

**Міністерство освіти і науки України
Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка**

**Факультет педагогіки і психології
Кафедра педагогіки і методики початкової та дошкільної освіти**

Кваліфікаційна робота
ПАРТНЕРСЬКІ СТОСУНКИ ВЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ ТА
БАТЬКІВ В ОРГАНІЗАЦІЇ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОГО ДОЗВІЛЛЯ
ДІТЕЙ

Спеціальність 013 Початкова освіта
Освітня програма «Початкова освіта»

Здобувача вищої освіти освітнього
ступеня «магістр»
факультету педагогіки і психології
Головатюк Дарини Олександрівни

НАУКОВИЙ КЕРІВНИК:
кандидат педагогічних наук,
доцент кафедри педагогіки і методики початкової
та дошкільної освіти
Матіяш Валентина Василівна

РЕЦЕНЗЕНТ:
Директорка ПЗЗСО «Школа Майбутнього»
Кіндратюк Інна Анатоліївна

Тернопіль – 2024

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ I. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПРОБЛЕМИ ПАРТНЕРСЬКИХ СТОСУНКІВ ВЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ В ОРГАНІЗАЦІЇ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОГО ДОЗВІЛЛЯ	9
1.1. Сутність феномену «здоров'язберігаюче дозвілля»	9
1.2. Характеристика партнерських відносин в науково-педагогічній літературі	17
1.3. Форми співпраці вчителя та батьків в організації здоров'язберігаючого дозвілля.....	24
1.4. Педагогічні умови реалізації партнерської взаємодії вчителя та батьків у контексті здоров'язберігаючого дозвілля	34
Висновки до розділу I.....	42
РОЗДІЛ II. ДОСЛІДНО-ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА	44
2.1. Аналіз масового педагогічного досвіду з проблеми дослідження	44
2.2. Методика експериментального дослідження	51
2.3. Аналіз результативності експериментальної методики.....	67
Висновки до розділу II	73
ВИСНОВКИ	76
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	79
ДОДАТКИ.....	86

ВСТУП

Партнерські стосунки між учителями початкової школи та батьками є ключовим елементом успішної освітньої та виховної роботи з дітьми. Одним з цих завдань є збереження та підтримка здоров'я молодших школярів. Велика роль у цих стосунках приділяється батькам.

У наш час батьки більше цікавляться здоров'ям своїх дітей, тому прагнуть активної участі у їх процесі виховання та навчання. Учителі початкової школи можуть використати цей інтерес батьків, щоб залучити їх до співпраці зі школою, зокрема у збереженні здоров'я.

Всебічний розвиток здорової дитини є одним із пріоритетних напрямків освіти, що передбачає комплексну реалізацію оздоровчої функції: збереження та зміцнення здоров'я учнів, виховання в обох статей дбайливого ставлення до здоров'я, дотримання ними умов здорового способу життя, індивідуальний розвиток, оскільки здоров'я кожного індивіда визначає здоров'я нації в цілому.

Чинні законодавчі документи України (Закон України «Про освіту» [19], Указ Президента України «Про заходи щодо розвитку духовності, захисту молоді та формування здорового способу життя громадян» від 27.04.1999 №456 [59], Указ Президента України «Про невідкладні додаткові заходи щодо зміцнення моральності у суспільстві та утвердження здорового способу життя» від 15.03.2002 №258/2002 [60]) та програми (Національна програма «Діти України», [37] комплексна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації», [25] міжгалузева комплексна програма «Здоров'я нації» [36]) дають можливість організовувати та провести роботу щодо зміцнення та збереження здоров'я здобувачів початкової освіти, формувати в них навички здорового способу життя.

Під час пандемії COVID-19 здоров'я дітей стало ще більш актуальною темою. Заходи щодо запобігання та боротьби з вірусом, такі як карантин, дистанційне навчання та масковий режим, стали суттєвими факторами у навчальному процесі учнів початкової школи. У такий час взаємодія між учителями та батьками є особливо важливою.

Війна і конфлікти можуть мати ще більш серйозніший вплив на здоров'я молодших школярів. Робота вчителя з батьками для його збереження під час війни потребує додаткових зусиль. Вчителі початкової школи можуть допомогти батькам зберегти здоров'я своїх дітей, якщо вони зрозуміють, яким чином війна впливає на їхнє життя і які питання варто обговорювати з батьками.

Праці багатьох педагогів та психологів присвячені проблемі збереження здоров'я молодших школярів (Н. Бібік, І. Булах, О. Ващенко, Л. Волкова, О. Запорожець, Л. Комарова, О. Ляшенко, О. Савченко, С. Страшко, та інші). Проблему партнерських стосунків вчителя початкових класів з батьками досліджували зарубіжні педагоги: Лорі Дезотельс, Джойс Епстайн, Сандра Колберг, Карен Л. Мапп, Джералд Нолан, Луїза Стрінгер та вітчизняні: Т. Бондаренко, І. Леонтьєва, І. Михайлова, І. Міненко, Н. Савченко, О. Столярчук, Т. Ростовська, та інші.

За останні роки було проведено багато досліджень, які підтверджують позитивний вплив стосунків між учителями та батьками на здоров'я та успішність учнів початкової школи. Вчителі завдяки взаємодії з батьками хочуть краще зрозуміти потреби та особливості кожної дитини, а також забезпечити підтримку та сприяння для організації здоров'язберігаючого дозвілля.

Часто батьки мають складнощі із забезпеченням здорового відпочинку. Це може бути пов'язане з відсутністю часу, фінансовими обмеженнями, недостатнім розумінням того, як забезпечити якісний та безпечний відпочинок для своїх дітей. Тому батьки потребують допомоги та підтримки в організації здоров'язберігаючого дозвілля.

Актуальність дослідженої теми полягає у необхідності розробки ефективної системи роботи з батьками, з плануванням забезпечення якісного та безпечного відпочинку. Тому ми обрали тему дослідження **нашої**

кваліфікаційної роботи: «Партнерські стосунки вчителя початкової школи та батьків в організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей».

Об'єкт дослідження – організація здоров'язберігаючого дозвілля молодших школярів.

Предмет дослідження – партнерські стосунки вчителя початкової школи та батьків в організації здоров'язберігаючого дозвілля школярів.

Мета дослідження – розкрити зміст і форми партнерських стосунків вчителя початкової школи та батьків в організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей.

Відповідно до мети дослідження були сформовані такі завдання:

- вивчити стан проблеми дослідження у педагогічній теорії та шкільній практиці;
- виявити педагогічні умови ефективності організації здоров'язберігаючого дозвілля молодших школярів шляхом організації партнерських взаємостосунків вчителя та батьків;
- розробити та апробувати експериментальну методику організації партнерських стосунків вчителя початкової школи та батьків в організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей;
- зробити кількісний та якісний аналіз експериментальних даних.

Методи дослідження

Для досягнення мети та розв'язання поставлених у кваліфікаційній роботі завдань було використано комплекс взаємопов'язаних методів дослідження, що забезпечують наукову обґрунтованість, об'єктивність і достовірність отриманих результатів.

Теоретичні методи

Аналіз психолого-педагогічної, методичної та наукової літератури — для з'ясування сутності понять «партнерська взаємодія», «здоров'язберігаюче дозвілля», «педагогічні умови», а також визначення науково-методичних підходів до проблеми взаємодії вчителя й батьків.

Порівняння, узагальнення та систематизація наукових положень — для визначення теоретичних засад організації партнерських стосунків у контексті збереження здоров'я дітей.

Моделювання — для створення моделі організації здоров'язберігаючого дозвілля молодших школярів шляхом організації партнерських взаємостосунків учителя та батьків з урахуванням виявлених педагогічних умов.

Емпіричні методи

Спостереження за взаємодією вчителів і батьків під час організації дозвілльової діяльності учнів початкових класів — з метою виявлення особливостей партнерської співпраці на практиці.

Анкетування та опитування педагогів і батьків — для з'ясування рівня обізнаності, мотивації та готовності до спільної організації здоров'язберігаючого дозвілля.

Бесіди та інтерв'ю — для поглибленого вивчення ставлення учасників освітнього процесу до проблеми формування культури здоров'я в дітей.

Педагогічний експеримент (констатувальний, формувальний, контрольний етапи) — для перевірки ефективності запропонованих педагогічних умов реалізації партнерських стосунків між учителем початкової школи та батьками.

Методи обробки експериментальних даних

Кількісний і якісний аналіз результатів експериментальної роботи — для оцінки динаміки змін у рівнях сформованості партнерських взаємин і культури здоров'язберігаючого дозвілля.

Методи статистичної обробки даних (відсотковий аналіз, порівняльні таблиці) — для підтвердження достовірності отриманих результатів та виявлення тенденцій.

Експериментальна база дослідження

У експерименті брали участь учні 3 класів Зарудянського ліцею Збаразької міської ради Тернопільської області та Гніздичненського ліцею Збаразької міської ради Тернопільської області.

Теоретична значущість дослідження

Отримані результати доповнюють наукові уявлення про зміст і структуру партнерських стосунків між учителем і батьками в початковій школі, розширюють педагогічну теорію щодо організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей. У роботі уточнено поняття «педагогічна умова», «партнерська взаємодія», «здоров'язберігаюче дозвілля», визначено критерії та показники ефективності партнерської співпраці у сучасних соціально-психологічних умовах.

Практична значущість дослідження

Практична цінність роботи полягає у можливості використання розроблених педагогічних умов, методичних рекомендацій і матеріалів у діяльності вчителів початкової школи, батьківських громад, педагогів-організаторів, соціальних педагогів.

Матеріали дослідження можуть бути застосовані:

- у роботі вчителів початкових класів — для планування та організації здоров'язберігаючого дозвілля, налагодження партнерської взаємодії з батьками, впровадження спільних шкільно-родинних заходів;
- у системі післядипломної педагогічної освіти — для підвищення професійної компетентності вчителів щодо партнерської взаємодії з родинами;
- у практиці закладів освіти — для організації здоров'язберігаючого дозвілля в умовах воєнного стану;
- у підготовці методичних посібників, тренінгових програм, інтерактивних заходів для педагогів і батьків.

Апробація результатів дослідження

Основні положення, рекомендації дослідження викладені в науковій роботі до IV Всеукраїнського творчого конкурсу для студентської молоді «ЗДОРОВА ДИТИНА – ЗДОРОВА НАЦІЯ» (Глухів, 2023), в матеріалах Всеукраїнського наукового форуму (Полтава, 2025) та у статті наукового видання «Магістерський науковий вісник» №45 (Тернопіль, 2025).

Структура змісту кваліфікаційної роботи. Кваліфікаційна робота містить вступ, в якому обгрунтована актуальність даної проблеми. Зазначений об'єкт, предмет, мета, завдання дослідження, методи педагогічного дослідження, база дослідження, теоретична та практична значущість, структура роботи.

I розділ містить інформацію про теоретичні засади досліджуваної проблеми.

У II розділі подано матеріали масового педагогічного досвіду, експериментальної методики, авторські рекомендації. Кожен розділ завершується висновками.

У роботі також подано висновки, 14 додатків, 2 рисунки, 8 таблиць, список використаних джерел, який налічує 63 джерела.

РОЗДІЛ І. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПРОБЛЕМИ ПАРТНЕРСЬКИХ СТОСУНКІВ ВЧИТЕЛЯ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ В ОРГАНІЗАЦІЇ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧОГО ДОЗВІЛЛЯ

1.1. Сутність феномену «здоров'язберігаюче дозвілля»

У сучасному світі все більше людей усвідомлюють важливість збереження та підтримки здорового способу життя. Вільний час та відпочинок займають не менш важливе місце, ніж робота та інші справи. З цього приводу все частіше відчувається поняття «здоров'язберігаюче дозвілля». З метою дослідження цього феномену розглянемо його структурні елементи: «здоров'я», «здоров'язбереження», «дозвілля». Його сутність полягає в тому, що воно сприяє зміцненню фізичного та психологічного здоров'я людини, зменшує ризик виникнення різних захворювань та підвищує якість життя.

Здоров'я можна розглядати як комплексне явище, що включає не тільки фізичну, але й психічну та соціальну складові. Здоров'я є основним ресурсом людини, необхідним для її функціонування та досягнення особистісних та професійних цілей.

Сутність феномену «здоров'язберігаюче дозвілля» у педагогічній науці та практиці початкової школи набуває дедалі більшого значення, адже саме в молодшому шкільному віці закладаються основи фізичного, психічного та соціального здоров'я дитини. В умовах зростання інформаційного навантаження, інтенсифікації освітнього процесу та поширення гіподинамії серед дітей проблема організації змістовного, безпечного та розвивального дозвілля постає як одне з першочергових завдань школи і сім'ї. Термін «здоров'язберігаюче дозвілля» використовується у педагогічній, психологічній та валеологічній літературі для позначення системи заходів, форм і видів активності, спрямованих на зміцнення здоров'я дітей, формування культури здорового способу життя та розвиток особистості через організовану вільну діяльність. [14, с. 97-98]

Феномен дозвілля вивчався багатьма науковцями ще з другої половини ХХ ст. У працях А. Макаренка, В. Сухомлинського та інших класиків педагогіки наголошувалося, що вільний час є важливою сферою соціалізації дитини, а його правильна організація сприяє гармонійному розвитку особистості. У сучасних дослідженнях категорія «здоров'язберігаюче дозвілля» розглядається як інтегративне поняття, яке поєднує рекреаційну, виховну, освітню та культурну функції. З одного боку, воно забезпечує фізичне оздоровлення дитини, з іншого — сприяє розвитку її пізнавальних інтересів, формуванню цінностей і соціальних навичок. [54; 55]

Здоров'язберігаюче дозвілля має чітко виражений комплексний характер. Його сутність полягає не лише у фізичній активності чи відпочинку, але й у створенні умов для гармонійного поєднання інтелектуального, емоційного та соціального розвитку дитини. Наукові дослідження підтверджують, що діти, які регулярно залучені до активних форм дозвілля, мають вищі показники психоемоційної стабільності, соціальної інтегрованості та академічної успішності. Таким чином, здоров'язберігаюче дозвілля виконує не лише компенсаторну функцію після навчального навантаження, але й виступає фактором всебічного розвитку особистості.

Серед основних характеристик феномену можна виділити його оздоровчо-рекреаційну функцію (зміцнення фізичного стану, профілактика перевтоми, розвиток рухової активності), виховну (формування ціннісного ставлення до власного здоров'я, виховання дисципліни та відповідальності), освітню (засвоєння знань про здоровий спосіб життя, екологічну культуру, правила безпеки) та соціалізуючу (розвиток комунікативних навичок, здатності працювати в команді, формування культури співпраці) «див. рис. 1.1». Важливо, що всі ці функції реалізуються одночасно у процесі організованого дозвілля, коли дитина не лише відпочиває, але й здобуває новий соціальний досвід.

