ч. 1. Львів: ЛьвДУВС, 2020. – 232 с.
5. Олійник І. В. Арт-терапія як одна з інноваційних психолого-педагогічних технологій у професійній діяльності соціальних працівників / Режим доступу: <http://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/23790/Oliinyk.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
6. Титаренко О.І., Каткова Т.А. Арт-терапія як засіб розвитку творчого потенціалу підлітків / Режим доступу: [6.pdf \(kpu.zp.ua\)](#)

**Стрельников Віктор,**  
професор кафедри філософії і економіки освіти  
Полтавської академії  
неперервної освіти імені М. В. Остроградського,  
доктор педагогічних наук, професор

### **Система ефективних умінь вчителя-фасилітатора для емоційної підтримки учасників освітнього процесу в умовах війни**

Автором узагальнено практичні напрацювання дослідників з англomовних країн щодо ефективного застосування вчителем умінь фасилітатора для емоційної підтримки учасників освітнього процесу. Зроблено висновок про їхню перспективність, і актуальність в умовах війни для емоційної підтримки учасників освітнього процесу. Наголошено на важливості подальшої розробки системи ефективних умінь учителя-фасилітатора.

**Ключові слова:** фасилітація, фасилітативний підхід, компетентність, система, уміння, вчитель-фасилітатор, емоційна підтримка, учасники освітнього процесу, умови війни.

Стратегічно важливим напрямом удосконалення сучасної системи освіти України в умовах війни є організація й упровадження фасилітативного підходу, що створює нові можливості для емоційної підтримки учасників освітнього процесу. Актуальність означеного напрямку пов'язана з тим, що в умовах війни спостерігається стала залежність між успіхами учасників освітнього процесу у навчанні та якістю їхньої готовності до застосування інформаційно-комунікаційних технологій, що потребує їхньої емоційної підтримки.

Однак, аналіз останніх досліджень і публікацій, у яких започатковано вирішення проблеми розвитку ефективних умінь вчителя-фасилітатора щодо емоційної підтримки учасників освітнього процесу, показав популярність у вітчизняних дослідженнях такого її аспекту, актуального в умовах війни, як цифрової компетентності педагогічних працівників (В. Андрущенко [2], Н. Білик [1], В. Бобрицька [2], О. Буйницька [3], В. Галузяк [8], Г. Каніщенко, В. Конащук, Л. Лебедик [4–7], В. Лобода, О. Пометун, Ю. Сурмін, С. Тихолаз, П. Шеремета та ін.). Однак, у більшості робіт дослідниками не систематизуються переваги застосування вчителем умінь фасилітатора для емоційної підтримки учасників освітнього процесу.

Маємо на меті узагальнення практичних напрацювань дослідників (вітчизняних, із Західної Європи і США) щодо ефективного застосування вчителем умінь фасилітатора для емоційної підтримки учасників освітнього процесу в умовах війни, розкрити суть фасилітаційного підходу і запропонувати систему ефективних умінь учителя-фасилітатора.

Нами з'ясовано, що професійну фасилітацію можна розглядати за такими вісьма характеристиками, як: 1) організація процесу групової роботи учнів, спрямована на прояснення і досягнення класом чи групою учнів поставлених цілей; 2) процес, який підвищує ефективність групової роботи учнів, сприяє їхньому залученню та зацікавленості, розкриттю і максимальному включенню потенціалу учнів; 3) простір для учнів, у якому виявляються проривні рішення, інсайти, актуалізується колективний інтелект; 4) мистецтвом залучення розуміння, мислення й енергії усіх учасників до колективної творчості; 5) набором практик, які полегшують виконання завдань класу чи групи, оптимально використовують відведений час та індивідуальні здібності кожного її учасника; 6) не простою сумою зусиль класу чи групи, а синергією у кращих своїх проявах; 7) способом допомогти класу чи групі якнайкраще мислити; 8) мирною революцією або колективною еволюцією.

Фасилітативний підхід докорінно відрізняється від традиційного обговорення у

класі.

Так, традиційній роботі з класом чи групою учнів властиві такі шість характеристик: 1) узурпація більшої частину часу активними учнями, які швидше міркують; 2) сприймання запитань як викликів: «хіба я сказав чи зробив неправильно?»; 3) перебивання, втручання в розмову; 4) уникнення відмінних точок зору, які розглядаються як конфлікти; 5) відсутність уваги до думки інших через зайнятість кожного учня формулюванням власної; 6) вирішення проблеми настає тоді, коли хтось із учнів сформулює правильну відповідь.

За фасилітативного підходу для емоційної підтримки учасників освітнього процесу в умовах війни ці ж шість ознак мають відмінне, і, навіть, протилежне значення: 1) у пошуку рішення беруть участь усі учні; 2) запитання застосовуються для заохочення учнів класу чи групи, прояснення суті висловленої пропозиції; 3) кожен може вільно висловити свою думку; 4) співіснування протилежних точок зору, складність обговорюваного питання потребує думки кожного учасника; 5) слухання думки кожного як важливої для вирішення обговорюваної проблеми; 6) вирішення проблеми настає, коли всі зрозуміють найкращу аргументацію і погодяться з нею.

Учитель, як фасилітатор, експерт з методів групової взаємодії для емоційної підтримки учасників освітнього процесу в умовах війни, має вміння: організувати навчальний процес, залучити до нього учнів, структурувати роботу класу чи групи для досягнення спільної мети; створювати навчальне середовище, у т. ч. віртуальне, де ефективним є процес групової взаємодії учнів, де нові ідеї, знання, інсайти генеруються через креативну взаємодію учасників (колективна мудрість); слідкувати за виконанням завдання і за взаємозв'язками учнів, їхніми позитивними відчуттями і світосприйняттям.

Виділимо уміння емоційної підтримки учасників освітнього процесу, які можуть бути відшліфовані до рівня навички учителя-фасилітатора, важливі в умовах війни: а) уміння прояву віртуального терпіння, поваги до різних стилів спілкування учнів, для прикладу – авторитарного, ділового, зверхнього, байдужого, відчуженого, формально-толерантного, конформного, агресивного (за В. Галузьяком); «спільної творчості», «дружньої прихильності», «загравання», «заякування», «дистанції», «менторський» (за І. Юсуповим); б) уміння перефразування сказаного учнем: повтор його думки іншими словами; цим учитель дає зрозуміти, що почув учня і цим підтверджує його право на власну думку; в) уміння розпитування – для уточнення позиції учня, прояснення суті його рішення проблеми, допомога йому у формулюванні власної ідеї; г) уміння віддзеркалення того, що сказав учень, – для прискорення темпу повільних дискусій, покращення роботи щойно сформованих мікрогруп, появи довіри між учасниками дискусії; д) уміння фіксування ідей – спочатку записуються, а потім обговорюються й аналізуються; е) уміння стекингу (від англ. stacking – «укладання в стопку») – встановлення послідовності висловлювань учнів, черговості, якщо бажаючих висловитися декілька; є) уміння трекингу (від англ. tracking – «відслідковування, супровід») – відслідковування декількох ліній обговорення у випадку розгалуження ідей вирішення проблеми; пізніше організовується їхнє обговорення у групах чи парах; ж) уміння підбадьорення учасників дискусії, яка дає можливість їм висловитися, залучає до діалогу («Хто ще бажає поділитися своїми ідеями? Чи є у вас якісь приклади?»); з) уміння урівноваження напрямку дискусії, якщо вона задана першими учасниками і йде в одному «руслі», слід подати альтернативні позиції, розширити дискусію («Чи є з цього питання інші погляди?»); к) уміння залучення до розмови затятих «мовчунів», для чого треба бути уважним до невербальних проявів, які засвідчують готовність учня включитися в процес дискусії, розуміти появу в нього бажання висловитися, постійно наголошувати на важливості думки кожного; л) уміння визнання почуттів учасників дискусії, «приєднання» до їхнього внутрішнього світу («Ви маєте право демонструвати свої почуття...», «Мені прикро, що Ви, напевно, засмучені зараз»,



«Напевно, досить образливо (чи страшно, прикро, принизливо, соромно), коли говорять...»; м) уміння прийняття іншої точки зору, адже будь-яка з них має право на існування; визнавати різні точки зору, не переходячи на якусь із них; н) уміння емпатії (розуміння відносин, почуттів, психічних станів інших у формі співпереживання) – подумки перебувати на місці іншої людини («Відчуваю, як вам на цю тему складно говорити ...»; о) уміння навмисного мовчання, тримання паузи (за потреби зупинити дискусію – «Давайте зробимо паузу, щоб ми зрозуміли, які наслідки матиме те, що відбувається ...»); п) уміння лінкування (компонування), тобто вміння всі «не скомпоновані» частини обговорюваного проєкту довести до кінця і пов'язати між собою у зрозумілий довершений формат («Як Ваша пропозиція стосується проєкту, який ми зараз обговорюємо?»); р) уміння пошуку точок перетину для вирішення проєкту, яка необхідна в умовах поляризації дискусії, пошуку чогось спільного, об'єднуючого, хоча й не очевидного; с) уміння уважного слухання, навіть за наявності своєї, навіть протилежної, точки зору; це необхідно для позначення певних позицій, виходячи з конкретних ролей учасників дискусії (лідера класу чи групи, керівника, активного учасника, спостерігача); т) уміння підведення підсумків дискусії, адже в груповій роботі важливо її узагальнити, зробити резюме, перефразувавши своїми словами те, що відбувалося, у до чого прийшли в процесі дискусії; у) уміння структурування висловлених ідей на вкрай важливі, необхідні й частково доречні та встановлення порядку їх подальшого обговорення й реалізації («Означені питання стосуються різних тем, давайте будемо розглядати окремо в такій послідовності ...», «Запропоновані рішення стосуються різних рівнів узагальнення, кожному варто приділити увагу ...», «Як можна описати структуру вирішення обговореної проблеми?»); ф) уміння формулювання висновку («Якими словами можна описати найточніше висновок з обговорення?», «Сформулюємо висновок таким чином...», «Можливо, є інші формулювання?», «Які переваги означеного формулювання?»).

Це не весь перелік умінь учителя-фасилітатора, які застосовуються для емоційної підтримки учасників освітнього процесу в умовах війни.

Таким чином, практичні напрацювання сучасних дослідників щодо ефективного застосування учителем умінь фасилітатора довели їхню перспективність, актуальність і важливість для емоційної підтримки учасників освітнього процесу в умовах війни. Необхідною є подальша розробка системи ефективних умінь учителя-фасилітатора в інформаційно-комунікаційних технологіях.

### Список використаних джерел та літератури:

1. Білик Надія, Пилипенко Вадим, Шостя Світлана. Розвиток цифрової компетентності педагогічних працівників у системі післядипломної освіти. *Імідж сучасного педагога*. 2020. № 6 (195). С. 15–20.
2. Бобрицька В. І. Освітня політика України у сфері інформатизації освіти. *Освітня політика: філософія, теорія, практика*: монографія / За ред. В. П. Андрущенко; Авт. кол. : В. П. Андрущенко, Б. І. Андрусишин, В. І. Бобрицька, Р. М. Вернидуб та ін. К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2015. С. 273–316.
3. Буйницька О. Л. Інформаційні технології та технічні засоби навчання: навчальний посібник. К. : Центр учбової літератури. 2012. 240 с.
4. Гуманізація педагогічного процесу у вищій школі: колективна монографія / керівник колективної монографії д. пед. н. Л. В. Лебедик. Полтава : ПУЕТ, 2020. 196 с.
5. Лебедик Л. В. Проектування інформаційних технологій фахової підготовки майбутніх педагогів. *Педагогічні науки*. Полтава : ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2017. Вип. 71. С. 60–64.
7. Лебедик Л. В. Професійний розвиток майбутніх фахівців у сфері соціальної роботи засобами інформаційних технологій. *Проектування індивідуальної*

- траєкторії професійного розвитку педагога в контексті Концепції «Освіта впродовж життя»* : зб. тез доп. наук.-практ. конф. з міжнародною участю, м. Краматорськ, 10 груд. 2020 р. / відп. ред. Д. В. Малеев. Вінниця : Європейська наукова платформа, 2020. С. 42–45.
8. Лебедик Леся, Стрельников Віктор. Інтерактивні технології навчання майбутніх фахівців у сфері соціальної роботи. *Імідж сучасного педагога*. 2020. № 4 (193). С. 49–53.
  9. Педагогіка: навч. посібник для студ. вищих пед. навч. закл. / В. М. Галузяк, М. І. Сметанський, В. І. Шахов. 4-те вид., випр. і доп. Вінниця : Державна картографічна фабрика, 2007. 400 с.
  10. Стрельников Віктор, Іленко Наталія, Литовченко Ірина, Ніколішина Елла. Навички викладача-фасилітатора для формування професійних компетентностей лікарів-стоматологів в умовах комп'ютерно-орієнтованої освіти. *Імідж сучасного педагога: електрон. наук. фах. журн.* 2021. № 1 (196). С. 45–51. URL : <http://isp.poippo.pl.ua/article/view/224351>
  11. Стрельников В. Ю. Розвиток фасилітаційних умінь майбутніх корекційних педагогів. *Нова українська школа: траєкторія поступу*: зб. тез доповідей III Всеукр. наук.-практ. конф., 02 квіт. 2021 р. / за заг. ред. Л. В. Задорожної-Княгницької. Маріуполь : МДУ, 2021. 332 с. С. 312–313.
  12. Стрельников В. Ю. Формування умінь фасилітатора у майбутніх фахівців сфери соціальної роботи. *Інноваційний потенціал та правове забезпечення соціально-економічного розвитку України: виклик глобального світу*: матеріали Міжнар. наук.-практ. конф., м. Полтава, 18-19 трав. 2021 р. К. : Університет «Україна», 2021. 835 с. С. 533–538.

**Стукан Іванна,**  
практичний психолог  
Чемеровецького ЗДО (ясла-садка) №2  
«Червона калина»  
Чемеровецької об'єднаної територіальної громади

### **Використання методів арт-терапії у роботі практичного психолога з дітьми дошкільного віку у воєнний час**

У запропонованій статті розкриваються матеріали теоретичного та практичного змісту, що охоплює широке коло питань, які міцно пов'язані із використанням арт-терапевтичних технік у роботі з дітьми дошкільного віку у воєнний час. Подано ряд рекомендацій та вправ для покращення психологічного здоров'я та розвантаження дошкільнят.

**Ключові слова:** арт-терапія, стрес, стресостійкість, казкотерапія, ізотерапія.

Війна є важким випробуванням для кожного з нас. У цей час нас постійно переслідують стреси, тривога, втома, роздратованість, почуття нетерпіння. Ми іноді відчуваємо, що сили покинули нас і це може вплинути на наше навчання, роботу та життя вдома.

Як же стрес впливає на дітей дошкільного віку?

Психологи звертають увагу, що практично у всіх дітей, особливо молодших, зараз спостерігається певний регрес – діти капризують, не виконують домовленості, втрачають деякі навички.

Діти у віці 0-3 років відчувають дратівливість, плачуть, можуть проявляти надокучливу або агресивну поведінку та бояться незрозумілих звуків, криків, різких рухів і потребують фізичної близькості батьків.

Діти 4-6 років: часто відчують безпорадність та безсилля, страх розлуки, у своїх іграх можуть відбивати аспекти ситуації, відмовлятися визнавати ситуацію та заглиблюватися в себе й не бажати спілкуватися з однолітками та дорослими.

У цій статті розглянемо методи, які допоможуть успішно подолати стресову ситуацію. Ці методи, допоможуть змінити життя і допомогти спокійно пережити воєнний час чи інші не менш стресові ситуації.

Саме тому, своїм завданням, я вважаю, створення комфортних психологічних умов для розвитку та саморозвитку вихованців дитсадка, надання психологічної допомоги кожному з учасників навчально-виховного процесу.

Арт-терапія – один із методів роботи, який використовує можливості мистецтва для досягнення позитивних змін в психологічному, інтелектуальному, соціальному, емоційному й особистісному розвитку дитини. Творчий характер занять допомагає дитині, краще розуміти себе, розвивати свої відносини з іншими людьми та довіллям, психологічно розвантажитись.

Арт-терапія є найбільш давньою та природною формою корекції емоційного стану, якою можна користуватися для зняття психічної напруги, для того, щоб заспокоїтися чи просто зосередитись. Творчість дитини реалізована у процесі арт-терапії, дає можливість висловити та відтворити внутрішні почуття, переживання, сумніви, конфлікти і сподівання, у символічній формі переживши ще раз важливі події. Адже спонтанна образотворча діяльність здатна виражати неусвідомлюваний зміст життя.

За допомогою арт-терапії дитина може виявити себе набагато яскравіше, ніж у процесі буденного мовлення чи письма. Таким чином розвивається креативність дітей.

Арт-терапія дає змогу:

- розвивати в дитини когнітивні навички; спонтанність, удосконалювати увагу, пам'ять, мислення;
- вивчити свій життєвий досвід з незвичайного ракурсу;
- навчитися спілкуватися, використовуючи образотворчі, рухові, звукові засоби;
- самовиражатися, приносячи задоволення собі й іншим;
- розвивати цінні соціальні навички;
- засвоїти нові ролі й виявити латентні риси особи, спостерігати, як зміна поведінки впливає на оточення;
- підвищувати самооцінку;
- розвивати навички ухвалення рішень;
- розслабитися, виплеснути негативні думки й почуття;
- зайнятися образотворчим мистецтвом, музикою тощо, реалізувати свої здібності.

Існує багато видів арт-терапії: кольоротерапія, піскова терапія, ізотерапія, музикотерапія, казкотерапія тощо. Усі вони не мають обмежень і протипоказань і дуже ефективні в роботі з дітьми різного віку.

В дитячому садочку працюю з дітьми і в групі, і індивідуально. Групові й індивідуальні заняття різняться і метою, і прийомами роботи. Є задачі, що ефективно розв'язуються в ході зустрічей віч-на-віч — зняття емоційної напруги, подолання негативізму, корекція страхів, усунення бар'єрів, що виникли в наслідок психоемоційного переживання війни. А група однолітків дає змогу задовольнити потребу у взаємодії з дітьми, навчитися враховувати думку інших і боронити свою, виявляти активність, стримувати агресію, тривогу тощо.

Головною особливістю арт-терапії є те, що заняття проходять в захопливій ігровій формі, у невимушеній і затишній атмосфері, безпечних умовах, що сприяють самовираженню й спонтанності, що спонукає дитину до нових способів активності й допомагає їх закріпити.

Методи арт-терапії допомагають у формуванні стресостійкості. Стрес – це стан психічного і фізичного напруження, що виникає як реакція організму на зміну внутрішнього чи зовнішнього середовища. [5, с. 123].

Стрес, якого нині зазнають діти, спричинений складними воєнними соціальними обставинами та подіями. Однак стрес – багатогранне явище, відповідно, і його наслідки також непередбачувані. Він може минути безслідно, а може стати причиною тривожного стану, дратівливості, втраті почуття гумору, нервового зриву. Кожен має певну вроджену стійкість до стресів. Вона не залежить від нашого бажання, сили волі чи характеру, але так само, як наполегливою працею можна розвинути інтелектуальні здібності чи тренуванням поліпшити фізичну форму, можна підвищити і стійкість до стресів.

Стресостійкість – це таке поєднання особистісних якостей людини, що дає їй змогу витримувати стресові ситуації, уникаючи негативних наслідків як для життєдіяльності, так і для оточення.

Оскільки стрес на даний момент в суспільстві є досить поширеним явищем, свою роботу в закладі дошкільної освіти я вирішила розпочати з психолого-педагогічного семінару на тему : «Розвиваємо свій резилієнс» з елементами арт-терапії та метою обґрунтувати ресурси розвитку життєстійкості та підходи до її збереження в умовах воєнних дій.

Щомісяця проводжу тренінгові заняття з вихователями: «Стрес і прийоми його регуляції», «Методи емоційного розвантаження», «Як допомогти зберегти своє здоров'я та подолати стрес», використовуючи арт-терапію.

У своїй роботі користуюся посібником «Дзеркало моєї душі», який був розроблений мною та групою психологів декілька років назад і став дієвим у даний час.

І звичайно, не залишилися поза увагою батьки. Адже ми знаємо, що якщо будуть емоційно стабільні батьки, то будуть емоційно стабільні діти. Для батьків підготувала пам'ятки у вайбер групах, статті «Казка у житті дошкільника», «Казкотерапія: значення казки і психічне здоров'я дитини», «Нетрадиційні техніки малювання», «Чарівне малювання», «Арт-терапія в допомогу батькам» та ін., музичні відеоролики на зняття емоційної напруги з метою підвищення рівня професійної компетентності батьків в області сучасних психолого - педагогічних арт - технологій, формування у батьків потреби до самоосвіти та саморозвитку.

У своїй роботі практикую казкотерапію, ліплення із солоного тіста та пластиліну, роботу із сипкими матеріалами, музичні релаксаційні вправи.

Із дітьми ясельної та молодшої груп часто проводжу казкотерапію. Коли дитина "проживає" казку, утворюються зв'язки між казковими подіями і поведінкою у реальному житті. Якщо обговорити з дітьми прочитані казки – життєві уроки швидше засвоюються, сприяють подальшому гармонійному розвитку дитини та її успішній самореалізації.

У віці 1.5 – 3 роки діти починають говорити, тож казка стає поштовхом до розвитку зв'язного мовлення, образного мислення та пізнавального інтересу.

3 – 4 роки дитина розпізнає основні емоції, тож потребує казок з простими і яскравими сюжетами. На цьому етапі варто обговорювати у групі емоції героїв, їх поведінку. Завжди з дошкільнятами читаємо та обговорюємо такі казки : «Казка про сердите Левеня», «Казка про полохливе Зайченя», «Казка про самотнього Їжачка» та ін.[8,с.15].

Але найбільше діти люблять заняття з елементами ізотерапії, які використовують у всі вікових групах.

Оскільки головною метою такої роботи є психологічне розвантаження дітей, то, на відміну від звичайних занять з малювання у ЗДО, під час ізотерапевтичних занять найчастіше використовуємо техніки вільного малювання. Серед таких технік:

- мазання;

- малювання пальцями, долоньками;
- ляпкографія та монотипія;
- малювання сухим листям;
- малювання підручними предметами.

Не менш захоплюючі заняття ліплення з солоного тіста та пластиліну: мнемо і відщипуємо; натискаємо і розмазуємо; скачуємо кульки, розкачуємо ковбаски; ріжемо на маточки; ліпимо картинки.

З дітьми старшого дошкільного віку практикую кольоротерапію, адже колір, як і думки, є частиною нашого життя. Психологи і лікарі стверджують, що за улюбленим кольором можна визначити настрій і навіть стан здоров'я людини. Відчуття, які зумовлює в нас колір, можуть спричинити спогади й пов'язані з ними емоції, образи, психічні стани. Все це називається кольірними асоціаціями, які посідають важливе місце у житті людини незалежно від того, усвідомлює вона це чи ні. Колір впливає на розум і тіло людини. Дитину можна зрозуміти через малюнок. Наприклад, дати розфарбувати силует людини, кольорами якими бажає дитина, так можна за кольором визначити чи її щось хвилює. [7, с. 16].

Для психологічного розвантаження використовую психологічні хвилинки – вправи релаксації.

Отже, виходячи з власного досвіду, переконалася, що арт-терапія - один з ефективних здоров'язберігаючих методів, який якнайкраще підходить для роботи з дошкільнятами, сприяє поліпшенню їхнього психічного здоров'я у воєнний час. Арт-терапія – прекрасний спосіб безболісно для інших висловити свої емоції і почуття. Діти ще не вміють ясно висловлювати свої думки, зате вміють малювати, ліпити, фантазувати. Саме методи арт-терапії дозволяють дитині виразити свій стан через малюнок, танець, казку, гру. В процесі арт-терапії задовольняється потреба у визнанні, позитивній увазі, відчуття власної успішності і значущості. Вивільняється психологічна енергія, яка зазвичай витрачається дитиною на не ефективні напрямки. Дитина починає відчувати себе спокійно, розслабляється, психологічно розвантажується.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Алексеева Є.Є. Психологічні проблеми дітей дошкільного віку. Як допомогти дитині?: навч.-метод. посіб. Спб.: Мова, 2008.
2. Аралова М.А. Довідник психолога ДНЗ. М: ТЦ Сфера, 2007.
3. Газета Психолог № 6 (510), березень 2013 р.
4. Газета Психолог № 22 (526), листопад 2013 р.
5. Газета Психолог № 4 (484), лютий 2012 р.
6. Галіцина Л. Застосування арт-терапевтичних технік для зниження тривожності у дітей. *Практичний психолог. Дитячий садок.* 2015. № 10.
7. І. Бех Д., Воронцова Т.В., Пономаренко В. С., Страшко С. В. . Основи здоров'я: підручник для 7 кл. загальноосв. навч. закл. К.: Видавництво «Алатон», 2015. – 200 с.
8. Кочанська І. Казки, що виховують. *Психолог дошкілля* – 2012 - №2.
9. Кисельова М. В. «Арт-терапія в роботі з дітьми»: Керівництво для дитячих психологів, педагогів, лікарів та фахівців, що працюють з дітьми. Спб. Мова, 2006.
10. Маргулян І. Казкотерапія для малят. *Психолог.* 2007. №28. С.23-24.
11. Підготовка вчителів до розвитку життєстійкості/стресостійкості у дітей в освітніх навчальних закладах: навч.-метод. посіб. Богданов С. О. та ін. ; заг. ред. Чорнобровкін В.М., Панок В.Г. Київ: Українське видавництво: ПУЛЬСАРИ, 2017. 208 с.
12. Матеріали сайтів:

Як війна впливає на психічне здоров'я дітей?: <https://warchildhood.org/ua/impact-of-war-on-childrens-mental>

Як підтримати та заспокоїти дитину під час війни: <https://eo.gov.ua/yak-pidtrymaty-ta-zaspokoity-dytynu-pid-chas-viyny/2022/02/28/>

**Танцюра Любов,**  
практичний психолог  
Нетішинського ліцею № 4

### У пошуках ресурсу

Під час війни в країні нелегко стало зберігати рівновагу в психологічному стані. Пандемія, війна, нестабільність та невпевненість у завтрашньому дні. У складні періоди нам особливо важливо всіма засобами підтримувати своє психічне здоров'я.

**Ключові слова:** Ресурс, здоров'я, щастя, вдячність, емоційне благополуччя, здоровий спосіб життя, медитації, практичні рекомендації, життєві цінності, доброта.

Коли на дворі та на душі дощ, дуже важливо піклуватися про себе та дарувати маленькі радощі. Букет осінніх квітів, щось смачненьке, час на улюблену справу, або ж інколи найкраще допомагає душевна розмова в колі тих, хто переживає схожий досвід і розуміє вас.

В енергетичному полі вчителя перебуває багато й дітей, й дорослих, тому від його наповненості залежить співпраця всіх учасників освітнього процесу. Роботу педагога супроводжує постійний стрес, тож уміння керувати своїми емоціями та ресурсністю – надважливо не тільки сьогодні, а й завжди.

Вчителі орієнтовані на вклад у життя інших людей, але іноді забувають піклуватися про себе та «включати» себе, вони завжди у центрі виру комунікацій, мають швидко перемикатися з дітей на колег, з колег на батьків та керівництво. А значить вчитель завжди має бути гнучким і адаптивним навіть у непередбачуваних ситуаціях. Важлива риса вчителя – резистентність: внутрішня стійкість та необхідність швидко відновитися після стресів. На жаль, система, в якій працюють вчителі, не орієнтована на те, щоб вчитель встигав відновлюватися. Разом з тим, вчитель має не тільки сам вчитися швидко відновлюватися, а й навчати цього дітей. Для цього «батарея» має бути в зарядженому стані.

Та коли запаси хорошого настрою вже зовсім на нулі, а навколо не має тих, хто міг би їх поповнити, настає час для внутрішньої мотивації. Поповнення власного ресурсу починається із простого контакту із собою.

Бути в контакт з своїми емоціями, розуміти, що саме ви зараз відчуваєте. Необхідно проаналізувати, що могло викликати цю емоцію? Злість найчастіше виникає у відповідь на порушення ваших кордонів, страх – це підказка організму поберегти себе, тривога може бути бажанням щось зробити. Позбавитися її найпростіше через дію. І, нарешті, виразити свою емоцію.

Також дуже корисно іноді ізолювати себе від соціальних мереж: просто відкласти смартфон, вимкнувши всі сповіщення, і присвятити час собі: помедитувати або насолодитися улюбленою стравою чи напоєм.

Дайте собі трохи часу, щоб побути в тиші та відновити емоційну енергію. Обійми, повноцінна їжа та сон сприяють відновленню та запобігають вигоранню вчителя на роботі. Слідкуйте за станом здоров'я.

Ось кілька простих та дієвих вправ для виконання.

#### **Вправа «Мої ресурси»**

Візьміть бланк, в одній частині напишіть: «Чим я можу похвалитися». У цій частині запишіть ті свої якості та характеристики, якими ви можете гордитися та вважаєте своїми сильними сторонами.

Коли перша частина вправи буде виконана, у другій частині листа напишіть «Чим ці якості можуть допомогти мені у роботі (повсякденному житті)». Навпроти кожної своєї сильної сторони напишіть, чим вона зможе допомогти вам.

*Візьміть до рук наступний бланк та продовжте:*

- Понад усе я люблю...
- Я щаслива (-ий), коли...
- Я мрію...
- Готова (-ий) навчитися...
- Можу поділитися...

Візьміть блокнот та складіть список того, що вас наповнює радістю, приносить задоволення. Не поспішайте: що більше згадаєте таких речей, то краще.

А коли відчуваєте, що ваш особистий спідометр наближається до нуля, розгортайте блокнот і виконуйте щонайменше три речі, які там записані. Можете це зробити за тиждень, за кілька днів — залежно від того, що конкретно зараз ви готові собі дозволити

### **Вправа “Намалюй коло”**

Цю вправу рекомендується виконувати щодня самостійно, бажано під вечір, коли робочі справи вже завершено, а домашні ще не розпочаті. Вона допомагає переключити увагу, підняти настрій та трошки відпочити.

Візьміть аркуш паперу й накресліть на ньому велике коло. Далі – просто малюйте. Малювати можна будь-що, що спадає на думку. Або навпаки – те, що малюється без залучення свідомості. Використовувати для малювання можна будь-які матеріали – олівці, фарби, ручки тощо. Колір також не має значення.

Рекомендується виконувати цю вправу впродовж хоча би 10 хвилин. Ви можете поставити собі будильник, щоби не відволікатися на споглядання годинника.

Ця вправа допомагає відпочити нашим розуму та психіці, заспокоїтися та переключитися, а також (за регулярного виконання) зменшує відчуття тривожності.

### **Вправа “Солодкі спогади”**

Цю техніку можна використовувати як для відновлення свого ресурсу, так і для занять у класі з дітьми.

Наші спогади – це безцінний дар. Ми пам’ятаємо емоційно яскраві для нас моменти. Але наша психіка працює так, що негативні моменти ми згадуємо швидше й більш яскраво. Тоді як приємні хвилини “дістаємо” з пам’яті довше і трішки складніше.

Для виконання вправи визначте проміжок часу і згадайте позитивні моменти, які відбулися в цей період. Запишіть список на аркуші (одним словом, тезою – як завгодно, але щоби ви розуміли, про що йдеться). Не треба насильства над собою – записуйте те, що приходить на думку, але воно обов’язково має бути приємним для вас.

Візьміть інший аркуш і намалюйте ці спогади у вигляді солодошів. Вони можуть лежати у вазі, на тарілці чи столі або бути “розкиданими” по паперу – як забажаєте й “побачите”. *Якщо ви проводите цю вправу в групі, можна обговорити малюнки і спогади.*

Солодоші, які з’являться на вашому малюнку, – це ваші ресурсні фрази. Ця техніка має пролонговану дію. Картинку можна з часом домальовувати, заповнювати новими чи згаданими спогадами.

*Вправу варто виконувати для боротьби з тривожністю, відпочинку та наповнення свого емоційного ресурсу.*

### **Вправа “Подушка безпеки”**

*Це вправа для знімання тривожності.*

“Ми звикли тривожитися. І від поганих моментів, і від хороших, і навіть від самої тривоги ми також тривожимося. І коли ми ловимо себе на цьому почутті, варто переспрямувати наш ресурс на позитив”.

Візьміть аркуш паперу й намалюйте на ньому ваші “подушки безпеки”. Наприклад, у вас є власне помешкання, і це – ваша подушка безпеки. У вас є робота, машина, рахунок, друзі, кохані – малюйте ще подушки. Вони можуть поєднуватися між собою або бути намальованими окремо.

Кожна подушка – це те, що вас підтримує. Їх може бути скільки завгодно – стільки, скільки ви зможете згадати.

Але намалювати їх потрібно так, щоби на кожній ви могли уявити зверху себе. Тож розташуйте аркуш максимально комфортно для вас. Кожну подушку треба підписати (щоби ви не забули, що малюється на увазі), їх можна розмалювати в різні кольори.

Під час роботи намагайтеся відслідковувати ваші емоції: чому ви вибрали саме такий колір? яка кількість ваших подушок? чому вони розташовані саме так?

Цей малюнок нагадує нам, що, окрім тривожності, у нас є безліч інших моментів, які підтримують нас і дарують позитивні емоції. А за потреби – зможуть допомогти.

### **Вправа “Багаж щастя”**

Уявіть, що за плечима у вас є сумочка чи рюкзачок, у якому лежить усе, щоби відчувати себе щасливим. Вам потрібно виписати ті речі та відчуття, які лежать у вашій торбинці. Дайте собі відповіді на запитання:

- що лежить там?
- хто збирав цей багаж?
- що в ньому ваше?
- що там не ваше?
- може, від чогось треба відмовитися чи, навпаки, щось додати?
- наскільки вам легко чи важко нести цей багаж?

Після того, як ви відповісте на ці запитання, намалюйте те, що лежить у вас у рюкзачку. Й обов’язково треба відслідкувати свій стан у момент, коли ви не лише думаете над тим, що лежить у вашій торбинці, а коли бачите всі ці речі намальованими на папері. Вам, напевно, захочеться щось додати або від чогось відмовитися. Зробіть це.

Варто дотримуватись наступних рекомендацій:

### **Вигадайте собі невеликі випробування.**

Це можуть бути спортивні досягнення або прогрес у вивченні іноземної мови. Якщо ми щодня ставимо собі завдання і виконуємо їх — ми зміцнюємо нашу психіку, роблячи її стійкішою і сильнішою.

Дослідження показують, що досвід подолання невеликих випробувань, які ми створюємо собі самі, допомагає справлятися із серйозними викликами, які кидатиме нам життя. Ці маленькі досягнення цілком здатні надавати нам впевненості та віри у свої сили.

### **Намагайтеся не сидіти довго на одному місці.**

Здавалося б, що жажливого в тому, що ми весь день проводимо перед екраном? Проте нещодавні дослідження ще раз підтверджують, що сидячий спосіб життя може бути шкідливим для психічного здоров'я.

Зазвичай лікарі рекомендують щонайменше 30 хвилин фізичної активності на день. Але цього може бути недостатньо, якщо ми проводимо у сидячому положенні більше ніж 8 годин на день. Такий спосіб життя може провокувати підвищений стрес, депресивні симптоми та психологічне неблагополуччя.

### **Гуляйте на свіжому повітрі.**



Прогулянки заспокоюють та втихомирюють. Німецькі вчені з'ясували, що в районах із великою кількістю зелених насаджень жителі в середньому вживали менше антидепресивних засобів.

### **Частіше згадуйте про свої успіхи.**

Нам легше вдається справлятися з негативними переживаннями, якщо ми зараз намагаємося згадати минулі успіхи і досягнення. При цьому просто приємні спогади, не пов'язані з досягненнями, не такі ефективні.

Коли життя кидає нам виклик, дуже важливо вірити в можливість його подолати. Тому намагайтеся собі регулярно нагадувати про минулі перемоги.

### **Не забувайте дзвонити друзям.**

У недавніх дослідженнях було доведено, що в жінок, які переживають життєві труднощі, розмови з подругами знижували рівень кортизолу — гормону стресу.

### **Таємний тапплінг**

Робочою областю для цієї вправи є останні фаланги пальців на правій та лівій руках. По черзі натискайте на подушечки кожного пальця, поки не відчуєте, що заспокоїлися. Натискаючи великими пальцем на фаланги, ми стимулюємо нервові закінчення.

Ці імпульси пригнічують активність амігдали (мигдалеподібного тіла)-мозкового центру, який відповідає за тривожність.

### **Метелик**

Схрестіть долоні, зачепившись великими пальцями - це нагадуватиме метелика

Прикладіть долоні до грудей та по черзі легенько і ритмічно пристукуйте по ключиці

Через внутрішні вібрації ви будете чути звуки, як гучне серцебиття - це заспокоюватиме вас продовжуйте цю вправу, поки не відчуєте, що дихання вирівнялося.

Під час цієї вправи відбувається взаємодія на виходи черепних нервів, які отримують перехресні сигнали.

Амігдала зменшує свою активність, префронтальна зона активується, мозок переходить в більш адаптивний режим.

### **Техніка – з групи дихальних вправ.**

Для її виконання вам знадобиться будь-який квадратний чи прямокутний предмет, який ви бачите перед собою (двері, стіна, будинок тощо).

- Супроводжуйте поглядом з першого кута до другого (на рахунок "1"), з другого до третього (на рахунок "2"), з третього до четвертого (на рахунок "3"), з четвертого назад до першого (на рахунок "4") – і так по колу.