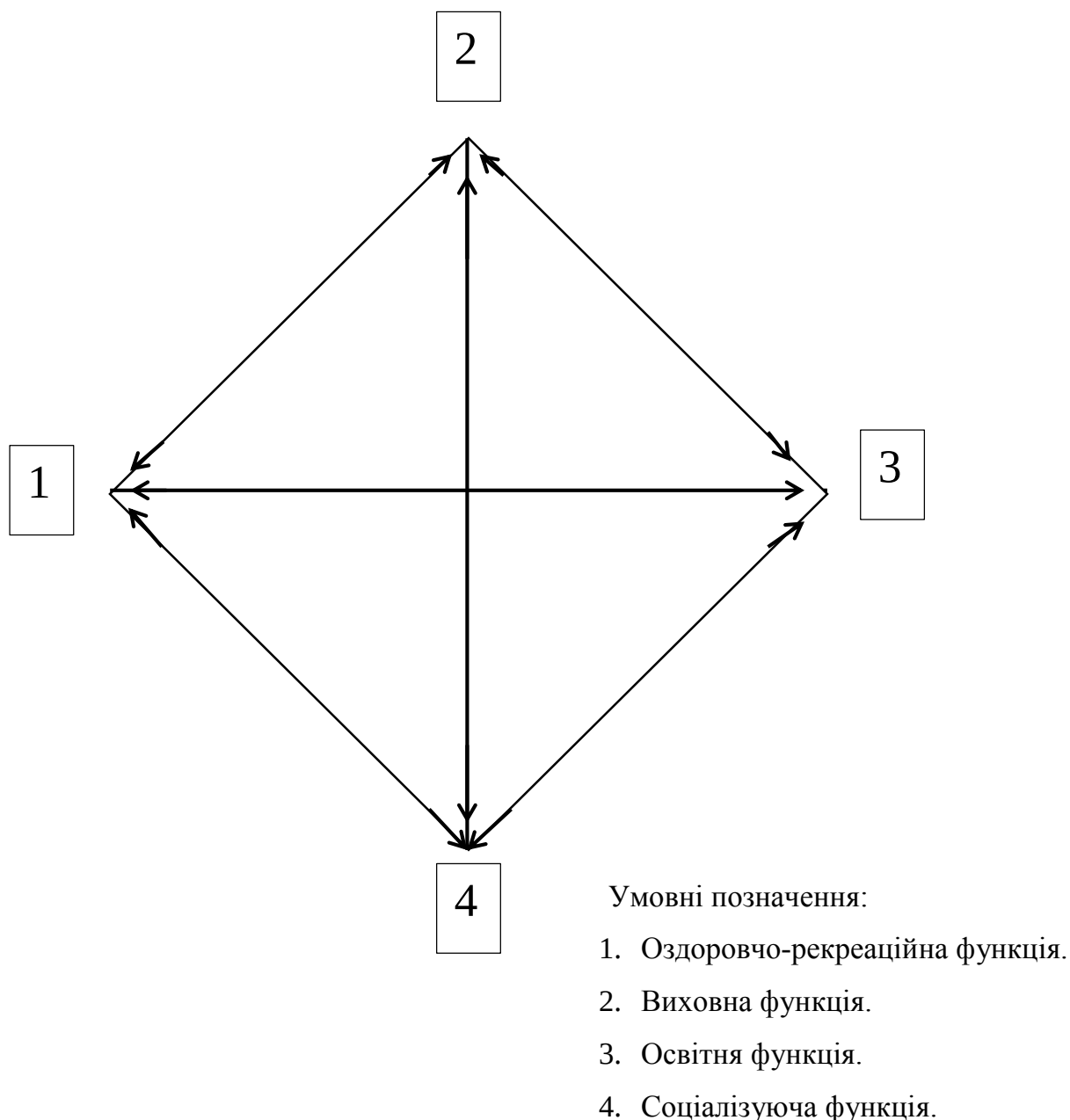


Рис. 1.1. Функції здоров'язберігаючого дозвілля

Сутність здоров'язберігаючого дозвілля полягає також у його партнерському вимірі, адже найбільш ефективним воно стає тоді, коли організовується спільними зусиллями школи та родини. Педагог виступає координатором, методичним керівником і організатором, тоді як батьки забезпечують підтримку та продовження оздоровчо-виховних практик у сімейному середовищі. У працях сучасних педагогів Г. Троцька, Є. Лапіна наголошується, що ефективне партнерство сприяє цілісності виховного впливу й формуванню єдиного освітньо-виховного простору «школа–сім'я». [58]

Здоров'язберігаюче дозвілля має низку структурних компонентів: змістовний (види діяльності: спорт, туризм, творчі заняття, ігри на свіжому повітрі, екологічні акції), організаційний (форми співпраці: родинні свята, дні здоров'я, гурткова діяльність, проектні ініціативи), ціннісний (усвідомлення значущості здоров'я як життєвої цінності) та психологічний (створення емоційно безпечного середовища, підтримка позитивного мікроклімату у класі та родині). Поєднання цих складових забезпечує повноцінну реалізацію дозвілля як здоров'язберігаючого феномену.

З позицій педагогіки початкової школи здоров'язберігаюче дозвілля виступає своєрідною формою навчання через діяльність. Воно дозволяє дитині закріплювати набуті знання у практичних ситуаціях: під час спортивних змагань — правила командної гри та чесності, у туристичних походах — навички самообслуговування й відповідальності, у творчих заходах — комунікацію та співпрацю. Таким чином, дозвілля стає не лише відпочинком, а й освітнім простором, у якому інтегруються різні види розвитку.

Особливу увагу в розкритті сутності феномену приділяють психологи, які підкреслюють значення дозвілля для формування емоційної сфери дитини. За даними сучасних психологічних досліджень К. Рогова, активні форми дозвілля сприяють зниженню рівня тривожності, розвитку впевненості в собі та підвищенню емоційної стійкості дітей. Це є особливо важливим у молодшому шкільному віці, коли дитина адаптується до нових умов навчання й потребує підтримки як з боку вчителя, так і з боку сім'ї.

Важливо наголосити, що здоров'язберігаюче дозвілля є не тільки педагогічною категорією, але й соціокультурним явищем. У різних країнах світу воно реалізується через специфічні національні традиції. Наприклад, у Фінляндії поширена практика «родинних клубів здоров'я», у Німеччині — «шкільних спортивних спілок», у США — «сімейних центрів активного відпочинку». В українських умовах здоров'язберігаюче дозвілля активно розвивається у формі шкільних «Днів здоров'я», спортивних свят, родинних

фестивалів. Це свідчить про універсальність феномену, який, попри національні відмінності, виконує спільну функцію — формування гармонійної особистості.

Отже, сутність феномену «здоров'язберігаюче дозвілля» полягає у його комплексності, інтегративності та соціально-партнерському характері. Це не лише форма відпочинку, але й важливий педагогічний інструмент, що забезпечує гармонійний розвиток дитини, зміцнення її фізичного та психічного здоров'я, формування цінностей здорового способу життя та соціальної відповідальності. У контексті початкової школи здоров'язберігаюче дозвілля постає як сфера, у якій зусилля вчителя й батьків об'єднуються задля створення цілісного виховного простору, що відповідає сучасним викликам і забезпечує умови для становлення особистості дитини в умовах суспільства, орієнтованого на здоров'я та розвиток.

Здоров'я можна розглядати з різних поглядів, в залежності від наукової дисципліни та підходу. З точки медицини це поняття розкрито в роботах М. Амосова, О. Богомольського, І. Горбачевський, М. Корж, О. Леонтьєва, І. Мечникова, В. Пасічник, І. Пулюя та інших. З психолого-педагогічних позицій аспект здоров'я молодших школярів розглядали Н. Бібік, Т. Бойченко, О. Ващенко, Л. Волкова, Н. Денисенко, Н. Коваль, О. Лук'янова, О. Мельник, В. Нестеренко, О. Савченко та інші. Проблему психічного здоров'я досліджували І. Бех, Л. Божович, Б. Грінченко, Е. Еріксон, О. Запорожець, О. Коваленко, В. Кузя, С. Максименко, Г. Нікіфоров, З. Фрейд та інші.

Здоров'я може бути визначене індивідуально та соціально. Індивідуальний підхід означає, що воно розглядається в контексті конкретної людини, її фізіологічних та психологічних особливостей. Соціальний підхід означає, що здоров'я розглядається в контексті соціального середовища, в якому живе людина, та включає в себе соціальні та економічні аспекти.

Здоров'я також можна розглядати як процес, а не як стан. Це означає, що здоров'я є динамічним явищем, що залежить від багатьох факторів, таких як спосіб життя, наявність шкідливих звичок, умови праці та відпочинку, соціальне середовище. [39]

Загальноприйнятим на міжнародному рівні є визначення здоров'я, яке викладене в Преамбулі Статуту Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ): «Здоров'я – це стан повного фізичного, душевного та соціального добробуту, а не лише відсутність хвороб та фізичних дефектів.» [53]

Світова наука і практика показують, що здоров'я дітей має займати важливе місце серед інших справ їхніх батьків. Дослідження відомого педагога та науковця Василя Сухомлинського є великим внеском у розвиток цієї проблеми. Він акцентував увагу на важливості здоров'я для розвитку дитини. Вважав, що здоров'я є основою фізичного, психічного та духовного розвитку людини. Педагог говорив, що школа повинна стати місцем, де учні початкової школи будуть навчатися не лише знань, але й здорового способу життя, виховуватися в дусі здорового глузду та гармонійного розвитку. [55, с. 58–63; 173–175]

У своїх творах В. Сухомлинський звертає увагу на те, що здоров'я – це не лише фізичний стан організму, але й психологічний стан людини. Підкреслював, що здоров'я не можна досягти шляхом застосування медикаментів, а тільки шляхом зміни способу життя, в тому числі правильного харчування, фізичної активності та позитивних емоцій. [54, с. 420–425; 440–443]

Таким чином, Василь Сухомлинський розглядав здоров'я як багатоаспектне явище, яке створює фізичний та психологічний стан людини. Він наголошував на тому, що здоров'я не є лише особистою проблемою, але й проблемою суспільства в цілому. [55, с. 210–215]

Питання здоров'я та значення його у вихованні дітей не втрачають актуальності і сьогодні. Серед сучасних науковців, які активно досліджували проблему здоров'я в контексті виховання, варто згадати Олександрю Савченко, яка також акцентує увагу на важливості здорового способу життя для молодших школярів. Вона наголошує на тому, що здоров'я є основою навчання та успіху в школі, і викладає принципи здорового способу життя як складової освіти. [49, с. 1-2]

О. Савченко вважає, що молодші школярі повинні розвиватися гармонійно у фізичному, психологічному та соціальному аспектах. Вона підкреслює важливість регулярної фізичної активності, правильного харчування та здорового способу життя загалом для забезпечення нормального розвитку та збереження здоров'я. [49, с. 1-2]

Крім того, О. Савченко звертає увагу на важливість психологічного здоров'я учнів початкової школи. Вона вважає, що школа повинна стати місцем, де діти вчаться розвивати емоційну стійкість, самоконтроль, комунікативні навички та інші психологічні компетенції, які є більшими для розвитку особистості та досягнення успіху в житті. [49, с. 1-2]

У своїх дослідженнях О. Савченко також звертає увагу на важливість ролі батьків у забезпеченні здорового способу життя молодших школярів. Вона наголошує на тому, що батьки повинні створювати здорове середовище для дітей вдома, підтримувати їх у заняттях спортом та інших корисних видах діяльності, а також вести здоровий спосіб життя як приклад для них. [49, с. 1-2]

Здоров'язбереження дітей – це комплекс заходів, спрямованих на збереження та зміцнення фізичного, психічного та соціального здоров'я учнів. Здоров'язбереження дітей полягає у запобіганні розвитку хвороб та травм, розвитку позитивних здорових звичок, підвищеній фізичній та психічній готовності до навчання, підтримці позитивних стосунків у колективному формуванні правильної поведінки в різних ситуаціях.

До основних заходів оздоровлення учнів початкової школи можуть належати: організація фізкультурно-оздоровчих занять та проведення спортивних заходів, медичних оглядів та профілактичних щеплень, підтримка здорового харчування та гігієни, розвиток соціальної компетентності та емоційного інтелекту, навчання безпечної поведінки у різних ситуаціях.

Важливою складовою здоров'язбереження є співпраця з батьками та громадою, щоб підвищити свідомість про здоровий спосіб життя та створити сприятливі умови для зміцнення здоров'я дітей. [21, с. 6-36]

Одним із факторів розвитку здорової особистості є організація дозвілля. Багато науковців з різних галузей досліджували цю проблему: *у галузі фізичної культури та спорту*: Володимир Бабич, Леся Білоус, Юрій Верхошанський, Ірина Костянтиненко, Олександр Приступа, Лариса Сухомлинська Леонід Туркот; *у галузі психології*: Ірина Васильєва, Олександра Добрякова, Наталя Перехрест, Тетяна Шаповал; *у галузі медицини*: Наталія Бех, Наталія Білокопитова, Ігор Гордійчук, Оксана Кравченко, Олена Максимова; *у галузі виховання*: Галина Гавриш, Марія Кондратюк, Надія Мілованова, Ірина Слушай, Ольга Шаповал.

І. Петрова зазначає, що дозвілля – це соціально творча діяльність у сфері вільного часу. Воно дозволяє дитині самостверджуватися. Завданнями дозвіллевої діяльності є: всебічний духовний і творчий розвиток, розвиток естетичних почуттів, фізичне самовдосконалення. Науковиця вважає, що особистість має усвідомлено перейти від пасивного відпочинку до соціальної активності. [44, 71-74]

Здоров'язберігаюче дозвілля школярів початкової школи може бути ефективним лише за обставин використання різноманітної за характером ігрової або трудової соціально корисної діяльності, що прицільно впливає на формування їхніх моральних якостей, інтелекту, фізичних сил. Активне дозвілля й відпочинок стимулюють рухову функцію організму, обмін речовин, нервову систему. Оптимізація дозвілля дозволяє зберегти працездатність особистості, її гармонійний розвиток, збереження її здоров'я. Під дозвіллям дітей розуміють вільний від занять час, що використовується для читання, занять мистецтвом та технікою, ігор, прогулянок, спорту – всіма видами корисної діяльності відповідно до інтересу школярів. [21, 6-36]

Отже, вчені розглядають здоров'язберігаюче дозвілля з різних точок зору, але переконані, що воно відіграє важливу роль у навчанні здобувачів початкової освіти. Також зі слів педагогів діти повинні гармонійно розвиватися у психологічному, фізичному, психічному, соціальному та інтелектуальному аспектах.

1.2 . Характеристика партнерських відносин в науково-педагогічній літературі

Взаємодія вчителя початкової школи з батьками є важливою складовою освітнього процесу. Батьки відіграють основну роль у вихованні та розвитку молодших школярів, а педагоги є ключовими посередниками в цьому процесі. Співпраця між ними може значно підвищити ефективність навчання та досягнення успіхів у дітей.

Партнерські відносини в науково-педагогічній літературі є основним елементом взаємодії між різними суб'єктами, які базуються на принципах взаємозв'язку та співпраці. Вони сприяють підвищенню якості освіти, ефективності досліджень та розвитку наукових інновацій. Партнерство дозволяє отримати різний досвід, знання та ресурси, що покращують якість освітнього процесу та вирішують важливі наукові завдання.

Характеристика партнерських відносин у науково-педагогічній літературі є важливим аспектом дослідження проблеми взаємодії вчителя початкової школи та батьків у контексті організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей. У сучасній педагогічній науці поняття «партнерство» трактується як процес взаємодії, що ґрунтується на рівності сторін, взаємоповазі, довірі, відповідальності та спільному прийнятті рішень. Партнерські відносини в освітньому середовищі розглядаються не лише як інструмент організаційної співпраці, а й як важливий чинник формування цілісного виховного простору, де школа і сім'я виступають рівноправними суб'єктами впливу на розвиток дитини.

Наукові підходи до визначення партнерських відносин мають багатовимірний характер. У працях Г. Костюка підкреслюється, що розвиток дитини відбувається у процесі соціальної взаємодії, а отже, роль дорослих, які виступають у ролі партнерів, є визначальною для формування особистості. [28, с. 248–255, 302–310, 396–400, 420–425] Водночас педагогічна думка другої половини ХХ століття, представлена працями В. Сухомлинського, акцентує

увагу на гуманістичній складовій партнерства, яка полягає у взаєморозумінні, емоційній підтримці та довірі між школою і сім'єю. [54; 55] Сучасні дослідники, зокрема І. Бех, О. Савченко, Н. Гавриш уточнюють, що партнерські відносини у сфері освіти повинні розглядатися як педагогічна технологія, яка забезпечує не лише співпрацю, а й інтеграцію виховних впливів на дитину.