- На рахунок "1" почніть вдих, продовжуйте вдихати повітря через ніс до рахунку "4".

- Потім знову на рахунок "1" почніть видихати до "4".

За рахунок штучного уповільнення вашого дихання мозок зрозуміє, що ви у безпеці і зараз можна розслабитися.

Цю вправу варто робити під час сильної тривоги.

При помірній тривозі її варто робити 2-3 рази на день – протитривожний захист виникає завдяки накопичувальному ефекту.

### **Вправа «Заземлення»**

Заземляйтеся під час емоційних бур, звертаючи увагу на свої думки та почуття, уповільнюючись і з'єднуючись зі своїм тілом, повільно притискаючи ступні до підлоги, потягуючись і дихаючи, а потім перенаправте увагу і включіться в навколишній світ. Що ви можете бачити, чути, торкатися, смакувати і нюхати? Зверніть увагу на те, що знаходиться перед вами. Зауважте де ви знаходитеся, хто поруч з вами і що ви робите.

**Практична порада.**

Заземлення є особливо корисним під час стресових ситуацій і емоційних бур.

Ви можете практикувати заземлення, маючи всього 1-2 хвилини, наприклад, коли ви чекаєте чогось, до чи після якоїсь повсякденної справи.

Практикуючись, ви можете помітити, що нудні заняття стають приємнішими, і вам також буде легше використовувати заземлення пізніше, у складніших ситуаціях.

**Вправа «Відчіпляємося з гачка»**

Відчіпляйтеся з гачка за допомогою трьох кроків:

Крок 1)

- Зверніть увагу на те, що вас зачепила важка думка чи почуття.
- Усвідомте, що важка думка чи почуття відволікають вас, і з цікавістю

поспостерігайте за ними.

Крок 2)

Подумки назвіть важку думку чи почуття, наприклад:

- «Ось у мене з'явилася важка думка»;
- «Ось важкість у грудях»;
- «Ось мене охопив гнів»;
- «Ось важка думка про минуле»;
- «Я звертаю увагу на важку думку»;
- «Я звертаю увагу на страхи щодо майбутнього».

Крок 3)

- Перенаправте увагу на те, що ви робите.

• Приділяйте всю свою увагу тим, хто поруч із вами, і тому, чим ви займаєтеся.

**Вправа «Діємо згідно із власними цінностями»**

Виберіть найважливіші для вас цінності, наприклад:

- Бути добрим і турботливим/доброю і турботливою;
- Бути готовим/готовою допомогти;
- Бути сміливим/сміливою;
- Бути працьовитим/працьовитою.

Ви повинні вирішити, які цінності є для вас найважливішими!

Потім виберіть одну маленьку дію згідно із цими цінностями (навіть найменші дії важливі):

- Те, що ви зможете зробити наступного тижня.
- Що ви зробите?
- Що скажете?

Три підходи до будь-якої складної ситуації:

1. Піти.

2. Змінити те, що можна змінити, прийняти біль того, що не можна змінити, і жити згідно зі своїми цінностями.

3. Здатися і відмовитися від своїх цінностей.

**Вправа «Проявляємо доброту»**

Будьте добрими. Звертайте увагу на свій біль та біль інших людей і реагуйте на нього з добротою.

Відчіпляйтеся з гачка недобрих думок, звертаючи на них увагу і називаючи їх. Потім спробуйте поговорити із собою по-доброму.

Якщо ви добрі до себе, у вас буде більше енергії, щоб допомагати іншим, і більше натхнення, щоб проявляти до них доброту. Отже, користь отримають всі.

Ви можете також простягнути свою руку і уявити, що вона наповнюється добротою. А тепер ніжно прикладіть долоню до будь-якої частини свого тіла, де ви відчуваєте біль. Відчуйте, як тепло перетікає з долоні у ваше тіло, і подивіться, чи можете ви бути добрими до себе через цю долоню.

### **Вправа «Створюємо простір»**

Спроби відігнати від себе важкі думки та почуття часто бувають нерезультативними. Тому натомість створюємо для них простір:

1) Звертаємо увагу на важку думку чи почуття і спостерігаємо за ними з цікавістю. Зосереджуємо на них свою увагу. Уявляємо болісне відчуття яким-небудь предметом і звертаємо увагу на його розмір, форму, колір і температуру.

2) Називаємо важку думку або почуття, наприклад:

- «Ось важке почуття»;
- «Ось важка думка про минуле»;
- «Я звертаю увагу на свій смуток»;
- «Я звертаю увагу на свою думку про те, що я слабка людина».

3) Дозвольте цьому болісному почуттю чи думці приходити і йти, як погоді. Дихайте і уявляйте собі, як повітря проникає у ваш біль і обволікає його, створюючи для нього простір.

Замість того, щоб боротися з думкою чи почуттям, дозвольте їм проходити крізь вас, наче погода, яка змінюється на небі.

Якщо ви не будете боротися з погодою, у вас буде більше часу та енергії для включення в навколишній світ і важливих для вас справ.

### **Практикування вдячності**

Вдячність виконує ключову соціальну роль в нашій еволюції як виду. І якби людина не навчилася виражати вдячність, то чи навряд би змогла вижити з точки зору соціального контексту.

Вдячність може бути визначена як вираження подяки за те, що людина має. Тобто це внутрішнє переживання цінності всього того, що є у людини.

Ми можемо бути вдячними за їжу, за чисте повітря, за те, що маємо родину, друзів, хатніх тварин, за красу природи, за можливість подорожувати, за здоров'я, за будь-що.

Аби відчувти вдячність, спробуйте уявити ситуацію, у якій би ви не мали всіх тих благ, які присутні зараз у вашому житті.

Як би ви тоді почувалися? Яке б соціальне положення займали? Хто б вас оточував?

Чесно відповідаючи на питання вище, ви ймовірно за все відчуєте вдячність хоча б за одну річ, подію або людину у вашому житті.

Вдячність є нашою опорою, адже ми можемо спиратися лише на те, що маємо. Навчаючись помічати те, що у нас є, ми вчимося переживати вдячність як стан душі та доброзичливого ставлення до себе, інших та світу.

Якщо це почуття вам відгукнулося і ви хочете більше помічати цінностей, що точно є присутніми у світі, існують вправи, які допомагають культивувати вдячність як стан та спосіб життя.

Пропонуємо вам кілька вправ, які дозволять розвинути це відчуття.

### **Щоденник вдячності**

Придбайте красивий блокнот, у який вам буде приємно записувати події, за які ви вдячні. Ви також можете це робити у нотатках телефону. Щовечора приділіть 10 хвилин для того, щоби записати у щоденник або смартфон події дня, за які ви вдячні. Це може бути щось незначне на кшталт завершеного завдання на роботі, смачної кави, приємної телефонної розмови з другом, красивого заходу сонця.

### **Помічайте щасливі миті**

Зупиніться на мить та відчуйте подяку за кожне приємне переживання. Це також може стосуватися дрібних та банальних на перший погляд речей: посмішки перехожого, купівлі канцелярського приладдя, поїздки в офіс вперше після тривалого періоду work from home. *Ще один лайфхак: фотографуйте моменти, в яких ви відчували вдячність, та зберігайте світлини в окремій папці телефону. В*

*похмурий день ви зможете їх переглянути та згадати, що в світі є вдосталь доступних задоволень.*

#### **Напишіть лист вдячності**

Згадайте про людину, що вплинула на вас; когось, кому б ви хотіли подякувати, або того, хто є для вас дуже цінним. Напишіть листа цій людині, детально перелічуючи за що ви їй вдячні. Надішліть листа, щоби виразити свою приязнь та почуття.

#### **Відвідайте людину, яку цінуєте**

Зробіть все те ж саме, що описано у попередній вправі, але замість відправки листа, вручіть його особисто. Ви можете також зачитати написане, дозволяючи людині пережити приємні емоції від вашої щирості.

#### **Будильник**

Встановіть будильник з періодичністю кожні дві години. З його сигналом подивіться навколо, помітьте людей поруч, згадайте, що відбулося протягом останніх декількох годин та знайдіть привід для вдячності.

#### **Донат на ЗСУ**

Пожертви коштів та репост інформації - теж прояви вдячності.

Кожен раз коли відчуваєте вдячність за можливість жити звичним життям - подякуйте тим, хто зараз нас захищає на передовій.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. <https://mozok.ua/>;
2. Телеграм канал «Психологічна підтримка» [https://t.me/s/psy\\_support](https://t.me/s/psy_support);
3. Анна Степанова-Камиш «5 вправ з арттерапії для відновлення ресурсу вчителя», <https://nus.org.ua/>

**Тіней Вероніка,**

вчитель-логопед

Хмельницького ЗДО №50 «Лелеченька»

#### **Розвиток міжпівкульної взаємодії у дітей дошкільного віку**

Війна внесла корективи в життя кожного українця. Дитина дошкільного віку не може захистити себе в мирний час, а у стресогенній ситуації під час війни відчувається ще більш безпорадною. Але життя продовжується, і попри війну кожна мама час від часу замислюється, чим зайняти дитину вдома. Тому дуже важливо створити для дітей комфортні умови для життя та розвитку під час війни.

У статті порушуються теоретичні питання формування міжпівкульної взаємодії та латералізації функцій головного мозку в дитини, урахування яких, на мою думку, є однією з головних умов ефективної адаптації молодших школярів до школи. В нейропсихології дитячого віку аналіз формування міжпівкульної взаємодії є одним із пріоритетних напрямів, та акцентується на значущості процесів міжпівкульної взаємодії для мозкової організації специфічних людських форм адаптивної поведінки. Розглядаються три головні рівні організації міжпівкульної взаємодії в онтогенезі. На першому етапі (від внутрішньоутробного розвитку до 2–3 років) закладається базис для міжпівкульного забезпечення нейрофізіологічних, нейрогуморальних і нейрохімічних асиметрій, які лежать в основі соматичного, афективного й когнітивного статусу дитини. На цьому рівні вперше заявляють про себе глибинні нейробіологічні передумови майбутнього психофізіологічного «стилю» поведінки дитини. На другому етапі (від 3 до 7–8 років) активізуються міжгіпокампульні комісуральні системи, закріплюються та автоматизуються все основні міжпівкульні асиметрії операційного рівня, формується домінантність півкуль

мозку за рукою та мовою, фіксується право- й лівопівкульний локус контролю за актуалізацією когнітивних (вербальних і невербальних) та емоційних психологічних факторів і функцій. На третьому етапі (від 7 до 12–15 років) завершується морфологічне та функціональне дозрівання мозолистого тіла, що забезпечує міжпівкульну організацію психічних процесів на найбільш важливому для соціальної адаптації рівні. Отже, саме ступінь сформованості міжпівкульної взаємодії дає дитині змогу не тільки будувати власні програми поведінки, ставити перед собою ясно визначені цілі, а й контролювати (коригувати) їх відповідно до вимог природного оточення та соціуму. Важливою є необхідність проведення своєчасної нейропсихологічної діагностики порушень міжпівкульної організації психічних процесів, що дасть змогу знайти ефективні шляхи до успішної адаптації дитини до навчання у школі.

**Ключові слова:** міжпівкульна взаємодія головного мозку, латералізація функцій головного мозку, адаптація дитини до навчання у школі.

На сьогодні збільшується кількість дітей з мінімальними мозковими дисфункціями (30% від загального числа), які виявляються в порушенні мовлення, мислення, у змінах якостей психіки. Доведено, що певну роль у виникненні цих змін відіграють порушення функціональної асиметрії кори великих півкуль головного мозку й міжпівкульна взаємодія. Зв'язок двох півкуль мозку надзвичайно важливий. У разі його порушення (або несформованості) виявляється недоступність або складність координації рухів (наприклад: ходьба, робота обома руками).

Своєчасна корекційно-розвиваюча робота сприяє розвитку відповідних психічних функцій. Основні її напрямки:

- розвиток загальної рухової координації;
- формування погоджених рухів двома руками й ногами;
- розвиток координації рук і ніг, формування міжфункціональних зв'язків.

Особливе місце в корекційній роботі посідає формування міжпівкульної взаємодії.

Під час підготовки до написання статті я приділила велику увагу вивченню культурно-історичної теорії психіки людини та основні положення про структуру й динаміку психологічного віку Л. С. Виготського; положення про закономірності розвитку вищих психічних функцій і роль спілкування в цьому процесі Л. С. Виготського, Д. Б. Ельконіна, С. Д. Максименко; погляди на формування розумових дій П. Я. Гальперіна; теорію діяльності в контексті розуміння природи внутрішньої діяльності як похідної від зовнішньої О. М. Леонтьєва, концепцію психічного розвитку дитини в молодшому шкільному віці Д. Б. Ельконіна й Ж. Піаже. Також ознайомилась з працями сучасних українських учених (М. О. Білдіна, Н. Ю. Максимова, К. Л. Мілютіна, В. М. Оржеховська, В. М. Піскун, Н. П. Пихтіна, Л. Б. Сікорська, Т. Є. Федорченко), які розглядають психологічні особливості, емоційні реакції, поведінкові проблеми, соціальні навички дітей молодшого шкільного віку. Разом із цим в основі статті лежать теоретичні положення класиків і сучасних дослідників у галузі нейропсихології та психофізіології (О. Р. Лурія, Є. Д. Хомська, А. В. Семенович, Т. Г. Візель, О. О. Музика, А. В. Шаюк).

**Мета** – дослідити розвиток міжпівкульної взаємодії у дітей дошкільного віку.

Функціональна асиметрія півкуль людського мозку. Здатність функціональної асиметрії істотно розширювати можливості мозку робити його більш досконалим.

**Міжпівкульна асиметрія і міжпівкульна взаємодія.**

Опис документу: міжпівкульна взаємодія має можливість розвитку за допомогою комплексу спеціальних кінезіологічних вправ. Враховуючи функціональну спеціалізацію півкуль (права - гуманітарна, образна; ліва – математична, знакова), а також роль спільної діяльності

Ці вправи розвивають міжпівкульні зв'язки, синхронізують роботу півкуль, покращують розумову діяльність, сприяють поліпшенню пам'яті та уваги, полегшують

процес читання і письма. Вправи необхідно виконувати щодня. Права півкуля головного мозку – гуманітарна, образна, творча – відповідає за тіло, координацію рухів, просторове та кінестетичне сприйняття. міжпівкульна взаємодія має можливість розвитку за допомогою комплексу спеціальних кінезіологічних вправ.

У нейропсихології дитячого віку аналіз формування міжпівкульної взаємодії є одним із пріоритетних напрямів. Формування міжпівкульної взаємодії в онтогенезі людини включає низку ступенів, змістом яких є поетапне включення – з подальшою асиміляцією – комісуральних структур різного рівня та філогенетичної зрілості в забезпеченні цілісної психічної діяльності. Цей процес, що передує функціональній латералізації мозку, потім іде паралельно з нею за всіма правилами гетерохронії та асинхронії, має свою періодизацію, тобто протікає за універсальними законами розвитку. Його кінцевою точкою можна вважати міжпівкульну інтеграцію вищого рівня, коли парна робота мозку як основоположна система підпорядковує собі латералізовану функціональну спеціалізацію півкуль – складник цієї системи.

Отже, функціональна асиметрія мозку – це унікальна ознака людини як виду. Цей стрибок у філогенезі підтверджує значущість процесів міжпівкульної взаємодії для мозкової організації специфічних людських форм адаптивної поведінки. Стагнація функціональної спеціалізації півкуль і принципово новий тип міжпівкульної взаємодії “*homo sapiens*” нерозривно пов’язані з революційним розвитком у нього лобних відділів мозку. Саме їх функціональна активність є предтечою та гарантом адекватної стабілізації парної роботи мозку. Включення кожного наступного етапу парної роботи мозку передбачає асиміляцію, інтеграцію попереднього, який починає виконувати підпорядковану роль, продовжуючи, уже у звернутій формі, підконтрольно забезпечувати свої базові функції.

Загалом морфологічний і функціональний цереброгенез прагне до поетапного закріплення ієрархії диференційованих підкорково-коркових, внутрішньо- та міжпівкульних взаємодій. Кожна зона мозку приносить у цей системно-динамічний процес свій індивідуальний “талант”. Далі ми більш докладно обговоримо формування комісуральних передумов парної роботи мозку в онтогенезі. Почати варто з того, що дебют цього онтогенетичного новоутворення (за Н. Гешвиндом) належить до 3–5 місяців вагітності й пов’язаний з активізацією системного гормону тестостерону.

Але реалізуватися цей механізм починає в момент виходу з внутрішньоутробних умов невагомості; адже внаслідок акту народження дитина вперше потрапляє під дію сил гравітації, що є визначаючим джерелом різкої активації її стовбурових утворень. Послідовність подальших церебральних модифікацій забезпечує адаптацію дитини до тих вимог, що пред’являються їй у процесі розвитку; затребуваність зовні перетворює потенційні ресурси тих чи інших церебральних систем в актуальні та детермінує характер їх онтогенезу. Але більш детально розглянемо три головні рівні організації міжпівкульної взаємодії в онтогенезі.

На першому етапі (від внутрішньоутробного розвитку до 2–3 років) основними є зв’язки стовбурового рівня. Тут, у рамках першого функціонального блоку мозку (1-й ФБМ), закладається базис для міжпівкульного забезпечення нейрофізіологічних, нейрогуморальних і нейрохімічних асиметрій, які лежать в основі соматичного, афективного й когнітивного статусу дитини.

На цьому рівні вперше заявляють про себе глибинні нейробіологічні передумови майбутнього психофізіологічного “стилю” поведінки дитини. Аналізуючи все різноманіття й взаємозумовленість перелічених процесів, можемо констатувати, що вже внутрішньоутробно, не кажучи вже про подальші етапи життя, дитина (завдяки активності свого мозку) багато в чому сама визначає хід свого розвитку, причому починаючи зі створення плаценти, яку дитина “конструює” особисто. Заключним акордом функціональної активності й міжпівкульних зв’язків субкортикального рівня є

вибірково латералізована стовбурова активація (за М. Кінсборном), яка виникає в період адаптації до мовлення (2–3 роки).

Вона виявляється в тому, що посилюються висхідні активуючі впливи на ліву півкулю під час виконання дитиною вербальних завдань; в іншому випадку аналогічні нейрофізіологічні процеси спрямовані на праву півкулю. Це є запорукою та базою для закріплення стійких передумов функціональної мовленнєвої латералізації та формування півкульних локусів контролю загалом і є актуальним на подальших етапах дорослішання. Недарма саме в цьому віці часто спостерігається фрагмент регресу мовленнєвих функцій у багатьох ліворуких дітей і справжній регрес при аутизмі.

Другий етап. Віковий період від 3 до 7–8 років характеризується активізацією комісуральних систем, що виступає на перший план. Указані зони у філогенезі є центральною мозковою комісурою.

На цьому відрізку онтогенезу закріплюються й автоматизуються всі основні міжпівкульні асиметрії операційного рівня – рівня 2-го ФБМ. Формується домінантність півкуль мозку за рукою та мовою, фіксується право- й лівопівкульний контроль за актуалізацією когнітивних (вербальних і невербальних) та емоційних психологічних факторів і функцій.

Третій етап є завершальним у становленні міжпівкульних взаємодій мозку дитини який триває від 7 до 12–15 років. Нейрофізіологічно це підкріплюється формуванням “хвилі Уолтера” – центрального механізму довільної уваги. Саме морфологічна й функціональна зрілість мозолистого тіла, головною роллю якого у філо- та онтогенез є забезпечення міжфронтальних (лобних) взаємодій, зумовлює ієрархію та стійкість уже досягнутих у ході розвитку ступенів. Вони забезпечують міжпівкульну організацію психічних процесів на найбільш важливому для соціальної адаптації – регуляторному, соціокультурально опосередкованому рівні їх перебігу (3-й ФБМ) – рівні когнітивних стилів особистості, базових довільних детермінант відображення себе в навколишньому світі й через навколишній світ. Завдяки міжпівкульним взаємодіям на цьому рівні можливе закріплення функціонального пріоритету лобних відділів лівої півкулі, що дає дитині змогу не тільки будувати власні програми поведінки, ставити перед собою ясно визначені цілі, а й контролювати (коригувати) їх залежно від умов, що постійно змінюються згідно з вимогами природного оточення та соціуму. Ступінь сформованості такої довільної саморегуляції істотно розширює межі пластичності поведінкових реакцій, що дає змогу в кожен момент часу використовувати ту стратегію, яка є найбільш адекватною та збалансованою з погляду відповідності внутрішніх і зовнішніх витоків, умов і механізмів адаптації.

Вправи для розвитку міжпівкульна взаємодії допомагають дитині уникнути проблем з психічним сприйняттям

В області діяльності мозку входять аспекти:

- аналіз дотиковий інформації, яка надходить від усіх органів чуття.
- аналіз і планування оптимального розподілу ресурсів для досягнення поставлених завдань.
  - прийняття рішень.
  - запуск процесів узгодження м'язів тіла, направлених на успішне виконання рухових і розумових завдань.
    - управління рухами тіла.
    - отримання емоцій (як позитивних, так і негативних).
    - фіксація уваги (Виборча спрямованість сприйняття на будь-який об'єкт з метою отримання даних).
    - управління пам'яттю (функція накопичення, збереження і відтворення отриманих знань і навичок).

- контролювання психофізіологічних процесів (мислення — усвідомлення закономірностей довкілля).

- розуміння і вироблення мови.

Праці В. М. Бехтерева, О. М. Леонтьєва, О. Р. Лурія засвідчили про вплив маніпуляцій рук на функції вищої нервової діяльності та розвитку мовлення. Отже, корекційно-розвиваюча робота повинна бути спрямована від руху до мислення, а не навпаки.

Кінезіологічні вправи дають можливість задіяти ті ділянки мозку, які раніше не брали участі в навчанні. Цікаво відзначити, що людина може мислити, сидячи нерухомо. Однак для закріплення думки слід рухатися.

І. П. Павлов вважав, що будь-яка думка закінчується рухом. Саме тому багатьом людям легше мислити під час повторюваних фізичних дій, наприклад: при ходьбі, погойдуванні ногою, постукуванні олівцем по столу та ін. На руховій активності побудовані всі нейропсихологічні корекційно-розвивальні програми. Ось чому слід пам'ятати, що нерухомо дитина не навчається!

У ході систематичних занять за кінезіологічними програмами в дитини зникають явища дислексії, розвиваються міжпівкульні зв'язки, поліпшується пам'ять і концентрація уваги. У зв'язку з поліпшенням інтегративної функції мозку в багатьох дітей спостерігається значний прогрес у здібностях до навчання та вміння керувати своїми емоціями.

До комплексу кінезіологічних вправ включають:

- вправи на розтягування, які нормалізують гіпертонус (м'язове напруження) та гіпотонус (неконтрольовану м'язову млявість);
- дихальні вправи, які покращують ритміку організму, розвивають самоконтроль;
- вправи для очей розвивають міжпівкульну взаємодію, підвищують енергію організму;
- під час виконання рухів для тіла розвивається міжпівкульна взаємодія, знімаються мимовільні, ненавмисні рухи й м'язові затиски;
- вправи для розвитку дрібної моторики;
- вправи на релаксацію;
- масаж.

Вправи необхідно проводити щодня протягом шести-восьми тижнів упродовж 15-20 хв у день.

Для поступового ускладнення вправ можна використовувати:

- прискорення темпу виконання;
- виконання із заплющеними очима;
- підключення рухів очима та язиком до рухів руками;
- підключення дихальних вправ та методу візуалізації.

Отже, без формування стабільного забезпечення парної роботи двох півкуль головного мозку на базальних рівнях (що прямо співвідноситься з етапами сенсомоторного розвитку дитини в дитинстві) неможлива упорядкована функціональна активність вищих рівнів. Навіть у тих випадках, коли досягнуті гарні результати, варто рекомендувати батькам і педагогам як профілактику виконувати вправи, що дають змогу зберігати та розвивати далі оптимальний статус комунікативного альянсу між правою та лівою півкулею. Я вважаю, що необхідність проведення своєчасної нейропсихологічної діагностики порушень міжпівкульної організації психічних процесів допоможе знайти ефективні шляхи до успішної адаптації дитини до навчання у школі.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Коцур Н.І. Основи педіатрії і гігієни дітей раннього та дошкільного віку: навч.посібн. Чернівці: 2010. 576 с



2. Круцевич Т. Ю. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді: навч. посіб. Олімп. 2011. 224 с.
3. Музика О. О., Шаюк А. В. Особливості застосування методики “Профіль латеральної організації мозку” в роботі психолога. Практична психологія та соціальна робота. 2014. № 5. С.72–76.
4. Палій А. А. Диференціальна психологія. Київ : Академвидав. 2010. 429 с.
5. Пангелова Н.Є. Теоретико-Методичні засади формування гармонійно-розвинутої особистості дитини дошкільного віку в процесі фізичного виховання: дисерт. Переяслав–Хмельницький 2014. 445 с.
6. Пасічник В. Специфічні принципи фізичного виховання дітей дошкільного віку в умовах інклюзивної освіти. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. Вип. 4. 2017. С.203-208.
7. Пивовар А. А. Комплексний розвиток моторики і пізнавальних здібностей дітей старшого дошкільного віку «Спортивний вісник Придніпров'я: Науково-практичний журнал №3. – Дніпропетровськ 2017. С.148-152.
8. Чайка Д. Рівень розвитку фізичних якостей дітей на етапі підготовки до шкільного навчання Спортивний вісник Придніпров'я. №3. 2016. С.236-238.

**Трохимчик Леся,**  
вчитель початкових класів  
Хролинської гімназії  
Судилківської сільської ради

### **Викладання інтегрованого курсу «Я досліджую світ» в умовах війни**

У статті розглядаються пропозиції щодо змін до програми НУШ з інтегрованого курсу «Я досліджую світ». Діти потребують зараз особливої турботи та уваги. Тому дбати про безпеку дітей, прищеплювати навички здорового способу життя, навчати правильно поводити себе в екстремальних ситуаціях – сьогодні це актуальне завдання, яке передбачає оволодіння навичками безпечної поведінки учнями.

**Ключові слова:** Я досліджую світ, основи безпеки, небезпечні ситуації, здоровий спосіб життя, патріотизм.

Початкова школа є самим найвідповідальнішим етапом у житті кожної дитини. Це період, коли малюк радіє успіхам, отримує можливість стати енергійним учасником освітнього процесу. Він починає усвідомлювати свої дії, оцінювати свої вчинки, прогнозувати, приймати рішення, висловлювати думку. На цьому шляху маленька людина починає пізнавати себе, світ, оточення. Для повноцінного розвитку велику роль відіграють його взаємини з однолітками та дорослими. Ставлення дитини до світу, до людей багато в чому складається з навколишнього його благополуччя, самооцінки, позитиву, вихідного від оточуючих. Тож, для маленьких школярів перший вчитель має стати авторитетом, прикладом та надійним помічником. А в умовах воєнного стану це завдання набуло особливого значення.

Тому актуальним в цій ситуації є пропозиції щодо змін до типових освітніх і навчальних програм для 1-2 і 3-4 класів закладів загальної середньої освіти, що зумовлені оголошенням воєнного стану в Україні. Такий проєкт змін до програми НУШ з інтегрованого курсу «Я досліджую світ» запропоновано у такому варіанті:

- уточнено наповнення змістових ліній питаннями здорової і безпечної поведінки учнів в умовах цивільного захисту;
- доповнено актуальною тематикою щодо навичок взаємодопомоги людей в кризових ситуаціях; застосування інформації про безпеку в різних життєвих ситуаціях;

- конкретизовано завдання формування здорової і безпечної поведінки учнів в кризових умовах, а саме: уміння розпізнавати ситуації, які становлять загрозу для власного життя і здоров'я та життя і здоров'я інших;

- розширено практичний блок застосування норм і правил безпечної поведінки, зокрема: під час оголошення/відбою повітряної тривоги; способи повідомлення про виявлені підозрілі предмети; адекватне реагування на застережувальні написи; застосування навичок гігієни в умовах карантинних обмежень;

- деталізовано інформацію про зв'язки між людьми в суспільстві; до кого звертатись в небезпечних ситуаціях;

- обґрунтовано безпекові характеристики змісту щодо моделей поведінки в довіллі; участі у справах громади, спрямованих на цивільний захист населення;

- узгоджено і доповнено практичними завданнями щодо застосування інформації в реальному житті;

- доповнено актуальною тематикою соціального характеру (участь у благодійних заходах, взаємодія людей і країн в кризових ситуаціях) [2].

Метою навчальної програми «Я досліджую світ» є особистісний розвиток молодших школярів на основі формування цілісного образу світу в процесі засвоєння різних видів соціального досвіду, який охоплює систему інтегрованих знань про природу і суспільство, безпеку життєдіяльності, ціннісні орієнтації в різних сферах життєдіяльності та соціальної практики, способи дослідницької поведінки, які характеризують здатність учнів розв'язувати практичні задачі. Таке наповнення змістових ліній питаннями здорової і безпечної поведінки учнів на сьогоднішній день є актуальною тематикою щодо застосування інформації про безпеку в різних життєвих ситуаціях.

Інтегрований курс «Я досліджую світ» сприяє формуванню цілісного уявлення про досліджувані об'єкти, явища, сприяє кращому засвоєнню змісту предмета, встановленню більш міцних зв'язків учня з повсякденним життям і навколишнім світом, посиленню розвивальної складової програми, а також раціональному використанню навчального часу.

Отже, здоров'язбережувальна складова інтегрованого курсу «Я досліджую світ» призначена для формування в учнів свідомого і відповідального ставлення до питань особистої безпеки та безпеки інших людей, знань і умінь розпізнавати та оцінювати небезпечні ситуації, а також визначати способи захисту від них, надавати само- і взаємодопомогу.

Типова освітня програма враховує можливість отримання знань через практичну діяльність і сприяє формуванню в учнів уміння безпечно використовувати навчальне обладнання, проводити дослідження, аналізувати отримані результати, представляти і науково аргументувати отримані висновки.

Зміст предмета «Я досліджую світ» включає теорію та практику здорового способу життя, захисту людини в різних небезпечних і надзвичайних ситуаціях, надання першої медичної допомоги. Навчальні питання розподілено з урахуванням вікових і психологічних особливостей учнів, рівня їхньої підготовки. Вивчення предмета дає змогу учням отримати систематизовані уявлення про різні небезпечні ситуації та вплив їхніх наслідків на здоров'я людини, а також алгоритми безпечної поведінки[1].

З цією метою можна проводити тренувальні вправи щодо користування протигазом, респіратором та ватно-марлевою пов'язкою, у цікавій формі познайомити дитину з правилами безпечної життєдіяльності та поглибити знання про правила поведінки в надзвичайних ситуаціях, прищеплювати навички безпечної поведінки.

Доцільно програвати небезпечні ситуації і способи виходу з них. Наочність працює краще мільйона слів, повторюваних тисячу разів. Обов'язково потрібно подавати приклад. Діти, часом неусвідомлено, копіюють дії батьків. Запитайте себе:

як ви діятимете в небезпечній ситуації? Станете панікувати, кинетеся допомагати комусь чи постараетесь зберегти голову ясною і згадаєте все, що необхідно, щоб врятуватися? У 80% зі 100 так само вчинять і діти. І навіть якщо тисячу разів повторити дитині, що переходити дорогу потрібно тільки на зелене світло і лише по пішохідному переходу, а регулярно переводити її через шосе в недозволеному місці, саме цей вчинок відкладеться в його голові, а не слова сказані на уроці. Дитина повинна довіряти вчителю, тільки тоді ви зможете бути почутими. У дитини має бути чітке розуміння того, що певні межі порушувати не можна. Як це допоможе йому впоратися з небезпекою? Справа в тому, що зовнішній контроль допомагає розвитку внутрішнього контролю. А це, в свою чергу, допоможе зберегти голову дитини ясною навіть в екстремальній ситуації. Потрібно навчити дитину не піддаватися паніці. „Усі побігли, і я побіг” – часто не найкращий варіант розвитку подій, а навчати оцінювати ситуацію і швидко знаходити максимально швидкий і вірний спосіб убезпечити себе. Це важко - так. Але до цього потрібно прагнути. Інструкцій про те, як убезпечити дітей в різних ситуаціях, безліч. Зрозуміло, всі правила необхідно вкладати в голову дитини поступово, але так, щоб це закріпилося там назавжди.

Індивідуально-диференційований підхід, навчання і виховання в групі, в процесі діяльності, поєднання вимогливості та поваги, єдність, узгодженість, наступність, позитивне ставлення є основними принципами виховання культури безпеки.

Учителю потрібно спиратися на знання учнів про безпеку та безпеку, одночасно допомагаючи їм долати страхи, тривоги, вчити правильно реагувати на безпеку. Для профілактики психотравм необхідне дотримання низки умов. Інформація про фактори ризику повинна поєднуватися з відомостями про те, як навчитися уникнути небезпеки і як діяти в небезпечній ситуації. Учні повинні навчитися аналізувати причини виникнення небезпеки і діяти так, щоб уникнути біди. Ще важливіше навчити їх правильно реагувати на фактори ризику, формувати впевненість у своїх силах, готовність у разі необхідності звернутися за допомогою до дорослих.

Дослідження науковців виявило, що рівень знань учнів з основ безпеки значно вищий у разі використання дидактичних і сюжетно-рольових ігор, ігор-тестів, віршів, загадок і прислів'їв, навчальних завдань, кросвордів, інсценівок. Тому основним завданням вчителя є підбір найефективніших форм роботи з ознайомлення молодших школярів з безпеками та запобігання їм. І як наслідок - створення окремого напрямку в позаурочній діяльності молодших школярів.

У своїх стосунках з учнями слід дотримуватися «позитивної моделі». Хваліть їх щоразу, коли вони це заслужили, підкреслюйте успіхи.

Це допоможе зміцнити в учнів впевненість у власних силах. Уникайте повторень слів «ні» і «не можна».

Виконання завдань з теми безпечної поведінки в природному і соціальному середовищі насамперед призначено для формування практичних компетенцій у захисті від реальних небезпек, а також для формування соціальних якостей учня, який усвідомлює себе соціально активною особистістю.

Для опрацювання зазначених тем можна організовувати ситуаційно-рольові ігри, виконання практичних вправ (тренінги) на засвоєння алгоритмів дій під час безпеки, у тому числі дій за сигналами оповіщення цивільного захисту[2].

Пропедевтичне ознайомлення з основами радіаційно-гігієнічної безпеки має на меті організувати доступне молодшим школярам пізнання елементів радіаційно-гігієнічної грамоти. Обмаль знань про можливі негативні наслідки обстеження незнайомих об'єктів, необачної поведінки в доквітлі нерідко роблять учнів потерпілими у зв'язку зі своєю необізнаністю. Особливо це актуально зараз – в умовах безпрецедентного за своїми екологічними, медико-біологічними та морально-психологічними наслідками в умовах реалій воєнного стану, зокрема на територіях

поблизу АЕС. Важливо попередити можливі випадки порушення поведінки молодших школярів у разі небезпеки: непослух, бажання бути на вулиці наперекір рекомендаціям, заважати старшим, не виконувати захисних заходів тощо. Важливо, щоб діти переконались у необхідності дисциплінованого і організованого виконання рекомендацій, які сприятимуть збереженню здоров'я. Тому дуже важливим є зараз:

- знайомити школярів із правилами дій в період надзвичайних ситуацій, у тому числі в період воєнного часу;
- обговорювати теми особистої безпеки в умовах загрози та виникнення надзвичайної ситуації, користування засобами захисту від її наслідків;
- вивчати правила пожежної, мінної безпеки та основ цивільного захисту[3].

Одним із напрямів в умовах воєнного стану, постійних воєнних загроз є надання здобувачам освіти знань з важливими для збереження здоров'я та життя правилами дій в певних ситуаціях. Питаннями для розгляду можуть бути наступні:

- воєнний стан, надзвичайна ситуація, заборони та обмеження;
- правила поведінки в умовах надзвичайної ситуації воєнного характеру: необхідно, не рекомендується, забороняється;
- що таке «тривожна валіза», як підготувати, що покласти;
- правила спілкування в соціальних мережах в умовах воєнного стану;
- як вчиняти з інформацією, яка несе загрозу для України (не фотографувати місцевість, не публікувати, не репостити інформацію, яка містить фото з координатами інфраструктури населеного пункту, розташування ЗСУ тощо);
- що робити, якщо виявлено підозрілий або вибухонебезпечний предмет;
- як поводитися під час обстрілів[5].

Крім того звертається увага на волонтерську діяльність як спосіб вияву безкорисливої допомоги іншим. Волонтерський рух в освітньому закладі необхідно пропагувати ще з початкової школи і розвивати впродовж всього навчання. З цією метою можна проводити певні акції, наприклад:

- *Відправити листівку на фронт або в лікарню.* Це може бути дитячий малюнок, який зігріє серце тих, хто нас захищають, або тих, хто воюють із хворобами в лікарнях. Таке волонтерство може стати елементом національно-патріотичного виховання, а також навчити дітей толерантного ставлення до хворих.

- *Допомогти старшим людям.* Самотні дідусі та бабусі потребують не лише матеріальної допомоги, але й розмов. Проводячи час із ними, діти вчаться емпатії та толерантності до інших.

- *Відвідати притулок для тварин.* Ці тварини потребують не лише догляду та їжі, але й людської любові. Екскурсія до такого притулку може, зокрема, розвинути в дітях емпатію та відповідальне ставлення до навколишнього середовища і його чотирилапих представників.