Партнерські відносини в педагогіці характеризуються низкою ознак. По-перше, це рівність сторін у процесі взаємодії, що передбачає відсутність домінування однієї зі сторін над іншою. По-друге, вони мають ґрунтуватися на взаємній повазі, що забезпечує можливість врахування індивідуальних потреб як дитини, так і її сім'ї. По-третє, партнерство передбачає спільну відповідальність за результат освітнього процесу, у даному випадку — за формування здорового способу життя та організацію змістовного дозвілля. Нарешті, воно повинно бути орієнтоване на перспективу розвитку дитини, а не лише на вирішення поточних завдань.

У науково-педагогічній літературі простежується також диференціація понять «співпраця» та «партнерство». Якщо співпраця часто обмежується координацією дій і виконанням окремих завдань, то партнерство передбачає глибший рівень взаємодії — довіру, відкритість і створення єдиного освітнього простору. Згідно з дослідженням Ю. Азарова, партнерські відносини є умовою формування в дитини активної життєвої позиції, оскільки у процесі їх реалізації вона спостерігає приклад конструктивного вирішення завдань і здобуває досвід соціальної взаємодії. [1, с. 13-16]

Особливе місце у характеристиці партнерських відносин посідає проблема комунікації. У наукових працях Н. Лисенко зазначено, що ефективне партнерство можливе лише за умови налагодженої педагогічної комунікації, яка базується на діалозі, взаємному слуханні та конструктивному вирішенні конфліктів. Вчитель початкової школи, будучи провідною фігурою в організації навчально-виховного процесу, має проявляти високий рівень комунікативної компетентності, що забезпечує довіру та співпрацю з батьками. [33, с. 168–174]

У контексті здоров'язберігаючого дозвілля партнерські відносини набувають особливого значення. З одного боку, школа має необхідні методичні ресурси та професійні знання для організації заходів, спрямованих на зміцнення здоров'я дітей. З іншого боку, саме батьки є носіями виховних традицій родини, які значною мірою впливають на формування у дітей ставлення до здоров'я. У працях Г. Троцько підкреслюється, що лише синергія зусиль школи та сім'ї може забезпечити ефективність здоров'язберігаючого дозвілля, оскільки воно передбачає системність і послідовність дій як у навчальному закладі, так і в домашньому середовищі. [58, с. 136-142]

Важливим теоретичним аспектом характеристики партнерських відносин є визначення їх рівнів. Науковці виділяють кілька рівнів партнерства: інформаційний (обмін даними між вчителем і батьками), консультативний (спільне вирішення окремих завдань виховання), практико-діяльнісний (участь у спільних проектах, заходах, програмах) та стратегічний (розробка і реалізація довготривалих виховних програм). «див. рисунок 1.2» Кожен із рівнів має своє значення у процесі організації здоров'язберігаючого дозвілля, адже ефективність партнерства визначається його системністю та глибиною.

Зарубіжна наукова література також активно розробляє проблематику партнерських відносин у сфері освіти. Наприклад, у США концепція «Family-School Partnerships» визначає шість основних напрямів партнерства: комунікація, волонтерство, навчання вдома, прийняття рішень, співпраця з громадою та підтримка навчання. Аналогічні підходи спостерігаються у Великій Британії та Канаді, де акцент робиться на інтеграції батьків у шкільне середовище. Для української педагогічної практики цінним є поєднання зарубіжних і вітчизняних підходів, що дозволяє адаптувати кращі практики з урахуванням національних особливостей.

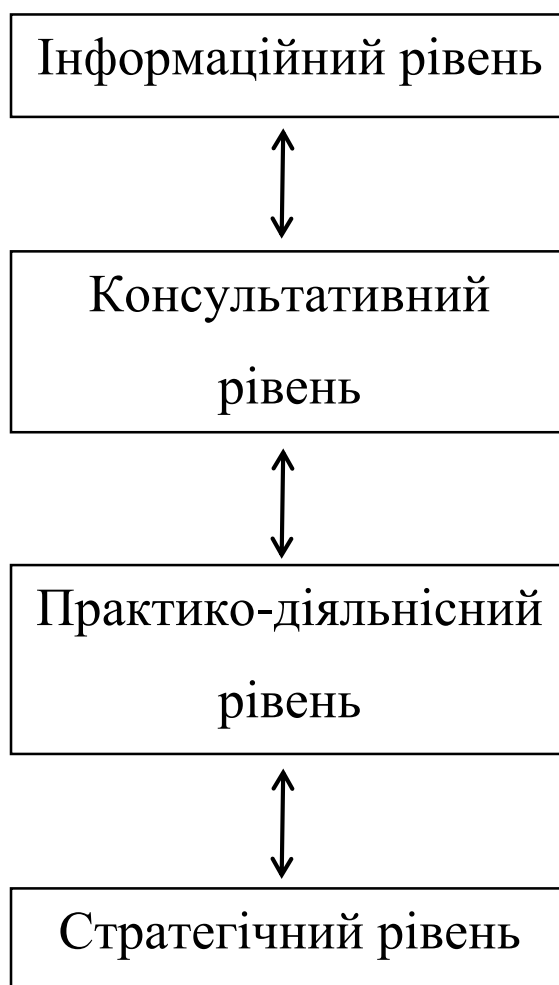


Рисунок 1.2. Рівні партнерської взаємодії

Таким чином, науково-педагогічна література дає змогу сформувати цілісне уявлення про партнерські відносини як складний, багатогранний феномен, що має соціально-педагогічну, психологічну та культурну природу. У контексті початкової школи партнерство вчителя та батьків виступає необхідною умовою створення здоров'язберігаючого освітнього простору, у якому відбувається формування основ фізичного, психічного й соціального здоров'я дітей. Його характеристика у наукових дослідженнях демонструє, що партнерські відносини мають розглядатися не лише як допоміжний елемент виховання, а як стратегічний напрям сучасної освіти, що забезпечує гармонійний розвиток особистості.

Як зазначала О. Савченко, батьки відіграють важливу роль у забезпеченні здоров'я учнів початкової школи. Тож перейдемо до поняття «партнерство». Термін «партнерство» переважно визначають як:

- система відносин, які складаються у процесі спільної діяльності;
- взаємини організовані на принципах рівності;
- спосіб відносин, при яких зберігаються права кожної зі сторін. [38, с. 6]

Педагогіка партнерства – це чітко визначена система відносин усіх учасників освітнього процесу. Вона ґрунтується на таких принципах:

- повага до особистості;
- довіра у стосунках;
- діалог, взаємодія, взаємоповага;
- позитивне ставлення і доброзичливість;
- розподілене лідерство. [38, с. 7]

Запровадження нового змісту освіти щодо співробітництва педагогів і батьків з метою особистісного розвитку учнів початкової школи орієнтує на поважне ставлення до всіх учасників освітнього процесу.

Дослідженням проблеми взаємодії школи і сім'ї займалися сучасні педагоги і психологи. Ними вивчались різні аспекти проблеми: виховний потенціал родинної педагогіки (С. Бабишина, М. Стельмахович); підготовка до виконання батьківських функцій (В. Бойко, Д. Луцик,); педагогічна культура сучасних батьків (А. Марушкевич); психологічні основи сімейного виховання (В. Кравець); форми організації роботи з батьками (І. Рибальченко); спілкування батьків і вчителів з дітьми (П. Щербань).

В педагогіці партнерства виокремлюють основні напрями роботи з батьками:

- ведення характеристик сімей учнів;
- діагностична робота;
- організація психолого-педагогічної освіти батьків;
- упровадження системи масових заходів із батьками. [38, с. 22]

Робота вчителів початкової школи з батьками у межах педагогіки партнерства включає такі елементи:

- постійна комунікація;

- неформальне спілкування;
- допомога та участь батьків в організації та проведенні заходів;
- участь батьків у навчальному житті учнів початкової школи. [38, с. 24]

Джой Епштейн виділила шість основних типів діяльності батьків, що поєднують партнерські відносини сім'ї і школи:

- **батьківство**: сім'ї мають забезпечити здоров'я та безпеку, створювати середовище, що заохочує до навчання; вчитель допомагає батькам зрозуміти своїх дітей та сприяти їхньому розвитку;
- **спілкування**: вчитель має спілкуватися з батьками, дотримуючись культури спілкування, повідомляти інформацію про прогрес та успішність молодших школярів;
- **волонтерство**: батьки можуть робити незначні внески для школи;
- **навчання вдома**: батьки можуть допомагати вдома дітям з навчанням;
- **ухвалення рішень**: вчитель може залучати батьків до ухвалення важливих рішень в школі;
- **співпраця з громадою**: вчитель може пропонувати батькам брати участь у справах громади. [38, с. 25-26]

Для вчителя початкової школи важливо, щоб батьки були готовими до взаємодії. Про це можуть свідчити такі показники:

- позитивне ставлення до педагогічного колективу та своєї участі в житті закладу освіти;
- бажання відвідувати обов'язкові заходи для батьків;
- зацікавленість у справах дітей, класу;
- бачення своєї ролі у взаємодії з вчителем. [38, с. 26]

Щоб вчителю було простіше працювати з батьками, потрібно розуміти на які типи вони поділяються. Л. Іщук вважає, що єдиною метою співпраці батьків та вчителя має бути виховання успішного, адаптованого до життя громадянина. Вона й виокремлює різні типи батьків. «табл. 1.1» [38, с. 26-27]

Таблиця 1.1

Типи батьків за Л. Іщук

Батьки-партнери	1-й тип: -добре навчалися; -благополучні родини; -високий соціальний статус їхніх батьків; -батьки цікавились їхнім навчанням; -мали свободу; -дають свободу своїм дітям; -підтримають вчителя, якщо він правий.	2-й тип: -погано навчалися; -заслужують авторитет важкою працею; -їхні родини поважають; -їх обов'язок – допомагати вчителю; -обов'язок дітей – дослухатися до вчителя.
Батьки-агресори	1-й тип: -добре навчалися; -не мали авторитету серед однолітків; -мало уваги від вчителів; -вважали себе недооціненими; -звинувачували батьків і вчителів; -діти 2-го типу батьків-партнерів.	2-й тип: -погано навчалися; -вважають себе «розумнішими за всіх»; -їхні діти ходять в школу не за знаннями, а «бо так треба»; -кожне звернення викликає агресію.

Продовження таблиці 1.1

Батьки-інфантильні	-зі всім погоджуються; -нічого не роблять; -якщо є проблема, чекають поки сама зникне; -якщо потрібно щось зробити, погоджуються, але не роблять; -це діти: які гарно вчилися, безініціативні. • не були задіяні в позакласній роботі;
Батьки-циклічні	-періодично згадують, що є діти; -з складних сімей; -перекладають свої провини на когось; -постійно на когось скаржаться.

Теоретичний аналіз вищезгаданих понять дав підстави стверджувати, що партнерські стосунки вчитель-батьки учнів виступають важливим чинником впливу на загальний стан здоров'я дітей, а отже, є дієвим засобом організації спільного здоров'язберігаючого дозвілля.

1.3 . Форми співпраці вчителя та батьків в організації здоров'язберігаючого дозвілля

Духовне життя дітей, розумовий розвиток, міцність знань, віра у свої сили залежить саме від стану здоров'я. У зв'язку з цим вчитель має виявляти творчість та підбирати форми роботи з батьками в забезпеченні ефективного здоров'язберігаючого дозвілля молодших школярів. «табл. 1.2» [38 с. 28-35]

Таблиця 1.2

Співпраця з батьками: форми, зміст та очікувані результати

Форма співпраці	Зміст діяльності	Очікуваний результат
Індивідуальні	Консультації, бесіди, щоденники здоров'я, індивідуальні спостереження	Урахування індивідуальних потреб дитини, підвищення педагогічної культури батьків, формування довіри
Групові	Вебінари, семінари, тренінги, «круглі столи», педагогічні майстерні	Створення єдиного підходу до організації дозвілля, формування спільноти однодумців, підвищення компетентності
Колективні	Батьківські збори, дні здоров'я, спортивні свята, сімейні естафети, туристичні походи, екологічні акції	Спільна діяльність сім'ї та школи, розвиток командної взаємодії, позитивна мотивація до здорового способу життя
Інноваційні	Онлайн-консультації, електронні щоденники, спільні блоги, соціальні мережі	Гнучка та сучасна комунікація, постійний обмін інформацією, дистанційна підтримка здоров'язбережувальної діяльності
Соціально-партнерські	Взаємодія з громадськими організаціями, спортивними секціями, культурними центрами	Розширення можливостей дозвілля, системність у вихованні здорового способу життя, інтеграція у громаду

Сучасні дослідження, зокрема роботи Н. Лисенко, І. Беха та О. Савченко деталізують класифікацію цих форм, виокремлюючи індивідуальні, групові та

колективні форми взаємодії, що різняться за ступенем залучення учасників освітнього процесу.

До індивідуальних форм співпраці належать індивідуальні консультації, бесіди з батьками, ведення «щоденників здоров'я» або спеціальних карт спостережень за фізичним розвитком дитини. Такі форми дозволяють вчителю та батькам координувати свої дії у сфері виховання здорових звичок, враховуючи індивідуальні особливості школярів. Важливо, що індивідуальна співпраця формує атмосферу довіри, сприяє глибшому розумінню потреб дитини, а також підвищує ефективність заходів щодо збереження її фізичного і психічного благополуччя.

Групові форми співпраці охоплюють семінари-практикуми, онлайн-конференції, вебінари, тренінги для батьків, які можуть бути присвячені питанням здорового харчування, фізичної активності, профілактики перевантаження та стресу у молодших школярів. В останні роки в українських школах дедалі частіше практикують інтерактивні форми спілкування, наприклад, «круглі столи» або педагогічні майстерні, де вчителі та батьки спільно розробляють стратегії організації дозвілля, що включає елементи ігор на свіжому повітрі, туристичні походи, спортивні заходи. Відомо, що групові форми є ефективними не лише для передачі інформації, а й для створення спільноти однодумців, де відбувається взаємне навчання та підтримка.

Колективні форми співпраці відображають найбільш активний рівень взаємодії та передбачають спільну участь вчителів, батьків і дітей у дозвіллевих заходах. Сюди належать батьківські збори, шкільні спортивні свята, сімейні естафети, дні здоров'я, туристично-краєзнавчі походи, екологічні акції, змагання між родинами. Практика показує, що такі заходи не лише сприяють фізичному розвитку дітей, а й формують позитивну мотивацію до активного дозвілля, укріплюють емоційний зв'язок між школою та сім'єю, а також сприяють вихованню у дітей соціальних компетентностей, зокрема вмінню працювати у команді.

Особливого значення набувають інноваційні форми співпраці, що виникли у зв'язку з розвитком інформаційно-комунікаційних технологій. Йдеться про створення електронних платформ для обміну інформацією між школою та батьками, проведення онлайн-консультацій, залучення батьків до віртуальних проєктів із питань здоров'язбереження. Наприклад, у деяких школах України практикується ведення спільних онлайн-блогів або груп у соціальних мережах, де вчителі та батьки діляться порадами щодо здорового харчування, організації відпочинку дітей чи рекомендаціями з безпеки під час канікул. Такі форми особливо актуальні в умовах війни, коли виникла потреба в дистанційній координації дій школи і сім'ї.

Вагомий внесок у цю проблематику зробила Н. В. Гузій, яка обґрунтувала теоретико-методичні засади педагогіки партнерства та професійної готовності педагогів до роботи з батьками. Дослідниця наголошує, що ефективна взаємодія вимагає відмови від авторитарних методів на користь активних, практико-орієнтованих форм спільної роботи. Вона підкреслює доцільність використання таких інструментів, як тренінги, кейс-методи, рольові та ділові ігри, дискусійні клуби, оскільки вони сприяють не лише підвищенню педагогічної компетентності батьків, але й забезпечують суб'єкт-суб'єктні відносини між усіма учасниками освітнього процесу. Такий підхід перетворює батьків із пасивних спостерігачів на активних учасників виховного процесу, здатних до рефлексії та конструктивного обміну досвідом. [17, с. 27-33]

Схожої позиції дотримуються й інші українські науковці, зокрема О. А. Дубасенюк та І. Д. Бех. Їхні дослідження акцентують увагу на необхідності формування високої педагогічної культури батьків через використання інноваційних технологій і створення гуманістичного виховного простору на засадах діалогу. Таким чином, інтерактивні форми роботи визнаються ключовим інструментом для забезпечення цілісності освітнього процесу та формування сприятливого середовища для розвитку особистості дитини. [2; 18]

Важливою є також інтеграція школи з громадськими організаціями, спортивними секціями, медичними установами та культурними центрами, що

створює додаткові можливості для змістовного дозвілля школярів. Така форма партнерства розширює межі традиційної співпраці «школа — сім'я» та забезпечує системність у формуванні здорового способу життя.

Форми співпраці не можуть бути універсальними, оскільки вони залежать від соціально-економічних умов, культурних традицій, рівня педагогічної культури батьків, а також професійної підготовки вчителя. Тому педагогічна наука підкреслює необхідність гнучкого підходу до їх вибору та реалізації. З урахуванням зазначених чинників доцільним є узагальнення найпоширеніших і найефективніших форм співпраці вчителя та батьків, які можуть адаптуватися відповідно до конкретних умов освітнього середовища, «див. табл. 1.3».

Таблиця 1.3

Форми роботи з батьками

Традиційні	Нетрадиційні
<i>Індивідуальні</i>	
відвідування сім'ї вдома	переписка з батьками у соціальних сітках (Telegram, Viber, WhatsApp)
індивідуальні педагогічні консультації	телефон довіри
індивідуальні зустрічі (бесіди)	
бесіди	
<i>Колективні</i>	
	батьківські тренінги
педагогічний лекторій	педагогічні практикуми
батьківські конференції	круглий стіл
педагогічний всеобуч	батьківські читання
день відкритих дверей	ділова гра
загальношкільні і класні збори	рольова гра
	дискусія

Продовження табл. 1.3

	батьківські ринги
	університет педагогічних знань
	сімейні клуби
Групові	
батьківський комітет	гуртки

Відвідування сім'ї вдома є однією з важливих індивідуальних форм. Вона сприяє налагодженню контактів з батьками для організації здорового відпочинку дітей, з'ясування їх загальної культури, умов життя, залучення батьків до роботи школи з питань здоров'я учнів початкової школи.

До індивідуальних форм належать *педагогічні консультації*, які полягають у відповіді на запитання батьків. Вони передбачають обмін інформацією між батьками та вчителем, що дає реальне уявлення про організацію корисного відпочинку здобувачів початкової освіти.

Індивідуальні зустрічі призначені для обговорення питань, які стосуються життя та здоров'я школярів початкової школи. Це допомагає визначити проблеми організації дозвілля та надати певні рекомендації.

Під час *бесіди* необхідно визначити, чим можна допомогти батькам з даної проблеми, потрібно спонукати їх до висловлювань своїх думок, щодо здоров'язбереження своїх дітей.

Листування передбачає періодичне надсилання батькам листів. Можна повідомити про певні труднощі з даного питання, попросити про зустріч. Найчастіше листування використовують, коли класний керівник не може зустрітися з батьками у них удома або запросити їх до школи.

Батьківська пошта і телефон або *схринька довіри*. Враховуючи зайнятість батьків, будь-який член родини має можливість у короткій записці висловити свою думку про організацію дозвілля їхньої дитини, звернутися по допомогу до

вчителя. Телефон довіри допомагає батькам анонімно з'ясувати які-небудь значимі для них проблеми, попередити педагогів про помічені незвичайні прояви в учнів початкової школи.

На сьогоднішньому етапі дуже важливою є *педагогічна освіта батьків*. Рівень педагогічної освіченості залежить від їхнього виховання, життєвого досвіду, набутих знань. Школа може допомогти батькам вирішити цю проблему і підготувати їх до організації відпочинку дітей.

Педагогічний лекторій акцентує увагу батьків на актуальних проблемах здорового відпочинку учнів. Лекції батькам можуть читати різні спеціалісти на різні теми: організація здоров'язберігаючого дозвілля та інші.

Активно висловлювати свою позицію щодо проблемного питання батьки можуть під час *дискусії*. Учасники спільними зусиллями знаходять компромісні варіанти розв'язання питань.

Педагогічний всеобуч спрямований на ознайомлення батьків із проблемами щодо організації здорового дозвілля.

Під час *батьківських конференцій* учасники обговорюють актуальні проблеми здоров'я учнів початкової школи та шукають шляхи їх розв'язання.

Класні батьківські збори проводяться на певну тематику, проведенню допомагає складений опитувальник. («Як зберегти здоров'я дитини?», «Як організувати корисне дозвілля своїх дітей?», «Вплив екранів на здоров'я дітей: дитина і комп'ютер», «Технології та здорове дозвілля: як забезпечити баланс між онлайн-і офлайн-активністю для дітей», «Альтернативні способи організації дозвілля для дітей: відкривайте нові можливості», «Їжа та настрій: зв'язок між здоровим харчуванням та емоційним благополуччям дітей»).

Активною формою взаємодії педагога з батьками є *батьківські тренінги*. Під час відвідування занять батьки дізнаються нові корисні знання та формують досвід розв'язання певних проблем.

Під час проведення *педагогічних практикумів* учасники моделюють конфліктні ситуації, які можуть відбуватися в реальному житті, та навчаються їх розв'язувати.

Круглий стіл – обговорення, яке проводиться для того, щоб обмінятися думками для організації корисного відпочинку здобувачів початкової освіти.

Для того, щоб залучити батьків до читання педагогічної літератури застосовуються *батьківські читання*. Вони опрацьовують певну літературу, а потім збираються разом з педагогом або іншими фахівцями і обговорюють її та роблять висновки.

Щоб відчувати себе в певних ролях для вирішення проблемних ситуацій батькам пропонується зіграти в *рольові ігри* або *ділові ігри*.

Однією з дискусійних форм спілкування між батьками є *батьківські ринги*. Він готується у вигляді відповідей на запитання, які готують самі батьки. Відповідь дають тільки дві родини, інші не вступають в полеміку, а просто підтримують одну з родин оплесками. Експерти з даної теми визначають, яка сім'я була ближче до правильної відповіді.

Однією з форм роботи є *університет педагогічних знань*. Навчання передбачає лекційний курс, а також семінарські заняття для батьків про те, як організувати здоров'язберігаюче дозвілля.

Взаємодія з батьками є важливою, але не меншою мірою є залучення дітей до процесу комунікації та прийняття рішень. Тому ми пропонуємо форми роботи, де співпрацюють вчитель, батьки і учні. *Сімейні клуби*. Клуб будує стосунки з сім'єю на принципах добровільності. У клубі людей об'єднують спільні пошуки оптимальних форм допомоги дитині. Тематика зустрічей формулюється і пропонується батьками. Вони можуть зливатися в один великий клуб або поділятися на дрібніші.

Ми вважаємо, що важливе місце також посідають і інші нетрадиційні форми роботи. *Віртуальні заняття з фітнесу*. Вчитель може організувати онлайн-заняття з фітнесу, на яких батьки можуть брати участь з дітьми вдома. Вчитель може поділитися відео з іншими вправами, піснями та іграми, які додатково розвивають фізичну активність.

Кулінарні майстер-класи. Педагог може організувати кулінарний майстер-клас для сім'ї, під час якого вони можуть приготувати здорові страви разом та

дізнаватися про корисні продукти. Це може сприяти формуванню здорових звичок в учнів та підвищенню інтересу до правильного харчування.

Екскурсії на свіжому повітрі. Можна організувати екскурсії на свіжому повітрі для батьків та дітей. Наприклад, це може бути прогулянка до парку або лісу, де вони можуть займатися фізичними вправами, гратися в ігри та спостерігати за різноманітними рослинами та тваринами.

Здоровий блог. Вчитель може запропонувати сім'ї створити спільний блог про здоровий спосіб життя. Учасники можуть поділитися корисними порадами щодо правильного харчування, фізичної активності, психологічного благополуччя, а також поділитися своїми враженнями та досвідом про здоровий спосіб життя. Це може стимулювати їх до здорового способу життя та створювати спільноту зі спільними інтересами.

Родинні спортивні змагання. Педагог може організувати сімейні спортивні змагання, на яких батьки та діти можуть змагатися в різних видах спорту: футбол, баскетбол, волейбол тощо. Це може сприяти підвищенню фізичної активності, настрою та стимулюванню родинної єдності.

Театральна студія здорового способу життя. Можна створити театральну студію, де родина може грати в різних виставах про здоровий спосіб життя. Вони можуть використовувати різні формати: скетчі, мінівистави, відеоролики, дитячі пісні, танці та інші форми виступу. Це може стимулювати до здорового способу життя, формувати позитивне ставлення до здоров'я та підвищувати культуру здорового способу життя.

Ароматерапія може бути використана як інструмент для покращення психологічного стану батьків та дітей. Різні аромати можуть допомогти зняти стрес, підсилити настрій і сприяти розслабленню. Для цього можна запропонувати батькам купити свічки з ароматом лаванди або ефірні олії.

Кольоротерапія може бути використана для стимуляції нервового стану. Різні кольори можуть допомогти відчувати себе більш енергійними, розслабленими або зосередитися на конкретних емоціях. Можна запропонувати

батькам створити колірну палітру, яка відобразить їх улюблені кольори, і використовувати їх для створення різних образів і композицій.

Музикотерапія може бути використана для стимулювання позитивних емоцій. Різні жанри музики можуть мати вплив на психіку людини, тому можна запропонувати батькам відкрити для себе нові музичні жанри та використовувати музику як інструмент для розслаблення та настрою.

Процедура *працетерапії (спорттерапії)* може бути корисною для організації здоров'язберігаючого дозвілля учнів початкової школи. Спортивні вправи можуть допомогти покращити фізичний стан, збільшити витривалість та силу, розвивати координацію та зосередженість. Одним із головних переваг спортивної процедури є те, що вона стимулює вироблення ендорфінів - природних анальгетиків, які зменшують біль і стрес. Вона також може підвищити рівень самооцінки, почуття впевненості та самодисципліни. Для дітей можна запропонувати види різних спортивних занять, таких як футбол, баскетбол, волейбол, настільний теніс, бадмінтон та інші

Ландшафтотерапія може бути корисною для організації здоров'язберігаючого дозвілля школярів початкової школи. Особливо, якщо вони живуть у міському середовищі, то доступ до природи може бути обмеженим. Основна її ідея полягає в тому, що взаємодія з природою може покращити фізичне та психічне здоров'я людини. Для учнів початкової школи це можна відзначити покращення концентрації, настрою та зниження рівня стресу.

Творчі заняття батьків і дітей можуть бути використані як інструмент для стимулювання та виховання емоцій. Різні форми творчості, такі як малювання, ліплення або вишивання, можуть допомогти відчувати себе більш розслабленими та зосередженими на моменті. Можна запропонувати батькам провести спільну творчу сесію з дітьми або зайнятися творчістю в одиночній обстановці.

Аутотренінг - це психологічна техніка, яка допоможе заспокоїтися, сконцентруватися і знизити рівень стресу. Ця техніка може бути корисною для

дітей, які можуть бути занадто нервовими. Ось деякі ідеї для організації здоров'язберігаючого дозвілля з використанням автотренінгу: дихальні вправи; прогресивна м'язова релаксація; йога.

А також *медитація*, яка може бути використана як інструмент для зняття стресу та тривоги. Різні техніки медитації можуть допомогти відчувати себе більш розслабленими та зосередженими. Можна запропонувати батькам знайти спокійне місце для проведення медитації та навчитися різним її технікам.

Одним із елементів групової форми роботи є *батьківський комітет*. Батьківський комітет - це група батьків, які добровільно об'єднуються, щоб спільно працювати зі школою та вчителем, підтримувати дітей та забезпечувати їх здорове дозвілля. Педагоги можуть залучити батьківський комітет до спільних заходів, таких як організація класних свят, підготовка навчальних матеріалів та інше.

Гуртки для батьків - це спеціальні форми, які допомагають батькам підвищити свою кваліфікацію та знання в різних сферах, що стосуються виховання та розвитку учнів початкової школи. Вони можуть бути організовані на базі школи або в позашкільних закладах, які спеціалізуються на підвищеному рівні кваліфікації батьків. Гуртки можуть включати такі напрямки, як психологія, педагогіка, розвиток дитини, здоров'я та безпека дітей, організація дозвілля та інші.

Отже, взаємодія батьків і педагога дуже важливі для організації здоров'язберігаючого дозвілля. Важливо використовувати різноманітні форми роботи з батьками. Це дозволить створити сприятливу атмосферу для співпраці між педагогами та батьками, забезпечити інформаційну підтримку батьків та сприяти створенню оптимальних умов для здорового розвитку дітей.

1.4. Педагогічні умови реалізації партнерської взаємодії вчителя та батьків у контексті здоров'язберігаючого дозвілля

Поняття «умова» у педагогічній науці розглядається як сукупність об'єктивних і суб'єктивних чинників, що забезпечують ефективність освітнього процесу, сприяють досягненню поставлених цілей навчання та виховання. [14, с. 411–412]

Педагогічні умови – це сукупність об'єктивних можливостей, змісту, методів, форм, прийомів та матеріальних можливостей, що створюють оптимальні умови для досягнення цілей навчання і виховання, а також для успішної реалізації поставлених завдань, що сприяють розвитку особистості у навчально-виховному процесі. [14, с. 411–412] Таким чином, педагогічні умови виступають не лише передумовою, а й активним чинником досягнення поставленої мети освітньої діяльності.

Питаннями педагогічних умов займалися багато вчених, серед яких І. П. Підласий (сприяння реалізації змісту навчання), А. Я. Найн (об'єктивні можливості змісту, форм, методів та середовища) та інші.

Педагогічні умови реалізації партнерської взаємодії вчителя початкової школи та батьків у контексті здоров'язберігаючого дозвілля дітей є важливим напрямом сучасної педагогіки, оскільки саме в молодшому шкільному віці формується ставлення дитини до власного здоров'я, способу життя та організації вільного часу. В умовах впровадження Концепції «Нова українська школа» особливого значення набуває ефективна співпраця між школою та родиною, що передбачає створення умов для гармонійного фізичного, психічного і соціального розвитку дитини у позаурочний час. [26]

Здоров'язберігаюче дозвілля — це система педагогічно доцільних форм діяльності, спрямованих на формування культури здоров'я через активну, творчу, рекреаційну й соціальну участь дітей. У цьому контексті ефективність партнерства між учителем і батьками залежить від реалізації певних педагогічних умов.

Важливою педагогічною умовою реалізації партнерської взаємодії вчителя початкових класів і батьків є організація цілеспрямованої та систематичної

педагогічної просвіти родин щодо питань збереження здоров'я дітей, формування в них культури здорового способу життя, розвитку навичок безпечного та змістовного дозвілля.