- *Організувати разом із класом святковий ярмарок поробок, з якого всі зароблені гроші передати на благодійність.* Віддати одяг, книжки, іграшки, якими не користуються, тим, хто потребує цього більше. Така діяльність, крім емпатії, розвиває ініціативність та організаторські навички [4].

Інтегрований курс «Я досліджую світ» має сприяти формуванню в учнів найбільш значущих для українського народу цінностей. У цей складний час багато негативної інформації діти отримують під час перегляду засобів масової інформації, яка часто намагаються підірвати любов до народу та своєї країни. Дуже важливо починати прищеплювати любов до рідної держави з самого малечку, потрібно звертати увагу на патріотичне виховання в школі, бо воно дозволяє з раннього віку формувати правильне ставлення до своєї країни, цінувати і поважати її історію. Необхідно пояснювати дітям зміст понять добра і зла, формувати уявлення про значущість України та її цінності. Все це допоможе виростити покоління людей, яке завжди буде готове до подвигів, буде відстоювати інтереси свого народу. Патріотами

не народжуються, патріотами стають, і завдання початкової освіти – виховати якнайбільше патріотів своєї держави, тобто гідне підростаюче покоління. І це ми можемо зробити під час проведення уроків. Тому у процесі освітньої діяльності має здійснюватися:

- виховання активної позиції щодо громадянської і соціально-культурної належності себе і своєї родини до України, пошани до символів держави;
- активізація інтересу до пізнання історії та природи свого краю і країни;
- заохочення ініціативної патріотичної поведінки у громадських акціях, у відзначенні пам'ятних дат і подій[3].

Саме патріотизм повинен об'єднувати українців, зберегти те, що протягом століть було нашою метою, – незалежну державу. У початкових класах закладається основа національної свідомості учнів, любов до рідної землі, своєї «малої батьківщини», виховується патріотична гордість за минуле і сучасне України, любов до рідної мови, формується духовно розвинена, творча, працелюбна особистість. Не маємо права допустити, щоб руйнувалася наша свідомість, наше життя та прагнення до перемоги.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Нова українська школа: Методика навчання інтегрованого курсу «Я досліджую світ» у 3-4 класах закладів загальної середньої освіти на засадах компетентнісного підходу : навчально-методичний посібник. / Тетяна Гільберг, Світлана Тарнавська, Зоя Хитра, Ніна Павич Київ : Генеза, 2020. 240 с.
2. Початкова освіта в нових реаліях: досвід, ризики та перспективи : матеріали інструктивно-методичної наради, м. Ужгород : ЗІППО, 2022.
3. Інструктивно-методичні рекомендації щодо організації освітнього процесу і викладання навчальних предметів у закладах загальної середньої освіти у 2022/2023 навчальному році. URL: <https://mon.gov.ua/ua/news/metodichni-rekomendaciyi-shodo-organizaciyi-osvitnogo-procesu-v-shkolah-u-20222023-navchalnomu-roci>.
4. Волонтерство як інструмент навчання. URL: <https://nus.org.ua/articles/volonterstvo-yak-instrument-navchannya/>
5. Абетка з безпеки школяра середньої школи. URL: <https://mvs.gov.ua/upload/1/2/8/8/1/0/LH3hOOT0zxK2gAndmWbNnYJSG1yvF1ECBE1pqbE4.pdf>

**Туракевич Ірена**  
Завідувач Судилківської філії  
Судилківського ліцею

#### **Освіта України в умовах війни: ризики й перспективи**

В наслідок повномасштабного вторгнення рф в Україну, не лише освітній процес змінився але змінилося життя усіх українців. Як здійснити якісне навчання, як мотивувати здобувачів освіти, як забезпечити психологічну підтримку тих хто цього потребує?! Ось виклики педагога, які поставила війна. Зруйнувавши понад 2000 освітніх закладів, змусивши виїхати за кордон дітей, які там здобувають освіту, батьків, які втратили матеріальну можливість забезпечити якісне здобуття освіти своїм дітям. Інтегруючись у європейську систему освіти, ми маємо стати частиною Європейської освіти. Над цими та іншими питаннями працює МОН України, держава. Першочергове завдання як педагогів так і законодавців це налагодити синхронну роботу усього освітнього механізму.

**Ключові слова:** війна, освіта, воєнний стан, інтеграція, здобувачі освіти, МОН, освітній процес.

Із початком повномасштабної військової агресії російської федерації проти України 24 лютого 2022 р. життя українців кардинально змінилося. Так, звичайно, війна тривала з 2014 року... Проте таких масштабів, такого страху в дитячих очах, які бачили наступ власними очима або страх який передавався від батьків дітям ще не було. Чи були готові? Оголошення про тривожні валізки всі знали чи всі їх готували? Бейджики з інформацією про кожну дитину на дитині були. Отож, ми знали, що може розпочатися війна.

Так, у зв'язку із введенням воєнного стану відповідно до Указу Президента України від 24 лютого 2022 року № 64/2022 Міністерство освіти і науки України листом від 25.02.2022 № 1/3276-22 рекомендувало тимчасово призупинити освітній процес у закладах дошкільної, загальної середньої і професійної (професійно-технічної) освіти. Навчання припинилося, почалися шкільні канікули.

Майже усі освітні заклади перетворилися на хаби допомоги населенню й військовим. Це плетіння сіток, готування обідів для територіальної оборони, готування сухпайків для хлопців і дівчат в гарячих точках, допомога тим хто того потребував, дещо пізніше розміщення переселенців....

За висновком експертів ЮНІСЕФ російський напад на Україну створив безпосередню та зростаючу загрозу життю й добробуту 7,5 млн українських дітей. Гуманітарні проблеми примножуються та зростають щогодини. Сотні дітей убито й поранено, щосекунди діти зазнають глибоких травм від насильства. Сотні тисяч із них втрачають доступ до безпечної води та електрики через пошкодження інфраструктури. Війна в Україні призвела до руйнівних наслідків для дітей у таких масштабах і темпах, яких не було з часів Другої світової війни, – заявляє ЮНІСЕФ.

Унаслідок військових дій 3 млн дітей в Україні та понад 2,2 млн дітей у країнах, які приймають українських біженців, потребують невідкладної гуманітарної допомоги. Внутрішнє й зовнішнє (за кордон) переміщення торкнулося кожних двох дітей із трьох. Згідно з даними Управління Верховного комісара ООН з прав людини, щодня в Україні гине двоє дітей та четверо дістають поранення – здебільшого внаслідок російських атак із використанням вибухової зброї в населених пунктах. Цивільна інфраструктура, від якої залежать діти, надалі зазнає все більше пошкоджень чи руйнувань. Окрім цього, війна й масові переміщення знищують джерела прибутку та економічні можливості жителів України. Унаслідок цього багато сімей залишаються без достатнього доходу для задоволення своїх основних потреб і не можуть надати належну підтримку своїм дітям.

ЮНІСЕФ наголошує, що війна спричинила найгострішу з початку XXI ст. кризу в сфері захисту дітей. Тяжкий психологічний стан учасників освітнього процесу є однією із серйозних проблем, що створює перепони на шляху забезпечення якості освіти. Педагоги, учні, студенти, які постраждали від військової агресії РФ, потребують значної психологічної підтримки.

Система освіти України опинилася в нових реаліях функціонування, а перед освітніми менеджерами постали такі питання, які до сьогодні ніхто не вирішував.

Прийнявши дану ситуацію, на 18-й день війни (14 березня) у більшості областей освітній процес після вимушених канікул було відновлено. МОН рекомендувало організувати роботу закладів освіти гнучко. Загальні питання організації освітнього процесу в закладах освіти регламентовано листом МОН «Про організацію освітнього процесу в умовах військових дій» від 06.03.2022 № 1/3371-22.

Найбільш поширеною формою здобуття освіти до закінчення навчального 2021-2022 року було організовано навчання з використанням технологій дистанційного навчання. Такий формат навчання був не новиною, оскільки під час карантину, щодо запобігання поширенню на території України гострої респіраторної

хвороби COVID-19, спричиненої коронавірусом SARS-CoV-2 (далі - COVID-19) таке навчання здійснювалося. Освітній процес було запущено.

Зіткнувшись з новими реаліями. Основне завдання - безпечні умови навчання для всіх учасників освітнього процесу. Війна принесла ряд ризиків, на які потрібно швидко реагувати:

- відновлення пошкоджених закладів освіти, матеріально-технічної бази, засобів навчання, придбання комп'ютерного та іншого обладнання, програмного забезпечення; за потреби переорієнтація окремих приміщень закладів освіти на пункти соціально-гуманітарної допомоги для внутрішньо переміщених осіб;

- забезпечення переміщення закладів освіти з тимчасово окупованих територій на підконтрольну Україні територію; здійснення в разі потреби евакуації учасників освітнього процесу; забезпечення права дітей на освіту за українською освітньою програмою та права педагогів з тимчасово окупованих територій на роботу; забезпечення особливих умов навчання (встановлення індивідуального графіка навчання, надання академічної відпустки тощо) для тих здобувачів освіти, які перебувають у лавах ЗСУ або в підрозділах територіальної оборони, займаються волонтерською діяльністю;

- забезпечення сталості навчання здобувачів освіти, які вимушено переміщені з України за кордон під час війни; створення передумов для утримання учнів і педагогів у сфері української системи освіти та їх повернення, якщо вони виїхали за кордон;

- забезпечення доступності, безперервності та рівного доступу до навчання (у т. ч. для дітей з особливими освітніми потребами) у регіонах України залежно від конкретної безпекової ситуації (очна, дистанційна, змішана форма навчання або навчання за індивідуальною формою – екстернатною чи сімейною (домашньою); успішне проведення вступної кампанії;

- розвиток психологічного напрямку підтримки усіх, хто цього потребує: учнів, батьків та педагогів. МОН зробив низку кроків для забезпечення такої психологічної підтримки, розміщуючи на своєму офіційному сайті корисні поради для постраждалих. Впроваджуючи програму надання психологічної реабілітації, адаптації й підтримки; залучення та підготовка психологів; інформаційна підтримка;

- проведення заходів із нормативно-правової, фінансової підтримки учасників освітнього процесу, що опинилися на тимчасово окупованих територіях. Посилення співпраці з міжнародними донорами та партнерами щодо розв'язання гуманітарних проблем і задоволення базових потреб учасників освітнього процесу.

Попри надзвичайну ситуацію, МОН швидко створило відповідне інституційно-правове підґрунтя для функціонування освіти в умовах війни, забезпечило організаційну трансформацію освітньої сфери в контексті доступності освіти, створення безпечних умов здобуття освіти, забезпечення її належної якості.

23 червня 2022 р. Україна офіційно отримала статус кандидата на вступ до ЄС. Рух України до статусу кандидата супроводжувався безпрецедентною підтримкою серед громадян як України, так і країн ЄС. За даними опитування Євробарометру 66 % громадян країн ЄС згодні, що Україна має стати членом Євросоюзу. Європейські партнери створюють різноманітні інструменти для підтримки українських учнів, студентів, викладачів, науковців і всіх працівників сфери освіти та науки. Крім того, після набуття статусу кандидата в Україні з'явилася можливість отримувати довгострокові кредити від ЄС, а також допомогу у вигляді грантів на освіту, науку, інновації, культуру. Формати й напрями такої допомоги мають визначатися під час перемовин між українською та європейською сторонами.

Також, можна визначити ще ряд напрямків, за якими потрібно працювати і в післявоєнний період:

- коригування освітніх програм відповідно до навчальних втрат, спричинених війною;

- відновлення освітнього процесу на охоплених війною територіях, а також інфраструктури освітніх і наукових закладів;
- забезпечення психологічної підтримки учасників навчально-виховного процесу, запровадження програм їх психологічної реабілітації, адаптації, підтримки у воєнний та післявоєнний періоди;
- відновлення повномасштабного незалежного оцінювання при вступі й атестації студентів;
- продовження реалізації реформи НУШ, створення доступного та безпечного цифрового освітнього й дослідницького середовища;
- прискорення інтеграції в європейську та світову освітню й дослідницьку сфери.

Освічена нація має фундаментальне значення для посилення людського потенціалу країни. Освіта відіграє важливу роль у формуванні інноваційного суспільства, прискорює економічне зростання на засадах сталого розвитку, підвищує індивідуальний добробут і згуртованість.

Формуючи систему освіти під час воєнного стану наголошується на необхідності врахування досвіду європейських країн, використання принципів, підходів, інструментарію та практик ЄС. Підтримка Євросоюзу на політичному, експертному й інституційному рівнях дає Україні можливість залучити допомогу для підвищення стійкості освіти, а також відбудови країни в повоєнний період. При відновленні зруйнованої й пошкодженої освітньої інфраструктури будуть враховуватися європейські стандарти якості, безпеки та інклюзивності.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Про утворення Ситуаційного центру МОН: наказ Міністерства освіти і науки України від 24.02.2022 № 229.
2. Про затвердження Порядку проведення у 2022 році національного мультипредметного тесту: наказ Міністерства освіти і науки України від 12.05.2022 № 433.
3. Про деякі питання зарахування до закладів загальної середньої освіти в умовах воєнного стану в Україні : наказ Міністерства освіти і науки України від 13.05.2022 № 438.
4. Про організацію освітнього процесу в початковій школі в умовах воєнного часу : лист Міністерства освіти і науки України від 29.03.2022 № 1/3725-22.
5. Про забезпечення психологічного супроводу учасників освітнього процесу в умовах воєнного стану в Україні : лист Міністерства освіти і науки України від 29.03.2022 № 1/3737-22.
6. Шкарлет С. М. Педагогічна інноватика в Україні. Науково-методичний збірник «Освіта України в умовах воєнного стану», 2022р.
7. Рогова В.Б. Інноваційна експериментальна діяльність у системі освіти України в умовах воєнного стану, науково-методичний збірник «Інноваційна та проєктна діяльність», 2022.
8. Баженов Є.В. Державна наукова установа «Інститут модернізації змісту освіти», науково-методичний збірник «Інноваційна та проєктна діяльність», 2022.



**Ужицька Броніслава,**  
вчитель математики Голозубинецького  
ліцею Дунаєвецької міської ради  
Хмельницької області,  
вчитель-методист

### **Модель сучасного випускника через призму національно-патріотичного виховання**

У статті окреслено нові тенденції національно-патріотичного виховання. Закцентована увага на неподільності освітнього процесу на навчання та виховання. Завдяки розвитку життєвих компетентностей формується модель сучасного випускника.

**Ключові слова:** Життєві компетентності, національно-патріотичне виховання, освітній процес, патріотизм, особистість, Батьківщина, форми та методи виховання, модель випускника.

Світ останнім часом стрімко розвивається. Те що вчора було новим та цікавим, сьогодні втрачає свою актуальність. З'являються нові виклики, зміщуються акценти, зазнають змін всі сфери життя. Ринок праці вимагає нових, інших спеціалістів, які не лише здатні сліпо відтворювати свої вміння на практиці, а тих, які вміють творчо підходити до вирішення будь-яких ситуацій, критично мислити, вміти приймати рішення та брати за них відповідальність. Спеціалістів, які ідентифікують себе зі своєю Батьківщиною, патріотів та свідомих громадян країни.

Заклади загальної освіти першими приймають цей виклик. Адже саме в школі і відбувається формування особистості, розкриваються її таланти.

Завдання сучасної школи – сформувати всебічно розвинену творчу особистість, в майбутньому конкурентоспроможного працівника. Для цього у кожному закладі освіти повинні бути створені умови для розвитку та самореалізації кожної особистості як громадянина України.

Оскільки школа готує своїх учнів до життя, постає гостра необхідність у формуванні життєвих компетентностей. Адже компетентна особистість є успішною і здатна створити гармонійне прогресуюче суспільство.

Інтерес до вивчення теми компетентнісного підходу до загальної середньої освіти в останні роки стрімко зростає. З'являються наукові статті та праці не лише зарубіжних вчених, таких як Дж. Кулахен, Дж. Равен, Г. К. Селевко, а й вітчизняних.

Серед українських вчених, які досліджують і впроваджують компетентнісний підхід у навчанні - Л. І. Паращенко, І. Д. Бех, Д.В. Васильєва, О. І. Пометун та ін..

На даний час у науковій літературі ще немає чіткого та загальноприйнятого поняття «життєва компетенція», недостатньо досліджена структура та функції життєвої компетентності особистості.

Але дослідивши запропоновані визначення даного поняття можна зробити висновок, що життєва компетенція - це система вмінь та навичок особистості, її здатність критично мислити та комплексно підходити до ефективного вирішення життєвих ситуацій, що забезпечує продуктивне життєве самовизначення і самоздійснення, оптимальну організацію життєвого шляху особистості.

Л.В. Сохань розглядає життєву компетентність як єдину систему, в якій виділяє п'ять підсистем, а ті у свою чергу мають свої компоненти та підкомпоненти:

**знання:**

- науково-теоретичні (про світ, закони життя, про себе);
- практичні (життєва мудрість, знання норм поведінки);

**уміння і навички:**

- практичне застосування знань;
- норм поведінки;

**життєтворчі здібності:**

- аналітичні;
- прогностичні;
- поведінкові;

**життєвий досвід:**

- індивідуальний (усвідомлений, неусвідомлений);
- досвід інших людей (творче використання, наслідування);

**життєві досягнення:**

- особисте щастя;
- соціальний статус;
- самореалізація [4, с. 169].

Спираючись на дану класифікацію можна зробити висновок, що на виході зі школи випускник має володіти не лише науково-теоретичними, а й практичними знаннями, вміє застосовувати свої уміння та навички на практиці, володіє набором життєвих здібностей, має певний життєвий досвід ( власний чи приклад з історії, літератури, тощо) і прагне життєвих досягнень – бути щасливим, мати певний соціальний статус у суспільстві та само реалізуватися як особистість.

Освітній процес – це не лише навчання, це в першу чергу виховання, адже через виховання ( бесіди, гру, різноманітні конкурси) дитина пізнає світ, розрізняє добро і зло, вміє аналізувати свої вчинки, ставлення до інших людей та навколишнього середовища. Лише завдяки трьом едностям (навчання, виховання, розвиток) може бути забезпечений ефективний освітній процес всіма його учасниками

( батьками, вчителями, учнями)

Згідно статті 15 Закону України «Про повну загальну середню освіту» виховний процес є невід’ємною складовою освітнього процесу і ґрунтується на загальнолюдських цінностях, культурних цінностях українського народу, цінностях громадянського суспільства. Згідно чинного законодавства, виховний процес спрямований на формування відповідальних та чесних громадян, які нетерпимі до приниження честі та гідності людини, будь-якого прояву насильства.

Національно-патріотичне виховання – важливий аспект формування успішної моделі випускника. Найважливішим пріоритетом національно-патріотичного виховання є не просто залучення учнів до виховних заходів патріотичного спрямування, а дати можливість кожному учневі відчутти себе частинкою своєї держави, привити почуття патріотизму, поваги до державної мови та державних символів України. Навчати з раннього дитинства дбайливо ставитися до національних, історичних, культурних цінностей. Саме завдяки безперервному процесу національно-патріотичного виховання, в результаті і формується усвідомлена особистість, яка своїм обов’язком вважає захищати у разі потреби суверенітет і територіальну цілісність України.

Сьогодні наша Батьківщина змушена оборонятися від ворога, захищати кожен клптик своєї землі, не боятися йти у саме пекло зі зброєю в руках. Саме завдяки нашим патріотам, які ціною власного життя оберігають Україну, ми зустрічаємо нові ранки. З перших хвилин вторгнення ворога на нашу землю, чоловіки та жінки за покликом серця стали на її захист. Це свідчить про те, що національно-патріотичне виховання серед молоді ведеться на високому рівні. Захищати свою Батьківщину, проявляти любов до своєї країни, оберігати культурні та історичні надбання народу – честь для кожного свідомого українця

Дуже важливим є на сьогодні не розділяти навчання та виховання. Адже національно-патріотичне виховання наскрізною лінією повинно проходити через весь освітній процес. Є хибною думка, що виховний процес відбувається у позаурочний час, а на уроках лише навчання. Адже на кожному уроці у тій чи іншій мірі формуються людські цінності: моральність, доброта, емпатія, патріотизм. Якщо на

уроках гуманітарного циклу – це зрозуміло, то як же бути із уроками технічного спрямування? Насправді і на уроках математики, хімії, фізики теж відбувається виховний процес, але в більш завуальованому вигляді. На уроках математики діти розв'язують задачі прикладного характеру зі змісту яких учні дізнаються про історичні та культурні національні пам'ятки. На уроках часто застосовують вправи на розвиток критичного мислення. Наприклад, «Займи позицію», «Шість «чому?»», «Кубик Блума» та інші. Таким чином виховується повага до історії своєї країни та повага до національних надбань.

Звичайно, на уроках гуманітарного циклу, наприклад, уроках літератури національно-патріотична лінія виховання присутня на кожному уроці. Читаючи художні твори, учні поповнюють свій життєвий досвід, беруть приклад з героїв творів, які боронять країну, цінують її культуру, творять історію, докладають неабияких зусиль для розвитку своєї країни. Саме на таких героях і виховується підрастаюче покоління, яке прагне розбудувувати, розвивати свою батьківщину, а за потреби стати на захист своєї країни.

Сьогодення вимагає не лише нових підходів в освітньому процесі, а й нових тенденцій, форм та методів виховання. У червні 2022 року Міністерством освіти та науки України було затверджено Заходи щодо реалізації Концепції національно-патріотичного виховання в системі освіти до 2025 року (далі Концепція). Згідно зазначеної Концепції, національно-патріотичне виховання має здійснюватися на прикладах мужності та героїзму учасників революційних подій в Україні 2004, 2013-2014 рр, Героїв Небесної Сотні, учасників антитерористичної операції та операції об'єднаних сил у Донецькій та Луганських областях, супротиву окупації та анексії Автономної Республіки Крим російською федерацією, війни російської федерації проти України [3, с. 4].

Сьогодні українська освіта відійшла від застарілих традицій у навчанні та вихованні. З'являються нові методи і форми роботи для формування нової особистості, мета яких створити нову модель свідомого випускника.

Згідно з рекомендаціями Концепції дуже важливо організувати виховні заходи із залученням громадських об'єднань та благодійних організацій, учасників бойових дій, волонтерів, представників міжнародних громадських організацій. Зустрічі з такими людьми надихають учнівську молодь, дають можливість переосмислити свою систему цінностей, відкривають шлях до нового. Збільшується кількість учнів, які хочуть бути волонтерами, учасниками молодіжних громадських організацій. Однозначно після таких зустрічей зміцнюється громадянська позиція у молоді.

Заходи національно-патріотичного виховання здійснюються з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей дітей, їх здібностей та талантів. Участь у заходах не може бути примусовою, а лише добровільною. Для того, щоб учні були активними учасниками виховних заходів, потрібно викликати у них зацікавленість, розуміння того, що це допоможе розкрити їх таланти, лідерські здібності, дасть можливість та поштовх у майбутньому бути активним громадянином своєї країни.

Флешмоби, акції, проекти, круглі столи, дебатні клуби не залишають байдужими учнів. Старшокласники підходять до участі у заходах більш зважено та усвідомлено, адже вони розуміють, що вони зростають рівноцінними, рівноправними громадянами своєї країни.

Отже, модель сучасного випускника – це в першу чергу, особистість, інноватор та патріот. Ця модель сформувалася завдяки життєвим компетентностям, які розвивалися в учневі протягом всього його навчання у школі.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Про освіту : Закон України від 05.09.2017 р. № 2145- VIII: URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text> (дата звернення 11.10.2022)

2. Про повну загальну середню освіту: Закон України від р.від 1.07.2022 463-IX. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#Text> (дата звернення 15.10.2022)
3. Про деякі питання національно-патріотичного виховання в закладах освіти України та визнання таким, що втратив чинність, наказу М іністерства освіти і науки України від 16.06.2015 № 641: наказ Міністерства освіти і науки від 6.06.2022 р №527. URL: <https://nus.org.ua/wp-content/uploads/2022/06/62a0421e24258666156501.pdf> (дата звернення 12.10.2022)
4. Життєва компетентність особистості: Науково-методичний посібник / За ред. Л.В. Сохань, І. Г. Єрмакова, Г. М. Несен – К.: Богдана, 2003. – 520 с.

**Фарварщук Валентина,**  
методист науково-методичного центру виховної  
роботи, позашкільної освіти та інформаційно-  
видавничої діяльності Хмельницького ОІППО

### **Формування національно-патріотичної свідомості здобувачів освіти у бібліотечному просторі шкільної бібліотеки**

Дана стаття розкриває ефективні форми та методи роботи шкільної бібліотеки щодо подальшого розвитку й удосконалення системи патріотичного виховання здобувачів освіти через систему організаційних заходів, бібліотечних форм і методів формування в молоді високої патріотичної свідомості, національної гідності, готовності до виконання громадянського і конституційного обов'язку щодо захисту національних інтересів України.

Бібліотека є одним із найважливіших структурних підрозділів закладу загальної середньої освіти, який здійснює бібліотечно-інформаційне забезпечення учасників освітнього процесу та надає допомогу педагогам у всебічному розвитку особистості школяра з глибоко усвідомленою громадянською та соціальною позицією, системою наукових знань та ціннісних орієнтацій.

У Рекомендаціях до побудови внутрішньої системи забезпечення якості освіти у закладі загальної середньої освіти. Абетка для директора. (Державна служба якості освіти України. Київ — 2021. Режим доступу <https://sqe.gov.ua/abetka-dlya-dyrektora-2021/> ), зокрема, розділ «Модель якісної школи за вимогою 1.3» увага акцентується на тому, що «...У закладі освіти шкільна бібліотека виконує інформаційну, навчальну та методичну функції. Діяльність бібліотеки спрямована на розвиток інформаційної культури учнів. Шкільний бібліотекар виконує функцію консультування з пошуку інформації для педагогічних працівників і учнів. Простір бібліотеки максимально зручний для використання: проектної роботи, проведення інтегрованих уроків, інформаційно-просвітницьких заходів, неформального спілкування тощо».

Все це зумовлює те, що шкільна бібліотека як складова педагогічної системи спрямовує свою діяльність на виконання спільної із освітнім закладом мети – забезпечення всебічного розвитку особистості шляхом навчання та виховання, що ґрунтуються на загальнолюдських цінностях і принципах науковості, полікультурності, системності, інтерактивності, єдності навчання й виховання на засадах гуманізму, демократії, громадянської свідомості, взаємоповаги між націями і народами в інтересах людини, родини, суспільства, держави.

В умовах розбудови України як суверенної держави перед шкільними бібліотеками стоїть складне і відповідальне завдання – виховання патріота, свідомого громадянина Української держави, який буде прагнути волі та

відстоюватиме свободу і територіальну цілісність, проявлятиме високу патріотичну свідомість та міцну громадянську позицію на прикладах героїв російсько-української війни, героїв Небесної Сотні, українських військових, добровольців, волонтерів. Як результат – сформоване почуття патріотизму, прояв любові до свого народу, поваги до українських традицій, усвідомлення спільності власної долі з долею Батьківщини.

Патріотичне виховання має пронизувати весь освітній процес, органічно поєднувати національне, громадянське, моральне, родинно-сімейне виховання, сприяти формуванню у дітей та їх батьків національних та загальнолюдських цінностей. Серед виховних напрямів сьогодні найбільш актуальними виступають *громадянсько-патріотичне, духовно-моральне, військово-патріотичне та екологічне виховання* як основні складові національно-патріотичного виховання, що відповідають нагальним вимогам і викликам сучасності (Наказ МОН від 6 червня 2022 р. №527 «Про деякі питання національно-патріотичного виховання в закладах освіти України та визнання таким, що втратив чинність, наказу Міністерства освіти і науки України від 16.06.2015 № 641»).

У реалізації цього надзвичайно складного процесу велику роль відіграє шкільна бібліотека, яка забезпечує інформаційні потреби учнів та вчителів відповідно до «Положення про мережу освітянських бібліотек МОН України та АПН України» (наказ Міністерства освіти України від 30.05.2003 р. № 334/31). Бібліотека школи приділяє увагу проблемам, пов'язаним із пошуком і забезпеченням інформації. Носіями інформації шкільної бібліотеки є, передусім, друковані видання, які сприяють формуванню в учнів національної самосвідомості, виховують патріотизм, формують людську гідність.

Головне завдання бібліотеки полягає в сприянні забезпеченню освітнього процесу в напрямі національно-патріотичного виховання молоді. Зокрема, це систематична популяризація серед учнів національно-патріотичних ідей, максимальне розкриття книжкового фонду та пропагування літератури з патріотичної тематики, виховання культури читання, керування читанням дітей, виховання засобами читання національної свідомості, патріотизму, громадянськості та бажання пізнати свою історію, збагачувати українську культуру.

На сучасному етапі основними функціями шкільної бібліотеки є *інформаційна, освітня, культурна, комунікаційна, дозвіллєва*.

*Інформаційна* функція забезпечує доступ до інформації, задовольняє інформаційні потреби учнів, вчителів та інших категорій працівників закладів освіти з використанням власних інформаційних ресурсів, бібліотечних та інформаційних мереж і систем інших відомств; *освітня* – сприяє освіті та вихованню особистості здобувача освіти; *культурна* – формує духовний розвиток учнів, залучає їх до цінностей вітчизняної та світової культури, створює умови для репродуктивної та продуктивної культурної діяльності; *комунікаційна* – передбачає обмін інформацією, надає користувачам доступ до документів; *дозвіллєва* – сприяє змістовному проведеному вільного часу учнів, створенню творчого комунікативного майданчика.

Реалізація цих функцій безпосередньо пов'язана з духовним – моральним, естетичним та патріотичним вихованням учнівської молоді.

Шкільні бібліотеки Хмельницької області поправу можна назвати культурно-освітніми осередками навчальних закладів. Хочеться відмітити цільову взаємодію шкільних бібліотекарів, педагогічних та учнівських колективів, батьківської громадськості у виконанні основних її функцій.

У творчій співпраці з педагогічним колективом бібліотекарі ЗЗСО працюють за такими напрямками:

*духовно-моральне виховання* – утвердження в свідомості й почуттях учнів патріотичних цінностей, переконань і поваги до культурного та історичного минулого України, виховання високої громадянської активності, шанобливого ставлення до родини, батьків, сімейних традицій, культивування кращих рис української

ментальності – працелюбності, свободи, справедливості, доброти, чесності, бережливого ставлення до природи;

*історико-краєзнавче – виховання* в учнів любові до своєї „малої” Батьківщини, рідного краю, співвітчизників, формування почуття національної гордості, національної самосвідомості, толерантного ставлення до інших народів, культур і традицій;

*історико-патріотичне та цивільно-правове виховання* – здобуття знань з історії нашої держави, виховання поваги до Конституції України, законів України, державної символіки, прав і обов'язків громадянина України;

*військово-патріотичне виховання* – підвищення престижу військової служби, формування позитивного образу Збройних сил України, готовності до виконання військового обов'язку;

*екологічного виховання* – нагромадження в людини екологічних знань, розкриття сутності світу природи, середовища існування людини, яка повинна бути зацікавлена у збереженні його цілісності, чистоти, гармонії.

Ефективність роботи шкільних бібліотек з патріотичного виховання здебільшого залежить від форм та методів, що застосовуються. Форми роботи мають бути цікавими, змістовними, емоційними, розрахованими на дітей різного віку. Тільки тоді буде досягнуто бажаного результату, якщо робота ґрунтуватиметься на принципах добровільності – свободи школярів у виборі різноманітних форм роботи з метою реалізації своїх інтересів і захоплень, особистого орієнтування, що передбачає врахування вікових та індивідуальних особливостей кожного учня, системності, тобто взаємозв'язку різноманітних методів і форм роботи з патріотичного виховання. Важливо, щоб учні мали змогу виявити творчість, ініціативу, самостійність, відчували від участі в заходах радість і задоволення.

Серед методів і форм патріотичного виховання пріоритетна роль належить активним, що передбачають демократичний стиль взаємодії, самостійний пошук істини й формування критичного мислення, ініціативу й творчість. До таких методів належать: соціально-проектна діяльність, ситуаційно-рольові ігри, соціограма, метод відкритої трибуни, соціально-психологічні тренінги, інтелектуальні аукціони, “мозкові атаки”, ігри-драматизації. У творчому арсеналі активних методів – створення проблемних ситуацій, ситуацій успіху, аналіз конфліктів, моделей, стилів поведінки, прийняття рішень, демократичний діалог, педагогічне керівництво лідером і культивування його авторитету, використання засобів масової комунікації, методики колективних творчих справ, традицій, символіки, ритуалів, засобів народної педагогіки.

Традиційними методами патріотичного виховання є: бесіди, диспути, лекції про славу історію рідної країни і рідного міста; різні форми роботи з книжкою, періодичною пресою; демонстрація тематичних слайдів, відеороликів, ілюстрацій, буктрейлерів; прослуховування тематичних аудіозаписів; ознайомлення з українським фольклором та народним мистецтвом – казками, прислів'ями, приказками, піснями, іграми, народною творчістю, вишивкою, розписом; популяризація творчості вітчизняних письменників, композиторів і художників. В арсеналі активних форм – цільові прогулянки, екскурсії визначними місцями, до пам'ятників, монументів захисників Вітчизни, в історичні та краєзнавчі музеї, відвідування тематичних виставок; участь у святах, добродійних акціях.

Шанобливе ставлення до історичного минулого своєї країни, рідного краю, продовження традицій своєї родини, вивчення історії свого роду – основа виховання патріотизму. У цьому зв'язку діяльність шкільної бібліотеки, як інформаційного центру школи, традиційно спрямована на формування морально-етичних, патріотичних почуттів школярів.

Важливе місце в патріотичному вихованні займає участь учнів у різнопланових заходах патріотичного змісту. З урахуванням регіональних та місцевих особливостей

у шкільних бібліотеках, крім традиційних (ранки, лінійки, виховні години, бібліотечні уроки, круглі столи, книжково-ілюстративні виставки), активно впроваджуються інноваційні форми: флеш-моби, флеш-акції, відеоролики, скайп-уроки, вебінар-конференції.

Позитивною рисою інновацій у роботі бібліотеки є те, що вони не тільки сприяють популяризації фондів бібліотек, задоволенню читацьких інтересів, але й розкривають перед підлітками творчі можливості та здібності бібліотекарів, їхні естетичні смаки, читацькі вподобання, індивідуальні якості як фахівців, особистостей.

Мультимедійний супровід рекламних, пропагандистських, навчальних заходів підсилює сприйняття учнями інформації, викликає зацікавленість, розширює світогляд, що допомагає кращому засвоєнню знань і навиків, а відтак і здобуттю якісної та сучасної освіти.

У шкільних бібліотеках області переважна більшість заходів проходить в активній формі, що стимулює творчість, ініціативу, самостійне та критичне мислення учнів.

Практика свідчить, що активні форми взаємодії з учнями розвивають пізнавальну діяльність, формують дослідницький характер уже в початковій школі.

Ураховуючи виклики сьогодення, шкільні бібліотеки намагаються використовувати у своїй діяльності такі методи й форми роботи, що характеризуються актуальністю змісту, творчим підходом, оригінальними назвами.

#### *Краєзнавче виховання.*

Незаперечна істина «Без знання минулого немає майбутнього» актуальна сьогодні як ніколи. Мета бібліотечного краєзнавства – зібрати, зберегти та надати користувачам документальні джерела й інформацію з історії культури та сучасного життя краю. У сучасних умовах поповнення краєзнавчих фондів бібліотек здійснюється за допомогою матеріалів з місцевої історії у вигляді ксеро- і фотокопій, передруків матеріалів, виписок, вирізок із публікацій, а також відомостей, записаних від старожилів. Це дані про історичні об'єкти, пам'ятники архітектури, відомості про видатних земляків.

Знання традицій і звичаїв свого народу, історії рідного краю, які подані бібліотекарями у вигляді вікторин, конкурсів малюнків, проектів та відеороликів, сприяють залученню учасників заходів до пошукової діяльності.

Для дітей молодшого та середнього шкільного віку цікавою формою залишаються віртуальні подорожі, уроки мужності.

Ще однією ефективною формою популяризації краєзнавчої літератури є гуртки і клуби за інтересом. Їх мета – виховати в підростаючого покоління за допомогою книги гордість за свою Батьківщину, прищепити любов до вивчення історичних традицій, культурного надбання, відродження забутих оберегів рідної землі.

*Зустрічі з учасниками російсько-української війни, запис спогадів, виготовлення альбомів, книг пам'яті.*

По всій Україні відбуваються заходи щодо вшанування подвигу учасників російсько-української війни та увічнення пам'яті Героїв Небесної Сотні, висвітлення подій, що відбуваються в зоні бойових дій.

Ознайомленню дітей з цією темою сприяють активні форми популяризації літератури: дискусії, уроки мужності, алея слави, цикл бесід, акції, уроки-пам'яті.

Учні залюбки беруть участь в акціях «Напиши листа солдату», «Сонячні листи» та конкурсі авторських патріотичних віршів «З Україною в серці». Як результат, було зібрано та передано бійцям міні-бібліотечку разом з малюнками та власними віршами дітей.

#### *Популяризація творчості митців рідного краю.*

Важливим аспектом у вихованні патріотизму є популяризація бібліотекарями літературного надбання митців рідного краю. З цією метою організовано діяльність читальні, де відбуваються зустрічі з письменниками, художниками, співаками рідного

краю. Створені міні музеї рукоділля, гончарства, художньо-прикладного мистецтва зокрема. Сформовані музичні та літературні студії де відбуваються прослуховування музичних творів, колективні читання творів уголос з подальшим обговоренням прочитаного матеріалу.

Головною метою зустрічей є не тільки знайомство дітей з творчістю митців краю, а й залучення їх до мистецької діяльності на яскравому прикладі того, яку роль мистецтво зіграло в їх особистому житті.

#### *Тема козаччини.*

Вона завжди була найважливішим фактором національно-патріотичного виховання. Сьогодні традиції українського козацтва дедалі ширше завойовують серця своїх нащадків. Увагу читачів привертають літературні ранки, вікторини, козацькі розваги.

На ознайомлення учнів з історією українського народу, з героїчним минулим козацької доби, побутом, правовим укладом, військовою справою козацької держави – Запорозької Січі не залишається поза увагою такі традиційні форми роботи, як оформлення книжково-ілюстративних виставок (онлайн виставок); панорами, репортажі, плакати, буклети, газети, музейні куточки, які поповнюються новими матеріалами, а також атрибутами козаччини.

#### *Екологічне виховання.*

Шкільні бібліотекарі розумію, що екологічне виховання – систематична педагогічна діяльність, спрямована на розвиток у здобувачів освіти екологічної культури. Екологічне виховання здійснюється на всіх етапах освітньої діяльності в школі, на кожному з них ставиться певна мета, завдання, добирається відповідна методика з урахуванням вікових особливостей школярів.

Основні завдання, що стоять перед бібліотечними працівниками сприяти накопиченню екологічних знань, виховувати любов до природи, прагнення берегти, примножувати її, формувати вміння і навички діяльності в природі вихованців, зокрема:

- навчати самостійно мислити, знаходити раціоналізаторські рішення поставленої проблеми;
- спонукати до збереження неповторної краси рідного краю;
- виховувати любов і повагу до природи;
- формувати почуття відповідальності за стан природного середовища;
- сприяти розвитку творчих здібностей учнів;
- учити бачити красу навколо себе, розвивати почуття прекрасного;
- формувати активну життєву позицію.

#### *Здоров'язбережувальне виховання.*

Хочеться відмітити цільову взаємодію шкільних бібліотекарів, педагогічних та учнівських колективів, батьківської громадськості з іншими системами і відомствами у ході здоров'язбережувального виховання. Діяльність шкільних бібліотекарів зосереджена на пропаганді здорового способу життя, відбувається безперервно й системно, спрямована на формування в учнів мотивації на збереження і розвиток здоров'я, особистої відповідальності за збереження власного здоров'я як головної життєвої цінності.

Формування здорового способу життя проводилося безперервно під час освітнього процесу, позаурочної та гурткової діяльності, під час проведення спортивних змагань, екскурсій, культпоходів, тренінгів, зустрічей з лікарями, психологами, працівниками ДСНС тощо.

#### *Бібліотечний освітній простір.*

У пункті 1.3.5. Порядку проведення інституційного аудиту закладів загальної середньої освіти (затвердженого наказом Міністерства освіти і науки України від 09.01.2019 р. № 17 та зареєстрованого в Міністерстві юстиції України від 12.03.2019 р. за № 250/33221) зазначено, що «у закладі освіти створено простір інформаційної



взаємодії та соціально-культурної комунікації учасників освітнього процесу (бібліотека, інформаційно-ресурсний центр тощо)».

Бібліотекарі створюють своїм читачам комфортні умови для повноцінного інтелектуального спілкування, сприяли поповненню інформаційного багажу, надаючи творчий простір для проведення їх дозвілля.

Поряд із масовими формами роботи бібліотекарів, які спонукають до активної взаємодії учасників заходу, результативними залишаються і ті види діяльності, що створюють фон заходу, наповнюють атмосферу єдності думки.

У цьому плані важливим засобом формування інформаційної культури є створені в бібліотеках тематичні та книжково-ілюстративні виставки, облаштовані куточки пам'яті загиблих воїнів свого селища / міста, створені міні-музеї, видрукувані книги пам'яті, виготовлені альбоми-спогади.

Патріотичне виховання допомагає молоді самореалізуватися в суспільстві та надає можливість прагнути кращого майбутнього для кожної людини і суспільства в цілому. Бути патріотом – природна потреба людей, задоволення якої виступає як умова їхнього матеріального і духовного розвитку, утвердження гуманістичного способу життя, усвідомлення своєї історичної культурної, національної і духовної приналежності до Батьківщини і розуміння демократичних перспектив її розвитку в сучасному світі.

У вирішенні проблем національно-патріотичного виховання сучасного покоління повинна в першу чергу брати участь сама молодь, усвідомлюючи всю важливість своєї участі в житті Батьківщини, любити, знати і поважати її культуру, традиції та історію. Однак спрямувати дії молоді в потрібне русло мають держава, сім'я, школа, бібліотека.

У бібліотеках закладів загальної середньої освіти області патріотичне виховання проходить крізь весь комплекс заходів, направлених на національне, громадянське, моральне, родинно-сімейне, естетичне та екологічне виховання, що сприяє формуванню в молодого покоління патріотичної свідомості, пошани до видатних історичних діячів, культурних традицій, звичаїв, обрядів, любові до рідної країни.

### **Корисні матеріали**

*Коллективный цифровой информационный продукт Web-Дайджест сучасних книг «Книжкова шафа – XXI століття»*

URL: [https://bibliosprava.blogspot.com/p/blog-page\\_12.html](https://bibliosprava.blogspot.com/p/blog-page_12.html)

*Сайт «Читаємо казки В.О.Сухомлинського»*

URL: <https://sites.google.com/view/kazku-read-action/%D0%B3%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B2%D0%BD%D0%B0-%D1%81%D1%82%D0%BE%D1%80%D1%96%D0%BD%D0%BA%D0%B0>

*Web-Дайджест краєзнавчого напрямку «Путівник по рідному краю»*

URL: <https://bibliosprava.blogspot.com/2021/11/blog-post.html>

*«Ми українці: честь і слава незламним!»*

URL: [https://www.youtube.com/watch?v=7wf\\_EPВCKyY](https://www.youtube.com/watch?v=7wf_EPВCKyY).

*«Незламні українці. Традиційне українське вбрання»*

URL: <https://www.youtube.com/watch?v=FgDoujgf6zE>.

### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Бех І. Програма українського патріотичного виховання дітей та учнівської молоді. Шкільний світ, 2014. № 23. С. 5-13.
2. Інформаційне забезпечення сфери освіти та науки України: матеріали звіту наук.-практ. конф. ДНПБ України ім. В. О. Сухомлинського, 21 грудня 2021 р., Київ. НАПН України, Держ. наук.-пед. б-ка України ім. В. О. Сухомлинського. Вінниця: ТВОРИ, 2021. 98 с.

3. Патріотичне виховання у шкільних бібліотеках: методи та підходи : метод. рек. НАПН України, Держ. наук.-пед. б-ка України ім. В. О. Сухомлинського. Київ, 2017. 103 с. URL: [http://dnpb.gov.ua/wp-content/uploads/2017/09/patriotic\\_education\\_method\\_recommend\\_2017.pdf](http://dnpb.gov.ua/wp-content/uploads/2017/09/patriotic_education_method_recommend_2017.pdf) (дата звернення: 18.10.2022).

**Філюк Олена,**  
керівник гуртка Шепетівського  
міського ЦЕНТУМ

### **Розвиток критичного мислення здобувачів позашкільної освіти в умовах змішаного навчання**

У статті розглянуто окремі шляхи розвитку критичного мислення у здобувачів позашкільної освіти, в процесі навчання яких використовуються сучасні інформаційно-комунікаційні технології. На прикладі гуртка позашкільного навчального закладу еколого-натуралістичного напрямку продемонстровано реалізацію відомих педагогічних технологій, які сприяють розвитку критичного мислення.

**Ключові слова.** Критичне мислення, позашкільна освіта, інформаційно-комунікаційні технології, змішане навчання, кейс-метод, медіа грамотність

В умовах реформування освітньої галузі, переходу від знаннєвої до компетентнісної парадигми, значна увага приділяється вихованню цілісної, всебічно розвиненої особистості, здатної до критичного мислення, новаторства та безперервного розвитку. Освіта орієнтована на майбутнє, яке не може бути наперед визначеним, а отже, першочерговим є розвиток того типу мислення, що дає змогу адекватно оцінювати нові обставини та формувати стратегію подолання проблем, які можуть виникнути. Таким чином, розвиток критичного мислення стає найактуальнішим за часів інтенсивних соціальних змін, коли неможливо діяти без постійного пристосування до нових політичних, економічних або інших обставин, без ефективного вирішення проблем, значна частина яких не передбачувана. У цьому сенсі є очевидною життєва необхідність формування критичного мислення для вітчизняної освітньої системи. Тільки таким шляхом ми можемо стверджувати розвиток відповідно до вимог світового інформаційного суспільства [6].

Проводячи аналіз проблеми розвитку критичного мислення, в першу чергу розглядають навчання здобувачів освіти у закладах загальної середньої освіти. В той же час однією із важливих складових системи неперервної освіти виступає позашкільна освіта. Розуміючи позашкільну освіту як сукупність знань, умінь та навичок, що здобувають вихованці, учні і слухачі в закладах позашкільної освіти [7], варто зазначити її значний потенціал у розвитку критичного мислення. Щоб реалізувати усі визначені цілі повною мірою, педагоги застосовують нові підходи та технології навчання, зокрема інформаційно-комунікаційні, що сприяє поступовій заміні традиційної освітньої діяльності на електронне навчання [1].

Проблему критичного мислення досліджували як зарубіжні (Д. Брунер, М. Ліпман, Р. Пауль, Ч. Темпл, Д. Халперн, Дж. Гілфорд, К. Мередит, С. Заір-Бек, Дж. Чаффа, Д. Рассел, К. Уейд, К. Таврис та ін.), так і вітчизняні науковці (С. Терно, Б. Теплов, Н. Дайрі, О. Тягло, Т. Воропай, Д. Вількеєв, А. Федоров, А. Ліпкін, Л. Ямщикова, А. Авершин, Т. Яковенко, Б. Зейгарник, Т. Кудрявцев, І. Кожуховська, Н. Березанська, О. Марченко, О. Пометун та ін.). Вивченню умов, способів формування критичного мислення у здобувачів освіти різного віку присвячено дослідження Т. Бізенкова, С. Векслера, Д. Джумалієвої, Ф. Мінкіної, В. Синельнікова та ін. Українські науковці Л. Велитченко, Г. Липкіна, С. Максименко, Л. Рибак, Н. Чернега та ін. досліджували ознаки критичного мислення як психологічного утворення та шляхи

його формування в учнів. Сучасна технологія розвитку критичного мислення представлена у працях О. Пометун та Л. Пироженко. У роботах О. Тягло проаналізовано значення критичного мислення в умовах інформаційного суспільства та його зв'язок з логікою. А. Коновал, А. Соломенко, Т. Туркот, О. Костиніч зазначають що фізика як наука та навчальна дисципліна надає можливості розвитку критичного мислення учнів [1].

Щодо визначення самого терміна «критичне мислення», то воно є досить різним у різних авторів. Так, відповідно до думки відомого фахівця з цієї проблеми Метью Ліпмана, критичне мислення є «вміле відповідальне мислення, що дозволяє людині формулювати надійні вірогідні судження, оскільки воно: а) засновується на критеріях, б) є таким, що самокоректується, в) пливе до контексту [8]. М. Ліпман започаткував практику навчання критичного мислення і пов'язував необхідність такого навчання із тим, що демократичне суспільство потребує розумних громадян, а не просто раціональних.

Професор Девід Клустер вважає, що критичне мислення відбувається, коли нові, уже зрозумілі ідеї перевіряються, оцінюються, розвиваються й застосовуються. Концепція Д. Клустера має більш описовий, ніж пояснювальний характер: увага зосереджується на характеристиках процесу (самостійне, оцінювальне та соціальне), а також на етапах (аналіз інформації, формулювання запитань, обговорення результату дослідження). Основне призначення критичного мислення — розвиток і застосування ідей [9].

Ричард Пауль вважає, що критичне мислення можна визначати різноманітними шляхами, які не суперечать один одному, проте запропонував таке робоче визначення: "Критичне мислення — це мислення про мислення, коли ви розмірковуєте з метою вдосконалити своє мислення". Він наголошує на вирішальному значенні двох моментів: 1) критичне мислення тягне за собою самовдосконалення; 2) спирається на використання стандартів коректної оцінки розумового процесу. Тобто критичне мислення — це самовдосконалення мислення на підставі певних стандартів [9].

У своїх працях Т. Хачумян відзначає, що використання інформаційних технологій в освітній діяльності забезпечує розвиток критичного мислення. В основу її теорії покладено побудову інформаційно-педагогічного середовища, де переважають завдання пошукового, аналітичного характеру, висунення і перевірка гіпотез, створення спеціальних ситуацій знаходження та виправлення помилок. Інформатизація освітньої діяльності спонукає до виникнення нових форм навчання, де поєднуються традиційне та електронне навчання — у науковій літературі більш відоме як змішана форма навчання. Теоретичними та практичними аспектами її впровадження в освітній процес займаються такі відомі науковці, як В. Кухаренко, О. Рафальська, Н. Рашевська, О. Спірін, Ю. Триус, Є. Смирнова-Трибульська та ін. Проблема розвитку критичного мислення в умовах змішаного навчання на сьогодні вивчена не повністю [6].

Беззаперечно, що найбільш успішними є заняття, на яких учнів заохочують думати самостійно та критично мислити. Критичне мислення дозволяє обмірковувати власні думки та причини виникнення тієї чи іншої точки зору. Це означає, що ми обдумуємо те, яким чином приходимо до наших власних рішень або розв'язуємо завдання, проблеми. Коли ми мислимо критично, те, що ми думаємо та як ми думаємо, завжди перебуває у фокусі нашої уваги, і коли помічаємо помилку чи бачимо інший і, можливо, кращий спосіб осмислення якогось завдання чи проблеми, ми зацікавлено вивчаємо його. Здобувачі освіти, які мислять критично, зазвичай навчаються з інтересом. Навіть у дуже важких інтелектуальних завданнях вони бачать можливості для навчання. Ці учні шукають шляхи застосування навичок критичного мислення і, як правило, охоче їх використовують — і під час навчання, і в

своєму повсякденному житті. Саме завдяки таким учням викладання стає приємнішим і цікавішим для педагога [6].

Щоб стимулювати критичне мислення, педагогові необхідно виділити час та забезпечити можливості для застосування критичного мислення, дозволити дітям вільно розмірковувати, сприймати різноманітні ідеї та думки, створити сприятливу атмосферу, у якій неможливими стали б насмішки, висловити віру в здатність кожного вихованця продовжувати критичні судження, цінувати критичні міркування кожної дитини. Усі ці умови легко забезпечити на занятті гуртка закладу позашкільної освіти, оскільки позашкільля – це територія вільної творчості і суджень, місце, де збираються однодумці, об'єднані спільними інтересами.

Реалізація завдання формування критичного мислення здобувачів освіти керівником гуртка закладу позашкільної освіти здійснюється через впровадження в роботу відповідних педагогічних методів та прийомів. На зміну традиційним підходам виникають нові – нетрадиційні, в основу яких покладено активне використання сучасних інформаційних технологій. Прикладом такої організації освітньої діяльності є змішане навчання. Цей підхід дозволяє одночасно поєднати традиційний спосіб викладання та часткове використання дистанційної форми навчання. Такий підхід є особливо актуальним в умовах сучасності, коли освіта пристосовується до роботи в умовах карантину та війни.

Серед прийомів, застосування яких сприяє розвитку вищого рівня мислення, допомагає знаходити нові рішення через вияв індивідуальних здібностей кожного, спонукає до розвитку творчості, критичності, вчить застосовувати набуті знання на практиці, слід виділити усім знайомий мозковий штурм або брейнсторм. Механізм проведення його простий і доступний. Суть його в тому, що учасники озвучують якомога більше варіантів, зокрема й найнеймовірніші, а потім з усіх обираються найкращі ідеї або рішення, які можна реалізувати на практиці. Під час мозкового штурму ніхто не коментує думки і не дає оцінок. Кожен учасник дискусії вільно висловлює власну ідею або декілька ідей. Таку діяльність легко організувати як під час традиційного заняття так і під час онлайн-навчання. Обговорення проблемного питання можна організувати під час синхронного заняття з використанням *Google Meet, Zoom, Viber, Microsoft Teams* тощо. А можна використати спеціальні додатки для проведення мозкового штурму: *Mind Meister, MindApp Wisemapping* – онлайн-додатки для мозкового штурму на основі використання інтелект-карт, *Popplet* – онлайн-інструмент для фіксації ідей та думок, *Visualthesaurus* – вебсайт для розвитку асоціативного мислення. Для проведення мозкового штурму онлайн чудово зарекомендували себе віртуальні дошки, де висловлювати ідеї, створювати творчі проекти можна з допомогою стікерів, інтелект-карт, відео, малюнків тощо. З цією метою використовую на заняттях гуртка інтерактивні онлайн-дошки *Miro, Padlet, Linoit*. Онлайн-дошки зручні тим, що кожен може записувати свої думки незалежно від інших, а за підсумками їх не потрібно збирати — вони й так зафіксовані в одному місці.

Виявити різноманітні точки зору, розвинути навички аналізу та критичного мислення допомагають кейс-методи, які спонукають здобувачів освіти планувати власні дії, відштовхуючись від сприйняття конкретної ситуації співрозмовником. Основною відмінністю кейсу від звичайного завдання є наявність кількох варіантів розв'язку та альтернативних шляхів, що до нього ведуть. Під час вирішення таких завдань здобувачі освіти вчаться використовувати теоретичні знання та набувають практичні навички [2].

Суть методу полягає в використанні конкретних випадків (ситуацій, історій, тексти яких називаються «кейсом») для спільного аналізу, обговорення або вироблення рішень учнями з певного розділу навчальної програми. Кейси (ситуаційні справи) мають чітко виражений характер і мету. Як правило, вони пов'язані з проблемою або ситуацією, яка існувала чи і зараз існує. Це завжди моделювання життєвої ситуації, і те рішення, що знайде учасник кейса, може служити як відбиттям

рівня компетентності і професіоналізму учасника, так і реальним рішенням проблеми. Цінність кейс-технології полягає в тому, що вона одночасно відображає не тільки практичну проблему, а й актуалізує певний комплекс знань, який необхідно засвоїти при вирішенні цієї проблеми [4].

Одним із найбільш цікавих і, напевно, вдалих визначень «кейс-методу» подано в працях одного з основоположників методу навчання С. Ролана Крістенсена: «Кейс-метод — це опис ситуації, яка містить проблему, що примушує засумніватися навіть досвідчених практиків. Викладена у формі розповіді, вона спонукає ... взяти в її розв'язанні безпосередню участь. У кейсі наводиться повна інформація, що надає учасникам можливість після аналізу ситуації обрати, принаймні, два життєво необхідних рішення, які можна було б застосовувати на практиці» [3].

В умовах закладу позашкільної освіти кейс-метод ефективно застосовується нарівні з іншими методами викладання. Під час використання кейс-методу навчання необхідно дотримуватися певних правил складання кейса, брати до уваги особливості роботи з кейсом у різних вікових групах, дотримуватися організаційних правил роботи над кейсом у групі і, крім того, слід правильно визначити роль педагога, оскільки під час використання кейс-методу його роль суттєво відрізняється від традиційної. Керівникові гуртка відводиться роль ведучого, який підтримує дискусію та фіксує відповіді. Вирішення ситуації за допомогою наявних знань та практичного досвіду - завдання вихованців. Методичною метою застосування кейс-методу може бути ілюстрація до теорії, чисто практична ситуація, а також їх поєднання. Однак у будь-якому випадку мета має бути вагомою, щоб робота з кейсом зацікавила здобувачів освіти. Цьому сприятиме напруженість ситуації, описаної в кейсі, конфлікт, навіть драматичність, що вимагають прийняття швидких рішень.

Кейсом у фотогуртку, наприклад, може бути облаштування фотозони для проведення фотосесії з тваринами. Здобувачам необхідно розмістити предмети і аксесуари, врахувати особливості поведінки тварини, врахувати освітлення, налаштувати параметри фотокамери, потурбуватись про безпеку фотозйомки. Попередньо педагог готує кейси (розгортки) з питань, які необхідно опрацювати: «Історія», «Біологія і психологія домашніх тварин», «Простір», «Колористика і графіка», «Обладнання», «Світло», «Безпека». Обов'язково слід продумати переходи («містки») між поданими кейсами та проблемні запитання, відповідь на які мають дати вихованці після опрацювання кожного кейсу. В ході дискусії здобувачі освіти мають задіяти набуті знання з біології, безпеки життєдіяльності, математики, фізики тощо, щоб створити ідеальну фотозону, яка дозволить зробити якісні знімки, щоб задовольнити вимоги фотографа і замовника. Можна також додати кейс «Бізнес-ідея» - продумати яким чином вміння фотографувати тварин може приносити прибуток в майбутньому, таким чином розвиваючи підприємницьку компетентність здобувачів освіти.

Під час організації дистанційного навчання кейсові технології також не втрачають ефективності, сприяють підвищенню мотивації та зацікавленості навчальним матеріалом. За цією технологією до початку занять формуються пакети (кейси) з окремих тем, які учні мають опрацювати до початку заняття. Це можуть бути посилання на освітні ресурси, текстові файли, відеоматеріали за напрямками обговорення питання подані у цікавій формі. Зокрема - хмари слів із посиланнями на питання для опрацювання, інтерактивні дошки з тематичними стікерами, кейси-презентації тощо.

Варто також звернути увагу на онлайн-ресурс *Edu Future 7W* — це освітня платформа для інноваційних та передових навчальних матеріалів, серед яких готові розробки інтегрованих кейс-уроків, під час яких вивчаються не окремі предмети самі по собі, а навпаки, вивчаються явища, які розглядаються з різних боків цих предметів. На платформі створено ексклюзивний контент, що складається з більш ніж 500 кейсів, для всіх шкільних вікових груп і з усіх тем шкільної та позашкільної програм. Педагог може використовувати вже готове заняття або використати окремі елементи для створення власного кейсу [10].

В епоху інформаційного суспільства сучасні ЗМІ, новітні інформаційно-комунікаційні технології здатні активно впливати на громадську думку, формувати суспільну та індивідуальну свідомість, змінювати життя соціуму. Відтак критичне мислення, що передбачає здатність і вміння людини самостійно оцінювати явища дійсності, думки і твердження, вміння бачити позитивні й негативні аспекти, а також прагнення до кращого, оптимального розв'язання проблем, перегляду й переоцінки чинних традицій, стереотипів, догм, стало центральним поняттям для медіа грамотності [5]. Бути медіаграмотним означає бути спроможним знайти те, що ми шукаємо, вибрати те, що нам потрібно, й визначити, наскільки надійною є ця інформація. Бути медіаграмотним означає бути здатним оптимально використовувати відповідну інформацію, зберігаючи її розумно, й ділитися нею з іншими.

Сьогодні практично кожен з нас одночасно виступає в ролі споживача інформаційного контенту, інформаційних технологій і автора, творця медійних продуктів. Тому дуже важливо навчити здобувачів освіти етичних норм комунікації, безпечної поведінки в мережі, ефективного пошуку і відбору інформації. Адже від правильно обраного джерела інформації залежить достовірність дослідження або відповідність поширеного контенту. Одне із завдань педагога – навчити здобувачів освіти відрізняти фейкові новини чи фото, верифікувати інформацію. Саме з цією метою знайомлю вихованців з способами перевірки інформації та корисними інструментами для перевірки зображень, відео та пошуку інформації в мережі. Для перевірки оригінальності відео та зображень, що актуально для фотогуртка, використовуються онлайн-ресурси: *Image Operations* - ресурс дозволяє дізнатися інформацію про автора зображення (проте не завжди), коли і де світлина була зроблена, коли її завантажили онлайн і чи присутній у ній монтаж; *RevEye* – дозволяє дізнатись чи публікувалось зображення раніше, якщо так – то коли і де; *TinEye* – популярний ресурс зворотнього пошуку, він допоможе відфільтрувати зображення за схожістю та датою; *In Video Veritas* - за його допомогою можна перевіряти відеоконтент не тільки з *YouTube*, але й з соціальних мереж. Для перевірки новин, фактів використовуємо сайти *stopfake.org*, *ms.detector.media*. Такі завдання дуже подобаються учням, вони однаково ефективні для розвитку критичного мислення, здатності до аналізу як під час очного так і під час змішаного навчання.

Розвиток критичного мислення – одне з пріоритетних завдань сучасної освіти, оскільки особистість з розвиненим критичним мисленням здатна самостійно засвоювати знання, перетворюючи цей процес на свідомий, безперервний та продуктивний. Можливості закладів позашкільної освіти у цьому випадку досить високі, а тенденція інформатизації освіти їх неабияк урізноманітнює. Освітній процес у закладах позашкільної освіти завдяки створенню оточення здобувачів освіти з подібними інтересами і запитамі підвищити мотивацію до здобуття певних знань та навичок, організувати ефективне внутрішньоклективне спілкування з елементами змагання, набувати уміння вирішувати проблеми, логічно обґрунтовувати позицію, критично мислити, співпрацювати в команді. Основним завданням педагога закладу позашкільної освіти сьогодні є вмиле поєднання інтерактивних, інформаційно-комунікаційних технологій із метою забезпечення розвитку критичного мислення у здобувачів позашкільної освіти в умовах змішаного навчання.

### Список використаних джерел та літератури:

1. Васильєва Р.В., Семенець Л.М., Степанчиков Д.А. Особливості технології розвитку критичного мислення учнів при вивченні фізики у закладах позашкільної освіти. *Педагогічні науки*. 2019. Вип. 89. С.11-15. URL: <https://ps.journal.kspu.edu/index.php/ps/article/view/4289> (дата звернення 23.10.2022).
2. Втілюємо кейс-стаді у практику навчально-виховного процесу. *Педрада*: вебсайт. URL: <https://oplatforma.com.ua> (дата звернення 23.10.2022).
3. Каплінський В.В. 100 складних ситуацій на уроках та поза уроками: шукаємо рішення: навч. посіб. для майбут. вчителів. Вид 6-е. Вінниця: ТОВ «Нілан-ЛТД», 2015. 80 с.
4. Кейс-технології у навчанні. *КМДШ*: вебсайт. URL: <https://www.creativeschool.com.ua> (дата звернення 23.10.2022).
5. Критичне мислення як ключова компетенція медіаграмотності. *Медіаосвіта і медіа грамотність*: вебсайт. URL: <https://medialiteracy.org.ua> (дата звернення 24.10.2022).
6. Музичук К. Розвиток критичного мислення здобувачів вищої освіти в умовах змішаного навчання. *Нова педагогічна думка*. 2019. Вип.№ 3 (99). С.61-65. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Npd\\_2019\\_3\\_18](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Npd_2019_3_18) (дата звернення 24.10.2022)
7. Про позашкільну освіту: Закон України від 22.06.2000 № 1841-III. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1841-14#Text> (дата звернення 23.10.2022).
8. Терно С.О. Теорія розвитку критичного мислення (на прикладі навчання історії): посібник для вчителя. Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2011. 105 с.
9. Технології розвитку критичного мислення учнів / Кроуфорд А., Саул В., Метьюз С., Макінстер Д.; за ред. Пометун О. Київ: Плеяди, 2006. 220 с.
- 10.7 Чудес Освіти. Кейс-уроки Співаковського. *Edu Future 7W*: вебсайт. URL: <https://www.edufuture.biz/ua> (дата звернення 23.10.2022).

**Цюрукало Світлана,**  
вчитель початкових класів  
Хмельницького НВК №6

### **Розвивальне навчання здобувачів освіти як інструмент індивідуалізації навчання в умовах реалізації змішаної форми навчання та домінуючий формат роботи з обдарованими дітьми**

Перед сучасною освітою стоїть глобальне завдання: створення та реалізація моделі випереджального розвитку дитини, плекання її особистості, здатної взаємодіяти і творити в сучасному світі. Тому так важлива увага до індивідуальної траєкторії розвитку дитини, інтенсивні пошуки нових форм, методів та засобів навчання і виховання, зростання соціального партнерства сім'ї, школи та інших інститутів. Продуктивність взаємозв'язку навчання та розвитку залежить від реалізації стратегічних принципів нової української школи: фундаменталізації, гуманізації, гуманітаризації, інтеграції, диференціації, індивідуалізації, життєтворчості, оптимізації тощо.

**Ключові слова:** розвивальне навчання, обдарованість, змішана форма навчання, індивідуалізація, диференційований підхід.

Глобальні виклики в суспільстві, що змінили світ, закономірно вплинули на пріоритети розвитку шкільної освіти і дали поштовх до трансформації педагогічних технологій та моделей навчання. Одним із таких пріоритетних напрямів розвитку



сучасної освіти став розвиток дистанційного та змішаного навчання, який потягнув за собою низку важливих перетворень

Педагогічні технології дистанційного навчання визначалися як технології опосередкованого активного спілкування з використанням телекомунікаційного зв'язку та методології індивідуальної роботи зі структурованим навчальним матеріалом, представленим в електронному вигляді. Соціальними групами було визначено досить широкий загаль суспільства, зокрема й учні шкіл. На дистанційне навчання могли зараховуватися учні з високими навчальними досягненнями. Але практики масового переходу в світовому масштабі на дистанційне чи змішане навчання досі не існувало. Цей виклик сучасності в умовах пандемії, а наразі війни, зачепив великий віковий контингент учнів (віком від 7 до 16 років). Нині документи про дистанційне (змішане) навчання регламентують цю форму навчання як повноправну, за якої може забезпечуватися повна загальна середня освіта. Виникла необхідність урізноманітнити існуючі форми і методи навчання, адаптуючи їх до дистанційного (змішаного) формату, необхідність створювати умови для забезпечення повноцінної участі всіх учасників навчального процесу, зокрема й з особливими освітніми потребами та обдарованих дітей. Батьки стали повноцінними суб'єктами дистанційного навчання (разом із учнями та педагогічними працівниками), і надзвичайно важливе значення має їх сприяння виконанню дитячої освітньої програми та досягненню дитиною певних результатів навчання.

Основними аспектами для ефективного впровадження дистанційного (змішаного) навчання визначаються такі: створення якісно нового інформаційного освітнього середовища, що сприятиме розвитку особистості учня, його творчої складової; трансформація та адаптація педагогічних технологій і форм навчання до нової інформаційної взаємодії між учителем та учнем; зміна навчально-методичного забезпечення освітнього процесу та постійний моніторинг темпу розвитку, формування інформаційної компетентності учня.

Дидактична складова змішаного навчання має бути продумана від мети до результату: проведений аналіз компетентностей, які мають бути сформовані на виході; акцентовано, які наскрізні лінії є найбільш актуальними для певного віку; чітко сформульовані завдання на певному відрізку процесу навчання; реалізовано варіативність форм, методів, технологій навчання, адаптованих під даний формат (особливо актуальним є розвиток групової (парної) взаємодії учнів); деякі трансформації змісту відповідно до регіону, можливостей учня, темпу його просування тощо; підготовка великої кількості інформаційного матеріалу; адаптація роботи з новим підручником до інтерактивної частини матеріалу; контроль етапів навчання, різноманітні варіанти оцінювання навчальних досягнень, зокрема, ігрові форми тестування; відбір педагогічних технологій навчання, які можна продуктивно використовувати в дистанційному навчанні; комплекс рекомендацій для учнів та батьків; вирішення проблем, пов'язаних з індивідуальними особливостями дитини, можливістю просуватися в заданому темпі; залучення батьків до процесу дистанційного навчання: так званий «трикутник партнерства»; поступове формування досвіду практичного застосування дистанційного навчання, отримання зворотного зв'язку та вирішення проблем у реальному часі [1,7]. Окремо слід виділити інтерактивну складову, яка включає в себе наступні компоненти: самостійна творча робота суб'єкта; саморозвиток, самореалізація. Отже, перехід до змішаного навчання зменшив можливості соціалізації учнів, їхнього неформального спілкування, змінив форми навчального спілкування. Нова для всіх учасників форма навчально-виховного процесу принесла і проблеми, і перспективи для розвитку.

Саме вікові особливості дитини на певному році навчання в початкових класах диктують вибір відповідних форм навчальної діяльності, які наразі мають адаптуватися під змішаний формат. Змішане навчання в початковій школі залучає нові Інтернет-технології, які дозволяють врахувати індивідуальний темп навчання і



розвитку учня, мотивувати його, відстежити його особисті досягнення та відслідкувати необхідні зміни в технологіях.

Тож виникає необхідність урізноманітнити існуючі форми і методи навчання, адаптуючи їх до дистанційного та змішаного формату, розвивати та трансформувати педагогічні технології і моделі навчання. Але не потрібно забувати про технологію розвивального навчання, підґрунтям якої є теорії навчальної діяльності, зорієнтована саме на такі результати.

Технологія розвивального навчання – це активно-діяльнісний спосіб навчання, під час якого враховуються та використовуються природні закономірності індивідуального розвитку дитини, що зумовлюють розвиток знань, умінь, навичок і способів розумових дій, емоційно-ціннісної та діяльнісно-практичної сфер. Метою даної технології є загальний розвиток учня, його інтелектуальні можливості, почуття, уміння вчитися та спілкуватися, формування творчої особистості. [2, 62]

Метою РН є створення умов для становлення учнів як суб'єктів навчальної діяльності, що передбачає розвиток у них центральних новоутворень молодшого шкільного віку – рефлексії, цілепокладання та навчальної мотивації. Дослідження свідчать про те, що названі новоутворення є функцією не віку, а змісту провідної діяльності, характерної для цього віку. Це підкреслює пріоритетність для початкової школи мети розвитку суб'єкта навчальної діяльності. В термінах компетентної освіти ця мета формулюється, як формування в учнів ключової компетентності «навчання впродовж життя», що досягається, зокрема, завдяки опануванню учнями вмінь і навичок, необхідних для подальшої навчальної діяльності, навчанням здобувати нову інформацію й застосовувати її для оцінювання навчальних потреб, навчанням окреслювати власні навчальні цілі та способи їх досягнення, навчанням працювати самостійно і в групі [3]. У РН формування в учнів повноцінної навчальної діяльності здійснюється через цілеспрямоване формування навчальних дій цілепокладання, аналізу, планування, моделювання, контролю й оцінювання. Досягнення такого результату передбачає наявність особливим чином організованого змісту навчальних предметів, який для засвоєння вимагає активної дослідницької позиції учня. На думку дослідників, в основу такого змісту мають бути покладені навчальні поняття, подані через систему навчальних задач, зокрема математичного та лінгвістичного змісту. Отже, центральним поняттям в РН є поняття навчальної задачі як «клітинки» навчальної діяльності, задачі на відкриття загального способу дії (В. Давидов, В. Репкін), задачі на самозмінювання самого суб'єкта навчальної діяльності (О. Дусавицький, С. Максименко, Д. Ельконін). Спосіб побудови змісту навчальних предметів, застосований в РН, є одним з успішних варіантів, що забезпечує досягнення мети – формування в учнів уміння вчитися. [3]

Подальша розробка та впровадження в освітній процес початкової школи технології РН Д. Ельконіна – В. Давидова варто вважати важливим чинником забезпечення інноваційної розвивальної дитиноцентриської парадигми в умовах системного оновлення української освіти.

Розбудова державності в Україні зумовила нові тенденції щодо розвитку освіти. З'явилася нагальна потреба суспільства у творчих, діяльних, обдарованих, інтелектуально й духовно розвинених громадянах.

Центром концепції розвитку обдарованості є творча особистість, індивідуальна робота з обдарованими дітьми, які вирізняються насамперед високим інтелектом, що є наслідком як природних задатків, так і сприятливих умов виховання.

Якщо в процесі навчання учнів учитель враховує індивідуальні особливості, успіх досягається швидше і за мінімальних витрат часу.

Мета розвитку здібностей найпідготовленіших учнів – допомогти їм реалізувати свої індивідуальні якості, не загубитися в сірій масі учнів, сприяти переорієнтації їхнього репродуктивного мислення на творче індивідуальне конструювання. У розвитку їхніх здібностей важливе значення має забезпечення та розширення

інформованості в тих галузях, які їх цікавлять, організація для них різноманітної діяльності.

Обдарованість – це комплексне явище психіки людини, яке включає єдність інтелекту, творчості й мотивації. [5]

Інтелектуальні здібності перевищують середній і високий рівні, творчість проявляється у новому і оригінальному підході до вирішення проблем і завдань, що стосується мотивації, то це єдність емоційно-вольових якостей: інтересу до певної діяльності і настирливості у досягненні мети. Обдаровані люди характеризуються наполегливістю, надзвичайно розвинутою працьовитістю, глибоким і стійким інтересом до певної діяльності.

Особливості обдарованих дітей:

1. Мають хорошу пам'ять, особливий світогляд, добре розвинуте абстрактне мислення.

2. У них добре розвинута свідомість, теоретичний спосіб мислення.

3. Дуже активні й завжди чимось зайняті, вони прагнуть працювати більше за інших.

4. Ставлять високі вимоги до себе, у них добре розвинуте почуття справедливості, вони боляче сприймають суспільну несправедливість.

5. Наполегливі в досягненні результату в галузі, яка їх цікавить, для них характерний творчий пошук.