Йдеться про системну роботу з родинами — проведення тренінгів, консультацій, педагогічних лекторіїв, тематичних зустрічей, які формують у батьків знання про здоровий спосіб життя, особливості дитячого розвитку та значення активного дозвілля. [58] Така робота сприяє формуванню у батьків відповідальної позиції у вихованні здорової дитини, створює умови для узгодженості педагогічних впливів школи й родини.

Педагогічна просвіта батьків має інформаційно-практичний характер: її зміст не обмежується теоретичними відомостями про здоров'язбереження, а охоплює практичні рекомендації, вправи, поради, моделі сімейного дозвілля. Вона спрямована не лише на засвоєння знань, а й на формування в батьків відповідних ціннісних орієнтацій, усвідомлення власної ролі у вихованні здорової дитини. Як зазначала О. Савченко, педагогічна культура батьків є запорукою духовного та фізичного розвитку дитини, адже сім'я створює первинне середовище для становлення звичок і поведінкових моделей. [49, с. 1-2]

Зміст педагогічної просвіти має відповідати принципам гуманізації, партнерства та практичної спрямованості. У процесі просвітницької діяльності важливо уникати настановчого тону — замість цього слід вибудовувати діалог із родиною, у якому вчитель виступає не контролером, а радником, фасилітатором і партнером. Саме така взаємодія формує у батьків відчуття довіри до класу та готовність брати активну участь у спільних заходах здоров'язберігаючого дозвілля.

Серед ефективних форм педагогічної просвіти можна назвати:

- батьківські клуби чи «Школи сімейного виховання», де обговорюються питання гармонійного розвитку дитини, психічного здоров'я, дозвілля, раціонального режиму дня;

- інтерактивні тренінги та майстер-класи з організації родинного дозвілля, ігор на свіжому повітрі, створення емоційного комфорту;
- консультації, спрямовані на індивідуальну підтримку родин із певними виховними труднощами;
- інформаційні бюлетені, онлайн-групи, тематичні зустрічі, що забезпечують постійний контакт класу з батьками.

Результативність педагогічної просвіти підвищується, якщо вона інтегрована у систему виховної роботи класу та поєднана з практичними заходами — спільними родинними святами, туристичними походами, днями здоров'я, проєктами «Тиждень сімейного дозвілля» тощо. У таких формах діяльності батьки не лише отримують знання, а й переживають позитивний досвід взаємодії з дитиною, що стимулює подальше саморозвиття й педагогічну активність родини.

Таким чином, організація педагогічної просвіти батьків є невід'ємною умовою партнерської взаємодії у сфері здоров'язбереження. Вона забезпечує єдність виховних впливів школи та сім'ї, сприяє підвищенню педагогічної культури батьків, формуванню у них свідомого ставлення до власної ролі у підтримці здоров'я дитини й розвитку потреби у спільному, змістовному дозвіллі.

Однією з ефективних педагогічних умов партнерської взаємодії вчителя та батьків у контексті здоров'язберігаючого дозвілля є використання народознавчих форм спільної діяльності, які забезпечують активну участь усіх учасників освітнього процесу та створюють атмосферу емоційного комфорту, радості й взаєморозуміння.

Залучення елементів народної культури — традиційних ігор, свят, обрядів, народних пісень, символіки, ремесел — сприяє духовно-моральному вихованню дитини, формує у неї відчуття національної ідентичності, повагу до історії та звичаїв свого народу. Одночасно така діяльність має яскраво виражений здоров'язберігаючий потенціал: у русі, пісні, грі, танці дитина

розвиває фізичну активність, позитивні емоції, комунікативні вміння та навички співпраці. Як зазначає В. Сухомлинський, духовна культура дитини народжується з «радості праці, гри, спілкування, краси навколишнього світу» — а отже, саме в таких формах найповніше реалізується природна потреба дитини у здоровому, гармонійному житті.

Використання народознавчих форм дозвілля у партнерстві з батьками може реалізовуватися через:

- родинні свята та обряди («Козацькі забави», «Свято калини», «День української хустки», «Родинне коло»);
- народні ігри та змагання, що розвивають рухову активність («Гуси-лебеді», «Подояночка», «Піжмурки»);
- творчі майстер-класи (виготовлення оберегів, писанок, народних ляльок, вінків);
- етнографічні екскурсії та квести, які поєднують навчання, пізнання і рухову діяльність.

Такі заходи мають значний виховний ефект, адже створюють можливість єдності поколінь — дитина відчуває себе частиною родини, школи, громади, народу. Залучення батьків до організації та проведення народних свят активізує їхню педагогічну позицію, формує спільну відповідальність за створення здорового мікроклімату в дитячому колективі.

Ще однією важливою педагогічною умовою ефективної партнерської взаємодії вчителя та батьків у формуванні здоров'язберігаючого дозвілля є застосування сучасних інтерактивних методів, які урізноманітнюють дозвілля, роблять його привабливим для дітей.

Йдеться про використання арттерапії, музикотерапії, ігротерапії, казкотерапії, проєктної діяльності, родинних квестів, флешмобів, екологічних акцій. Такі форми сприяють емоційному розвантаженню, розвитку творчого потенціалу, комунікації та співпраці між членами родини.

Особливої уваги заслуговують інтерактивні проєкти спільного дозвілля, наприклад:

- «Моя родина за здоровий спосіб життя» (створення сімейних презентацій, відеороликів, фотоальбомів);
- «Рух і гра — це наше життя!» (спортивно-ігрові квести);
- «Українські традиції — джерело сили і здоров'я» (вивчення народних звичаїв через практичну діяльність).

Такі ініціативи сприяють об'єднанню дітей, батьків і вчителів навколо спільних цінностей, створенню позитивної емоційної атмосфери, розвитку довіри й взаємоповаги. Партнерська участь у спільних іграх і заходах формує у дітей приклад активної, дружньої та здорової поведінки, а в батьків — усвідомлення власної ролі як співтворців виховного процесу.

Однією з необхідних педагогічних умов ефективної реалізації партнерської взаємодії вчителя початкової школи та батьків у контексті здоров'язберігаючого дозвілля є створення сприятливої психологічної атмосфери у колективі. Вона виступає підґрунтям довіри, взаєморозуміння та співпраці між усіма учасниками освітнього процесу, забезпечує позитивний емоційний стан дитини, формує відчуття безпеки й підтримки з боку дорослих.

Психологічний комфорт — важлива умова успішного розвитку особистості молодшого школяра, адже саме в атмосфері доброзичливості, прийняття і поваги формується відкрите ставлення до людей, готовність до спілкування та взаємодії. Як зазначає І. Бех, емоційно сприятливе середовище є передумовою становлення суб'єктності дитини, її здатності до самовираження та відповідальної поведінки. Для ефективного партнерства вчителя і батьків важливо, щоб такі умови поширювалися не лише на дитячий колектив, а й на систему «учитель — родина». [2, с. 110–115; 165–170, 195–205]

Створення сприятливого мікроклімату у взаємодії вчителя, учнів і батьків передбачає дотримання принципів гуманізму, довіри, рівності, толерантності, позитивного підкріплення. Учитель у цьому процесі виступає не лише

організатором освітнього середовища, а й посередником у налагодженні партнерських відносин, який уміє підтримати кожного учасника спільної діяльності, заохотити, почути й прийняти думку іншого.

У практичному вимірі ця умова реалізується через:

- створення дружньої атмосфери у класі (використання вправ на командотворення, ранкових зустрічей, рефлексій настрою — «сонечко», «хмаринка», «настрій дня»);
- організацію емоційно насичених моментів спільного спілкування — ігор, міні-обговорень, творчих хвилинок радості;
- встановлення партнерських форм комунікації з батьками — спілкування у форматі довірливих розмов, «листів подяки», спільних обговорень дитячих успіхів;
- створення простору позитиву — куточків добрих справ, скриньок подяк, «дерев доброти» тощо.

Психологічно комфортна атмосфера у школі та сім'ї сприяє емоційній стабільності дітей, формуванню адекватної самооцінки, впевненості у власних силах. Для вчителя вона є запорукою відкритості батьків до співпраці, готовності сприймати поради, брати участь у спільних заходах. Атмосфера довіри, доброзичливості та взаємної підтримки дозволяє налагодити спільну роботу в напрямі збереження здоров'я, не вдаючись до адміністративного чи авторитарного впливу.

Таким чином, створення сприятливої психологічної атмосфери у взаємодії вчителя, учнів і батьків є важливою педагогічною умовою реалізації партнерських відносин у сфері здоров'язберігаючого дозвілля. Вона забезпечує формування емоційно позитивного середовища, в якому кожен учасник — дитина, педагог, батьки — відчуває свою значущість, відповідальність і причетність до спільної справи, що, у свою чергу, підвищує результативність виховного процесу та сприяє збереженню психічного і соціального здоров'я дітей.

Ще однією педагогічною умовою реалізації партнерської взаємодії вчителя початкової школи та батьків у сфері здоров'язбереження є формування у дітей ціннісного ставлення до власного здоров'я засобами ігрової діяльності. Саме молодший шкільний вік є найбільш сприятливим для становлення основ здорової поведінки, оскільки діти в цей період відкриті до наслідування, пізнання, емоційно реагують на все нове й охоче залучаються до спільних форм діяльності.

Ціннісне ставлення до здоров'я — це не лише знання про корисні звички, а насамперед внутрішня мотивація дитини берегти й зміцнювати власне здоров'я, розуміння його значення для активного, радісного життя. Завдання вчителя полягає у тому, щоб через цікаві, доступні форми роботи допомогти дитині усвідомити: здоров'я — це особиста цінність, що потребує уваги, дбайливості та відповідального ставлення.

Використання ігрових технологій створює природне середовище для формування таких переконань, адже гра для молодшого школяра є провідним видом діяльності. Під час сюжетно-рольових, рухливих, дидактичних ігор діти засвоюють правила гігієни, безпечної поведінки, режиму дня, відпочинку, вчать співпрацювати та допомагати іншим. Гра сприяє не лише пізнанню, а й розвитку емоційної сфери, позитивного ставлення до активного способу життя.

Реалізація цієї педагогічної умови може здійснюватися у різних формах:

- інтегровані уроки й тематичні дні здоров'я;
- ігрові ситуації та квести на тему безпечної поведінки;
- щоденні короткі практики здоров'язбереження — руханки, вправи для очей, хвилинки відпочинку;
- рефлексійні бесіди «Що я зробив сьогодні для свого здоров'я?».

Усі ці форми не потребують залучення зовнішніх учасників і можуть бути реалізовані безпосередньо у класі під керівництвом учителя. Вони активізують пізнавальну та емоційну сферу дитини, сприяють виробленню позитивних звичок і формують стійке переконання, що здоров'я — це найвища цінність.

Отже, формування у дітей ціннісного ставлення до власного здоров'я через ігрову діяльність є ваговою педагогічною умовою, яка забезпечує результативність партнерської взаємодії вчителя й батьків у контексті здоров'язберігаючого дозвілля. Її реалізація сприяє розвитку свідомого ставлення дітей до себе, формуванню навичок здорового способу життя, гармонійному поєднанню фізичного, емоційного й духовного розвитку.

Таким чином, аналіз наукових джерел і практичного досвіду сучасної початкової освіти засвідчує, що результативність партнерської взаємодії вчителя та батьків у контексті здоров'язберігаючого дозвілля значною мірою визначається створенням відповідних педагогічних умов. Реалізація цих умов забезпечує гармонійне поєднання зусиль школи та родини, формує єдиний виховний простір, у якому дитина відчуває підтримку, захищеність і мотивацію до ведення здорового способу життя.

Висновки до розділу I

Одним із пріоритетних напрямків національної системи освіти є всебічний розвиток здорової та успішної особистості, що передбачає реалізацію оздоровчої функції школи.

Здоров'язберігаюче дозвілля – це важлива складова здорового способу життя, яка має велике значення для збереження та підтримки здоров'я людини. Це дозвілля, яке також сприяє фізичній та психічній релаксації, розвитку творчих та соціальних навичок, а також підвищує загальний рівень здоров'я.

Здоров'язберігаюче дозвілля може бути різноманітним: це може бути фізична активність, культурно-мистецькі заняття, спілкування з друзями та рідними, відпочинок на природі тощо. Важливо, щоб людина знала, яке дозвілля є корисним для її здоров'я і регулярно займалася цим.

Організація здоров'язберігаючого дозвілля для дітей має велике значення, це дозволяє їм не тільки розважатися та відпочивати, але й розвивати фізичні та

соціальні навички, навчитися працювати в команді та розв'язувати конфлікти. Крім того, здоров'язберігаюче дозвілля підвищує рівень самоповаги та самооцінки у дітей, що є кількістю елементів їхнього психологічного здоров'я.

Таким чином, здоров'язберігаюче дозвілля є елементом здорового способу життя, який підтримує збереження та підтримку здоров'я людини. Організація здоров'язберігаючого дозвілля для дітей має велике значення.

Одним із ключових факторів успіху у організації здоров'язберігаючого дозвілля є взаєморозуміння між педагогами та батьками. Для досягнення цієї мети важливо розробляти та впроваджувати ефективні методи спілкування та взаємодії між сторонами. Для цього можна використовувати різноманітні форми роботи з батьками, такі як збори, спільні заходи та онлайн-комунікація.

Ефективна взаємодія вчителя початкової школи та батьків у контексті здоров'язберігаючого дозвілля можлива лише за наявності відповідних педагогічних умов. До ключових умов належать: системна педагогічна просвіта родин, використання народознавчих та інтерактивних форм спільної діяльності, створення сприятливої психологічної атмосфери та формування у дітей ціннісного ставлення до власного здоров'я. Сукупність цих умов забезпечує узгодженість впливів школи й сім'ї, сприяє гармонійному розвитку молодших школярів і підсилює виховний потенціал здоров'язберігаючого дозвілля.

Узагальнюючи викладене, можна стверджувати, що педагогічні умови реалізації партнерської взаємодії вчителя початкової школи та батьків у контексті здоров'язберігаючого дозвілля дітей є фундаментальним чинником забезпечення гармонійного розвитку молодших школярів.

Отже, успішна взаємодія між педагогами та батьками є ключовим елементом організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей. Використання ефективних методів спілкування та різноманітних форм роботи з батьками максимально створює сприятливу атмосферу для співпраці та забезпечує оптимальні умови для здорового розвитку дітей.

РОЗДІЛ II. ДОСЛІДНО-ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА

2.1. Аналіз масового педагогічного досвіду з проблеми дослідження

У педагогічній науці важливим джерелом для вивчення стану розробки певної проблеми є аналіз масового педагогічного досвіду, який відображає реальну практику роботи шкіл, учителів і педагогічних колективів. Перед зверненням до цього явища необхідно з'ясувати зміст базових понять.

Поняття «досвід» у широкому значенні трактується як сукупність знань, умінь, навичок і практичних способів діяльності, які людина набуває в процесі життя та праці. За тлумаченням «Великого тлумачного словника сучасної української мови», досвід – це «практичні знання, здобуті внаслідок діяльності; сукупність засвоєних людиною умінь та навичок». [6, с. 320] У педагогічному контексті досвід розглядається як результат практичної діяльності вчителя або педагогічного колективу, спрямованої на розв'язання певних освітніх завдань.