6. Хочуть учитись і досягають у навчанні значних успіхів. Навчання дає їм задоволення.

7. Завдяки численним умінням (класифікувати, категоризувати, встановлювати причинно-наслідкові зв'язки, планувати і прогнозувати, робити висновки) вони здатні краще за інших займатися самостійною діяльністю, особливо в галузі літератури, математики, проведенні дослідів, фенологічних спостережень.

8. Вміють критично оцінювати навколишню діяльність і прагнуть проникнути в суть речей і явищ, фантазувати.

9. Ставлять багато запитань і зацікавлені у позитивних відповідях на них.

10. Урок для обдарованих дітей особливо цікавий тоді, коли використовується дослідницький метод.

11. Із задоволенням виконують складні й довгострокові завдання.

12. Виявляють великий інтерес до читання, мають чималий словниковий запас.

13. Порівняно зі своїми ровесниками краще вміють розкривати взаємозв'язки між явищами і сутністю, індуктивно й дедуктивно мислити, маніпулювати логічними операціями, систематизувати, класифікувати й узагальнювати їх.

14. Мають почуття гумору, вони мають міцне здоров'я, життєрадісні, хоча зрідка стан здоров'я погіршується.

15. У них перебільшені почуття страху, емоційна залежність, незбалансованість порівняно з їхніми однолітками.

16. Потребують значної уваги з боку педагогічних працівників. Для них важливі не тільки глибокі й міцні знання, а й практичні навички, які дитина може отримати у різних наукових товариствах.

Спираючись на технологію розвивального навчання, як інструмент індивідуалізації навчання в умовах реалізації змішаної форми при роботі з обдарованими дітьми педагогу слід пам'ятати:

1. Обдаровані діти, як правило, дуже активні й завжди чимось зайняті. Вони прагнуть працювати більше за інших або займають себе самі, причому часто справами, які не стосуються безпосередньо уроку, частково це стосується і предмета, до якого у них є здібності. Іноді здається, що активності цих дітей не вистачає на всі предмети, їм необхідна особлива увага, щоб розвивати хист у

заданому напрямку, не примушуючи їх перенапружуватись і не дозволяючи почуттю незадоволеності перешкодити їх прагненню займатися тим, до чого вони схильні.

2. Вони наполегливо прагнуть розв'язувати поставлені перед ними завдання. Цим вони можуть дратувати вчителя, тому що хочуть знати більше. Дитині необхідно надати додаткову літературу.

3. Вони хочуть учитись і досягати успіху. Навчання приносить їм задоволення, і вони здобувають знання, не сприймаючи заняття як насилля над собою.

4. Завдяки численним умінням вони здатні краще за інших займатися самостійною діяльністю. Особливо часто це виражається в самостійній роботі з літературою, проведенні експериментів з фізики, хімії.

5. Вони вміють критично розглядати дійсність і прагнуть проникнути в суть речей і явищ. Вони не задовольняються поверховими поясненнями, навіть якщо ті їй здаються достатніми їхнім ровесникам.

6. Вони ставлять багато запитань і зацікавлені у вичерпній відповіді на них.

7. Урок особливо цікавий тоді, коли використовується дослідницький метод. Інші учні вважають за краще вивчити добре сформульований навчальний матеріал.

8. Завдяки роботі із засобами масової інформації вони вміють швидко вирізнити найголовнішу інформацію, самостійно знайти важливі джерела інформації. Більше ніж інші вони зацікавлені в самостійному здобутті знань.

9. Порівняно зі своїми ровесниками вони краще вміють розкривати відношення між явищем і змістом, індуктивно і дедуктивно мислити, маніпулювати логічними операціями, узагальнювати.

10. Багато з них ставлять перед собою завдання, виконання яких потребує багато часу. Такі завдання спрямовані на застосування здібностей цих дітей у їх професійній діяльності, досягнення високих результатів, творчу реалізацію їхніх здібностей.

Алгоритм організації роботи з обдарованими учнями повинен передбачати:

- діагностику (психологічну та педагогічну);
- організацію навчальної діяльності (індивідуальні заняття, посиленна увага з боку вчителів–предметників, участь в олімпіадах, конкурсах, змаганнях, додаткові заняття факультативи);
- організацію пізнавальної діяльності (інформаційне забезпечення, наукова організація праці, робота в бібліотеці, МАН, гурткова робота);
- аналіз успіхів та досягнення учнів;
- педконсиліуми та поради щодо обдарованих дітей, рекомендації батькам, учням, учителям;
- складання планів роботи з обдарованими школярами;
- забезпечення психологічного комфорту обдарованих учнів;
- підвищення професійного рівня педагогічних кадрів, вдосконалення творчого потенціалу вчителів.

Основною вимогою до підготовки педагогів для роботи з обдарованими дітьми є зміна педагогічної свідомості. А саме, зміна сформованих раніше в даного педагога стереотипів сприйняття (учня, навчального процесу і самого себе), спілкування і поведіння (способів взаємодії) і, нарешті, методів навчання і виховання.

Тому підготовка до роботи з обдарованими дітьми має містити:

1. Формування знань (уявлення) про те, що таке обдарованість, хто такі обдаровані діти, які особливості їхнього навчання та розвитку у різних умовах.

2. Формування особистісного ставлення до обдарованого (як і до будь-якого іншого) учня не як до об'єкта педагогічного впливу, а як до суб'єкту спільної конструйованої педагогічної взаємодії, в ході якої відбувається навчання і розвиток учнів.

3. Навчання основних організаційних форм, психологічних і дидактичних методів практичної роботи з обдарованими дітьми.

Можна виділити основні заходи щодо роботи з обдарованими учнями:

Надання їм можливості виконувати більший обсяг навчальних завдань. При цьому має бути витриманий оптимальний обсяг додаткової роботи з обдарованими учнями.

Збільшення кількості завдань має поєднуватися з обов'язковим підвищенням їх складності. Це сприятиме інтелектуальному розвитку, формуванню здібностей.

Забезпечення зростання творчої активності шляхом розвитку у учнів вміння виділяти проблему, створювати проблемні ситуації у процесі навчання і знаходити шляхи їх вирішення, відбирати і структурувати навчальний матеріал, виділяти головне, суттєве, прагнення до самовдосконалення.

Пошук вчителем дієвих стимулів для активізації творчості учнів, диференційований підхід, заохочення обдарованих учнів до творчого пошуку.

Основним принципом правильної ефективної роботи з обдарованими учнями є адекватність у виборі навчально-виховних програм. На думку фахівців, ці програми повинні якісно відрізнятися від програм, розрахованих на дітей із середніми можливостями, але ця різниця не повинна здійснюватися за рахунок збільшення обсягу навчального матеріалу, темпу навчання або включення завдань з програм для більш дорослих дітей. Рензуллі, обговорюючи якісні особливості навчання обдарованих дітей зазначав, що зміст їх навчальних програм повинен:

- виходити за межі загальноприйнятої програми,
- враховувати специфіку інтересів учнів,
- відповідати їхньому стилю засвоєння знань,
- не обмежувати прагнення учнів глибоко розуміти сутність тієї чи іншої теми.

Дослідники обдарованості виділили такі загальні принципи складання програм для обдарованих дітей:

- Кожна дитина є неповторною. Тому для створення адекватної програми треба спочатку визначити сильні і слабкі сторони дитини.
- Дорослі повинні підтримувати дітей у формуванні їхньої позитивної «Я-концепції», знижувати їхню зайву критичність щодо себе.
- Сім'я має підтримувати обдаровану дитину у реалізації її задатків, разом зі школою повинна взяти на себе відповідальність щодо її освіти.
- Зміст програми має відповідати інтересам і потребам дитини, задовольняти різноманітні потреби у навчанні.
- Для забезпечення оптимального розвитку програма має передбачати повільний поступовий перехід з одного рівня навчання на інший.
- Програма має бути збалансованою і сприяти всебічному розвитку, враховувати потребу у фізичному та емоційному вдосконаленні, а також у спілкуванні.
- Програма мусить розвивати у дитини наполегливість у досягненні мети, цілеспрямованість.
- Навчання повинно проводитися під керівництвом досвідчених фахівців.
- У програмі має бути передбачена система оцінювання її ефективності, що дозволить оцінити відповідність даної програми потребам дитини і можливості досягнення нею необхідних результатів.
- Основною метою програми має бути розвиток творчих здібностей.
- Навчальний план для обдарованої дитини повинен бути спрямований на розвиток загальних можливостей дитини, а саме: пізнавальні можливості і навички, володіння великим обсягом інформації, великий словниковий запас, застосування засвоєного у новому матеріалі, встановлення причинно-наслідкових зв'язків, виявлення прихованих залежностей і зв'язків, вміння робити висновки, уміння

інтегрувати і синтезувати інформацію, прагнення до вирішення складних проблем, уміння розуміти складні ідеї, розрізняти тонкі відмінності, використання альтернативних шляхів пошуку інформації, здатність аналізувати ситуацію, уміння оцінювати як сам процес, так і результат, уміння передбачати наслідки, уміння міркувати, будувати гіпотезу, застосування ідей на практиці, здатність до перетворень, критичність мислення, розвинену допитливість.

Для успішної роботи з обдарованими дітьми вчителю необхідно:

1. Використовувати у своїй роботі систему пошуку обдарованих і талановитих дітей.

2. Виявляти здібності учнів за такими параметрами:

- характеристика уваги;
- особливості мислення;
- характеристика пам'яті;
- особливості темпераменту з урахуванням їх в організації навчальної діяльності.

діяльності.

1. Внести зміни до поурочних і тематичних планів, де передбачалась би цілеспрямована робота з кожною обдарованою дитиною.

2. Використовувати на уроках мотиваційні установки, які орієнтують учнів на навчання «хочу все знати», а не «хай мене навчать».

3. Використовувати на уроках самостійні творчі завдання, роботи пошукового характеру.

4. Поєднати навчальні знання з науковим пізнанням: науковим пошуком істини, експериментуванням, спостереженням у природі, синтезом і аналізом природних явищ.

Поради вчителям щодо роботи з учнями з ознаками обдарованості:

1. До обдарованих дітей треба ставитися спокійно. Вчитель повинен створити таку атмосферу в класі, в якій успіхи «зоряного хлопчика» (або дівчинки) викликали не почуття заздрості чи роздратування, а повагу з боку його однолітків. Постійна недоброзичлива оцінка вихователя може призвести до втрати дитиною впевненості у своїх силах, тим самим приглушити здібності. Однак інша крайність «захвалювання» - викликає зарозумілість, що не менш шкідливо. Оцінка, яку дає педагог, має бути вимогливою, але доброзичливою, щоб зміцнювати віру в успіх.

2. Треба допомогти такій дитині, тобто дати їй завдання складніше. Кожне наступне завдання має бути більш складним, ніж попереднє, і водночас посильним.

3. Ефективне застосування методики самостійного опрацювання (дослідження) учнем нової теми. На півріччя кожен одержує свою серію завдань різної складності, які треба вирішити самостійно. Після цього поступово завдання розбирають усім класом.

4. Якщо сфера інтересів і набір здібностей учня досить вузькі, завдання вчителя – розвивати ці здібності максимально, щоб у майбутньому ця людина була здатна професійно використовувати наявні в неї здібності і стати винятковою у своїй галузі.

5. Талановитим дітям необхідне особливе середовище, необхідні труднощі, оскільки легкі успіхи за низьких вимог і загального слабого фону загрожують швидкою деградацією.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Барановська О. В. Змішане навчання у початковій школі: нові форми взаємодії : методичні рекомендації. Київ : «Фенікс», 2021. 64 с.
2. Грабовська Тетяна, Грабовський Олександр, Сивохоп Ярослав. Інноваційні технології навчання як основа і засіб формування ключових компетентностей учнів. *Педагогічні інновації у фаховій освіті*. Вип. 10. Ужгород, 2019. С. 59 – 63

3. Кондратюк О. М., Толмачова І. М., Шилкунова З. І. Можливості технології розвивального навчання в контексті реалізації концепції нової української школи. *Інноваційна педагогіка*. 2019. Т.1. С. 220–223.
4. Новікова Т. Розвивальне навчання та формування ключових компетентностей учнів. *Початкова освіта*. 2008. № 41. С. 9–11.
5. Рачок О. Л. Методичні рекомендації щодо організації роботи з обдарованими дітьми URL: [http://www.burshtynschool2.if.sch.in.ua/osvitnye\\_seredovishee11/robota\\_z\\_obdarovanimi\\_ditjimi/?prnt=prnt](http://www.burshtynschool2.if.sch.in.ua/osvitnye_seredovishee11/robota_z_obdarovanimi_ditjimi/?prnt=prnt) (дата звернення 07.10.2022)

**Чепурняк Наталія,**  
практичний психолог  
Кам'янець-Подільського ліцею № 13

### **Психологічна допомога та емоційна підтримка учасників освітнього процесу в умовах російсько-української війни в Україні**

В статті розглянуто, що одним із головних завдань закладу освіти є повсякденна психологічна допомога та емоційна підтримка учасників освітнього процесу. Важливо пам'ятати, що не можна надавати психологічну допомогу та емоційну підтримку окремо, оскільки це комплексна робота всіх педагогічних працівників, але підходи до цього процесу можуть бути різними. Сформульовано корисні поради, як опанувати себе в критичних умовах, як допомогти близьким та підтримувати здоровий психічний стан.

**Ключові слова:** агресія, бойові дії, психологічна допомога, психологічний стан, емоційна підтримка.

З викликами, що принесла війна до цього дня не зіштовхувався жоден нині працівник освіти. Готовність швидко реагувати на зміни, жити і працювати в умовах невизначеності, працювати з дітьми з досвідом війни, працювати під час війни, з дітьми, які знаходяться в дуже різних умовах, зберігати себе в ресурсному стані, щоб забезпечити спокій і безпеку учням – все це завдання сучасного вчителя.

Прагнення до миру є наразі головним бажанням усіх українських громадян. Непередбачувана та неочікувана агресія проти України з боку Росії, окупація наших територій, військовий конфлікт та бойові дії стали частиною повсякденного життя. Значний потенціал освітянської сфери у сучасній складній ситуації в країні має бути спрямовано, і його вже спрямовують на надання відповідей тим викликам і проблемам, які мають українські діти та суспільство. Практичні психологи, соціальні педагоги є тими, хто вже відгукнувся на існуючі труднощі. Нові теми та форми роботи, організація психологічної допомоги, групова робота з дітьми та батьками, профілактичні, освітні, інформаційно-просвітницькі заходи, весь арсенал педагогічної майстерності концентрують і спрямовують на роботу зі здобувачами освіти.

У результаті військової інтервенції російської федерації до України, постало гостре питання стану психологічного здоров'я здобувачів освіти та їхніх батьків, що впливатиме на освітній процес у навчальному році.

Одним із головних завдань закладу освіти є повсякденна психологічна допомога та емоційна підтримка учасників освітнього процесу.

Першу психологічну допомогу та емоційну підтримку на різних рівнях у закладі освіти проводять усі педагогічні працівники (вчителі-предметники, класні керівники, медичн(а/ий) сестра/брат тощо). Також до цього процесу залучаються батьки учнів та засоби масової інформації [1].

Важливо пам'ятати, що не можна надавати психологічну допомогу та емоційну підтримку окремо, оскільки це комплексна робота всіх педагогічних працівників, але підходи до цього процесу можуть бути різними.

Вчителі мають враховувати емоційний стан здобувачів освіти, адже під час війни вони можуть стикатися із дітьми, які переїхали із регіонів, де відбуваються військові дії, або навіть втратили когось із близьких. Цей фактор впливає на поведінку дитини, її здатність до навчання та на психологічні реакції на навколишні збудники.

Психологічна допомога та емоційна підтримка у закладі освіти має проводитись систематично і поетапно, починаючи із закладу дошкільної освіти.

Саме тому важливим є питання підвищення компетентності педагогічних працівників у напрямі надання першої психологічної допомоги та оволодіння сучасними технологіями такої допомоги.

Незважаючи на масштабність і складність проблеми, система освіти має значні можливості для допомоги учасникам освітнього процесу. Її професійний та організаційний ресурс, сфера соціального впливу дають змогу здійснювати комплексний і системний підхід до всіх учасників освітнього процесу.

Хоча допомога надається іншим, пережите в кризовій ситуації може негативно вплинути і на того, хто надає цю допомогу. Відповідальне ставлення до надання допомоги також означає турботу і про власне здоров'я та благополуччя. Потрібно перш за все берегти себе, щоб краще піклуватися про інших. Якщо працює команда, важливо знати й цікавитися самопочуттям усіх членів команди, впевнитися, що той, хто надає допомогу, фізично та емоційно може допомогти іншим.

За таких умов істотно зростає роль психологічної служби у системі освіти, яка спрямована на забезпечення своєчасного і систематичного вивчення психофізичного розвитку здобувачів освіти, мотивів їхньої поведінки і діяльності з урахуванням вікових, інтелектуальних, фізичних, гендерних та інших індивідуальних особливостей; сприяння створенню умов для виконання освітніх і виховних завдань закладів освіти, соціального та інтелектуального розвитку здобувачів освіти, охорони психічного здоров'я, надання психологічної та соціально-педагогічної підтримки всім учасникам освітнього процесу відповідно до цілей та завдань системи освіти.

Під час воєнних дій війна оселяється всередині кожного з нас. Настрій людей у цей непростий час дуже важливий, адже від нього залежать настрої в тилу та підтримка наших захисників [2].

Під час війни настрої населення постійно змінюється – від оптимізму та натхнення до страху та паніки. Коли стається щось жахливе, люди діють по програмі виживання. Вони діють швидко та планують своє життя лише на кілька годин. Після того, як шок проходить та повертаються базові емоції, людина може піти у страх та відчай, або ж відчути сильну ейфорію.

Втім, ейфорія не може тривати довго, адже ресурси психіки обмежені, тому настрої поступово починає погіршуватися. Якщо ви знаєте про коливання настрою та циклічність цих коливань, вам простіше буде переживати емоційні ями, під час яких особливо гостро відчувається страх та відчай.

Психологи зазначають, що будь-який стан не може тривати вічно. Організм не може занадто довго переживати страх чи тривогу, тому буде шукати можливість впоратися з цим. Важливо пам'ятати, що почуття провини, яке ще називають «синдромом вцілілого» притаманне багатьом людям, які зараз перебувають у безпеці. Провина здатна сильно деморалізувати суспільство, тому треба усіляко з нею боротися. Адже, коли в тилу затоплює провини, людина перестає нормально працювати, і не може допомагати оточуючим.

Психологічний стан та психічне здоров'я під час військових дій є вкрай важливим. Багато людей переживають виснаження, спустошення, втому, відчувають тривогу й паніку. Психологи сформулювали корисні поради, як опанувати себе в

критичних умовах, як допомогти близьким та підтримувати здоровий психічний стан в критичних умовах [3].

В умовах військових дій наше тіло працює на максимальній потужності. Гормони стресу, задача яких мобілізувати тіло в критичній ситуації, також мають свій “термін придатності”. Ви можете спостерігати сильні коливання настрою від тривоги, злості, приливу оптимізму до повного спустошення і виснаження. Важливо усвідомити, що це абсолютно закономірні стани, які з часом змінюють один одного. З кожним із них можна і треба працювати.

Основними ознаками перевтоми можуть бути:

- відчуття знесилення, неспроможність виконувати звичайні функції
- неухважність та погіршення концентрації
- погіршення пам'яті
- уповільнення процесів мислення, зменшення глибини та критичності мислення
- зниження цікавості до роботи
- підвищена дратівливість
- нервозність
- порушення сну
- перманентна сонливість
- підвищення тиску та частоти пульсу
- головний біль
- зниження апетиту
- емоційна спустошеність

Методи боротьби з перевтомою:

- повноцінний сон, який, за даними Міністерства охорони здоров'я, має складати для дорослих – не менше 7 год на добу, для дітей та підлітків – 8-10 годин
- обмеження інформаційного шуму. Потрібно відмовитись від постійного оновлення стрічки новин, читати їх за графіком, наприклад, по 15 хвилин вранці, в обід та ввечері. Довіряти тільки перевіреним джерелам інформації
- регулярне харчування
- регулярне фізичне навантаження. Будь-яка регулярна фізична активність, навіть ходьба на місці чи розтяжка, додасть бадьорості. Прогулянка на свіжому повітрі буде кращою за тренування в приміщенні
- наскільки це можливо, потрібно підтримувати звичну рутину, звички, слідувати за особистою гігієною
- зміна діяльності. Намагатись раціонально розподіляти час роботи й відпочинку, фізичну й розумову працю
- визначення пріоритетів. Усвідомлення, що ніхто не в змозі зробити все, то ж потрібно визначити 3–5 головних задач на день і дозволити собі не робити нічого додатково
- доброзичливі взаємини з людьми, які є поруч: сім'я, робочий колектив, волонтерська спільнота чи військові побратими. Зберігання зв'язку, регулярно дзвонити або писати своїм родичам та близьким
- оптимізм та почуття гумору. Можливість жартувати, гумор завжди підтримує, навіть за жорстких життєвих обставин
- пам'ятати, що залишатися живим і здоровим – це вже багато
- потрібно згадувати, що є дорогим та важливим, пригадайте, у чому сенс вашого життя. Будуйте плани на майбутнє, визначайте, що найбільш важливе для себе ви зробите, коли настане мир
- професійна допомога. Звертайтеся за підтримкою до професійних психологів. Якщо у вас відсутня можливість звернутись до професіонала – попросіть про допомогу своїх родичів та близьких.

Паніка – це напад тяжкого страху, тривоги та відчуття внутрішньої напруги. Паніка паралізує людину або ж навпаки, штовхає її на безрозсудні вчинки. Під час



паніки спостерігаються протилежні реакції: одним хочеться бігти, іншим – навпаки, забитися в куток. Важливо пам'ятати, що саме в такому стані нас хоче бачити ворог, тому що у ньому ми найбільш вразливі, тому обов'язково потрібно вживати заходів, щоб відновити нормальний психічний стан [4].

Ключові симптоми паніки:

- серцебиття, прискорений пульс, пітливість
- озноб, тремор
- відчуття нестачі повітря, задишка
- біль або дискомфорт у лівій половині грудної клітки
- нудота, біль або “вузол” в животі, запаморочення
- відчуття відчуження, нереальності світу
- страх здійснити неконтрольований вчинок
- гострий страх неминучої смерті
- відчуття оніміння або поколювання в кінцівках
- безсоння

Методи боротьби з панікою:

- потрібно використовувати седативні дихальні техніки, наприклад, “3-7-8”: 3 секунди на вдих, 7 – на затримання повітря і 8 секунд на видих
- лягти та покласти руки на живіт, робити глибокі вдихи та короткі видихи, контролювати дихання
- використовувати квадратне дихання (знайти у приміщенні щось квадратне (або уявити його). Зафіксувати погляд на одному з кутів і зробити глибокий вдих, затримати подих на 5 секунд і перевести погляд на інший кут видихаючи, так рухатись за квадратом; повторити кілька разів, це дозволить вирівняти дихання та опанувати тривогу, якщо відчувається, що вона посилюється
- “заземлитись”; стати або сісти на підлогу, відчути, як торкаєтесь поверхні, відчути вагу власного тіла та повільно дихати
- дати вихід емоціям; поплакати, заспівати
- використовувати різкі запахи – спирт, цитрусові тощо
- вмиватись холодною водою
- спрямовувати паніку у безпечні дії; якщо хочеться бігти — біжіть на місці, якщо хочеться забитися в куток — забийтесь в куток

Гострі приступи паніки та тривоги зазвичай змінюються почуттям апатії. Такі періоди можуть бути не тривалими, але вони також потребують пропрацювання. Важливо пам'ятати, що апатія – закономірний “хімічний” відкат після сплеску гормонів стресу.

Існують такі методи подолання апатії:

- потрібно виконувати будь-які прості дії та не намагайтесь їх аналізувати
- дотримуватись щоденної рутини; регулярне харчування, гігієна, розминка
- робити щось руками; наприклад, мити посуд, пакувати речі, плести сітку
- планування задач на день; нехай їх буде небагато, але намагатись виконати їх будь-що
- обмежити доступ інформації; читання новин треба обмежити до декількох коротких періодів на день
- залучення близьких та знайомих до спільної роботи

Під час критичних ситуацій стосунки з близькими піддаються тяжким випробуванням. Намагайтесь зберегти стосунки і допомогти близьким, адже це підвищує вашу здатність до виживання та опору, а також надає сенс вашим діям.

- спрямовуйте негативні емоції, які виникають, не на близьких, а на зовнішнього ворога
- завантажте себе роботою, допомогою іншим
- дайте вихід емоціям; кричіть, співайте, плачте
- рухайтесь, танцюйте, робіть розминку, ходіть пішки

- обіймайтесь
- тримайте контакт, запитуйте, як справи, дзвоніть і пишіть
- пропонуйте свою допомогу
- приготуйте страву разом і неспішно поїжте
- зберігайте ритуали мирного життя, наскільки це можливо в поточних умовах: читайте книжки, сервірувати стіл, організуйте спільне чаювання.

У звичайних умовах людина має час розібратися у почутті провини й правильно з нею впоратись, тобто визначити можливі помилки, виправити їх та зрозуміти, як уникнути їх в майбутньому. В критичних умовах пропрацювати провину доволі складно, і вона може дуже негативно відбиватись на психологічному стані людини, пригнічувати її та паралізувати її діяльність [5].

Більшість батьків зараз заклопотані, війна не дає можливості приділити увагу дітям, поговорити з ними, обережно розпитати про настрій дітей, проблеми. Дуже важливо мати у родині довірливі стосунки, щоб відверто говорити з дитиною і мати можливість їй вчасно допомогти. Звичайно, говорити на ці складні і болючі теми треба дуже обережно, розуміючи можливі наслідки.

Війна принесла випробування у наше життя. Втім наш вибір – вистояти, перемогти й відродитися. А для цього нам потрібна психологічна стійкість – індивідуальна і колективна. Це те уміння, яке дозволить пройти крізь усі випробування, залишаючись людьми світла, правди й любові, зберігаючи, відновлюючи та плекаючи при цьому наше психічне здоров'я, особистісну цілісність та зріст, наші соціальні зв'язки.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Досвід надання допомоги дітям і сім'ям – жертвам військового конфлікту: практич. посіб. Київ: УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2017. 152 с.
2. Консультування в системі психосоціальної допомоги дітям і сім'ям, що опинились у складних життєвих обставинах внаслідок військових дій / авт. кол; заг. ред. В.Г. Панок, І. І. Ткачук. Київ: УНМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2019. 144 с.
3. Психологічна допомога дітям у кризових ситуаціях: методи і техніки: методичний посібник / за ред. З.Г. Кісарчук. Київ, 2015. 232 с.
4. Психологічна підтримка та супровід дорослих і дітей у кризових ситуаціях: практикум / упорядники Т.Р. Браніцька, Л.О. Матохнюк, О.М. Шпортун. Вінниця, 2022. 131 с.
5. Психологічна допомога дитині у психотравмуючій ситуації: метод. посіб. / Уклад. Г.Б. Растроста. Суми: НВВ КЗ СОІППО, 2018. 64 с.

**Чернявська Лариса,**  
вихователь ХЗДО №48  
«Червона квіточка»

#### **Виховання громадянина-патріота - одне з актуальних завдань сьогодення.**

Патріотизм – це образно кажучи сплав почуття й думки, осягнення святині - Батьківщини не тільки розумом, а й передусім серцем...

Патріотизм починається з коліски.

( Василь Сухомлинський )

Патріотизм на сьогодні – це не є мода, а виклик сучасності. Біль в душі кожного українця. Материнські сльози, пролиті за своїх синів. Знівечена земля могилами

невинних, замордованих у тортурх жінок , дітей ,чоловіків. Гуркіт гармат, ракет над мирними містами та селами. Новини з телебачення та преси, які неможливо бачити і чути без болю у серці та страху . Постійне відчуття тривоги за сьогоднішній та завтрашній день . Це молитви кожної української матері за долю та захист від куль сина-солдата та долю усієї країни. Молитви, які виринають з грудей стоголосим криком в надії та сподіванні миру і спокою в кожній українській родині, в кожному українському серці.

Патріотами не народжуються, ними стають в процесі становлення особистості.

Патріотичні почуття – переживання, сплеск емоцій, які проявляються у дитинстві, з яких у майбутньому виросте громадянська позиція особистості, її людська та національна гідність.

Саме дошкільний вік є сприятливим періодом для розвитку у дітей патріотичних почуттів. В дитинстві ці почуття проявляються в любові до рідної оселі, батьків, родини, міста в якому народились, шанобливе ставлення до культури своєї родини, мови.

В цей період патріотичні почуття формуються у процесі спілкування з оточуючим середовищем, з людьми, під час спільної діяльності. Вони спрямовані на формування та розкриття у дітей моральних якостей: любові, гідності, вірності, відданості батькам, інтересу до джерел національної культури, вихованню вдячності героям країни, поваги до людей різних професій.

Тому робота з патріотичного виховання в закладі дошкільної освіти охоплює цілий комплекс завдань:

- виховання у дитини любові і причетності до своєї сім'ї, до дитячого садка, вулиці, міста;
- формування бережливого ставлення до природи рідного краю;
- формування толерантності, почуття поваги до моральних цінностей, традицій, звичаїв, культури рідного народу;
- ознайомлення дітей державними та народними символами.

Бути патріотом означає готовність насамперед захищати інтереси країни, а не свої власні.

Сьогодні, як ніколи кожен мешканець свого міста має активно працювати заради держави, проявляти свої патріотичні якості. Не всі можуть іти на війну, але кожен може зробити маленький внесок у становлення миру та незалежності України.

Ми, вихователі, у цей складний для держави час не стоїмо осторонь, а виховуємо у серцях маленьких дошкільнят любов до своєї сім'ї, родини, Батьківщини, пошану та вдячність всім солдатам, які захищали нас та загинули за нашу перемогу. Ми закладаємо маленьке зернятко патріотизму, яке з роками проростає у нашому дорослому серці.

Велике значення у вихованні в дітей патріотичних почуттів має виховний вплив родини. Наслідуючи своїх батьків дитина засвоює норми поведінки, ставлення до природи, до людей, що оточують, рідного міста, країни.

Неабияку роль відіграють традиції та звичаї сім'ї. Діти запам'ятовують, з допомогою батьків, про дні народження усіх членів родини, своїх друзів, не забувають про подарунки .

Добре, коли діти дарують подарунки, виготовлені своїми руками, це викликає у дитини любов та повагу до людини, якій призначений подарунок. А закріпити бажання творити своїми руками щось приємне для інших це наша з батьками справа.

Виховання у дітей патріотизму здійснюється в усіх видах дитячої діяльності: ігровій, трудовій, комунікативній, пізнавально-дослідницькій, музично-художній, продуктивній. Вони сприяють вихованню в дитини не тільки патріотичних почуттів, але й формують їхні взаємини з дорослими та однолітками.

В час воєнного стану в країні стараюся налаштовувати дітей на позитивну хвилю, відволікати від негативних емоцій. Дарую кожній дитині посмішку, увагу, слова

заохочення до співпраці. Таким чином навчаю дошкільнят справлятися з різними проблемами, не опускаючи руки ні за якої ситуації.

Вважаю, що виховати патріота неможливо в атмосфері вічної проблеми, поганого настрою і відсутності віри у краще майбутнє нашої держави. Допомагають цього уникнути різноманітні цікаві та змістовні форми роботи з дітьми.

На прогулянці звертаю увагу вихованців на красу навколишньої природи, на її різноманітність та неповторність. Разом висіваємо квіти, доглядаємо за ними, спостерігаємо за їх ростом, розвитком, цвітінням. Ця праця викликає у дітей задоволення, вміння насолоджуватися спільними здобутками та бажання творити добро.

Знайомлячи дітей з деревами, квітами, травами, їхніми зовнішніми ознаками, розповідаю відомі легенди про них, за якими можна визначити Україну ( «Без верби та калини немає України»). Розповідаю дітям, які квіти цвітуть на українських полях: кульбаба, волошка, мак, ромашка, які з рослин стали народними символами нашої держави.

Коли дитина по-справжньому полюбить природу рідної землі, тоді вона не буде байдужа до людей, усього живого, буде прагнути до її збереження та примноження.

Під час ознайомлення з рідним містом звертаю увагу старших дошкільників на те, чим воно славиться, його історію, пам'ятні місця, людей, які його розбудовують та примножують красу, піднімають імідж.

Батькам пропоную закріплювати отримані знання під час спільних сімейних екскурсій вулицями рідного міста.

Важливого значення у роботі по вихованню любові до Батьківщини є формування у дітей уявлень про людей рідного міста, країни.

У народі кажуть: «Добрий приклад – кращий за сто слів» Втілюючи цей мудрий педагогічний прийом у житті ми запрошуємо у заклад дошкільної освіти відомих людей, фахівців, чиї справи гідні наслідування та популяризації, можуть стати саме прикладом для дітей. Під час таких зустрічей діти розуміють, що звичайні люди, які їх оточують пишуть гарні вірші, малюють картини, випікають смачний хліб, керують складними машинами, лікують людей, охороняють нас, виборюють нагороди у спортивних змаганнях. Після таких цікавих розповідей, спогадів, перегляду відеофільмів про їхні досягнення діти намагаються рівнятися на відомих дорослих, мріють стати в майбутньому такими особистостями, які прославлять своє місто, нашу Україну.

Надовго запам'ятались дітям екскурсії на Виставку пожежно-рятувальної служби Хмельниччини. Діти мали змогу душею і серцем торкнутись історії, проникнути духом унікальної та специфічної професії – пожежного рятувальника. А ще маленькі відвідувачі отримали уявлення про ДСНС та її роль в житті країни та кожної людини, про невпинний пошук ефективних заходів для запобігання та попередження надзвичайних ситуацій. Вихованці переконались, що найважливіше в роботі пожежних рятувальників, особливо сьогодні, у воєнний час, є суто рятування людей. І рятувальні підрозділи щодня підтверджують своє високе покликання - рятувати людські життя.

Особливу увагу дітей звертаю на працю хліборобів.

Як пахне хліб? Ви знаєте, як пахне хліб?

Диханням сівача, вогнем безсонних діб,

Трудом і творчістю, людським гарячим потом,

Він пахне солодко, як пахнуть меду сота.

Хліб пахне працею. Хліб – це основа життя людини, а хлібороб - найпочесніша професія для неї. Хліб є святинею для кожного з нас. Переконую дітей, як багато терпіння, енергії та вміння докладають люди, щоб на столі у місті та селі завжди був свіжий хліб, смачні булочки. Своїми розповідями, розглядом ілюстрацій, художнім

словом виховую почуття вдячності до людей сільськогосподарських професій, гордість та шану за їх працю, золоті руки та серця.

Важливим у вихованні патріотичних почуттів у дітей є прилучення їх до народознавства: вивчення культури, побуту, звичаїв рідного народу. З цією метою в групі створила міні-музей «Українська світлиця».

Кажуть, що оселя відбиває характер та смаки свого господаря. Так традиційне українське житло відображало світогляд та уклад цілого народу. Українська хата - то маленький всесвіт, в якому жили та якого відчували наші предки. Вона є матеріальним втіленням уявлень та вірувань українців, укладу їхнього життя, побуту та взірцем естетичних вподобань.

Оглядаючи музей діти ознайомлюються з культурними та матеріальними цінностями родини, яких традицій та звичаїв дотримувалися наші пращури, які в них були обереги, де в світлиці було особливе місце, де будувалися будівлі і хто здійснював саме будівництво; чим займалися чоловіки та жінки. Цим залучаю дітей цінувати, продовжувати традиції та звичаї українського народу.

А яким дивом була і є пісня. Це живий скарб, що передається від покоління до покоління, несучи радість, смуток, чаруючи людську душу, даючи їй силу і натхнення. Вона допомагає людям жити, вселяє віру в краще майбутнє. Живе пісня - живе Україна.

Приємно, що малята із задоволенням вивчають і співають українські пісні.

Сьогодні кожна дитина знає слова і співає «Ой у лузі червона калина», «Ми козаки». Співаючи їх дошкільнята піднімають собі і оточуючим настрій, відчувають гордість за нашу країну, що вони є маленькими українцями.

Велику роль у вихованні патріотичних почуттів відіграють розваги, особливо присвячені Дню козацтва та Дню захисника України. Вони допомагають дітям краще усвідомити, що вони є нащадками славних козаків, нескорених захисників - наших ЗСУ.

Не мають собі рівних за силою впливу на дитячі душі українські казки. Це уроки патріотизму, моралі й доброти, які запам'ятовуються дітям на все життя. Казки дозволяють дитині вперше відчути себе хороброю, побачити добро і зло. Через казку у неї формуються мрії про чарівну країну, де збуваються усі бажання. Казка вчить по правді жити, творити подвиги і навіть виліковуватись.

Вивчаючи українські пісні, слухаючи казки старші дошкільнята стали краще розмовляти українською. Вони все більше стали розуміти, що мова – не просто спосіб спілкування, а щось більше, значуще. Мова – це всі глибинні пласти духовного життя народу, його історична пам'ять. Мова - це втілення думки, що багатша думка, то багатша мова. Любимо її, вивчаємо її, розвиваємо її. Боримось за красу мови, за її багатство.

Із задоволенням діти слухають та вивчають вірші, присвячені сьогоднішнім подіям в Україні. Особливо подобаються ті, в яких прославляють подвиги солдатів, описують стан міст у воєнні часи, очікування рідних з війни.

Двоє моїх вихованців (Ступаківський Матвій та Драчук Михайло) брали участь у конкурсі серед дітей Хмельницької міської територіальної громади «Україна – країна гідності, земля героїв» та Всеукраїнському творчому конкурсі «Україна – це ми», номінація «Декламування поезії», де обоє одержали перше і друге призові місця.

Мої вихованці добре орієнтуються в державних символах України. Сучасні події особливо вимагають шанувати, поважати і гордитись українським прапором, гербом, знати слова Гімну України. Допомогли в цьому відомі легенди, вислови, приказки, розгляд ілюстрацій, дидактичні ігри, пізнавально-дослідницька діяльність, інформація по радіо та теленовини.

Особливе значення для виховання свідомого громадянина є прищеплення шанобливого ставлення до героїв війни, ветеранів, до пам'яті про тих, хто загинув, захищаючи нашу Батьківщину.

Піднімають у дітей патріотичний дух та гордість за українців зустрічі із учасниками бойових дій.

Найбільше вражень у дітей залишилось від спілкування з воїнами АТО - батьками наших вихованців, з чоловіками педагогинь (Олександром Габаєм, Володимиром Когутом, Сергієм Колесником). Їхні розповіді діти слухають на одному подиху. Далі довго обговорюють, діляться своїми враженнями зі мною, один з одним та батьками. Спілкування з воїнами ЗСУ, справжніми героями залишають у пам'яті та в серці кожної дитини глибокий слід назавжди.

Діти – дошкільнята дуже чутливі до емоційних впливів і схильні до наслідування. І коли в ЗДО створили спеціальні сприятливі умови – організували благодійний «Ярмарок для допомоги ЗСУ», то вони проявили свої патріотичні почуття по максимуму. З великою радістю, гордістю майстрували, малювали, клеїли, разом з батьками випікали смаколики, щоб отримані кошти передати захисникам на передову. І скільки позитивних емоцій, незабутніх вражень отримали дошкільнята від результату, що за кошти зібрані ЗДО міста, куплять захисникам великий автомобіль. Як їм було приємно, що кожен вніс свою часточку у майбутню Перемогу, щоб жила і процвітала наша Батьківщина.

«Не хилися , червона калино – рости до гори ,  
Не журися наша Україно - ми твої донечки й сини...»

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. [https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2021/12.01/Pro\\_novu\\_redaktsiyu%20Bazovo%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf](https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2021/12.01/Pro_novu_redaktsiyu%20Bazovo%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf)
2. Бех І.Д. Програма патріотичного виховання дітей та учнівської молоді в умовах модернізації суспільних змін: навчально-методичний посібник / І.Д.Бех, К.О.Журба, В.А.Киричок та ін.-К.: Пед.Думка, 2011. 240 с.
3. Богуш А.М. Українське народознавство в дошкільному закладі: Навч. Посібник/ А.М.Богуш, Н.В. Лисенко. –К.: Вища школа, 2002. 407 с.
4. Борисова Н.А. Патріотичне виховання дітей дошкільного віку / Н.А.Борисова-Херсон: Таврійський вісник освіти,2017. №1. С. 53-59.
6. Капуновська О. Україна моя Батьківщина. Програма національно-патріотичного виховання дітей дошкільного віку / О.Капуновська, І. Кичата, Ю.Палець; за науковою редакцією О.Д.Рейпольської. Тернопіль: Мандрівець, 2016. 73 с.
7. Куцова Т.М. Патріотичне виховання дітей дошкільного віку. Методичні рекомендації / Т.М.Куцова. Х.: Великобурлуцький ДНЗ «Сонечко», 2016. 69 с.

**Чубата Оксана.**  
Вихователь Дунаєвецького  
ЗДО №4«Теремок»,  
Вихователь-методист

#### **Національно-патріотичне виховання в ЗДО засобами фізкультурно-оздоровчої роботи**

У статті висвітлюється теоретичні аспекти національно-патріотичного виховання дітей дошкільного віку. Розкрито значення і роль розвитку патріотизму та національної свідомості у навчанні дошкільників. Розглядаються приклади різних форм і методів роботи з дітьми, урахувавши їхні вікові особливості.

**Ключові слова:** національно-патріотичне виховання, фізкультурно-оздоровча робота, патріотизм, Батьківщина, фізичний розвиток.

Нині перед людством постали дуже складні проблеми, від розв'язання яких залежить наше майбутнє. Суспільству потрібна само виражена здорова особистість. Саме тому значно посилюється роль першої ланки всієї системи освіти – дошкільної. Адже в період від 1-го до 6-ти років відбувається бурхливий психічний і фізичний розвиток дитини, формуються основи її особистості.

У системі виховних завдань національного виховання одним із найважливіших є забезпечення повноцінного розвитку дітей, охорона і зміцнення їхнього фізичного, психічного та духовного здоров'я, як необхідної умови формування майбутнього громадянина України.

Тож не дарма першочерговим завданням Державної національної програми «Освіта» **визначено «...виховання здорової, фізично розвиненої особистості, формування основ знань і навичок здорового способу життя»**. Якщо брати до уваги чинні завдання дошкільний заклад буде свою роботу в напрямку природного оздоровлення дітей та формування основ здорового способу життя, метою якого є забезпечення фізичного і психічного здоров'я дітей в умовах екологічної й економічної криз, формування у вихованців інтересу до занять фізичною культурою, уміння самостійно дбати про своє здоров'я. Забезпечення повноцінного і всебічного розвитку вихованців, формування в них життєрадісного світосприймання, високих громадських почуттів, уміння знаходити щастя у творчій діяльності.

Фізична культура може і повинна зробити свій внесок у вирішення цього завдання, тому що формування фізичних якостей, рухових навичок та вмінь тісно пов'язане з вихованням морально-вольових рис особистості.

Почуття Батьківщини починається в дитини з ставлення до сім'ї, найближчого оточення — дошкільного закладу. Духовному єднанню дітей і батьків, дітей і педагогів сприяє щорічне проведення свят, розваг: «Мама, тато, я — дружна сім'я», «, «Подорож до країни Здоров'я» тощо.

Ознайомлення дошкільників із культурою, традиціями українського народу. Невід'ємною частиною патріотичного виховання дітей є народні ігри та забави. У них відображається спосіб життя людей, їхня праця, побут, національні традиції, уявлення про честь, сміливість, мужність, бажання бути сильними, спритними, витривалими. Особливістю народних ігор є те, що вони мають моральну основу, вчать малюка знаходити гармонію з навколишнім світом. У дошкільнят формується стійке, зацікавлене, шанобливе ставлення до культури рідної країни, створюється позитивна емоційна основа для розвитку патріотичних почуттів. За змістом народні ігри лаконічні, виразні та доступні дитині. Вони викликають роботу думки, сприяють розширенню світогляду, уточненню уявлень про навколишній світ. Народні ігри в комплексі з іншими виховними засобами становлять основу формування гармонійно розвиненої, активної особистості, яка поєднує в собі духовне багатство та фізичну досконалість. Масові заходи у закладі не обходяться без проведення рухливих ігор.

Окремим напрямом патріотичного виховання дітей у закладі є знайомство з побутом і традиціями українських козаків. Роботу за цим напрямом можна представити як інтеграцію різноманітних видів дитячої діяльності. Центральним святом є посвята дітей у козачата (14 жовтня). У процесі підготовки до свята діти не лише розвивають свої фізичні вміння та навички, а й багато дізнаються про патріотично-моральні якості українського козацтва.

Важливу роль у формуванні інтересу до фізичної культури, відіграє організація рухової діяльності дітей і з використанням нестандартного обладнання. На цьому етапі доречним буде і ознайомлення дітей зі специфічними народними атрибутами, які можна задіяти в грі. Завдяки українським народним іграм, дошкільники дізнаються про те, як грали в ці самі ігри у давнину, які предмети використовували.

Для рухливих ігор у давнину, діти використовували все, що потрапляло під руку. У грі «Шкандибки» - короткий ціпок, щоб торкався землі обома кінцями, а у грі «Перевести бабусю» камінець або черепок, що підскакував над водою.

Використовуючи народні ігри у різних природних умовах, слід добирати їх до відповідної тематики. Наприклад: на лузі доречно буде пограти з дітьми у такі ігри – «Гуси», «Віночок», «Подольночка»; біля водойми – «Міст», «Качки і Рибалки», «У річку гоп»; у лісі – « Грибок», «Горішок», тощо.

Сезонно-обрядові ігри добираються відповідно до сезону і календарних свят. Перед святом Івана-Купала доречно розучити народну гру «Горидуб»; перед Благовіщенням – «Перепілочка», «Кривий танець»; на свято Стрітіння – «Горобчик», «Ой летіла зозуленька»; на Новий Рік чи Різдво – «Калита».

Фізичне виховання дошкільнят буде значно ефективнішим, якщо збагатити його величезним потенціалом музики, образів, грою, патріотичним змістом й театралізованою діяльністю, під керівництвом дорослих, використовуючи фізичну культуру як засіб вирішення завдань морально-патріотичного виховання. Найбільший виховний ефект педагоги і батьки очікують від проведення рухливих ігор, естафет, спортивних турнірів, змагань. Дана форма роботи дозволяє закріпити й узагальнити знання та вміння дітей в рамках певної теми, об'єднати дітей різного віку спільними почуттями і переживаннями.

Проводячи такі заходи як: «Козацькому роду нема переводу» , «Веселі старты», «Солдатська каша», «Малі Олімпійські ігри», «Ати-бати йшли солдати», «Подільські ігрища» тощо, формуємо не тільки фізичні якості і рухові навички, а й виховуємо патріотизм, гуманізм і моральні якості. Переконані, що тільки єдність вимог здорового способу життя та морально патріотичних почуттів в дитячому садку, сприятимуть формуванню у дитини свідомого ставлення до свого здоров'я та відданості Батьківщині.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Борщевський М. *Духовні цінності як детермінанта громадянського виховання особистості. Цінності освіти і виховання особистості*: наук.-метод.зб. Київ, 2007. 24 с.
2. Богініч О. *Фізичне виховання дошкільників засобами гри*: навч.-метод. посіб. Київ, 2007. 140 с.
3. Бондар Т. С. *Спортивні та рухливі ігри на заняттях з фізкультури в дошкільному закладі*. Харків, 2007. 74 с.
4. Калуська Л.В. *Бережемо здоров'я змалку*. 2007. 58 с.
5. Концепція громадянського виховання особистості в умовах розвитку української державності. *Дошкільне виховання*. №2, 2003. 14 с.

**Чуплигіна Ганна,**

вчитель початкових класів

Череповецької філії Іванковецького ліцею,

#### **Зміни в сучасному закладі освіти: виклики сьогодення та тенденції розвитку**

У тезах розкривається сутність поняття «дистанційне навчання». Акцентується увага на особливостях організації дистанційного навчання в закладах освіти. Визначається потенціал переваги використання цифрових систем Google Classroom, На Урок, Zoom, Google Meet, Viber.

**Ключові слова:** дистанційна освіта, заклад освіти, інформаційне середовище.



Процес інформатизації суспільства є одним з найбільш значущих глобальних процесів сучасності. На думку фахівців «Інституту інформатизації освіти» ЮНЕСКО, до найбільш важливих напрямів формування перспективної системи освіти можна віднести: підвищення якості освіти шляхом її фундаменталізації, застосування різних підходів з використанням нових інформаційних технологій; забезпечення випереджувального характеру всієї системи освіти, її спрямованості на проблеми майбутньої постіндустріальної цивілізації; забезпечення більшої доступності освіти шляхом широкого використання можливостей дистанційного навчання і самоосвіти з використанням інформаційних і телекомунікаційних технологій; підвищення творчого початку (креативності) в освіті для підготовки учнів до життя у різних соціальних середовищах (забезпечення розвивальної освіти).

На сьогодні, дистанційне навчання розглядається як ефективний спосіб забезпечення розвитку дитини, її соціальної і знаннєвої мобільності, успішної адаптації до умов сучасного суспільства.

Основу дистанційного навчання становить інтенсивна, цілеспрямована і контрольована робота учнів, яка може виконуватися ними у зручному місці, у зручний час, при конкретній домовленості з вчителем щодо контактів. Власне, дистанційне навчання є найбільш адекватною відповіддю на той виклик, який сьогодні робить нам швидкозмінне інформаційне суспільство, оскільки, по-перше, дозволяє швидко реагувати на зміни у виробничих технологіях, а, по-друге реалізує принцип синергетичності в освіті, робить систему освіти відкритою [1].

На нашу думку, по суті дійсно новими специфічними особливостями для дистанційної форми навчання є: зміна функцій вчителя, зміна статусу того, хто навчається, використання нових інформаційних технологій. Слід зазначити, що дистанційна форма навчання має переваги перед традиційною формою навчання, якщо розглядаються освітні потреби тих людей, які проживають у віддаленій місцевості, географічно ізольовані або не можуть відвідувати освітні установи в силу певних причин.

У системі дистанційного навчання поняття координації набуває нового звучання, оскільки суттєво змінюється роль і місце вчителя у педагогічній взаємодії з учнем. Педагог в системі дистанційного навчання виступає координатором, який не тільки організовує і здійснює педагогічну взаємодію з учнем у специфічному дистанційному режимі за допомогою інформаційних технологій, що потребує спеціальної підготовки вчителя і високого рівня його психолого-педагогічної компетентності, а й здійснює управління навчально-пізнавальною діяльністю учня в індивідуальному дистанційному режимі, його консультування і оцінювання його навчальної діяльності.

Ключовою проблемою при створенні навчально-розвивального комп'ютерного середовища при дистанційному навчанні залишається, на нашу думку, проблема «зрозумілого» перекладу з мови мислення однієї людини на мову мислення іншої, виявлення утруднень, глибинних причин непорозуміння навчального матеріалу, яка для сучасних комп'ютерних систем автоматизованого навчання є недоступною для розв'язання. Тому важливого значення набуває не тільки розв'язання проблем «сенсорного» інтерфейса, а й вирішення проблем «інтелектуального» інтерфейса, які пов'язані з урахуванням специфіки процесів мислення людини і можливостей структур логічного виводу, закладених у комп'ютерних, інформаційних технологіях [2].

Основне інформаційне навантаження у процесі дистанційного навчання беруть на себе навчально-методичні матеріали і система комп'ютерних симуляцій експериментів. Важливою перевагою електронних навчальних систем є можливість вміщення значно більшої інформації ніж традиційні підручники, а також звуку, анімації, відео. За таких умов створення навчально-методичних матеріалів з оптимальною інформаційною контактністю, визначення критеріїв такої

оптимальності, забезпечення найвищої якості їх сприйняття і розуміння учнями є, на наш погляд, важливими проблемами дидактики дистанційного навчання.

Крім того, дистанційна форма навчання потребує вирішення проблеми: систематичного отримання вчителем зворотної інформації не тільки про виконання вправ і вивчення навчального матеріалу, а й інформації про розумові операції і якість та самостійність виконання завдань. Взагалі питання ідентифікації учня в системі дистанційного навчання залишається ще повною мірою не вирішеною.

У Череповецькій філії Іванковецького ліцею в умовах воєнного стану використовуються змішана форма навчання. Переважно науково-педагогічний кадровий потенціал надає перевагу цифровим системам Google Classroom, На Урок. Відносно платформ, що підтримують спілкування у прямому ефірі, наша школа використовує Zoom, Google Meet, Viber.

Звичайно, формат дистанційного навчання – це відносно новий досвід для вчителів, який має свої переваги і недоліки. Працюю вчителем початкових класів, проводжу уроки он-лайн, тестові завдання у На Урок. Є уроки, які мають як теоретичне так і практичне спрямування. З власного досвіду можу сказати, що засвоєння теоретичного характеру відбувається легше. У більшості випадків у здобувачів освіти не виникає проблем при дистанційному навчанні, проте інколи через слабкий зв'язок вимушені назначати окремий час для зустрічі. Проте дисципліни практичного художньо-трудового спрямування вимагають ґрунтовнішої підготовки як вчителя, так і учня. До таких дисциплін ми відносимо “ Технології “, “Мистецтво “, “ Я досліджую світ “ тощо. Особлива увага звертається на детальну розробку технологічної частини практичних робіт.

Отже, на сьогодні освіта розглядається як відкрита освітня система, що дає змогу (за допомогою сучасних інформаційно-комунікаційних технологій) самостійно здобувати знання у вільному часовому режимі. Дистанційна освіта характеризується доступністю, гнучкістю та академічною мобільністю. До завдань дистанційної освіти, як правило, відносять: підвищення рівня освіти та професійної компетентності; постійний розвиток основних і додаткових освітніх програм, методів, засобів, технологій відповідно до запитів споживачів послуг відкритої освіти; створення, неперервне поповнення й оновлення методичного, матеріально-технічного, інформаційного та організаційного забезпечення освітньої діяльності. Привабливість дистанційної освіти полягає у можливості навчатися в зручному режимі, у різних чи одному навчальному закладі, за різними формами навчання, упродовж різного строку; отримати документ про освіту там, де завершується програма навчання [3].

Інформаційне середовище, у якому здійснюється дистанційне навчання, повинно: забезпечувати економічну доступність такої форми навчання відповідно до інших форм; гарантувати рівноправну присутність в мережі усіх учасників освітнього процесу; забезпечувати можливість оперативного створення і редагування дидактичних матеріалів, які використовуються в он-лайнному режимі; перетворювати заклад освіти у динамічну, мобільну структуру, здатну створювати, акумулювати і використовувати різноманітні ресурси, які задовольняють як освітні потреби суспільства, так і освітні потреби кожного, хто навчається.

Таким чином, існує декілька проблем при впровадженні дистанційної форми навчання у закладах освіти: відсутність суб'єкт-суб'єктного зв'язку, діалогізації освіти; недостатній доступ до мереж і висока вартість доступу; висока вартість комп'ютерного, програмного забезпечення й розробки навчальних матеріалів; недосконалість системи оцінювання знань для дистанційної освіти; низький рівень інформаційної культури вчителів і підготовки учнів до самостійного навчання.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Самолук Н., Швець М. Актуальність і проблемність дистанційного навчання. *Нова педагогічна думка*, 2013, 1. С. 193-193.

2. Сисоєва С. О., Осадча К. П. Стан, технології та перспективи дистанційного навчання у вищій освіті України. *Інформаційні технології і засоби навчання*, 2019, 70, № 2. С. 271-284.
3. Сисоєва С. О. Проблеми дистанційного навчання: педагогічний аспект. *Неперервна професійна освіта: теорія і практика*, 2003, 3-4. С. 78-87.

**Шевчук Олена,**  
вчитель початкових класів,  
вчитель вищої категорії  
Антонінський ліцей

### **Початкова освіта в умовах воєнного стану: реалії сьогодення**

У даній статті розглянуто питання організації освітнього процесу учнів початкової школи в умовах воєнного стану. Проаналізовано головні завдання вчителя в цей непростий час. Надано рекомендації, яких потрібно дотримуватись, аби освітній процес став менш стресовим для школярів. Наведено поради як виховати в учнів почуття патріотизму.

**Ключові слова:** онлайн-урок, дистанційне навчання, асинхронний режим, НУШ, воєнний час, громадянська позиція, патріотизм.

Здійснення освітнього процесу в умовах війни, забезпечення його неперервності та стабільності, продуктивна реалізація цілей і завдань здобуття українським учнівством повної загальної середньої освіти - це найважливіший внесок учительства в перемогу над ворогом. Якісна освіта – це запорука конкурентоспроможності особистості в сучасному світі, фундамент досягнення життєвого успіху, кращого майбутнього людини, майбутнього нації. Саме тому наші вороги прагнуть зруйнувати, дезорганізувати систему освіти України, нищать школи та інші заклади освіти, переслідують педагогічних працівників на тимчасово окупованих територіях. Вони хочуть позбавити нас майбутнього, позбавити можливості здобувати освіту на рідній українській землі, рідною українською мовою, змусити українських дітей і молодь виїхати з України для того, щоб вчитися в інших країнах, іншими європейськими мовами. Організація і здійснення освітнього процесу у вітчизняних закладах освіти є важливим проявом боротьби з агресором, активної протидії його планам загарбання України, знищення українців як нації.

В умовах воєнного стану кожен педагог в найкоротші терміни адаптувався до подій, що відбуваються, для того, щоб виконувати свій основний обов'язок — забезпечувати освітній процес. В цей час нових особливостей набув психологічний супровід для всіх учнів. Класні керівники надавали учням психологічну допомогу, підтримку, проводили мотиваційні «ранкові зустрічі» [4].

Війна в Україні стала стресом і для наймолодших учасників освітнього процесу. Одна з важливих частинок місії педагога початкової школи у воєнний час — створити атмосферу розвантаженості й легкості в класі. Щоб продовжити навчання, зокрема учнів початкових класів, необхідно шукати нові рішення, які б допомогли отримати якісну освіту, зберегти життя та здоров'я здобувачам освіти. Діти мають розвиватися у здоровій та безпечній атмосфері. Важливе мобілізаційне завдання для педагогів сьогодні – створити умови для продовження навчання учнів та розвитку особистостей.

Здійснення освітнього процесу в умовах війни ставить перед українським учительством низку важливих завдань. Головним серед них є підготовка вчителя до проведення офлайн/онлайн уроку в укритті (під час повітряної тривоги). Зауважимо, що реалізація цього завдання сприятиме подоланню українськими вчителями

багатьох освітніх шаблонів, «успадкованих» ним ще від радянської школи, як-от: тягіння до вербального, переважно пояснювально-ілюстративного й репродуктивного навчання, традиційних методів навчання і виховання, віри у «непохитність» класно-урочної системи, невимогливість до рівня діджиталізації освітньо-розвивального середовища тощо. У процесі підготовки до уроку педагогу доцільно проаналізувати й переосмислити, по-новому (з урахуванням воєнного стану, зумовленого агресією Росії проти України, специфіки дистанційного (змішаного) навчання) сформулювати його освітню, виховну й розвивальну мету. На жаль, посилення значущості освітньої функції дистанційного (змішаного) навчання, що відбувається під впливом низки об'єктивних і суб'єктивних чинників може супроводжуватися послабленням його виховної і розвивальної функцій. Аби запобігти цьому, учитель має дуже чітко формулювати для себе, вихованню яких якостей учнів буде присвячено урок, який внесок у, насамперед, національно-патріотичне й громадянське виховання учнів буде зроблено на ньому, які розумові якості дітей розвиватимуться. Таке цілепокладання дасть змогу відібрати навчальний матеріал уроку, який не лише уможливить реалізацію вимог навчальної програми конкретного предмета, але й матиме необхідний виховний і розвивальний потенціал, сприятиме вибору вчителем оптимальних методів і форм роботи, ефективного програмного забезпечення та інформаційних ресурсів. Організація дистанційного (змішаного) навчання в умовах воєнного стану ставить перед педагогом дуже непросте завдання визначення конкретного змісту й обсягу навчального матеріалу, що розглядатиметься на уроці. Зазначимо, що в цьому процесі вчительство має враховувати дві важливі обставини: по-перше, вимоги навчальної програми, які необхідно виконати. По-друге, врахувати психологічний стан дітей, вагома частина учнів перебуває в стані психологічного стресу, що викликаний війною Росії проти України, перебуванням багатьох дітей у зоні бойових дій, тимчасової окупації, під ракетно-бомбовими ударами агресора, у населених пунктах України, в яких щоденно звучать сигнали повітряної тривоги. Різка й вимушена зміна місця перебування, утрата звичного середовища, спричинена евакуацією в інший населений пункт України, за кордон може також стати чинником психологічного напруження в дитини. У цій ситуації продовження навчання в дистанційному режимі, освітня взаємодія зі знайомими вчителями й однолітками є позитивним психологічним чинником, однак якщо така взаємодія не призводить до перенапруження, виснаження ослабленої стресом нервової системи дитини. Тому вчителю доцільно закладати й реалізовувати на уроці лише найважливіші теоретичні положення й ідеї, вивчення яких безпосередньо передбачено навчальною програмою, надавати належної уваги практичному матеріалу, що сприяє розкриттю й засвоєнню цих положень, підбирати найяскравіші й найцікавіші факти для засвоєння [1].

Важко, але в той же час і приємно усвідомлювати, що досвід, напрацьовані технології, методи та прийоми, які ми отримали під час карантинних обмежень, стали основою для побудови дистанційного навчання під час воєнних дій. Пам'ятаймо, що мета дистанційного навчання під час війни – це не тільки і не стільки набуття і засвоєння предметних знань, а й психологічна підтримка, просте спілкування. Необхідно дати дітям відчуття єднання, близькості, згуртованої спільноти. Потрібно виділяти трішки часу для щирого неформального спілкування з учнями не за темою уроку, наприклад, на початку зустрічі й наприкінці. Особливо варто це робити, якщо урок перший, або останній за розкладом. Такі відступи не заберуть багато часу, проте, продемонструють дітям підтримку і розуміння ситуації, допомогатимуть їм справлятися з цими непростими обставинами, гуртуватимуть клас.

Війна вносить свої корективи у низку сфер суспільного життя. Змін потребує і викладання окремих навчальних предметів у початковій школі. Так, добираючи навчальні завдання, вчителю бажано уникати одноманітності, репродуктивності, натомість збільшивши кількість завдань творчого спрямування, щоб сприяти

вивільненню позитивних емоцій, підтримці віри дітей у власні сили й можливості. Для цього варто застосовувати спеціальні вправи на кожному уроці.

Проблема національно-патріотичного виховання молодших школярів є надзвичайно актуальною в умовах війни РФ проти України. Слід приділити увагу розвитку громадянських компетентностей учнів. Під час уроків і розмов вчителю слід формувати свідому громадянську позицію дітей, патріотичні почуття.

Особливу увагу варто приділити проведенню хвилини мовчання, яка відбувається о 9 годині по всій Україні. Метою хвилини мовчання є вшанування пам'яті, громадянської відваги і самовідданості, сили духу, стійкості та героїчного подвигу воїнів, полеглих під час виконання бойових завдань із захисту державного суверенітету та територіальної цілісності України, мирних громадян, які загинули внаслідок збройної агресії Російської Федерації проти України. Після загальнонаціональної хвилини мовчання молодші школярі можуть взяти участь у обговоренні подій, обмінятися думками і враженнями про війну, проаналізувати зміни, які відбулися внаслідок війни в їхньому житті, у житті сім'ї, родини, України. Учитель може розповісти школярам про причини війни, про те, що означає для України дружня підтримка інших держав, про історичних діячів, які в різні часи боролися за незалежність нашої Батьківщини. Обов'язковим елементом таких бесід має бути обговорення поведінки під час повітряних тривог, правил безпеки в умовах війни тощо.

Під час війни надважливою є інформаційна безпека дітей, адже Російська Федерація залучає українських дітей несвідомо скоювати злочини онлайн, тому актуальним є покроковий інструктаж щодо правил поведінки в інформаційному просторі. В умовах інформаційної війни важливо розвивати в учнів критичне мислення: вирізняти офіційні джерела інформації, сумніватися, уміти перевіряти інформацію, щоб розпізнавати фейки, аналізувати різні точки зору, розрізняти переконливі аргументи та прояви маніпуляції.

Не менш важливим є уміння співпрацювати з іншими, підтримувати один одного, вести конструктивний діалог. Тому вчителям необхідно організовувати різноманітні форми співпраці під час онлайн-уроків та поза ними. В асинхронному режимі рекомендовано давати учням різні завдання, які діти могли б виконувати чи обговорювати в парах чи групах [3].

Навчальний зміст деяких предметів в умовах війни варто оптимізувати, щоб зменшити навантаження на учнів. Насамперед ідеться про скорочення обсягу текстів для читання, оскільки дітям, які перебувають у стані тривалого стресу, важко довгий час утримувати увагу. З огляду на це читання підручника доречно замінити усною розповіддю, переглядом відеоматеріалів, інтерактивними заняттями, роботою над творчими проектами. Добираючи навчальний матеріал для позакласного читання, вчителю варто фокусуватися на сюжетах, що дадуть учням глибше розуміння історії боротьби українського народу за незалежність і своє майбутнє. Для прикладу подавати ті сюжети, на яких можна продемонструвати міць і незламність України, готовність протистояти ворогу навіть у найскладніші часи. Стануть у пригоді й теми та завдання, спрямовані на осмислення зв'язків між минулим і сучасним життям України.

На уроках української мови, особливо на початкових етапах навчання, формується громадянська основа особистості. Важливу роль відіграє слово учителя у прививанні любові до рідної мови, активізації процесів формування національної свідомості й функціонування української мови як символу національної ідентифікації й виразника громадянської позиції пересічного громадянина. Учителі несуть пряму відповідальність за мовну освіту цілих поколінь учнів, і у своїй професійній практиці вони проектуватимуть власні погляди на мову значною мірою під впливом свого власного освітнього досвіду.

Не менш значущим у молодших школярів в умовах сьогодення і на уроках математики розвивати патріотичні почуття. Невід'ємною складовою змісту підручників із математики НУШ є змістова лінія «Сюжетні задачі». Задачі в початковому курсі математики виступають дидактичним засобом навчання, виховання і розвитку школярів. Однією з головних функцій задач у курсі математики 1-4 класів є виховна, сутність якої полягає в тому, що за допомогою сюжету задач і у процесі роботи над ними формуються ключові та предметні компетентності. В умовах війни особливу увагу слід приділяти задачам, що сприяють формуванню почуття патріотизму, національної свідомості, любові до рідного краю тощо. Задля цього рекомендовано вчителям зробити навчально-виховний процес цікавим та різноманітним [2].

Отже, можна зробити висновки, що сучасні зміни та процеси, які відбуваються в нашій державі, мають колосальний вплив на кожну галузь суспільного життя. Війна змусила переглянути засадничі та світоглядні позиції кожного українця. Відтак маємо новий погляд на освіту, який маємо реалізовувати вже зараз. Питання стосується не тільки ціннісного виміру, але й багатьох практичних запитань, які щодня вирішують педагогічні працівники в межах освітнього процесу. Тому важливим є чітке розуміння як саме мають діяти освітяни на час завершення навчального року та до чого готуватись далі.

Під час війни школа стає осередком, який дає змогу дітям отримувати не лише знання, але й психологічну підтримку, не втрачати відчуття приналежності до спільноти. Тому надзвичайно важливо гнучко підходити до організації роботи школи та налаштовувати освітній процес так, щоб він був комфортним і нетравмивним для дітей та педагогів.

Ми не знаємо, скільки ще точитиметься війна, але знаємо точно – Росія вже цю війну програла. Їй не вдалось здолати українських учителів та учнів. Поки наші діти навчаються, а захисники виборюють свободу на полі бою – в Україні буде велике та світле майбутнє.

У цей надзвичайно складний для країни час ми гідно тримаємо наш освітній фронт боротьби за майбутнє української освіти та покоління сильної, непереможної української нації. З вірою в перемогу! З вірою в Україну!

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Загальна середня освіта України в умовах воєнного стану та відбудови, методичний поради́ник науковців Інституту педагогіки НАПН України до початку нового навчального року: методичні рекомендації / за заг. ред. Олега Топузова, Тетяни Засе́кіної : Ін-т педагогіки НАПН України. Київ: Видавничий дім «Освіта». 2022. 296 с.
2. Руденко Н. М., Палієнко А. М. Організаційні основи дистанційного навчання математики в початковій школі. *EDITORIAL BOARD*. 2022. 189 с.
3. Хімчук Л. І. Психологія професійної діяльності вчителя початкових класів в умовах війни. *EDITORIAL BOARD*. 2022. 180 с.
4. Цюняк О.П. Формування емоційної культури вчителів початкових класів у період війни. «Імідж сучасного педагога». Тема: «Педагог – носій цінностей суспільства». №3(204). 2022. С. 48–52.

**Шестопад Оксана,**  
вчитель біології, географії та основ здоров'я  
навчально-виховного комплексу №10,  
м. Хмельницький

### **Викладання основ здоров'я в умовах війни**

У статті проаналізовано зміни, які відбулись в програмі з основ здоров'я; описано особливості викладання предмету в умовах війни; наведено приклади використання інноваційних методів час дистанційного освітнього процесу.

**Ключові слова:** інтерактивні технології, дистанційне навчання, хмарні сервіси, скрайбінг, ментальні карти, баддінг.

Навчання здоров'я трактується як «спланована послідовна навчальна програма, що її представлено підготовленими спеціалістами задля підтримки розвитку знань про здоров'я, навичок здорового способу життя та позитивного ставлення до здоров'я». [4, ст.11].

В сучасних екстремальних умовах війни, роль вчителя в освітньому процесі кардинально змінилась. Змін потребує і викладання окремих навчальних предметів у школі, у тому числі і основ здоров'я.

Через триваючу широкомасштабну війну на території України до складових особистої безпеки у побуті та навколишньому середовищі додалися ризики воєнного часу.

У навчальній програмі з'явилися теми, під час яких, здобувачі освіти дізнаються про: сигнали сповіщення населення про повітряну тривогу, правила евакуації населення, поводження з вибухонебезпечними предметами, надання домедичної допомоги чи психологічної самопомоги.

Теми є надзвичайно актуальними у наш час. Та як показує спостереження, діти проявляють більше цікавості до тем пов'язаних з ризиками воєнного часу.

Проте велика частина дітей потребує додаткової мотивації та заохочення.

Дистанційне навчання є однією з нових реальностей сучасної освіти в Україні.

Фактично, дистанційне навчання – це процес здобуття знань на відстані, віддалено.

Варто зазначити, що дистанційне навчання у світі здійснюється за допомогою різноманітних технологій, що можуть відрізнитися за: формою подання; за ступенем використання телекомунікацій і ПК; наявністю посередника, або за централізованою формою навчання; за методами ідентифікації учасників; за організацією контролю. [1].

В цих надзвичайних умовах зростає роль і місце дистанційної та онлайн форми навчання та використання сучасних інформаційних інноваційних технологій.

О. Пометун зауважує, що «інновація означає перетворення, новизну, трансформацію; нововведення передбачає залучення чогось справді нового. [3]

Урок під час дистанційного навчання має певні особливості. Проте новітні методи дають можливість учителю ненав'язливо та креативно продовжувати освітній процес.

Дистанційні уроки основ здоров'я з використанням інтерактивних методів проведення занять, удосконалюють та активізують навчальний процес, створюють позитивну мотивацію до виконання розумових та практичних дій учнів.

У 2020 році коли постала проблема, як працювати в умовах карантину наша школа вирішила використовувати корпоративне середовище G Suite for Education, зокрема Google Classroom як платформу для комунікації та навчання учнів.

Використання цієї платформи дозволяє додатково використовувати різноманітні додатки: Google Диск, Google Meet, Google Classroom, Google Calendar.

Для того, щоб організувати навчання учнів були створені Класні кімнати для кожного класу. Таким чином, було організований своєрідний робочий кабінет, куди були додані учні.

Аналіз власної практики застосування різних прийомів, методів та технологій на уроках основ здоров'я, дозволяє зробити висновок про те, що найбільш ефективними є наступні методи:

#### 1. Скрайбінг

Скрайбінг—це інноваційна технологія презентування інформації. Під час такого відтворення створюється певний «ефект паралельного проходження», коли користувач і чує, і бачить приблизно одне й те ж саме.

Для створення яскравої картинки залучаються різноманітні типи зображень – малюнки, піктограми, символи, окремі ключові слова (написи, гасла), схеми, діаграми тощо.

Динамічність зміни слайдів, яскрава візуалізація матеріалу будь-якого рівня складності, озвучування дій дає позитивні емоції, підвищує мотивацію та залученість учнів до уроку.

#### 2. Ментальні карти

Карти розуму (карти пам'яті, думок; ментальні карти; інтелект-карти) (англ. Mind maps) – діаграма, на якій зображаються слова, ідеї, завдання, або інші елементи, розташовані радіально навколо основного слова або ідеї. Використання ментальних карт допомагає закріпити формування нових понять в учнів. За допомогою ментальних карт перевіряються знання і можна виявити, який матеріал був погано засвоєний учнями. Її можна з успіхом застосувати для мозкового штурму, планування уроку, заходів, проєкту, методичної розробки. Особливо корисним є використання ментальних карт при самостійній підготовці учнів до уроків.

#### 3. Баддінг

Баддінг - це включення одного учня в процес діяльності іншого. Наприклад, учень, який засвоїв матеріал, допомагає та контролює засвоєння матеріалу іншим учнем, якому це дається важче.

#### 4. Google Jamboard

В умовах дистанційного навчання сервіс Google Jamboard дозволяє демонструвати ключову інформацію під час онлайн-уроку Meet конференціях, а також одночасно взаємодіяти з усім класом чи окремою групою школярів у режимі реального часу.

#### 5. Google Форми

Google Форм – це інструмент, за допомогою яких я можу створювати тести і використовувати їх на своїх уроках. Даний метод дозволяє полегшити не тільки процес оцінювання, а також процедуру перевірки знань. Адже, система автоматично перевіряє роботу.

Отже, можна зробити висновок, що інформаційні технології стали невід'ємною частиною сучасного світу. З впевненістю можна сказати, що нині якісне викладання основ здоров'я та інших дисциплін не може здійснюватися без використання засобів і можливостей, які надають ІКТ та Інтернет.

Вчителю необхідно знайти ефективні форми проведення уроків, щоб зацікавити учнів, заохочувати на кожному занятті онлайн, вести діалог, вміти утримувати увагу.

Завдань чимало, але професіоналам все під силу. І треба бути сучасним, розвиватись, бути гнучким до нових вимог часу [4].