У свою чергу, масовий педагогічний досвід – це узагальнена практика роботи значної кількості педагогів, навчальних закладів або регіональних освітніх систем, яка відображає типові тенденції, форми, методи та підходи, що широко застосовуються у сучасній школі. [14, с. 104]

У контексті нашого дослідження аналіз масового педагогічного досвіду дозволяє з'ясувати, як у сучасній школі організовується партнерська взаємодія вчителя та батьків, які практики здоров'язберігаючого дозвілля є найпоширенішими, які труднощі та успіхи спостерігаються у вчителів початкових класів. Такий аналіз виступає підґрунтям для обґрунтування педагогічних умов і визначення напрямів удосконалення роботи в школі.

Організація здорового дозвілля дітей є важливою складовою успішної педагогічної діяльності вчителя початкової школи. У цьому взаємопроцесі вчитель та батьки мають велике значення. Від якості взаємовідносини між цими сторонами залежить не тільки організація здорового дозвілля, але й загальний успіх у навчанні та розвитку учнів початкової школи.

Аналіз педагогічної практики свідчить також про наявність певних проблем. Серед них можна виділити недостатню готовність частини батьків до активної участі у спільних заходах, обмеженість матеріально-технічної бази шкіл, перевантаження вчителів адміністративною та навчальною роботою, що зменшує їхні можливості для організації позаурочного дозвілля. Крім того, актуальною проблемою залишається низький рівень педагогічної культури частини батьків, які не завжди усвідомлюють значення здоров'язберезувальних технологій для розвитку дитини.

Позитивний педагогічний досвід демонструють ті навчальні заклади, де практикується системна робота з підвищення рівня педагогічної культури батьків. Це можуть бути «Школи відповідального батьківства», які організовуються на базі освітніх установ, або регулярні консультації з фахівцями у сфері фізичної культури, психології та валеології. Наприклад, у Полтавській та Черкаській областях реалізуються регіональні програми співпраці школи й сім'ї, де одним із пріоритетних напрямів є саме організація здоров'язберігаючого дозвілля. У результаті досліджень зафіксовано зростання інтересу батьків до спільної діяльності на 27%, а також підвищення рівня фізичної активності дітей у позаурочний час.

У зарубіжному досвіді також можна знайти цінні приклади організації партнерських відносин між школою та родиною. Так, у Фінляндії та Швеції поширеною є практика «родинних клубів здоров'я», у межах яких проводяться спільні спортивні тренування, кулінарні майстер-класи та психологічні тренінги для дітей і батьків. У США з початку 2000-х років реалізується програма «Family-School Partnerships», що включає регулярні зустрічі батьків і педагогів для обговорення питань здорового способу життя та формування індивідуальних планів дозвілля дітей. Цей досвід доводить, що залучення родини до освітнього процесу має стати системним і стратегічним напрямом, а не епізодичними заходами.

Міжнародний досвід доводить, що партнерські відносини між школою та родиною є важливою умовою формування культури здорового способу життя

дітей. Водночас у вітчизняній освіті також накопичено значний потенціал у цьому напрямі. Щоб побачити, як зазначені підходи реалізуються на практиці, варто звернутися до конкретних прикладів масового педагогічного досвіду українських учителів, які щоденно впроваджують партнерські моделі взаємодії з родинами у своїй діяльності.

Манойло Тетяна Вікторівна (вчитель початкових класів, Луцька ЗОШ І-ІІІ ступенів № 15) вважає, що організація сімейного дозвілля набуває все більшої популярності. Вона розповідає, що батьки повинні вміти розподіляти свій час, а також навчити цього своїх дітей. Організація дозвілля ускладнюється тим, що потрібно підібрати такі форми, щоб було цікаво всім членам сім'ї. Тетяна Вікторівна надає певні рекомендації для батьків, як організувати дозвілля родини змістовним, активним і цікавим:

- зацікавлюйте дітей мистецтвом і культурою, слухайте класичну музику, читайте разом книги і обговорюйте їх, відвідуйте культурні заходи, музеї, театри, виставки;
- введіть спорт в своє життя, зробіть традицією робити ранкову зарядку, гуляйте на свіжому повітрі, ходіть в походи, їздіть на екскурсії, грайте в активні ігри на природі;
- по можливості відвідуйте з дитиною церкву – це сприяє розвитку духовного дозвілля, там відбуваються різні духовні вечори, зустрічі з відомими діячами;
- важливе місце відводиться перегляду фільмів та телепередач, але завданням батьків є не допустити надмірного захоплення цим видом дозвілля;
- у сім'ях є традиція на вихідних проводити час разом, ходити на прогулянки, якщо у вас немає такої традиції, то зробіть її, корисно буде під час прогулянки розповідати дітям про визначні пам'ятки села чи міста;
- часто на формування духовного багатства впливають не формальні виховні впливи, а непрямі: читання і розповідання книг, іграшки, спільне відвідування культурних місць;

- для формування емоційного стану школярів слід удосконалювати спільні ігри, пограйте в шахи, шахмати, настільні ігри, інтелектуальні ігри, поскладайте пазли;
- важливо розвивати аматорські заняття, туризм, підтримувати сімейно-побутові традиції;
- проводьте разом святкові сімейні традиції;
- велику увагу приділяйте грі під час організації дозвілля.

Тетяна Вікторівна наголошує, що під час спільного проведення часу діти і батьки краще пізнають один одного, знаходять шляхи взаєморозуміння, а це зміцнює сім'ю. У молодших школярів, які не знають, що їм робити у свій вільний час псується серце, голова і моральність. Допоможіть їм організувати корисне дозвілля. [16]

Сало Оксана Миколаївна (вчитель початкових класів, Кальненська загальноосвітня школа I-III ступенів Козівського району Тернопільської області) також надає важливе місце роботі з батьками для організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей. Вона виділяє важливість ігор під час відпочинку, поділяє їх на кілька видів і вважає, що кожна з них є важливою в житті дитини, тому батькам потрібно використовувати різні ігри для проведення свого дозвілля разом. Також Оксана Миколаївна надає важливого значення ранковій зарядці та радить батькам проводити її сім'єю, в теплу пору можна на свіжому повітрі.

Вчителька радить батькам грати з учнями початкової школи в пантоміму, ставити інсценізації, щоб розвивати їхні емоції. Потрібно читати казки, щоб діти могли уявляти себе на місці героїв та усвідомлювати їхні помилки. Оксана провела з батьками тренінг по розпізнанню дитячого малюнка, батьки просять дитину щось намалювати і можуть зрозуміти деякі проблеми або її переживання, щоб змогти допомогти їй.

Також вчителька радить використовувати аромотерапію або музикотерапію, щоб розслабитися, зняти напругу, поговорити з дітьми у спокійній обстановці, під час малювання або інших занять. Пропонує

використовувати сміхотерапію, сім'я може сходити чи переглянути якийсь фільм чи передачу, яка викличе у них емоцію сміху, адже доведено, що позитивні і усміхнені люди більш щасливі і здорові.

При вивченні теми «Сім'я», вона запропонувала дітям разом з батьками виготовити газету «Тато, мама, я – здорова сім'я». У газеті вони мали намалювати і написати про сімейні традиції оздоровлення, розмістити родинні фотографії. Учні з охотою презентували газети на уроці. А виготовлення їх – це не тільки спільно проведений час, а й приємне й цікаве спілкування дітей і батьків, яке позитивно впливає на здоров'я членів родини. [24]

Лежєп'юкова Світлана Леонідівна (вчитель фізичної культури в початкових класах, Криворізька загальноосвітня школа I-III ступенів № 62) також наголошує на важливості організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей батьками. Спочатку потрібно навчити учнів режиму дня, найкраще це показати на власному прикладі. Батькам потрібно скласти режим разом, щоб дитина встигала робити уроку і мала час на дозвілля.

Вона радить більше часу проводити на свіжому повітрі. Частіше бувайте за містом, у парку, біля річки, прогуляйтеся лісом, пограйте в рухливі ігри. Вона наводить кілька ігор, які можна зіграти всією сім'єю на свіжому повітрі:

- накинь кільце.

Зробіть стійку для кілець самі або просто використовуйте те, що є навколо, хоча б навіть гілки дерева. Пам'ятайте: чим далі від цілі стоїть гравець, тим цікавіше.

- полювання за скарбами

На жаль, сьогодні діти проводять мало часу на свіжому повітрі, але ця гра виправить справу. Складаємо список скарбів, які гравцям потрібно буде зібрати. Шишки, різні види квітів, листя, гілочки незвичайної форми, щось кругле, трикутне або квадратне, предмети червоного, зеленого або жовтого кольору. Роздруковуємо ці списки і наклеюємо на паперові пакети, а пакети вручаємо слідопитам. Перемагає той, хто першим зібрав всі предмети зі списку.

- хрестики-нулики

На відміну від звичної паперової версії, вуличний варіант надає куди більшу свободу у виборі інвентарю. Можна взяти велику гальку або дерев'яні плашки і розфарбувати їх, а можна обійтися якими підручними предметами.

Світлана Леонідівна розробила пам'ятку для батьків, щоб вони не забували, що потрібно робити, щоб виховати здорових дітей (Додаток А). [14]

Овчаренко Наталія Петрівна (вчитель початкових класів, Петраківський заклад загальної середньої освіти Катеринопільської ОТГ Звенигородського району Черкаської області) поділилася цікавою формою роботи для організації дозвілля. Кожного місяця вона разом з батьками проводили день здоров'я, який розкривав одну з тем. В цей день проводилися змагання, походи, екскурсії, туристичні сніданки, зустрічі з лікарями різного фаху. Після кожного дня здоров'я кожна сім'я виготовляла постери або стінгазети де відображалось те, що їм найбільше сподобалося, запам'яталося, дізналися нового. [18]

Вчителі-практики переконані, що співпраця з батьками є запорукою успішного навчання. Важливо, щоб батьки не тільки надавали допомогу дітям у навчанні, але й раціонально планували дитяче дозвілля, пропонували різноманітні заходи для підтримки психічного і фізичного здоров'я молодших школярів.

У цьому контексті показовим є досвід освітніх закладів Тернополя та Тернопільської області, де реалізуються ініціативи, спрямовані на зміцнення партнерської взаємодії між школою та родиною та створення умов для здоров'язберігаючого дозвілля молодших школярів. Зокрема, у Тернопільській ЗОШ № 4 практикується формат «батьківських хакатонів», у межах яких батьки долучаються до організації різноманітних заходів для дітей: рухливих ігор, творчих майстерень, спортивних мінізанять. Така модель співпраці сприяє формуванню у батьків активної позиції щодо участі в житті класу, а у дітей – позитивного ставлення до фізичної активності та шкільного простору.

Показовою є також діяльність Тернопільської ЗОШ № 14 ім. Б. Лепкого, де педагогічний колектив цілеспрямовано розвиває культуру партнерства у межах НУШ. У школі регулярно проводяться родинні свята, спортивні дні, майстер-

класи та тематичні тижні, у яких активними учасниками є як учні, так і їхні батьки. Крім того, заклад реалізує низку проєктів, спрямованих на формування здорового способу життя — від оновлення спортивного обладнання до участі в міжнародних ініціативах, що заохочують дітей до активного дозвілля. Важливо, що ці заходи мають системний характер і є невід’ємною частиною виховної роботи, а не разовими подіями.

На рівні міської освітньої спільноти функціонують ініціативи батьківської просвіти, зокрема заняття «Батьківської педагогіки», які допомагають родинам налагоджувати ефективну комунікацію з дітьми, розуміти вікові особливості молодших школярів і свідомо підходити до організації їхнього вільного часу. Такі форми роботи формують єдине виховне середовище «школа – родина», у якому здоров’я дитини розглядається як спільна цінність і відповідальність.

Таким чином, досвід тернопільських шкіл свідчить, що партнерська взаємодія між учителями та батьками може успішно реалізовуватись через різноманітні інноваційні та традиційні форми співпраці. Вони не лише зміцнюють педагогічну взаємодію, а й створюють умови для фізичного, емоційного та соціального благополуччя дітей. Це підтверджує, що системне залучення родини є важливою умовою ефективної організації здоров’язберігаючого дозвілля молодших школярів.

Отже, аналіз масового педагогічного досвіду засвідчує, що успішна організація здоров’язберігаючого дозвілля молодших школярів значною мірою ґрунтується на партнерській взаємодії школи та родини. Зарубіжні та українські практики, зокрема приклади тернопільських закладів освіти, демонструють ефективність залучення батьків до спільних заходів, родинних проєктів і просвітницьких ініціатив. Водночас досвід показує, що реалізація таких підходів не позбавлена проблем: недостатня активність окремих родин, нерівномірний рівень педагогічної культури батьків, обмежені ресурси школи та недостатня системність у співпраці потребують подальшого вивчення й удосконалення. Це свідчить про необхідність подальших досліджень,

спрямованих на пошук оптимальних моделей партнерства, які б забезпечували сталий розвиток здоров'язберігаючого дозвілля дітей.

2.2. Методика експериментального дослідження

Методика експериментального дослідження є важливою складовою наукового процесу та дозволяє дослідникам отримати об'єктивні результати та висновки. Із важливих аспектів використання методики експериментального дослідження є робота з батьками для організації здоров'язберігаючого дозвілля. Діти, які активно використовують час на свіжому повітрі та займаються фізичними вправами, мають краще здоров'я та психологічний стан. Проте не завжди батьки мають достатньо знань та ресурсів для забезпечення школярів цими можливостями. У цьому контексті робота з батьками для організації здоров'язберігаючого дозвілля є ключовим завданням та вимагає розробки ефективних методів та підходів.

Для організації системної та ефективної педагогічної просвіти батьків необхідно вивчити їхні освітні потреби і на цій основі вибудувати оптимальну диференційовану систему взаємодії із батьками. Система взаємодії вчителя початкової школи з батьками у досліджуваному аспекті повинна будуватися на таких принципах, як:

- 1) відкритість;
- 2) інформованість;
- 3) співвідношення діяльності педагогів з очікуваннями і потребами батьків;
- 4) стимулювання батьків до співпраці.

Наше педагогічне дослідження передбачає такі етапи.

Перший етап – діагностичний, який полягає у зборі інформації про проблеми, взаємини, уявлення батьків і педагогів про здоров'язберігаюче дозвілля дітей.

Другий етап – проектувальний, який представляє собою розробку й реалізацію програми дій вчителів початкової школи щодо вдосконалення організації дозвілля.

Третій етап – дослідницький, який передбачає реалізацію визначених форм і засобів, аналіз отриманих результатів.

Педагогічна просвіта батьків учнів початкової школи з організації дозвілля має розпочинатися з вивчення їхніх потреб, бажань та можливостей. Це буде сприяти наступному:

- 1) вивченню проблем, з якими зустрічаються батьки здобувачів початкової освіти;
- 2) визначенню форм і змісту реалізації педагогічної просвіти дорослих;
- 3) виявленню ініціативних батьків, спираючись на яких педагоги можуть організувати здоровий відпочинок дітей.

Під час розроблення та впровадження експериментальної методики важливим аспектом стало залучення фахової консультаційної підтримки. Для забезпечення наукової обґрунтованості та безпечності запропонованих здоров'язберігаючих заходів ми опиралися на рекомендації лікаря-педіатра та практичного психолога. Медичний фахівець надав роз'яснення щодо фізіологічних особливостей дітей молодшого шкільного віку, оптимальних форм загартування та допустимого навантаження, а психолог окреслив особливості емоційного реагування дітей та механізми формування мотивації до здорового способу життя.

Методика експериментального дослідження партнерських стосунків учителя початкової школи та батьків в організації здоров'язберігального дозвілля дітей базувалася на системному, діяльнісному та особистісно орієнтованому підходах, що забезпечували комплексне вивчення проблеми співпраці педагогів і родин у формуванні культури здорового способу життя молодших школярів. Дослідження проводилося у два етапи — констатувальний та формувальний — упродовж 2024–2025 навчального року на базі 3 класу Зарудянського ліцею Збараської міської ради, де навчаються 16 учнів, який

виступав експериментальним та 3 класу Гніздичненського ліцею Збаразької міської ради, де навчаються 14 учнів, який виступав контрольним із залученням вчителів і батьків.