### **Список використаної літератури та літератури.**

1. Кремень В.Г. Філософія освіти XXI століття. Педагогіка і психологія. 2003. №1(XXXVIII). С. 6-16.



2. Навички заради здоров'я. Навчання здоровому способу життя на засадах розвитку навичок: важливий компонент школи, дружньої до дитини, школи, що підтримує здоров'я: навч. вид. інформ. сер. «Здоров'я в школі». Київ: ВКТ Кобза, 2004. 123 с.
3. Пометун, О. І. & Пироженко, Л. В. (2004). Сучасний урок. Інтерактивні технології навчання. Київ: А.С.К.
4. Фактори розвитку та напрями вдосконалення дистанційної форми навчання в системі вищої освіти України / О.Г. Романовський, О.В. Квасник, В.М. Мороз та інші. Інформаційні технології і засоби навчання. 2019. Т. 74. № 6. С. 20–42.

**Шкурко Орина,**  
здобувач освіти

Горлівського інституту іноземних мов  
Державного вищого навчального закладу  
«Донбаський педагогічний університет»

### **Соціальна дезадаптація особистості зрілого віку в умовах війни**

Розглянуто поняття соціальної адаптації та дезадаптації. Охарактеризовано особливості дезадаптації особистості зрілого віку в умовах війни.

**Ключові слова:** дезадаптація, адаптація, війна, пристосування.

Під час війни особливо значущим стає дослідження та розробка психологічних чинників адаптації, які допомагають зберегти психічне здоров'я українців. Умови війни приносять людині не лише безпосередню загрозу життю людини, а й непряму, яка пов'язана з її ймовірністю. Важливе значення для виникнення розладів психіки й поведінки мають характер і сила психічної травми, з однієї сторони, і конституціональні особливості – з іншої [1].

Розглянемо, як люди зрілого віку адаптуються до умов війни. Спробуємо розібратися, які показники психологічної адаптації виділяють їх серед інших вікових груп. Тема викликає інтерес, але мало досліджена в Україні. Метою статті є соціально-психологічний аналіз процесів дезадаптації для визначення складових та особливостей цих процесів у людей зрілого віку під час війни.

Вікова психологія розглядає зрілий дорослий вік як своєрідний проміжний етап між юністю і старістю. Це період життя приблизно від 40 до 60 років. Людина в цьому віці добилась певних успіхів в житті, діти виросли, а батьки ще поряд з ними.

Психологи-вчені сходяться на тому, що зрілою можна вважати особистість, яка керує власним життям, здатна самостійно приймати рішення і нести за них відповідальність. Зріла особа – це сталий комплекс рис особистості, що забезпечують її продуктивний розвиток та становлення в житті. Зріла особистість є суб'єктом своєї діяльності [2].

Організм людини є складною системою. Адаптація забезпечує успішність функціонування цієї системи. Соціальна адаптація – здатність людини пристосовуватися до умов середовища, що постійно змінюються. Головним чином це виражається у виробленні фіксованих способів поведінки та дозволяють справлятися з труднощами. Дезадаптація — термін, що протилежний соціальній адаптації. Серед сучасних теорій розвитку дезадаптації найбільш відомі психодинамічна, психосоціальна, когнітивна й психобіологічна, а в останні роки – мультифакторна моделі.

Українці в умовах війни переживають явні ознаки дезадаптації. Відбуваються травматичні події, яку особистість суб'єктивно переживає. Внаслідок цього виникають

психопатологічні наслідки. Стресові реакції частіше проявляються у вигляді психодезадаптаційних станів. Реакція на стрес викликає у людини психічні зміни [3].

Людина відчуває:

- 1) депресивну симптоматику — пригнічений настрій, зниження
- 2) самооцінки та відчуття нездатності впоратися з ситуацією, негативне та безнадійне сприйняття дійсності, ментальна загальмованість, зниження вольових здібностей, труднощі у концентрації та прийнятті рішень;
- 3) тривожний стан — напруженість, настороженість, побоювання щодо втрати контролю над собою чи ситуацією;
- 4) емоційну нестабільність – дратівливість, нервозність, імпульсивність, труднощі у контролі над емоційними реакціями, схильність до перепадів настрою, неадекватні реакції;
- 5) астенічні розлади – стомлюваність, зниження працездатності, розсіяність, забудькуватість, порушення концентрації уваги;
- 6) поведінкові розлади - уникнення соціальних контактів, замкнутість, ухиляння від спілкування, відмова від виконання соціальних зобов'язань, конфліктність, агресивність, асоціальна поведінка.

Нормальне життя закінчилось 24 лютого, воно змінилось для всіх. Люди переживають травматичні ситуації, відчуваючи жах, почуття безпорадності. Всі переживають втрату балансу між своїм життям і навколишнім середовищем. Це прояв соціальної дезадаптації.

Хотілося б звернути увагу на те, що у зрілому дорослому віці людина і в часи мирного життя відчуває соціальну відповідальність за рідних, допомагає їм. Ця турбота пов'язана як з дітьми, так і з батьками. Під час війни ця відповідальність стає в рази більшою. Людина зрілого віку скоріше пристосовуються до умов війни, і це дозволяє стати їм острівцями стабільності, які допомагають навколишнім пережити війну. Вони поступово адаптуються до нової реальності. Теорія Хабфолла свідчить, що людина в надскладних життєвих обставинах здатна отримати ресурси, відновитися і жити далі. Усвідомлення цієї істини дозволяє особистості зрілого віку адаптуватися до життя в умовах війни, відчувати свою причетність до загальної справи подолання ворога.

Отже, можна зробити висновок. Усвідомлення всіх аспектів психологічної травми обов'язково стає умовою інтеграції психіки людини, травматична ситуація стає частиною власного буття суб'єкта. Особистості зрілого віку мають життєвий досвід, надбання та риси, які допоможуть не тільки подолати наслідки дезадаптації, но і допоможуть в цьому іншим, найбільш вразливих верст суспільства.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Михайлов Б.В. Розлади психіки й поведінки екстремально-психологічного походження . Психічне здоров'я. 2015. №2/47. С. 9-18.
2. М. В. Савчин , Л. П. Василенко. Вікова психологія: навчальний посібник. Київ: Академвидав, 2005. 360 с.
3. Козира П.В. Теоретико-прикладні аспекти пост-стресової психологічної дезадаптації в учасників бойових дій (на прикладі співробітників МВС України). Львів: ЛьвДУВС, 2019. 190 с.

### **Психологічна підтримка та соціально-педагогічний супровід учасників освітнього процесу в умовах російсько-української війни в Україні**

Більшість людей ненавидять війни й бійки. Проте знайдеться невелике число тих, хто любить війни і по-справжньому щасливі тільки в надзвичайно небезпечних ситуаціях. Одні вважають монотонну роботу нудною, що викликає роздратування, а іншим подобається передбачуваність і сталий порядок. В одних небезпека викликає стрес, а інші насолоджуються й шукають саме її.

Останні кілька років були важкими для українців з 2014 року АТО, 3 роки вже триває пандемія коронавірусної хвороби, а тепер повномасштабна війна, все це стало справжнім випробуванням для людства. Не очікувано перед суспільством постало завдання швидко перебудувати звичайний спосіб життя. У закладах освіти з'явилася нагальна потреба організувати дистанційне навчання та безпечне освітнє середовище у якому усі учасники освітнього процесу могли б отримати психологічну допомогу та навчитися стресостійкості.

Людський ресурс не безмежний і тому за цей період в умовах соціальної нестабільності збільшився інтерес до питань, присвячених проблемам стресу й механізмам формування стресостійкості людини. Це пов'язано з інтенсивними змінами в суспільстві, зокрема й у системі освіти .

**Ключові слова:** арттерапія, афірмація, безпечне освітнє середовище, безпека, нейрографіка, саморегуляція, самоконтроль, стрес, стресостійкість.

Психологічна служба має використовувати дієві засоби й методи профілактичної, корекційної, просвітницької та розвиткової роботи, щоб забезпечити й зберегти психологічне здоров'я учнів, педагогів, батьків.

Безпечне освітнє середовище є важливим фактором для успішної само-реалізації та персоналізації особистості, особливо в закладах освіти. Унаслідок глобальних протиріч між проголошеними цінностями гуманізму в суспільстві й реальною жорстокою конкуренцією і культом сили, серед молоді різко зростає рівень тривожних станів.

Безпека — це складна, багатопланова, різнорівнева й різномасштабна система життєзабезпечення людини. Вона є активним мобілізатором ресурсів психіки особистості в надзвичайних ситуаціях — за соціальних потрясінь, злочинних посягань тощо. Нині чи не кожна людина гостро сприймає зміни, руйнування звичних соціальних зв'язків, переживає умови ізоляції, самотності й потребує відчуття тісного, безпечного зв'язку з довіллям та іншими людьми.

Тому систематичне надання психологічної та соціально-психологічної допомоги учасникам освітнього процесу підвищить їх рівень стресостійкості й психологічної захищеності, зміцнить психологічне, фізичне здоров'я та забезпечить комфортні умови для взаємодії.

Психологічно безпечне середовище в закладах освіти є умовою збереження і зміцнення психічного здоров'я учасників освітнього процесу. Його створення, охорона й підтримка психічного здоров'я його учасників є пріоритетним напрямом діяльності психологічної служби у закладі освіти.

Останні події, які відбуваються протягом кількох місяців сприяють до загострення емоційно-нестабільного стану й зниження рівня стресостійкості. Дорослий, який відчуває невпевненість або знаходиться у стані паніки, не тільки не зможе допомогти, а ще й буде «токсичним» для інших, поширюючи «вірус» емоційної нестабільності й «вражаючи» імунітет на рівні психіки.

Тому створюючи безпечне освітнє середовище в закладі освіти, психологічний супровід має вирішити такі завдання:

- знизити рівень тривоги, страхів, паніки;
- підвищити рівень стресостійкості й розвитку навичок емоційної саморегуляції;
- запобігти соціальних ризиків серед здобувачів освіти;
- сформувати сприятливий соціально-психологічний клімат у закладі освіти;
- підтримати й ініціювати розвиток учасників освітнього процесу та їх психологічний потенціал;
- допомогти вчителям і здобувачам освіти в розвитку психологічної стійкості за допомогою методів саморегуляції, самоконтролю й самопізнання;
- допомогти усвідомити сутність процесу особистісного самовдосконалення і самореалізації в умовах сучасних викликів;

Під час освітнього процесу важливо здійснювати просвітницьку діяльність і надавати учасникам освітнього процесу актуальну та необхідну інформацію. Наприклад, «Як зберегти психічне здоров'я в умовах, яких ми зараз знаходимося?», «Чому важливо навчитися опановувати себе та керувати своїми емоціями?», «Нейрографіка як метод зняття емоційної напруги», «Самоорганізація у період дистанційного навчання», «Долаємо стрес у нашому житті», «Особистісний розвиток самооцінки» тощо.

Окрім цього, психологічна служба проводить невідкладні заходи щодо збереження психічного здоров'я і добробуту здобувачів освіти й стабілізації їх психоемоційного стану.

Згідно з визначенням Національного інституту психічного здоров'я США, стрес — це реакція організму на будь-які вимоги до нього. Стрес є природною фізичною відповіддю тіла, що супроводжується такими симптомами:

- пришвидшене дихання;
- прискорений пульс;
- напружені м'язи.

Ключ до того, як ми переживаємо стрес — наша здатність справлятися із сучасними вимогами й викликами. Іншими словами — стресостійкість. Фахівці з психоаналізу вважають, що для усунення стресової ситуації потрібно дотримуватися трьох основних правил:

- змінити своє ставлення до ситуації, спробувати подивитися на проблеми під новим кутом і, можливо, знайти нові шляхи вирішення;
- навчитися керувати фізіологією, а саме — навчитися розслабленню або навпаки концентрації;
- вирішити проблему.

Вправи зі стресостійкості навчають керувати фізіологією. Вони допомагають виявити в організмі приховані резерви, що дозволяють абстрагуватися від стресу й переживати його з найменшими втратами. Перш ніж формувати стресостійкість доцільно визначити її рівень.

**Вправа** «Прання білизни»

**Мету:** визначити рівень стресостійкості учасників, знизити напруження в групі.

**Модератор.** Уявіть, що ви потрапили в минуле, коли не було пральних машин і всі прали руками. Брудний одяг накопичувався і вам потрібно його випрати саме сьогодні. Однак подивившись на небо, ви помітили велику чорну хмару. Що ви подумаете?

Та ні, це мабуть жарт. Це значить, що я маю почекати до завтра? Що ж мені робити?

Почекаємо трохи й подивимось, може погода проясниться.

Ну добре, зрештою мені не доведеться сьогодні прати.

Я все-таки буду прати, незалежно від того, буде дощ чи ні.

## Інтерпретація

1. Перше твердження — рівень стресу 80. Ви допитливі, звертаєте увагу на дрібниці, будь-яка негативна подія може викликати роздратування. Вихід — вам потрібен оптимістичний, впевнений, організований напарник.

2. Друге твердження — рівень стресу 50. Ви не піддаєтесь стресу, навіть коли з'являються незаплановані події. Стрес для вас спонукальний чинник.

3. Третє твердження — рівень стресу 0. Ви не дозволяєте стресам впливати на ваше життя, у негативі шукаєте позитивні сторони.

4. Четверте твердження — рівень стресу 100. Відчуваєте тиск через прагнення зробити «більше й краще». Вихід — відпустка.

**Модератор.** Як зазначалось раніше, стрес супроводжується пришвидшеним диханням, тому далі пропоную виконати вправу для заспокоєння дихання.

**Вправа «1—4—7» Мета:** зниження рівня напруги.

Учасники сідають зручно й виконують дії відповідно до інструкції психолога. На 1—2—3—4 потрібно вдихнути повітря через ніс; 5—6 — затримати дихання; 7 — видих через рот. Вправу повторити тричі.

**Вправа «Уважна пауза» Мета:** зниження рівня напруги.

**Модератор.** Під час стресу потрібно зупинитись й уважно подихати протягом 15 секунд. Після цього потрібно запитати себе: «Як я можу використати одну з моїх сильних сторін саме зараз?».

**Вправа «Обійми метелика»**

**Мета:** зниження м'язового напруження.

**Модератор.** Необхідно покласти долоню правої руки на ліве плече, долоню лівої руки — на праве плече і по черзі постукувати пальцями по плечах. Так декілька разів. Зняти напругу й рівень стресу допомагає арттерапія .

Втомився – малюй квіти

Злий – малюй ліній

Сумно-малюй веселку

Тривожно-зроби ляльку мотанку

Напружений- малюй візерунки

Хочеш зрозуміти свої почуття- малюй автопортрет

Хвилюєшся –складай оригамі

**Вправа «Проблеми на папері»**

**Мета:** навчити учасників заспокоюватися й знаходити рішення проблеми.

**Модератор.** Запишіть від руки, що саме вас турбує. Сприймайте це як відпочинок, який дасть час мозку заспокоїтися, а вам дозволить неупереджено поглянути на ситуацію. Цілком можливо, що цього часу виявиться достатньо, аби в голові з'явився план подолання форс-мажору.

**Мінілекція «Як правильно використовувати афірмації?»**

**Модератор.** Наступним методом у боротьбі зі стресом є робота з афірмаціями. Афірмації — це короткі фрази, що містять вербальну формулу. У разі багаторазового повторення афірмація закріплює необхідний образ або установку в підсвідомості людини, що сприяє поліпшенню її психоемоційного фону. Популяризатором афірмацій можна сміливо назвати Луїзу Хей — відому американську психотерапевтку.

Базові афірмації створюються з опорою на майбутній час. Наприклад: «З кожним днем мені щастить усе більше й більше». Повторення афірмацій зранку допомагає засвоювати їх протягом дня, а ввечері сприяє відкладанню інформації в підсвідомості. Ефект роботи з афірмацією буде відчутним, якщо її повторювати декілька разів на день. Чим більше емоцій викликають афірмації, тим більшою силою впливу вони наділені.

Застосовувати афірмації дуже просто. Але перш ніж говорити про це, дозвольте дати пораду: візьміть чистий аркуш паперу у форматі А4 і розділіть його на

дві половини. У лівій половині напишіть все, що вас турбує в цей момент. Це можуть бути: страхи, фобії, невпевненість, занижена самооцінка, негативне сприйняття світу тощо. Подумайте про те, у яких сферах життя у вас є проблеми й що ви хотіли б виправити. Сформулюйте це в короткі фрази. Наприклад, «Я невпевнений в собі».

Після того як складете список, переформулюйте негативні твердження в потрібну вам форму й запишіть у правій частині аркуша. Наприклад, «Я завжди впевнений у собі та своїх силах». Після цього розріжте аркуш на дві частини, праву залиште собі, а ліву викиньте або, ще краще — спаліть. Частина, що залишилася — це і є ваші афірмації.

**Методика** «Стирання стресової інформації з пам'яті»

**Мета:** розслаблення за допомогою візуалізації.

**Модератор.** Сядьте й розслабтеся. Заплющте очі. Уявіть перед собою чистий альбомний аркуш, олівці, ластик. Подумки намалюйте негативну ситуацію, яку необхідно забути. Це можуть бути реальна картинка, подібна асоціація, символ тощо. У думках візьміть ластик і починайте послідовно «стирати» з аркуша паперу створену негативну ситуацію. «Стирайте» до тих пір, поки картинка з аркуша не зникне. Розплющте очі. Проведіть перевірку. Для цього заплющте очі й уявіть той самий аркуш паперу. Якщо картинка не зникла, знову «візьміть» ластик і «тріть» до її повного зникнення. Через деякий час вправу можна повторити.

Пам'ятайте, якщо не можете змінити ситуацію, змініть своє ставлення до неї! Можливо, саме цей вислів є рецептом психологічного добробуту не тільки педагогів, а й будь-якої людини взагалі. І в особистому, і в професійному житті бувають ситуації, які не можна виправити, їх потрібно пережити. А завдання психологів — допомогти нашим педагогам у цьому, дати їм інструмент, із допомогою якого педагоги зможуть подолати стресові ситуації.

**Вправа** «Подих»

**Модератор.** «Сядьте на стілець, тримайте спину прямо. Покладіть руки на коліна долонями догори. Вдихніть глибоко й видихніть без паузи між вдихом і видихом. Вдих — трохи швидший, ніж видих. Спробуйте надати своєму диханню певний колір. Наприклад, «сіре» повітря. Уявіть, що ви видихаєте своє занепокоєння, страх, напруження. А повітря, яке ви вдихаєте, надайте інший, приємний колір.

Наприклад, блакитний. Ви вдихаєте спокій, упевненість і легкість. Цю техніку краще використовувати перед тестуванням, самостійною або контрольною роботами. Вона допомагає заспокоїтися й упорядкувати думки.

**Техніка** «Руки, що танцюють»

Для виконання техніки необхідні 2—3 музичні уривки різного ритму, для кожного учасника — великий аркуш паперу або рулон шпалерів, кольорові олівці та фломастери. Педагог вмикає музику й учасники починають малювати обома руками в такт музиці.

Не потрібно малювати ніяких картин, слід використовувати лише лінії—прямі, хвилясті, ламані тощо. Головне — передати музику на аркуші. Для малювання під кожен музичний уривок дається 2—3 хвилини. Після проведення техніки важливо обговорити зі учнями їх малюнки. За бажанням учнів роботи можна повісити на стенді. У результаті така галерея учнівської творчості тільки підсилуватиме позитивний ефект від вправи.

**Вправа** «Небо»

**Модератор.** «Уявіть, що зараз літній погожий день. Ви лежите на траві, відчуваєте її м'якість, свіжість, запах. Ви дивитесь у небо: чисте, безхмарне, блакитне. Споглядайте його деякий час. Ось у полі вашого зору опинився метелик. Коли він пролітає над вами, зазначте, яким він здається невагомим, як красиво розфарбовані його крильця. Ви спостерігаєте, як він віддаляється. Тепер ви помічаєте високо в небі орла. Ви стежите за його польотом і поступово проникаєте все глибше в блакитну далечінь неба. Потім ви спрямовуєте свій погляд ще вище.

Тепер ви помічаєте, що високо-високо в небі пропливає маленька біла хмаринка. Поспостерігайте за тим, як вона повільно розчиняється. Нарешті перед вами тільки безмежне небо. Відчуйте себе небом — нематеріальним, безтілесним, всеосяжним. Відчуйте, що у вас немає меж, що ви — усюди. Ви можете досягти всього, крізь усе проникнути, ніщо не в змозі вас зупинити. Відчуйте легкість духу й відсутність будь-якого тиску».

**Вправа** «Швидкий сон»

**Модератор:** «Ця вправа допоможе швидко заснути й максимально розслабитися, навіть якщо ви раптово прокинулися посеред ночі та не можете заснути. Закрийте свою праву ніздрю великим або вказівним пальцем правої руки і дихайте лівою ніздрею. Краще лягти на правий бік, а голову покласти так, щоб праву ніздрю прикривала подушка. Продовжуйте так 3-5 хвилин».

**Вправа** «Водоспад»

**Модератор.** «Сядьте зручно, заплющте очі. Дихайте рівномірно та спокійно. Розслабте м'язи в тілі. Зробіть глибокий вдих, зафіксуйте в легенях насичення киснем, повільно видихніть. Повторіть цю вправу до відчуття розслаблення. Ви спокійні та задоволені. Уявіть поле. Ви стоїте босими ногами на теплій землі. Озирніться навкруги, зафіксуйте в уяві все, що бачите. Підведіть голову догори й подивіться на лагідне сонечко. Воно яскраве, золотисте й тепле. Відчуйте тепло й енергію сонця. Поверніть голову праворуч і знайдіть поглядом водоспад. Це лагідний гірський водоспад. Підійдіть до нього. Подивіться, яка прозора вода. Відчуйте свіжість біля водоспаду. Станьте під водоспад і прийміть чистий гірський дуети. Відчуйте, як вода омиває ваше тіло з голови до ніг. Вона змиває все неприємне, омиває тіло й душу.

Відчувши очищення, вийдіть із-під водоспаду. По-верніть на галявину й станьте обличчям до сонця. Зробіть глибокий вдих і повільний видих. Ви змили із себе всі тривожні емоції, неприємні спогади й думки. Уявіть, що вам посміхається сонце. Посміхніться йому у відповідь. Простягніть руки до сонячного променя, пориньте в нього. Прийміть «сонячний душ» з голови до ніг. Відчуйте, як промінь поступово торкається кожної частини вашого тіла, наповнюючи його світлом та енергією. Ви насичені чистою енергією здоров'я. Вам приємно. Зробіть вдих і на видиху розплющте очі».

**Вправа** «Дихання»

Дихання — процес, безпосередньо пов'язаний зі стресом. Коли ми потрапляємо в складну ситуацію, нам потрібно більше кисню. Тому ми повинні дихати частіше й глибше. Але часто люди намагаються контролювати цей процес і не дають собі дихнути. Так з'являються хронічна тривога й втома.

**Модератор.** «Поспостерігайте, як змінюється ваше дихання під час стресової ситуації. Потім спробуйте повернути йому природний ритм. Можна зробити таку вправу: вдих — протягом 2 секунд, видих — протягом 5 секунд, пауза — 5 секунд. Навіть прості глибокий вдих і спокійний видих здатні зменшити шкідливість стресу, у якому ви знаходитесь!».

**Техніка** «Еверлі»

**Модератор.** «Займіть зручне положення та спробуйте виконати такі завдання:

- У положенні сидячи зосередьте увагу на м'язах стегон. Випряміть обидві ноги перед собою. Напружте м'язи стегон, потримайте 5 секунд, потім розслабте.
- Стисніть кисті рук у кулаки. Потримайте 5 секунд, розслабте.
- Підніміть плечі вертикально в напрямку до вух. Потримайте 5 секунд, розслабте.
- Посміхніться настільки широко, наскільки можете. Протримайте посмішку декілька секунд, розслабте.

Під час воєнних дій психіка людини перебуває в постійному напруженні. Реакціями на стресові та травматичні події можуть бути страх, ступор, плач, агресія,

почуття провини, апатія та інші. З такими почуттями багато людей просинаються у своїх домівках та підвалах, і в тимчасових притулках по всьому світу. Навіть знаходячись в умовній безпеці, через стрічку новин українці кожен день стають очевидцями страшних подій.

Щоб впоратися зі стресом власноруч, та допомогти людям пережити ці непрості часи, дати раду неконтрольованим емоціям та допомогти психіці на шляху до зцілення, ми маємо вміти адекватно реагувати на виклики долі й із легкістю долати труднощі.

Українці — це сильний духом, згуртований та чуйний народ. Ми завжди готові допомогти ближньому, але знаючи основні правила надання першої психологічної допомоги, ми зможемо це робити екологічно та безпечно як для інших, так і для себе

Отже, навчання у такий складний час – це новий виклик для педагогів, але знайте, що ваша безумовна любов до дітей та підтримка допоможе їм стабілізувати психологічний стан, оскільки здоровий психологічний клімат в навчальній діяльності означає, що учні перебувають у стані духовного комфорту: рівноваги, спокою, захищеності; вони задоволені своїм буттям, оптимістичні. Це позитивно позначається на всіх сферах життєдіяльності, підвищує працездатність, посилює активність, упевненість, віру у свої можливості, сили.

Війна залишає важкий слід у наших душах, але ми спільно маємо мінімізувати її негативний вплив на дитину.

Можна вважати склянку з водою наполовину повного, а можна - наполовину порожньою. Від точки зору змінюється не кількість випитої води, а рівень стресу. Якщо ви знаєте, що робити коли склянка виявиться порожньою, то одержуєте можливість радіти половині, що у вас залишилася, замість того щоб переживати з приводу половини, якої ви позбавлені.

Такий підхід значно зміцнить вашу рівновагу, що додасть упевненості для досягнення найкращих результатів і максимального задоволення від дійсного моменту.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Афірмації. URL: <https://garmonya.in.ua/afirmatsiyi/> (дата звернення: 05.03.2021).
2. Вознесенська О. В, Мова Л. Ю. Арт-терапія в роботі практичного психолога. Використання арт-технологій в освіті. Київ: «Шкільний світ». 2007. С. 125.
3. Гринчук О. І. Основи соціально-психологічного тренінгу: навч.метод. посіб. Івано-Франківськ: ПП СІМІК, 2015. 132 с.
4. Гринчук О. І. Соціально-психологічний тренінг. Методичні розробки занять
5. тренінгової групи. Івано-Франківськ: «Плай» ЦІТ Прикарпатського національного університету ім. В.Стефаника, 2010. 78 с.
6. Косарева О. І. Формування позитивного Я-образу дитини: опис техніки. Збірник наукових праць: Педагогічні науки. Вип. 65. Херсон: Херсон, держ. ун-т., 2014. С. 401—404.
7. Матійків І. М. Тренінг емоційної компетентності: навч.-метод, посіб. Київ: «Педагогічна думка», 2012. 112 с.
8. Поради психолога: Афірмації». URL: <https://www.youtube.com/watch?v=SNXfx6mVuj0&t=;10s> (дата звернення: 04.06.2021).
9. Психологічний практикум. Рефреймінг у НВП та повсякденному житті педагога. URL: <https://cutt.ly/pnccRGP> (дата звернення: 04.06.2021).
10. Тиріна А. Тренінгове заняття для педагогів «Турбота про себе». URL: <https://rozrobka.in.ua/treningovc-zanyattya-dlya-pedagogiv-turbota-pro-sebe.html> (дата звернення: 05.03.2021).



### **Оволодіння дітьми універсальними цінностями та моделями поведінки**

Оволодіння дітьми універсальними цінностями та моделями поведінки залежать від специфіки та організації роботи з дітьми. Найцікавішою формою її є практичний компонент художньо-естетичного розвитку дітей: театралізоване дійство. Така робота спрямована на розвиток розуміння, сприймання, відтворення духовних, соціально-моральних цінностей маленьких українців, майбутніх патріотів рідної землі.

**Ключові слова:** Рідна земля, Україна, діти, дружба, працьовитість, наполегливість, взаємовиручка.

Рідна земля. Україна.

Тільки рідна земля робить нас людьми. Саме на ній формується наша ментальність, світоцуття, наші погляди на ідеали. Це не лише ґрунт, де закладається наш генетичний код, але й створюється клімат суспільства. Тут уроки вічності, які кожен дістав від народження, світло високих людей, яких дала наша земля. Тут ми ростемо, тут все дороге серцю і розуму, бо все оґріте духом минулого. Постійно в житті з нами мандрує наше дитинство, зігрите маминою ласкою, батьківською мудрістю, настановами вчителів, теплом дружніх сердець, щедрістю рідної землі та неба. Нас переповнює гордість за рідну землю, українських людей. Це і є справжній патріотизм. Хочеться, щоб наші діти це відчували.

Дошкільнятам притаманне відчуття гордості, власної гідності. Тому в реаліях сьогоdnішнього дня ми щомиті формуємо почуття любові до рідного краю, землі, до селища, де вони народились і зростають. Прагнемо побудувати колективістські взаємовідносини так, щоб кожен вихованець відчував себе активним учасником патріотичного життя, став віч-на-віч з найвищим і найдосконалішим, найскладнішим і найвимогливішим колективом - суспільством, народом, Батьківщиною. Ставимо перед собою завдання, які орієнтують особистість на свідомий патріотизм. А саме:

- ✓ формування любові до рідного краю;
- ✓ виховання любові,поваги до своїх національних особливостей;
- ✓ формування духовно-моральних взаємин;
- ✓ формування любові до культурного спадку свого народу;
- ✓ толерантне ставлення до представників інших національностей, до ровесників,батьків, сусідів, інших людей;
- ✓ повага до батьків, свого родоводу, традицій та історії рідного народу;
- ✓ художньо-естетична культура;
- ✓ патріотична самосвідомість та громадянська відповідальність, готовність працювати для розквіту Батьківщини, захищати її;
- ✓ досконале знання державної мови.

У нашому садочку стало доброю традицією використання екскурсій вулицями рідного селища, спостережень, розповідей вихователів, дидактичних, сюжетно-рольових ігор, читання та інсценування творів художньої літератури, слухання народної, класичної, сучасної музики, розглядання творів образотворчого і декоративно-прикладного мистецтва, розв'язування проблемних ситуацій, спільні з родинами виховні заходи, виставки, конкурси, свята, розваги.

«Вмійте щодня відкривати перед дитиною щось нове, і відкривати так, щоб навколишній світ загравав перед нею всіма барвами веселки. Завжди залишайте щось недоказане, щоб дитині не раз хотілося повернутися до того, про що вона дізналася.» - Зазначав митець, філософ дитячих душ Василь Сухомлинський.

Відповідно його настанов живемо ми, будуть жити майбутні покоління педагогів, бо це наша тверда основа, міцний дух, здорова нація.

**Театралізоване дійство для дошкільників**  
**«Добрі справи творити і завжди їм радіти»**  
 (загальне)

Мета:

- виховувати в дітей національні риси особистості (щирість, доброту, справедливість, взаємодопомогу, турботу, працьовитість);
- об'єднати учасників навчально-виховного процесу спільним театралізованим дійством, вчити розпізнавати добро і зло, спонукати для прояву творчості;
- вчити поводитись відповідно до норм моралі;
- розкривати дітям найелементарніші зв'язки між явищами природи та змінами в житті рослин.

Дійові особи: Осінь, Хмара, Гном, Сонце, ведуча.

**Осінь:**

Осінь! Здається, ви мене чекали?  
 Настала вже моя пора.  
 Усі, звичайно, упізнали:  
 Я – Осінь щедрa й золота.  
 Роботи маю, ой, багато –  
 Садки відвідати, гаї,  
 Деревa в золото убрати,  
 Зібрати добрі врожаї.  
 Ще й у мене у віночку  
 Пломеніють квіти:  
 Чорнобривці золотисті  
 Та й айстри тендітні.  
 А в руках у мене гілка,  
 Гілка-чарівниця.  
 Ще й листочок чарівний -  
 Тільки подивіться.  
 Давайте начаруємо собі казочку:  
 Ти, листочку мій, лети  
 І у казку приведи (відкривається завіса).  
 Ну, от, малята, диво сталось –  
 Ми з вами в казку завітали!

**Гном:**

Маю я чудову хатку,  
 Біля неї в мене грядка.  
 Буду сіяти я квіти,  
 Щоби квітли ціле літо!  
 Взяв лопатку я й мотику,  
 Грядку щоб скопати велику (копає).  
 Грядку я скопав гарненько,  
 Ось насіннячко маленьке  
 Сію, сію залюбки,  
 Ви ростіть, мої квітки! (сіє)

**їВедуча:**

Тепер потрібно грядочку полити –  
Давайте покличемо дощика!

**Закличка:**

Іди, іди, дощику,  
Зварю тобі борщику  
У новому горщику.  
Та поставлю на вербі,  
Щоб не з'їли комарі.  
Буде вам, буде й нам,  
Буде всім кошарам.

**Хмара:**

Хто шукав хмаринку синю?  
Припливла до вас я нині.  
Туки-туки, цоки-цоки,  
Синій дощик на всі боки,  
Всім, хто хоче, буде нині  
По прозорій крапелині,  
Буде квіточці й листкові,  
Комару і цвіркунові  
Ще й малятам цоки-бреньки  
Будуть крапельки маленькі (ведуча роздає дітям паперові краплики).

**Діти-краплинки** вільно танцюють під музику «Дощик».

**Ведуча:**

Вже проглянули з-за тучі  
Сонця промені сліпучі,  
Кожна крапля без забари  
Поспіша до мами Хмари (збирає краплинки)  
Покличемо Сонечко

**Закличка:**

Вийди, вийди, Сонечко,  
На дідове полечко,  
На бабине зіллячко,  
На наше подвір'ячко.  
На весняні квіточки,  
На маленькі діточки.  
Там вони граються,  
Тебе дожидаються.

**Сонце:**

Ось з'явилось Сонце враз  
Раде бачити всіх вас  
Посилаю я проміння  
Тепле, тепле до землі.  
Щоб на грядці на осонні  
Росли квіточки малі.(ростуть квіти)

**Ведуча:**

У вулику бджілки спали, бо іще раненько,  
А квіточки умивали  
У росі личенько.

Пробудилися дзвіночки,  
Глянули на волю:  
Задзвонили на добридень  
Та на добру долю.  
Пробудились айстри зрання  
У моїм садочку  
В чистій росі умивали  
Свої ясні очка.  
Пробудились чорнобривці,  
Маківки червоні  
Побачили ясне сонце,  
Плещуть у долоні.  
Збудилися усі квіти  
У цей ясний ранок.  
І ждуть бджілок на гостину,  
Ладнують сніданок.

Бджілки виконують вільний таночок над квітами.

### **Ведуча:**

Та прийшло в квітник цей лихо:  
Причаївся там хтось тихо.  
В квітнику Лопух завівся.  
Ось один листок,  
Ось два.  
Ще й велика голова.  
Ось піднявся вище й вище  
Цей нахабний полушище.  
Потім ще один з'явився  
Теж на квіти похилився.  
Почали вони змагатись,  
Між собою вихвалитись.:

- Ось у мене є листок  
Лопушезний.  
Подивися, він , як двір,  
Широчезний.
- А у мене є листок  
Лопухатий.  
Вищий тебе,  
Вищий тину,  
Вищий хати!
- Нумо квіти закривати  
Ми тут будем панувати!  
Засмутились бідні квіти:  
Ані сонця ні просвіту.

**ГНОМ:**

Що тут сталося, що зробилось?

Хто це тут такі з'явилися?

В квітнику не місце вам

Височезним лопухам.

Ой, мені їх не здолати

Треба друзів погукати:

- Друзі, гей, ідіть сюди,  
Виручайте із біди ( діти тягнуть, виганяють).

**Ведуча:**

Підняли голівки квіти,

Знов яскраво сонце світить.

Вже загрози їм немає.

Дружба й праця все здолає!

Спільний хоровод на вибір музичного керівника

Здавна українці поєднували поняття «мораль» та «виховання». Так вони прагнули виховати справжню людину з гуманною позицією у житті. Ставлення до навколишнього світу, розвиток моральної свідомості, формування моральних почуттів, саморегуляція поведінки відповідно до встановлених норм і правил сприяють формуванню патріота своєї країни. Українець – це звучить гордо.

**Список використаних джерел та літератури:**

1. Базовий компонент дошкільної освіти / Наук. кер.: А. М. Богуш, дійсний член НАПН України, проф., д-р пед. наук; Авт. кол.: А. М. Богуш, Г. В. Беленька, О. Л. Богініч, Н. В. Гавриш, О. П. Долинна, Т. С. Ільченко, О. В. Коваленко, Г. М. Лисенко, М. А. Машовець, О. В. Низковська, Т. В. Панасюк, Т. О. Піроженко, Т. І. Поніманська, О. Д. Сідельнікова, А. С. Шевчук, Л. Ю. Якименко. *Державний стандарт дошкільної освіти України*. Київ : Видавництво, 2012. 26 с.
2. Бех І. Д. Програма патріотичного виховання дітей та учнівської молоді. Київ, 2014. 29 с.
3. Ігнатенко П. Р., Поплужний В. Л., Косарева Н. І., Крицька Л. В. Виховання громадянина: Психолого-педагогічний і народознавчий аспекти: Навчально-методичний посібник. Київ : Інститут змісту і методів навчання. 1997. 45 с.
4. Каплуновська О.М., Кичата І.І., Палець Ю.М., Рейпольська О.Д. «Україна – моя Батьківщина»: Парціальна програма національно-патріотичного виховання дітей дошкільного віку. Тернопіль : Мандрівець, 2016. 72 с.
5. Єпіхіна М.А., Курило Н.О. Формування основ патріотичного виховання у дошкільників засобами народознавства. Науковий вісник Ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота». 2017.
6. Шкретієнко Л.П. Виховання патріотичних почуттів у дітей старшого дошкільного віку засобами художньої літератури. Одеса, 2019. 298 с.
7. Садовенко С.Ф. Розвиток музичних здібностей засобами українського фольклору: Навчально-методичний посібник. – Київ, 2008.
8. Провознюк Г.Г. Земля, де народились і ростем. – Тернопіль : Мальва ОСО, 2007.