Метою експерименту було перевірити ефективність розробленої педагогічної моделі партнерської взаємодії вчителя і батьків у процесі організації здоров'язберігального дозвілля дітей. Основними завданнями виступали: визначення рівня сформованості партнерських відносин між педагогами та батьками; виявлення мотивації батьків до участі в оздоровчо-дозвіллевих заходах; оцінка впливу спільної діяльності на розвиток у дітей ціннісного ставлення до здоров'я.

Для збору інформації та оцінювання результатів ми використали такі методи

- спостереження за участю дітей у дозвіллевих заходах;
- анкетування батьків щодо їхньої взаємодії з дітьми під час організації дозвілля;
- опитування дітей про види їхнього дозвілля;
- аналіз дитячих робіт (малюнків, міні-проектів, щоденників активності);
- початкове і підсумкове визначення рівнів компетентності за трьома компонентами;
- також тестування рівня сформованості знань і навичок здорового способу життя.

Для виявлення рівня партнерських взаємин було використано авторську анкету «Вчитель і батьки: союз заради здоров'я дитини», що передбачала оцінку за такими критеріями: комунікативна відкритість, узгодженість педагогічних дій, довіра, ініціативність у спільних заходах.

Ми визначили, що центральним показником результативності була здоров'язберезувальна компетентність дітей — інтегрована здатність молодшого школяра усвідомлювати значення здоров'я, позитивно ставитися до

активного дозвілля та брати участь у доступних оздоровчих видах діяльності. Ми поділили цю компетентність на три компоненти:

Когнітивний компонент — відображає обсяг знань дітей про корисні звички, режим дня, фізичну активність та правила безпечного дозвілля.

Емоційно-ціннісний компонент — характеризує емоції та ставлення школярів до активних форм проведення часу, зокрема прояв інтересу, радості, задоволення та бажання брати участь у рухливих і сімейних заходах.

Діяльнісний компонент — визначає реальні дії дитини: частоту її залучення до активного дозвілля, ініціативність, а також виконання сімейних і шкільних завдань, пов'язаних зі збереженням здоров'я.

На констатувальному етапі експерименту (вересень–жовтень 2024 року) було здійснено діагностику вихідного рівня сформованості компетентності молодших школярів у сфері здоров'язберігаючого дозвілля, а також стану партнерської взаємодії між учителями та батьками щодо організації такого дозвілля. У контрольному та експериментальному класах були проведені бесіди з учителями щодо методів роботи з батьками, анкетування батьків про їхню участь у житті класу та інтереси дитини, спостереження за поведінкою дітей під час позаурочних заходів. Результати показали, що лише 28% батьків експериментальної групи систематично брали участь у шкільних оздоровчих заходах, а 42% мали епізодичну участь. У контрольній групі ці показники становили відповідно 25% і 39%. Більшість учителів зазначали низький рівень ініціативності батьків у плануванні спільного дозвілля, що свідчило про необхідність розроблення спеціальної педагогічної програми.

Для поглибленого аналізу особливостей партнерської взаємодії між учителем початкової школи та батьками в контексті організації здоров'язберігаючого дозвілля було проведено авторське опитування серед педагогів. (додаток Б) Анкета включала 24 питання структурованого та відкритого типу й була спрямована на виявлення рівня поінформованості вчителів, їхніх потреб, труднощів та готовності до співпраці з батьками (опитування подано в додатках). Отримані результати дозволили визначити

домінувальні бар'єри у взаємодії «вчитель — батьки», виявити реальний стан методичного забезпечення та оцінити рівень мотивації педагогів до впровадження заходів здоров'язберігаючого спрямування. Дані цього опитування були використані для уточнення змісту формульованого етапу експерименту та слугували додатковим підтвердженням необхідності впровадження системних педагогічних умов партнерської співпраці.

Перед початком експерименту було здійснено визначення рівнів, що відображають інтегрований показник сформованості здоров'язберігаючої компетентності учнів 3 класу. Оцінювання проводилося на основі трьох взаємопов'язаних компонентів: когнітивного (знання дітей про корисні звички, режим дня, фізичну активність та правила безпечного дозвілля), емоційно-ціннісного (ставлення до активного дозвілля, емоційні реакції, інтерес, мотивація) та діяльнісного (реальна участь у корисних видах активності, ініціативність, уміння організовувати власний вільний час). (додаток Г) Сукупність цих показників дозволила встановити вихідний стан знань, ставлень та умінь учнів.

Для подальшого аналізу учнів було розподілено за трьома рівнями:

- високий рівень – учень має достатні знання про основи здорового способу життя та правила безпечного дозвілля, позитивно ставиться до активних форм відпочинку, охоче та регулярно бере участь у рухливих іграх і корисних видах дозвілля, проявляє ініціативу, може самостійно організувати частину свого вільного часу;

- середній рівень – учень розуміє основні правила здоров'язбереження та активно виконує їх за умов наявності підтримки; бере участь у рухливих іграх та корисних видах дозвілля, але не завжди стабільно; може виконувати запропоновані завдання і частково проявляти ініціативу, однак переважно діє під керівництвом дорослих;

- низький рівень – учень має фрагментарні або недостатні знання про здорові звички та правила безпеки; емоційно мало реагує на рухливі форми дозвілля, часто уникає активних видів діяльності; не проявляє ініціативи, не

вміє самостійно організувати корисне дозвілля, потребує постійного керівництва та підтримки дорослих.

Такий підхід дав можливість об'єктивно встановити стартовий рівень сформованості здоров'язберігаючої компетентності та визначити напрями подальшої експериментальної роботи. Результати подані у «табл. 2.1».

Таблиця 2.1

**Рівні сформованості здоров'язберігаючої компетентності
учнів до експерименту**

3 клас	Кількість учнів	Високий	Середній	Низький
Експеримен тальний	16	18 %	46 %	36 %
Контрольний	14	20 %	48 %	32 %

Дані таблиці засвідчують розподіл учнів за рівнями: високий рівень мають 18% в експериментальній групі та 20% в контрольній, середній – 46% в експериментальній групі та 48% в контрольній, та низький – 36% в експериментальній групі та 32% в контрольній.

На формувальному етапі (листопад 2024 — квітень 2025 року) у роботі з експериментальним класом була впроваджена авторська програма «У здоровій родині – здорова дитина», розроблена на основі принципів інтеграції сімейного та шкільного виховання. Програма передбачала три взаємопов'язані напрями: інформаційно-просвітницький (тренінги, консультації щодо організації здорового дозвілля, тематичні лекції та інтерактивні заняття, інформаційні буклети та пам'ятки для батьків, відеоуроки або вебінари з практичними порадами), практично-діяльнісний (спільні спортивні та творчі заходи — родинні естафети, туристичні походи, дні здоров'я, кулінарні майстер-класи), а

також рефлексивно-аналітичний (обговорення результатів, анкетування щодо ефективності взаємодії).

Зокрема, у межах програми проведено цикл інтерактивних зустрічей «Школа активних батьків», під час яких учителі допомагали батькам усвідомити значення спільної діяльності для формування здорових звичок у дітей. Також організовано спортивно-оздоровчі свята «Мама, тато, я — спортивна сім'я», (додаток Ж) «Веселі старты», що сприяли зміцненню партнерських зв'язків і позитивного емоційного клімату в колективі.

Особливу увагу приділено комунікації між учителем і батьками. Використовувалися інноваційні форми взаємодії — електронні щоденники, спільні групи в месенджерах, онлайн-консультації. Це дозволяло своєчасно координувати дії щодо організації дозвілля, відстежувати успіхи дітей, ділитися фото- та відеоматеріалами про проведені заходи. Одним із дієвих методів виявилася «дошка ініціатив», де батьки могли пропонувати власні ідеї дозвіллевих проєктів, що підвищувало їхню суб'єктність у виховному процесі.

На контрольному етапі (травень 2025 року) було проведено повторну діагностику з використанням тих самих методик, що й на початку дослідження. Отримані дані засвідчили позитивну динаміку у ставленні батьків експериментальної групи до спільної діяльності: 72% батьків почали систематично брати участь у шкільних заходах, 81% відзначили покращення взаєморозуміння з учителем, а 67% повідомили, що стали частіше організовувати сімейне дозвілля з оздоровчою метою. У контрольній групі зрушення були незначними (приблизно на 10–12%). Також підвищився рівень комунікативної активності дітей, їхня мотивація до фізичної активності та співпраці з дорослими.

Після завершення програми ми знову визначили рівні здоров'язбережувальної компетентності. «табл. 2.2» У експериментальному класі ми зафіксували суттєве зростання:

- кількість дітей із достатнім рівнем збільшилася;

- низький рівень зменшився майже удвічі;
- діти точніше відтворювали знання про здоров'я (когнітивний компонент);
- охочіше брали участь у рухливих іграх та розповідали про сімейні активності (емоційно-ціннісний компонент);
- значно частіше проявляли ініціативу, пропонували нові види дозвілля, виконували завдання самостійно (діяльнісний компонент).

У контрольному класі істотних змін ми не встановили: діти продовжували демонструвати близькі до початкових результати, а сімейні форми активного дозвілля залишилися епізодичними. Така динаміка свідчить про позитивний вплив експериментальної методики на навчальну діяльність учнів експериментальної групи та підтверджує її ефективність.

Таблиця 2.2

**Рівні сформованості здоров'язберігаючої компетентності
учнів після експерименту**

3 клас	Кількість учнів	Високий	Середній	Низький
Експеримен тальний	16	42 %	48 %	10 %
Контрольний	14	23 %	50 %	27 %

Дані таблиці засвідчують розподіл учнів за рівнями: високий рівень мають 42% в експериментальній групі та 23% в контрольній, середній – 48% в експериментальній групі та 50% в контрольній, та низький – 10% в експериментальній групі та 27% в контрольній.

Отже, проведене дослідження дозволило нам встановити, що запроваджена програма сприяла підвищенню рівня здоров'язбережувальної компетентності

учнів експериментального класу, а також підвищила ступінь участі батьків у роботі з дітьми. Основні позитивні зміни стосувалися саме дітей — їхньої поінформованості, емоційного ставлення та реальної активності у сфері здоров'язберезувального дозвілля.

Опис експерименту:

Опис експериментального дослідження було здійснено з метою перевірки ефективності партнерських стосунків учителя початкової школи та батьків в організації здоров'язберігального дозвілля дітей та, передусім, з метою підвищення залучення батьків до виховання молодших школярів і формування їхньої батьківської компетентності у сфері збереження здоров'я дитини. У ході роботи ми зосередили увагу на тому, щоб показати реальні, доступні для практики форми співпраці, спираючись лише на взаємодію «учитель – учні – батьки».

Експеримент проходив у два етапи — констатувальний і формувальний — упродовж 2024–2025 навчального року. Базою дослідження стали 3 клас Зарудянського ліцею Збаразької міської ради та 3 клас Гніздичненського ліцею Збаразької міської ради (16 і 14 учнів). Один клас визначено як експериментальну групу, де впроваджувалася авторська програма партнерської взаємодії, другий — контрольну групу, у якій педагогічний процес здійснювався за традиційною моделлю. У дослідженні взяли участь також учителі початкових класів та батьки учнів.

Під час констатувального етапу (вересень–жовтень 2024 р.) було здійснено початкову діагностику рівня партнерської взаємодії та стану організації дозвіллевої діяльності дітей. Використано анкетування батьків, педагогічне спостереження, інтерв'ю з учителями та соціометрію учнів. Аналіз результатів показав, що у більшості сімей переважає епізодичний характер спільного дозвілля, спрямованого переважно на розваги, а не на оздоровлення. Батьки виявили недостатню обізнаність щодо методів здоров'язберігальної діяльності, а рівень їхньої взаємодії з педагогом у цій сфері був переважно формальним.

Формувальний етап (листопад 2024 — квітень 2025 р.) мав на меті змінити ситуацію шляхом впровадження педагогічної програми «У здоровій родині — здорова дитина». Програма базувалася на принципах партнерства, відкритості, довіри та взаємної відповідальності. Вона включала три складові:

- освітньо-просвітницьку, спрямовану на підвищення педагогічної культури батьків через батьківські збори, лекції, інтерактивні тренінги («Як організувати дозвілля без гаджетів», «Родинні традиції активного відпочинку»).
- практичну, яка передбачала залучення дітей і батьків до спільних оздоровчо-дозвіллевих заходів: «Дні здоров'я», спортивно-туристичні свята, пішохідні походи вихідного дня, майстер-класи зі здорового харчування.
- рефлексивно-аналітичну, у межах якої проводилося обговорення результатів, взаємооцінювання, самоаналіз рівня участі кожного учасника.

Для збору кількісних даних використовувалися такі методики: авторська анкета для батьків, (додаток А) опитувальник «Я і моє дозвілля» для учнів, (додаток В) тести на рівень знань про здоров'я, (додаток Г) а також картки педагогічних спостережень, які фіксували характер взаємодії між учителем, дітьми та батьками під час занять.

У ході формувального експерименту проводилися систематичні зустрічі з батьками (Здоров'я дитини: чи потрібно виховувати «здоров'я?»), (додаток Д), консультації (Як організувати дозвілля дитини вдома), (додаток З) тренінги (Здоров'я дітей у наших руках), (додаток Є) консультації з питань гармонізації сімейного мікроклімату (Вплив музикотерапії на організм людини), (додаток І) створення умов для фізичної активності вдома, профілактики перевтоми й інформаційного перевантаження дітей. Учитель виступав організатором і координатором, а батьки — активними учасниками освітньо-виховного процесу. Особлива увага приділялася зворотному зв'язку: після кожного заходу учасники заповнювали короткі опитувальники для оцінки власної участі та отриманих результатів.

Для стимулювання мотивації батьків було запроваджено конкурс «Найактивніша родина класу», результати якого визначалися за кількістю та

якістю участі в заходах. Крім того, створено «родинний щоденник здоров'я» — зошит, у якому сім'ї фіксували спільні активності (піші прогулянки, спортивні ігри, спільне приготування корисних страв), що сприяло формуванню звички до планування дозвілля. Було розроблено спеціальний план організації здоров'язберігаючого дозвілля, відповідно до якого здійснювалась робота протягом дослідження. (див. таблицю 2.4)

Контрольна група продовжувала функціонувати за традиційними методами співпраці школи з батьками: епізодичні збори, інформаційні повідомлення, участь у шкільних святах без спеціальної педагогічної програми. Це дозволило об'єктивно порівняти ефективність нової моделі.

Ми визначили, що центральним показником результативності експерименту була здоров'язбережувальна компетентність дітей молодшого шкільного віку. Під нею ми розуміли інтегральну здатність учня усвідомлювати значення здоров'я, знати елементарні правила його збереження, позитивно ставитися до здорового способу життя та реально брати участь у доступних для віку оздоровчих видах діяльності вдома і в школі.

Для об'єктивнішого аналізу ми розподілили цю компетентність на три компоненти — когнітивний, емоційно-ціннісний та діяльнісний — і задали для кожного з них відповідні індикатори. Когнітивний компонент ми охарактеризували як обсяг і якість знань, які діти продемонстрували щодо корисних і шкідливих звичок, режиму дня, значення рухової активності, відпочинку на свіжому повітрі, ролі сімейних традицій у зміцненні здоров'я. У процесі констатувального етапу ми зафіксували, що значна частина учнів орієнтувалася в цих питаннях поверхово, плутала поняття «відпочинок» і «пасивне проведення часу з гаджетами», не завжди пов'язувала сімейні прогулянки, рухливі ігри чи спільну ранкову зарядку зі збереженням здоров'я.