**Яковчук Вікторія,**  
практичний психолог закладу  
дошкільної освіти №2 «Подoliaночка»,  
м. Славути. Хмельницька обл.

### **Психологічна підтримка та соціально-педагогічний супровід учасників освітнього процесу в умовах російсько-української війни в Україні**

У статті розроблено психологічні рекомендації та поради для учасників освітнього процесу закладу дошкільної освіти, які допоможуть подолати страх, тривожність, панічні атаки, що зумовлені воєнними діями на теренах України. Адже, сьогодні психологічний стан кожного із нас є не менш важливим ніж фізичний. Дбати про здоров'я своє та оточуючих - це пріоритетне завдання кожного психолога

**Ключові слова:** психологічні рекомендації, основи психологічної стабільності, зниження тривожності, поради для педагогів.

Війна внесла свої непоправні корективи у життя кожного українця, від малечі до людей похилого віку. До неї неможливо звикнути - постійний страх, розпач, тривога руйнує наше психологічне та фізичне здоров'я. Але насамперед ми маємо пам'ятати, що всі війни, які були у світі, обов'язково закінчуються і настає мир.

Саме прості життєві справи дають можливість жити далі, рухатися тільки вперед. Наша психіка повинна відновлюватися, не дивлячись на те, що ми переживаємо на даному етапі.

Працюючи в закладі практичним психологом, особливу роль приділяю саме психологічному здоров'ю здобувачів освіти, зниженню рівня тривожності, який виник в умовах воєнного часу. Розробила та систематизувала рекомендації для зд

#### **Поради: «Як допомогти дітям впоратися з тривожністю під час воєнних дій»**

1. **Розкажи, що ти відчуваєш.** Проговорюйте і проявляйте всі емоції. «Я бачу, що ти злишся?». Дайте змогу дитині, проговорити що її хвилює.

2. **Дозволь обійняти тебе.**

**«Обійми метелика»** - дитина обіймає свої плечі двома руками й може себе поплескати по плечах.

**«Водоспад»** - дорослий підходить до дитини й руками погладжує з плечей і до поясу, наче знімаючи щось з плечей.

**«Кокон»** - права рука дитини обіймає ліве плече, а ліва рука живіт.

3. **Робіть дихальні вправи, щоб заспокоїтися.**

4. **Думай тільки про хороше.** Будь-яка діяльність, запропонована їй, повинна супроводжуватися словами, що виражають впевненість. («У тебе це вийде», «Ти це вмієш добре робити»).

5. **Дитяча тривожність часто викликана невідомістю.** Тому пропонуючи дитині завдання, необхідно докладно вибудовувати шляхи його виконання скласти план: що ми робимо зараз, що потім т.д.

#### **Поради для педагогів та батьків в умовах воєнного часу.**

##### **Що робити при надмірній тривозі, тривожності та паніці?**

**Основи психічної стабільності: тіло, дихання, мислення, харчування, психологія.**

**Тіло.** Не стримувати тремтіння, а навпаки, встати, потрясти тіло, поприсідати, масажувати мочки вух, стискати і розтискати долоні – це дасть роботу м'язам і допоможе знову відчути своє тіло, і принаймні на деякий час заспокоїтися. Якщо піднявся тиск: упираємося ногами в підлогу і дихаємо. Якщо крутиться голова:

уважно дивимося на свої ноги, поки не зрозуміємо, що маємо під ногами міцний граніт.

**Дихання.** У будь – якій ситуації необхідно нормалізувати дихання. Це дозволить вашій вегетативній системі прийти в норму. Зробіть кілька швидких вдихів та видихів. Це дасть змогу вам трохи заспокоїтися і прийти в норму.

**Мислення.** Думай тільки про позитивне, налаштуй себе «Що це все скоро закінчиться, і буде як раніше»; «Я все зроблю, що в моїх силах, а коли не вийде, я це переживу»; «Це не кінець світу». Тобі під силу розірвати ланцюг самопідтримки стресу, змінивши негативні думки на позитивні. Думай про добро і воно обов'язково буде в твоєму житті.

#### **Харчування.**

При страху та тривозі виробляється кортизол (гормон стресу), який мобілізує організм, а також адреналін та норадоеналін (гормон зайця та лева) для реакцій бий або біжи. Ваше завдання вивести надмірний кортизол: пийте більше води, чорного або зеленого чаю, ні в якому разі алкоголь, бо він тільки збуджує нервову систему, по можливості уникайте кофеїну в другій половині дня.

#### **Психологія.**

Як би зараз не було важко, але згадайте позитивні події. Подумайте, що зараз для вас важливо та цінно – ментальна практика та усвідомленість – один із способів зниження кортизолу.

#### **Рекомендації для батьків під час війни: «Спокійні батьки – спокійні діти».**

##### **Спостерігайте за станом дитини та реагуйте на її потреби.**

Будьте уважними до емоційного настрою своїх дітей. Потрібно аби дитина проговорювала з вами ситуації та свій емоційний стан, ставила запитання, які її цікавлять чи турбують. Якщо дитина впала в стан ступору, то важливо повернути дитину до вербальної відповіді та діяльності.

##### **Проговорюйте емоції.**

Не дивлячись, в якому емоційному стані ваша дитина, дайте змогу їй виговоритися. Це допоможе впоратися з емоціями та знизити рівень тривоги, напруги.

**Обіймати дитину.** У такі важкі часи це вкрай необхідно. Тілесний контакт допоможе знизити рівень напруги та допоможе дитині заспокоїтися.

**Дотримуйтесь рутини, наскільки це можливо.** З самого ранку і до вечора, загинаючи пальчики, проговорюйте та відтворюйте послідовність дня. Намагайтесь гуляти та розважатися, адже не варто забувати про буденні речі, якщо у вас є змога їх виконувати.

**Дбайте про себе.** Намагайтесь слідкувати за своїм фізичним і психологічним здоров'ям. Так в нашій країні триває війна, але ми маємо ходити на роботу, маємо слідкувати за своїм зовнішнім виглядом, маємо ходити до перукарні, і головне не звинувачувати себе і пам'ятати, що дбати про себе несоромно.

##### **Ми неодмінно здолаємо усі перешкоди.**

Закінчуйте розмови з обережністю. Важливо аби дитина знала, що вона не залишиться на самоті. Після завершення розмови про важливі речі, оцініть емоційний стан та рівень фізичного реагування: спостерігайте за мовою тіла, оцінюйте рівень занепокоєння. Завершуйте на позитивному, створюйте спільні традиції дня та його завершення.

#### **Список використаних джерел та літератури:**

1. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посібник [Текст]: О. В. Скрипченко, А. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін., - К.: Просвіта, 2001.
2. Вікова психологія: Навч. посіб. / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. – К.: Просвіта, 2001.

3. Загальна психологія: Навч. посіб. / О.В.Скрипченко, Л.В.Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. - К.: Просвіта, 2002.

**Яцюк Наталія,**  
вчитель початкових класів та польської  
мови Кам'янець-Подільського  
ліцею № 13,

### **Інформаційна безпека учнів в умовах війни**

У статті розкриваються питання інформаційної безпеки учнів в умовах збройної агресії Росії проти України. Зроблено огляд правил та рекомендацій щодо інформаційної безпеки під час війни.

**Ключові слова:** інформаційна безпека, інформаційний простір, війна, збройна агресія Росії проти України, учні, правила, заклад освіти.

За сучасних умов інформаційна складова набуває дедалі більшої ваги і стає одним із найважливіших елементів забезпечення національної безпеки, оскільки під час збройної агресії Росії проти України українці стикаються з дезінформацією, інформаційними атаками, зламом акаунтів тощо. Тому актуальності набувають питання захисту громадян, зокрема дітей в інформаційному просторі.

Інформаційна безпека - стан захищеності життєво важливих інтересів людини і громадянина, суспільства і держави, при якому запобігається завдання шкоди через неповноту, несвоєчасність та недостовірність поширюваної інформації, порушення цілісності та доступності інформації, несанкціонований обіг інформації з обмеженим доступом, а також через негативний інформаційно-психологічний вплив та умисне спричинення негативних наслідків застосування інформаційних технологій [1].

Після повномасштабного вторгнення Росії в Україну в медіа, соціальних мережах і на веб-сайтах ширяться сюжети й дописи щодо закладів освіти, особливостей здійснення освітнього процесу, в яких називаються та демонструються самі навчальні заклади, їхні укриття, кількість дітей, світлини з ними тощо.

Але в теперішніх умовах звичайна інформація про освітній заклад, його роботу, працівників, здобувачів освіти, висвітлена медіа або самими учасниками освітнього процесу, владою або громадськістю є ризикованою для життя та безпеки учнів. Адже ворог не зупиняється ні перед чим, нищить як військові, так і цивільні об'єкти.

Слід зазначити, що після 24 лютого на деокупованих від російських загарбників територіях України пошкоджено 2532 заклади освіти, з них 287 повністю зруйновані. За останніми підрахунками потреба на відновлення становить понад дев'ять мільярдів доларів, із яких термінові — 2,8 млрд. дол.[4].

Для дітей та підлітків мережа Інтернет залишається середовищем для розваг і спілкування з друзями та однолітками. Будь-яка позначка геолокації на пості чи фотографії в соціальній мережі, або одне повідомлення можуть спричинити справжню небезпеку, особливо зараз, коли інформаційний простір використовують окупанти для військових нападів на українські міста та села. У зв'язку з чим доречним бачиться розглянути правила безпечної поведінки.

Так, Громадська організація «Гільдія ІТ-фахівців» рекомендує додержуватись наступних правил інформаційної безпеки під час війни:

- налаштувати двофакторну автентифікацію в усіх сервісах;
- оновити й підібрати надійні паролі: мінімум 8 символів, включаючи великі та маленькі літери, цифри та спеціальні символи, не повторюючи їх у різних сервісах;



- не відповідати на дзвінки з незнайомих номерів;
- телефонувати краще через зашифровані месенджери, оскільки мобільні сигнали можуть перехопити для прослуховування [5].

Не можна фотографувати й публікувати в соцмережах фото військових, боїв, літаків, що пролітають, наслідків обстрілів. У той же час будь-яку важливу інформацію можна повідомити бійцям ЗСУ, поліцейським, представникам тероборони або відправити в спеціальний чат-бот.

За умови перебування у зоні окупації чи бойових дій, фахівці пропонують очистити смартфони від листування, фотографій і підписок у соціальних мережах, якими теоретично можуть скористатися ЗС РФ.

Крім того, експерти радять читати новини лише з офіційних джерел, не вірити чуткам та критично сприймати неперевірену інформацію. Не можна допускати паніки, яка грає на руку ворогові. Панічні пости краще ігнорувати чи взагалі блокувати їхніх авторів [3].

Командою #stop\_sexтинг розроблено інструкцію для дітей, яка складається з 8 правил-настанов:

1. Якщо хтось із користувачів у мережі просить приватну інформацію (особистий номер телефону чи номер батьків, де батьки працюють, де родина зараз перебуває, яка ситуація в місті, де розміщується військова техніка в місті чи військові об'єкти) — таку інформацію в жодному разі не можна передавати. Навіть, якщо це онлайн-друг, якого дитина знає в реальному житті. Адже зараз дуже часто особисті профілі зламують для отримання інформації або створюють фейкові профілі.

2. Не можна знімати розміщення та пересування військової техніки та військових у місті, де перебуває дитина. Оскільки окупанти можуть переглядати відкриті профілі українців для визначення місця розташування військових для подальшого нападу. А також злочинці можуть намагатися вести листування з дитиною для шантажу чи примушування з метою отримання інформації про розміщення техніки в місті.

3. Не знімати місця вибухів та потрапляння снарядів, оскільки окупанти можуть використовувати фото- та відео- дані, які потрапили в мережу, для коригування подальшого нанесення вогню по місту.

4. Не переходити за невідомими посиланнями, які були надіслані в приватні повідомлення в будь-якій соціальній мережі чи месенджері, оскільки за ними можуть ховатися хакерські атаки.

5. Якщо ви переглядаєте та обговорюєте новини з дитиною, варто переконатися в їхній правдивості. Усі новини, заяви високопосадовців та обмеження в містах краще повторно перевірити в офіційних каналах комунікації, на офіційних сайтах державних установ, в офіційних Telegram-каналах посадовців.

6. Профіль дитини в соціальних мережах варто зробити закритим: щоб писати дитині, переглядати вміст її сторінки могли лише ті, кого вона додасть у друзі.

7. Якщо дитину автоматично додали до невідомих груп, важливо відписатися від них та заблокувати їх. А також розповісти про це дорослим.

8. Якщо до дитини хтось пише з проханням допомоги або виконати спеціальне завдання, важливо, щоб дитина повідомила про це дорослим. Варто разом зробити скріншот групи, повідомлень та через онлайн-форму звернутися до кіберполіції [3].

З метою забезпечення інформаційної безпеки учнівської молоді рекомендується:

- не користуватися біометрією та видалити ті програми, в яких немає великої потреби;

- бути пильним щодо контенту і ставитись «до будь-якого посилання однаково підозріло» [8].

Крім того, експерти радять повністю оновити телефон. У разі неможливості таких дій (наприклад, якщо модель не підтримується) краще купити менш наворочений, але оновлюваний апарат [7].

Міністерство цифрової трансформації радить для забезпечення інформаційної безпеки підтримувати «гігієну» пристроїв, а саме:

- блокувати пристрої щоразу після закінчення роботи;
- встановлювати застосунки лише з офіційних сервісів;
- не користуватися невідомим Wi-Fi [8].

Отже, з метою інформаційної безпеки учнів у закладах освіти необхідно провести наступні заходи:

- комунікацію з усіма учасниками освітнього процесу щодо висвітлення діяльності закладів освіти й розв'язати питання відносно допуску до них сторонніх осіб, які можуть розповсюдити важливу інформацію про заклад;
- розповісти учням про небезпеки інформаційного простору та інформаційної війни;
- довести до учнів правила поведінки під час інформаційної атаки.

### Список використаних джерел та літератури

1. Доктрина інформаційної безпеки України. URL: <https://ips.ligazakon.net/document/> (дата звернення: 15.10.2022)
2. Дубняк К. А. Інформаційний простір: структура та функціональні параметри. URL: [http://umo.edu.ua/images/content/aspirantura/zabezp\\_discipl/Інформац.%20простір.pdf](http://umo.edu.ua/images/content/aspirantura/zabezp_discipl/Інформац.%20простір.pdf) (дата звернення: 15.10.2022)
3. Інформаційна безпека під час війни: покрокова інструкція для дітей. URL: <https://osvitoria.media/opinions/informatsijna-bezpeka-pid-chas-vijny-pokroкова-instruktsiya-dlya-ditej/> (дата звернення: 15.10.2022)
4. Інформаційна безпека: чого не можна поширювати під час війни. URL: <https://kg.ua/news/informaciyna-bezpeka-chogo-ne-mozhna-poshiryuvati-pid-chas-viyni> (дата звернення: 16.10.2022)
5. Правила інформаційної безпеки під час війни: як захиститись цивільним. URL: <https://focus.ua/uk/digital/509602-pravila-informacionnoy-bezopasnosti-vo-vremya-voyny-kak-zashchititsya-grazhdanskim> (дата звернення: 19.10.2022)
6. Стратегія інформаційної безпеки. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/685/> (дата звернення: 15.10.2022)
7. Як захистити свій смартфон у воєнний час: кілька простих правил. URL: <https://focus.ua/uk/digital/509158-kak-zashchitit-svoy-smartfon-v-voennoe-vremya-neskolko-prostyh-pravil> (дата звернення: 15.10.2022)
8. Як убезпечити себе онлайн під час війни? Інструкція Мінцифри. URL: <https://life.pravda.com.ua/society/2022/03/4/247675/> (дата звернення: 18.10.2022)

### Як малювання та казки зцілюють травму війни?

У статті охарактеризовано особливості використання арт-технік у роботі з дітьми під час війни. Запропоновано поради «як допомогти дитині?» та обґрунтовано застосування казкотерапії для надання психологічної допомоги дітям з метою зниження рівня тривожності, гармонізації психічного стану, зняття психосоматичної напруги, подолання страхів та інших труднощів.

**Ключові слова:** діти, психологічна підтримка, травматичний досвід, арт-терапія, казкотерапія, терапія.

Війна — випробування, яке випало на долю українців. Вона принесла дорослим і дітям страхи та душевні тривоги, які були невідомі переважній більшості у мирному житті. Але, незважаючи на це, ці стани треба долати. І один із найдієвіших методів — арт-терапія.

Арт-терапія є сучасним напрямком психотерапії, методом зцілення людини за допомогою самовираження, творчості через художні прийоми. Цей метод показав свою дієвість та результативність на практиці.

Арт-терапія в нашому сьогоденні використовується для допомоги біженцям, мігрантам, людям, які пережили травматичні події. Методи арт-терапії дозволяють вирішувати конфлікти різного роду: внутрішньоособистісні, міжособистісні, міжетнічні, конфлікти, породжені війною. Творчість допомагає вивільнити витісненні емоції, сприяє процесам усвідомлення своїх почуттів, покращує психічний стан, сприяє задоволенню комунікативних потреб людини.

Діти реагують на психотравмуючі ситуації інакше, ніж дорослі. Реакція дитини на травму залежить від віку дитини, особливостей стосунків з батьками та від її попереднього досвіду. Діти проявляють себе через творчість і гру. Творчий процес надає їм можливість самостійно знаходити внутрішній ресурс, щоб впоратися з проблемою, яка їх турбує; творчість дозволяє дітям виражати свої почуття, горе і переживання; творча діяльність сприяє розвитку самостійності і здатності бачити себе не в якості жертви, а в якості переможця.

Використання різних арт-терапевтичних матеріалів дає можливість зняти емоційну напругу, відреагувати травматичний досвід, висловити різноманітні почуття.

В Енциклопедії освіти арт-терапія визначається, по-перше, як складова частина психотерапії, по-друге, як «лікувально-профілактична й корекційна діяльність із використанням синтезу галузей наукових знань – педагогіки, психології, мистецтва, медицини» [1, с. 29]. Ще донедавна арт-терапія застосовувалася виключно у психотерапевтичній практиці. Останнім часом зростає стрімкий інтерес до квінтесенції різних видів мистецтва, а також до їх комплексного застосування з метою психолого-педагогічного впливу на дитину, корекції її поглядів на життя, діяльність, творчість, поведінку тощо. Сьогодні дедалі більше поширюється новий напрям арт-терапії – педагогічний, що передбачає корекційно-педагогічну діяльність вихователів, так зване педагогічне лікування, пропагування здоров'язберезувальних цінностей через засоби художньої діяльності та мистецтва. Поняття «арт-терапія» в науково-педагогічній літературі тлумачиться як турбота про позитивне емоційне самопочуття і психологічне здоров'я дитини чи колективу дітей із використанням засобів художньої діяльності [3, с. 7].

В останні десятиліття у науково-педагогічній літературі, періодичних виданнях представлено доволі широкий спектр теоретикометодичних рекомендацій щодо

проведення арт-терапевтичних занять із дітьми дошкільного віку. Зосередимось детальніше на сутності поняття «арт-терапія» та його видах.

Як зазначає І. Льченко, арт-терапія – це «комплекс теоретичних і практичних ідей, нових технологій, різноманіття зв'язків із соціальними, психологічними й педагогічними явищами» [3, с. 7].

Зі свого боку, О. Федій розуміє її як «терапію мистецтвом, турботу про душу дитини за допомогою мистецтва». Арт-терапія охоплює широку палітру творчих видів діяльності: від зображальної до театралізації [6, с. 48].

Основними завданнями арт-терапії фахівці вважають: діагностику, лікування, зцілення, психокорекцію, реабілітацію, психопрофілактику, а також розвиток особистості.

Для реалізації перелічених завдань спеціалістам із арт-терапії необхідно: – уможливити дітям соціально прийнятний вихід агресивності й негативних почуттів шляхом роботи над малюнками, картинами, скульптурами, що стає своєрідним безпечним способом спрямувати зайву енергію в корисне русло, так би мовити, випустити «пару» і розрядити напругу;

– полегшити процес лікування дітей шляхом використання певних художніх образів та уявлень, які дають змогу усунути наявні внутрішні конфлікти та переживання;

– реалізовувати матеріал (продукти художньої творчості дітей) для інтерпретації та діагностичних висновків, адже саме перший увиразнює душевний стан дитини;

– підвищити самооцінку дошкільника.

Дуже важливо у технології арт-терапії забезпечити передовсім спонтанний вияв емоцій, почуттів і переживань дитини упродовж її творчого процесу. Адже йдеться насамперед про оздоровлення дитини, а не про оцінювання її професіоналізму у галузі різьбярства, поезії, образотворчого, музичного чи драматичного мистецтва.

Діти, які бачили війну, — інші. Деякі з них бояться грому, хтось малює руїни, інші втрачають рівновагу або бояться розлучитися з мамою навіть ненадовго. Спробуємо проаналізувати, як саме впливає на дитячу психіку досвід війни.

«Вербальні функції мозку вимикаються, а сам мозок починає працювати з усіх сил, аби знайти відповідь на запитання: "Чому це сталося зі мною?"» Якщо з цими нав'язливими думками не працювати, з часом вони можуть призвести до фізичних розладів та/або тривожних звичок, які також викликають проблеми з фізичним здоров'ям дитини. Негативний досвід війни живе в тілі. Ми не можемо змінити того, що сталося — але терапевтична підтримка й тепле людське спілкування здатні змінити те, як дитина переживає досвід війни, та повернути їй відчуття захищеності». *Яке рішення?* Арттерапія: відреагування без ре травматизації. Людська психіка — а особливо дитяча — має колосальний потенціал до відновлення. Необхідно лише створити для цього відповідні умови. Підтримувальне оточення та екологічні методи роботи з травмою творять дива. Чому саме арттерапія?

В арттерапії діти вивільняють почуття, яких, можливо, вони соромилися, а то й взагалі не розуміли: ненависть, агресію, безпорадність, тугу. І це добре! Ми, педагоги, спокійно реагуємо на будь-які прояви дітей – і закликаємо робити так і батьків. Найбільше стан дитини залежить від авторитетних фігур: батьків, бабусь з дідусями та інших дорослих, які змалечку були в тісному контакті з дитиною. Я абсолютно впевнена: найбільшою мірою залежить від сім'ї, чи дитина буде все життя «ранитися» об жахи, які вона побачила чи відчула на цій війні (як покоління дітей Другої світової), чи проживе їх і буде щасливою (як це відбувається з дітьми, наприклад, Ізраїлю). Дитинство не можна ставити на паузу — воно відбувається тут і зараз, під час війни. Загалом діти не вміють бути нещасними – здорова дитяча

психіка завжди робитиме вибір на користь радості. Завдання дорослих — створити для цього відповідні умови".

То як допомогти дитині?

1. Поставте в доступі дитини матеріали для творчості. Кольорових олівців і паперу вже цілком достатньо. Та якщо є можливість, урізноманітніть вибір: додайте пластилін (він чудово працює зі збудженими, нервовими дітками), кольоровий папір та ножиці для вирізання, клаптики тканини, з яких можна робити мотанки. Глина — чудовий терапевтичний матеріал, вона природна, жива й заняття з нею лікують навіть психосоматичні захворювання. Також добре працювати з піском: можна будувати замки, фігурки — а потім руйнувати їх. Важливо, щоб бодай якісь матеріали завжди були під рукою, аби дитина могла творити спонтанно, щойно у неї виникне таке бажання.

2. Обговорюйте малюнок (зліплену фігурку або мотанку). Коли дитина проговорює малюнок (що на ньому зображено, чому, що відчуває і чого хоче той чи інший герой), вона вчиться розпізнавати й усвідомлювати власні почуття. Це дуже важлива навичка щасливої людини.

3. Не критикуйте й не давайте порад. Не варто питати: "А чому у тебе сонце зелене?" або казати: "В зайчика не буває чотирьох вух!". Не плутайте це зі зворотним зв'язком. Можна сказати: "Я дещо помітив/-ла у твоєму малюнку, якщо ти не проти, я розповім".

4. Не лякайтеся негативу. Темні кольори, програвання сцен насильства для дитини, яка зазнала травматичного досвіду війни, — норма. Тут важлива реакція дорослого. В жодному разі не лякайтеся, не хапайтеся за серце, не намагайтеся відволікти дитину (якщо вона, наприклад, програє сцени насильства). Інакше може відбутися фіксація на переживанні, а це посилює й без того велике навантаження на психіку дитини. Зберігайте спокій, від вас повинен йти посил: з тобою все ок, що б не відбувалося, я це витримаю.

5. Пропонуйте помалювати не ведучою рукою (правшам — лівою і навпаки). Цей спосіб дозволяє швидше "достукатися" до підсвідомості.

6. Пам'ятайте, що продукт творчості — це продовження «Я» дитини. Дитина має право вирішувати, що робити з малюнком далі (повісити на стіну, зберегти чи порвати) та кому його показувати. В жодному разі не постіть фото в соцмережах, якщо дитина не давала вам на це дозволу. Дітям, а особливо дошкільнятам, важлива батьківська похвала. Щиро захоплюйтеся творчістю сина або дочки!

Казкотерапія — ще один приклад, як можна працювати з малюнком (і будь-яким іншим продуктом творчості) дитини. Народні казки — це синергія історичного досвіду людства про те, як виживати в цьому світі. Авторська казка, яку створює дитина, працює так само. Як би не розгорталася історія на початку, важливо, аби фінал був позитивним.

Вплив казки на свідомі й несвідомі сторони психіки людини вивчали З. Фрейд, К. Г. Юнг, Е. Берн, Е. Фромм, Д. Ельконін, О. Гнезділов, Т. Зінкевич-Євстігнеєва. Е. Берн вважав, що казка — це рольова взаємодія, що складається в сценарій, тобто це те, що людина ще в дитинстві планує зробити в майбутньому.

Згідно з ідеями З. Фрейда і К. Г. Юнга, дитина «вбирає» філософські смисли, стилі взаємин і моделі поведінки, а потім розіграє їх із друзями. Багаторазово проживаючи події казки, дитина опосередковано набуває значимий для себе життєвий досвід. Завдяки казкам у дитини виробляється здатність співпереживати, співчувати, без якої людина — не людина.

Робота в казкотерапії — це робота з особистістю дитини, неповторністю; вона дозволяє віднайти особливий підхід до кожного; працюючи з внутрішнім світом, дозволяє краще зрозуміти дитину, що підвищує її самооцінку, формує самоприйняття.

А Т. Зінкевич-Євстігнеєва стверджувала, що «обмін історіями, як і обмін життєвим досвідом, природна форма взаємодії між людьми, тому казкотерапія – природна форма спілкування і передачі досвіду, органічна система виховання нових поколінь» [2]. Саме в казках можна знайти повний перелік проблем, з якими людина стикається протягом свого життя, та образні способи їх вирішення.

Казкотерапія – виховна система, метою якої є передача життєвого досвіду, спосіб взаємодії з внутрішнім «я», терапія особливою казковою обстановкою. Метод не має вікових обмежень застосування, дає можливість обрати тільки ту частину казкового матеріалу, яка потрібна.

Д. Соколов зазначив, що діти дуже люблять казки, тому що в них компенсується недоліки їхніх дій у житті, вони вчать переборювати бар'єри, знаходити вихід зі складних станів, вірити в силу добра, любові та справедливості [5].

Розглянемо основні елементи казки.

- Головний герой (запитайте: «Хто зображений на твоєму малюнку? З ким він живе? Чого прагне?»)

- Дія, або ініціація, шлях героя. Це ті дії, які повинен виконати персонаж малюнка, аби розв'язати свою проблему та досягти мети.

- Перешкоди. Це може бути річка, через яку треба переправитися або (в контексті нинішньої ситуації) бомби, танки.

- Помічники – персонажі, які допомагають герою здійснити задумане.

- Позитивний фінал і висновки.

Батькам важливо пам'ятати, що творець історії – сама дитина. Дорослі лише допомагають і ставлять запитання. «Що б ти хотів змінити в малюнку, аби він тобі сподобався?» або (якщо помічника на малюнку нема й дитина не може придумати його): «Давай разом пофантазуємо, хто або що це могло б бути?» Здорова психіка спрямована на зцілення, тому вона знайде відповіді. Обов'язково тримайте поруч склянку води. Якщо бачите, що дитина стресує або не може знайти вихід із ситуації, запропонуйте: «Зроби ковток води. Це особлива вода — вона жива, вона дасть підказку».

Коли дитина створює казку й проговорює її вголос, вона ідентифікує себе з головним героєм (навіть якщо це казкова тварина або явище природи), набуває сили та інших позитивних якостей цього героя. А відтак, діапазон її психологічного ресурсу розширюється — і вона стає сильнішою за свій травматичний досвід.

Підсумовуючи, можемо констатувати, що сьогодні технологія арт-терапії та широкий спектр її видів є вкрай затребуваними й необхідними у роботі вихователя ЗДО. Практичний досвід арт-терапевтичної роботи з дітьми особливо потрібен в умовах сьогодення. Тож сучасним вихователям ЗДО необхідно на високому професійному рівні оволодіти технологією арт-терапії в усіх зазначених різновидах, застосовуючи їх до дітей дошкільного віку, котрі потребують насамперед урівноваження, заспокоєння, умиротворення. Арт-терапія дає змогу, ненав'язливо спостерігаючи за дитиною упродовж її спонтанної творчості, краще пізнати її життєві цінності й особистісні інтереси, індивідуальні риси, відчуті настрої. Творча арт-терапевтична діяльність гармонійно поєднує виховний, розвивальний, діагностичний і корекційний впливи, створюючи підґрунтя для налагодження довірливих емоційних взаємин із дитиною, сприяючи її подальшій ефективній соціалізації.

#### **Список використаних джерел:**

1. Енциклопедія освіти / Акад. пед. наук України; голов. ред. В.Г. Кремень. Київ: Юрінком Інтер, 2008. 1040 с.
2. Зінкевич-Євстігнеєва Т.Д. Практикум по казкотерапії. СПб: ТОВ «Мова», 2000. 310 с.
3. Ільченко І.С. Арт-терапія: навчальний посібник. Умань: Видавничо-поліграфічний центр «Візаві», 2013. 150 с.

4. Казкотерапія в роботі з дошкільниками. Харків: «Основа», 2011.
5. Павленко А. О. «Гармонійний розвиток дитини через казку»/ А. О. Павленко. Харків: «Основа», 2011.
6. Федій О.А. Естетотерапія: навчальний посібник. Київ: ЦУЛ, 2012. 304 с.

**Ніколова Вікторія,**  
методист обласного навчально-методичного  
центру психологічної служби ХОІППО

### Слова, сказані душею й оспівані серцем...

Вітаю, друзі, нас усіх,  
Зібрались ми на добру справу,  
В умовах, дуже непростих  
Залежить, бо, від нас чимало.

Хтось на війні, нас, захища,  
Не бачачи родин і близьких,  
Хтось вже із неба спогляда...  
Ми їм - вклоняємося низько...

А в нас, отут, є інший фронт,  
Адже освіта - це знаряддя,  
Що відрізняє нас від орд,  
які на нас так брудно гадять...

Ми сила, адже ми праві,  
Ми захищаєм своє кровне...  
Не ми пішли вбивати їх,  
вони крадуть у нас свободу...

Вчимо, ми, людського дітей...,  
як стійко пережити втрату...,  
як вистояти в непростий,  
жахливий час вдові солдата...

Нам, часом, аж бракує слів,  
Аж дух захоплює від болю,  
Ми хочем знищити катів,  
Щоб наші діти мали волю.

Щоб знов лунав дитячий сміх,  
Щоб возз'єдналися родини,  
Щоб ми могли згадати всіх,  
В молитві щирій та єдиній...

Ми, друзі, зможемо усе,  
Бо ми незламні й вірим в Бога.  
Важкий, нам, хрест дано нести,  
Та все ж, за нами - Перемога!

17.10.2022 р.

### Пам'яті А.П.Назаренка

Не хоче серце приймати,  
Те, що більше нема, Вас, в живих,  
Ваша посмішка, Ваше завзяття  
На останніх світлинах отих...

Пригадаймо останню зустріч-  
Із збиранням тривожних валіз...  
Нам тоді було страшно, дуже...  
А сьогодні немає вже й сліз...

Ми тепер - загартовані болем,  
Кожен день проживаєм, як мить,  
Від нас йдуть наші справжні Герої,  
Від безпомочі серце щемить...

Ви завжди були прикладом гідним,  
Для палких юнацьких сердець,  
Добрий погляд очей блакитних,  
Всі тривоги зводив нанівець...

Сім'янин був чудовий й господар,  
Батько люблячий своїх дітей,  
На роботі- не просто колега,  
Друг, товариш із шквалом ідей...

Ось таких вірних, щирих, завзятих,  
Що за правду ідуть на пролом,  
Забирає Господь у свій вічний,  
У небесний, святий легіон...

Щоб для інших світити яскраво,  
Наставляти на правди шлях...  
Й залишатись у пам'яті нашої  
І, назавжди, у наших серцях...

17.10.2022 р.

\* \* \*

Збирає мама малюка, уранці, в школу,  
Страшне навчання в нас, під час війни...  
Давно забувши спокій, вічна втома,  
Й молитва на вустах - як все пройде?..

Тривога за тривогою лунають,  
Ранець тривожний знову на плечі,  
Десь вибухи, десь дрони вже літають...  
Долонь дитяча, стиснута в руці...

Здається, все, закінчилась тривога-  
Йдемо хуткіш у школу, йде ж урок...  
Й постійна думка - чи права я знову?!



І голова сивіє від думок...

Чи там безпечно, чи вдалось спуститись,  
У ті підвали, що ладнали всі?  
І, як же важко їм та треба вчитись,  
Щоб менше помилок було в житті...

Так, повністю змінилося дитинство,  
Нема тих ігор, зник щасливий сміх...  
Ще скільки буде в нас, оце, безчинство?  
Коли ж прийде розплата за цей гріх?

18.10.2022 р.

\* \* \*

А очі - втомлені й сумні...  
Вбачали біль людську й тривоги...  
Це не забути, навіть, в сні...  
Та вірим - йдемо до Перемоги!!!!

Ти, головне - тримайся й знай,  
Що дома всі тебе чекають,  
І в Бога захисту благай,  
Як бій спекотний наступає....

Хай береже, тебе, Господь,  
Всіх твоїх вірних побратимів,  
Щоб ви косили тих мерзот,  
Допоки буде люті й сили...

Ми молимося за вас , усіх,  
За те, що маєм тихий ранок,  
Що у ліжках провели ніч,  
А не в підвалах і кайданах...

Тримайся, друже, бережись,  
Щоб сил було й здоров'я чаша....  
Я вірю, прийде день колись..  
Ти скажеш- Перемога НАША!!!!!! 🕊️❤️

30.09.2022 р.

\* \* \*

Чому так на світі буває,  
Як маєм - тоді не цінуєм,  
А плачем - як тільки втрачаєм?..

Ми любимо бувати за кордоном,  
Там все нам здається милішим.  
Там море, чомусь, більш солоне,  
Й навчання престижніше в вишах...  
Там гори стрімкі та високі,  
Здається, сягають за хмари...

Як глянеш - все милує око,  
 Лиш швидко пустіють кармани...  
 Я теж побував за кордоном,  
 Європу об'їздив з батьками,  
 Моря різні бачив й висоти,  
 Й будинки, що вищі за хмари...  
 Та вабить мене й надихає,  
 Повірте, не Прага й Варшава,  
 А рідна моя Україна -  
 Де вперше промовив я "Мама"...  
 На полі ступив перші кроки,  
 Що рясно засіяне житом,  
 В садку, біля хати, вишневім,  
 Навчився природу любити...  
 Улітку бував я в Карпатах,  
 Говерлу підкорював сміло,  
 А взимку, по схилах і кручах,  
 На лижах катався невміло...  
 І море у нас є чудове,  
 Туреччина хай спочиває,  
 У Крим, в Партеніт приїжайте,  
 Гора-Ведмідь, вас, привітає...  
 А ще побував я у Львові,  
 Скажу - кава тут найсмачніша,  
 Львів'яни привітні та щирі,  
 Й на серці від того тепліше...  
 Мій батько навчався на Сході,  
 І Харків для мене- це сила!  
 У юракадемії вчаться:  
 Розумні, сміливі, активні...  
 А ще мене вабить Тернопіль,  
 І Київ в цвітінні каштанів,  
 І рідний для серця Хмельницький,  
 Й далекий Донецьк з шахтарями...

Не можна покинути Україну,  
 Її проміняти, продати,  
 Бо в єдності, ми, лише, сила,  
 Яку, нізащо, не здолати...  
 Отож, бережим Україну,  
 Словами, думками, ділами,  
 Час швидко летить і невпинно  
 Й усе в руках у нас з вами...

2014 р.