Після реалізації експериментальної програми ми виявили, що діти з експериментального класу почали точніше пояснювати, чому важливо дотримуватися режиму дня, що означає «корисне дозвілля», змогли наводити

конкретні приклади сімейних оздоровчих занять, які вони вже здійснили разом із батьками.

Емоційно-ціннісний компонент ми окреслили як ставлення дітей до здоров'я, спільного дозвілля з батьками та участі в оздоровчих заходах. На початку експерименту ми встановили, що частина учнів сприймала такі заходи як «обов'язок» або «шкільну вимогу», деякі виявляли байдужість чи навіть уникали спільних активностей.

Після впровадження спільних сімейних завдань (підготовка стінгазет про здорову сім'ю, сімейні прогулянки, рухливі ігри вихідного дня, прості спільні фізичні вправи) ми зафіксували більш виражене позитивне емоційне ставлення: діти охоче ділилися враженнями, розповідали про спільні сімейні події, демонстрували радість, гордість за участь батьків, активно презентували фото й малюнки, які відображали їхнє дозвілля. Діяльнісний компонент ми визначили як реальну участь учнів у здоров'язберігальному дозвіллі, їхню ініціативність і активність.

На констатувальному етапі ми встановили, що більшість дітей обмежувалася пасивними видами відпочинку (перегляд телевізора, комп'ютерні ігри), а участь у сімейних оздоровчих заходах була епізодичною. Після завершення формувального етапу ми зафіксували зростання частоти участі дітей експериментального класу в прогулянках, рухливих іграх, спільних спортивних вправах, сімейних міні-проєктах (виготовлення плакатів, ведення «щоденника здоров'я», планування вихідних тощо).

На підсумковому етапі (травень 2025 р.) проведено повторне анкетування, тестування та педагогічне спостереження. Результати експерименту засвідчили суттєві позитивні зміни в експериментальній групі:

- кількість батьків, які регулярно брали участь у спільних заходах, зросла з 28% до 73%;
- рівень комунікативної відкритості між учителем і батьками підвищився на 45%;

- 82% учнів продемонстрували стабільно позитивне ставлення до активного дозвілля;

- частота прояву ініціативності дітей (пропозиції нових ідей для дозвілля) зросла в середньому на 38%.

У контрольному класі подібних якісних змін не зафіксовано — показники залишилися майже незмінними або зросли лише на 5–8%.

Таким чином, проведений експеримент довів, що ефективна організація здоров'язберігального дозвілля дітей неможлива без гармонійної взаємодії педагогів і батьків. Впровадження партнерської моделі сприяє не лише зміцненню здоров'я учнів, але й формує культуру родинного дозвілля, заснованого на спільній діяльності, довірі й позитивних емоціях.

Таблиця 2.3

Результати анкетування батьків у відсотковому відношенні

Запитання	Варіанти відповіді						
	1	2	3	4	5	6	7
Як часто ваша дитина займається фізичними вправами?	13%	74%	13%	0%			
Чи бере ваша дитина участь у спортивних змаганнях?	44%	56%					
Як часто ваша родина готує здорову їжу вдома?	6%	62%	32%	0%			
Якими видами діяльності ви б хотіли, щоб займалася ваша дитина в рамках здоров'язберігаючого дозвілля?	50%	19%	25%	31%	44%	13%	8%
Який ви очікуєте результат після занять із здоров'язберігаючих видів діяльності?	56%	50%	44%	31%	67%		
Які з наступних факторів ускладнюють організацію здоров'язберігаючого дозвілля?	88%	50%	56%	31%	69%		

Продовження таблиці 2.3

Чи має ваша дитина проблеми із станом здоров'я, які можуть ускладнювати здоров'язберігаюче дозвілля?	25%	75%					
Які з наступних заходів ми могли б реалізувати для забезпечення здоров'язберігаючого дозвілля для вашої дитини?	63%	31%	44%	13%	44%		

Таблиця 2.4

План організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей

Вид діяльності	Дата виконання
Рухливий калейдоскоп	09.01 – 10.03
Прогулянка на свіжому повітрі	09.01 – 10.03
Загартувальний мінімарафон «Маленькі моржі»	09.01 – 10.03
Батьківська зустріч «Здоров'я дитини: чи потрібно виховувати «здоров'я»?»	10.01
Свято Старого Нового року Ранкова зустріч «Таємниці Старого Нового року». Майстер-клас «Народні дива». Кулінарна лабораторія «Смак свята». Інтерактивне щедрування «Мелодії свята». Ранковий ритуал «Посівання» (01.01).	31.12 – 01.01
Батьківська консультація «Загартування та водні процедури: наукові факти й безпечна практика вдома»	05.01

Продовження табл. 2.4

Проєкт «Значення води в житті людини». Спільна підготовка проєкту «Вода навколо нас». Презентаційна майстерня. Рольова гра «Крапелька води». Обговорення та поради.	19.01
Бесіди з психологом «Як справлятися зі стресом у воєнний час»	20.01
Тренінг для батьків «Здоров'я дітей у наших руках»	24.01
Відео-урок «Шкідливі звички», діти дивляться та обговорюють його з батьками: https://www.youtube.com/watch?v=aDoi-m9TNhY&ab_channel=%D0%92%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B4%D0%B8%D0%BC%D0%B8%D1%80%D0%9E%D0%BB%D1%8C%D1%88%D0%B5%D0%B2%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B8%D0%B9	29.01
Спортивно-родинне свято "Тато, мама, я – спортивна сім'я"	03.02
Творчі майстерні «Мир у наших руках»	05.02
Зустріч батьків і дітей з дієтологом	08.02
Консультація для батьків «Як організувати дозвілля дитини вдома»	13.02
Екскурсія в парк Ранкова зустріч «Таємниці Стрітення» Екскурсія «Зима чи весна?» Ігрова активність «Суд природи»	02.02
Сімейні дискусії «Підтримка один одного під час війни»	17.02
Водний квест «Скарби чистої води»	19.02

Продовження таблиці 2.4

Консультація для батьків «Вплив музикотерапії на організм людини»	20.02
Інтерактивні ігри «Безпечний простір»	24.02
Поїздка на виставу з батьками «Незвичайні пригоди відважних козаків»	26.02
Тиждень гігієни (перегляд та обговорення мультфільмів): - планета умивання (https://youtu.be/55LFTaVjcQM); - планета миття посуду (https://youtu.be/ycVsY69Ug_k); - про замазуру (https://youtu.be/6Bp_e-UP6mY); - планета чистих рушників (https://youtu.be/H5fUl_qFArs); - планета чищення зубів (https://youtu.be/y_TzAaZjoOc); - планета прання одягу (https://youtu.be/2-mSJ8GtvDE?list=PLJ231j4oXT48JqFsFm6fSumNBjYVozcd); - планета миття рук (https://youtu.be/UAGY9i90W-U).	27.02 28.02 01.03 02.03 03.03 04.03 05.03
Квест «Тарасовими стежками»	09.03

Моніторинг результатів. Після проведення заходів з'ясувалися переваги та недоліки співпраці між вчителем та батьками щодо організації здоров'язберігаючого дозвілля (*Переваги:* покращення здоров'я учнів, розширення знань уявлень батьків та забезпечення здорового способу життя дітей (здорове харчування, фізичну активність та достатній відпочинок); підвищення інтересу дітей до здорового способу життя та активної рухової діяльності; посилення у батьків почуття відповідальності щодо збереження здоров'я своїх дітей. *Недоліки:* різні підходи батьків та вчителів щодо даної проблеми; недостатній контакт вчителя початкової школи з батьками, який може привести до непорозуміння; відсутність прояву зацікавленості з даної проблеми і не виконання рекомендацій; недостатньо часу), ефективність

організації здорового відпочинку учнів, а також задоволення від процесу співпраці.

Аналіз результатів та висновки. На основі отриманих результатів провели аналіз, в якому висвітлили аспекти співпраці між вчителем та батьками, а також надали рекомендації щодо подальшого вдосконалення організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей.

В результаті проведення експерименту щодо організації дозвілля батьки більш активно почали проявляти інтерес до даної проблеми і почали сприймати партнерські стосунки як важливий фактор у організації здорового відпочинку, крім того важливу роль відіграла зацікавленість вчителя у піклуванні про здоров'я молодших школярів.

Експеримент дозволив батькам та педагогу встановити тісний зв'язок у проблемі організації здоров'язберігаючого дозвілля, який став пріоритетом у даній співпраці. Батьки стали більш зацікавленими у підтримці здорового способу життя своїх дітей, а вчитель почав більше залучати їх до здоров'язберігаючого дозвілля.

Зв'язок між батьками та вчителем також зміцнився завдяки спільним заходам, які були проведені для дітей. Батьки були задіяні в організації заходів та брали участь у них. Така співпраця дала можливість використовувати взаємну довіру, яка розвивалася в процесі експерименту.

Стосунки батьків та вчителя початкових школи після експерименту характеризувалися якісно новим змістом у досліджуваному аспекті, крім того вони стали більш довірливими, що позитивно позначилося на здоров'ї дітей.

Отже, педагогічний експеримент покращив педагогічну компетентність батьків з вище зазначеної проблеми, сприяв посиленню ефективної взаємодії між вчителем та батьками у створенні здорового середовища для розвитку дітей та забезпечення їхнього фізичного та психологічного благополуччя.

2.3. Аналіз результативності експериментальної методики

Аналіз результативності експериментальної методики є ключовим елементом дослідження, оскільки дозволяє оцінити дієвість розроблених педагогічних умов партнерської взаємодії між учителем початкової школи та батьками у сфері організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей. Під час експерименту було проведено комплексне анкетування батьків і вчителів, спостереження, інтерв'ю та педагогічні вимірювання, що дало можливість виявити реальний стан партнерських стосунків, рівень обізнаності та готовності до співпраці, а також якість організації дозвілля у сім'ях учнів.

Отримані результати початкового (констатувального) етапу засвідчили недостатню системність взаємодії школи й родини, епізодичний характер спільних оздоровчих практик, а також обмеженість знань батьків щодо здоров'язберігаючих форм діяльності дітей. Водночас аналіз позицій учителів виявив потребу у створенні методичної підтримки та чітко вибудованої моделі співробітництва з батьками.

Порівняння рівнів сформованості партнерських взаємин до і після формувального етапу показало позитивну динаміку розвитку взаємодії у експериментальній групі. Після впровадження авторської програми значно зросла кількість сімей, які систематично організовують оздоровче дозвілля, а також підвищився рівень залучення батьків до шкільних заходів здоров'язберігаючого спрямування. За результатами статистичного аналізу у дітей експериментальної групи на кінець формувального етапу спостерігалось збільшення частки високого рівня сформованості показників (42%) порівняно з контрольною групою (23%) та зменшення частки низького рівня (10% проти 27%).

Впровадження інтегрованих заходів школи та родини, створення комунікативного простору для взаємодії, залучення батьків до участі у дозвіллевих ініціативах, проведення просвітницьких зустрічей забезпечили підвищення мотивації батьків і посилення їх готовності до партнерства з учителем. Діяльнісні компоненти методики (колективні форми дозвілля, спільні

родинно-шкільні заходи, інформаційна підтримка) довели свою ефективність і були позитивно оцінені учасниками освітнього процесу.

Практична значущість методики підтверджена можливістю її застосування у роботі вчителів, соціальних педагогів, педагогів-організаторів та батьківських громад, а також адаптацією до умов сучасної школи, у тому числі в період воєнного стану, що розширює перспективи її практичного використання у різних педагогічних контекстах.

Підсумовуючи, експериментальна методика забезпечила істотне підвищення ефективності партнерської взаємодії між учителем і батьками, сприяла активізації участі родин у здоров'язберігаючому дозвіллі дітей та підтвердила доцільність інтеграції зусиль школи і сім'ї у формуванні здоров'язбережувальної культури учнів. Зміни, зафіксовані у динаміці рівнів сформованості партнерських відносин, свідчать про результативність запропонованих педагогічних умов і дозволяють рекомендувати їх для широкого впровадження у практику початкової школи. «див. таблицю 2.5»

Таблиця 2.5

Порівняльна характеристика якісних і кількісних показників рівнів сформованості здоров'язберігаючої компетентності

Рівні	Контрольний клас			Експериментальний клас		
	Констату вальний експеримент	Форму вальний експеримент	Різниця	Констату вальний експеримент	Форму вальний експеримент	Різниця
Високий рівень	20 %	23 %	3 %	18 %	42 %	24 %
Середній рівень	48 %	50 %	2 %	46 %	48 %	2 %
Низький рівень	32 %	27 %	5 %	36 %	10 %	26 %

За даними таблиці у контрольному класі, де освітній процес здійснювався за традиційною моделлю, відбулися незначні зміни: частка учнів із високим

рівнем зросла лише на 3 % (з 20 % до 23 %), частка учнів із середнім рівнем — на 2 % (з 48 % до 50 %), тоді як кількість учнів із низьким рівнем зменшилася на 5 % (з 32 % до 27 %). Такі показники свідчать про природну, але повільну динаміку розвитку компетентності, що характерно для умов без цілеспрямованого педагогічного впливу.

Натомість у експериментальному класі, де впроваджувалася авторська методика партнерської взаємодії педагогів і батьків, зафіксовано значно вираженіший позитивний зсув. Частка учнів із високим рівнем сформованості здоров'язберігаючої компетентності збільшилася на 24 % (з 18 % до 42 %), що свідчить про істотне зростання індивідуальної готовності школярів до усвідомленої та активної участі у здоров'язбережувальних практиках. Кількість учнів із середнім рівнем зросла на 2 % (з 46 % до 48 %), тоді як показник низького рівня зменшився на 26 % (з 36 % до 10 %). Такі результати підтверджують високу результативність розробленої експериментальної методики.

Логічним продовженням аналізу результатів експерименту є розроблені авторські пропозиції, що подані нижче і ґрунтуються на узагальнених висновках експериментального дослідження.

Авторські пропозиції щодо удосконалення партнерських стосунків учителя початкової школи та батьків в організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей ґрунтуються на результатах проведеного аналізу педагогічного досвіду та експериментального дослідження, а також на врахуванні сучасних викликів, пов'язаних із реформуванням освітньої системи та змінами у соціокультурному середовищі.

Передусім пропонується впровадження інтегрованого формату «Школа–Сім'я–Громада», який охоплює шкільні «Дні здоров'я», родинні клуби та міські спортивні заходи, забезпечуючи єдність виховного впливу та безперервність оздоровчих активностей.

Важливою складовою є використання цифрових платформ партнерства: електронного ресурсу «Здорове дозвілля», інтерактивного календаря

активностей і дитячих щоденників спостережень. Такі інструменти допомагають подолати комунікаційні бар'єри та забезпечують прозорість співпраці між педагогами й батьками.

Рекомендовано посилити педагогічну культуру батьків шляхом організації тренінгів, майстер-класів і практикумів, а також шляхом розвитку спільної рухової діяльності. Це сприятиме формуванню необхідних знань і практичних умінь щодо підтримання здоров'я дітей у родинному середовищі. Додатково пропонується активізувати проектну діяльність через ініціативи типу «Родинний фітнес-марафон», «Зелена школа», «Тиждень без гаджетів», що формує у дітей відповідальність, організаторські навички та здатність до співпраці.

Необхідною умовою є індивідуалізація оздоровчих заходів за допомогою «Родинних карт здоров'я» й адаптації активностей до потреб конкретної сім'ї, що дозволяє оптимізувати навантаження та підвищувати результативність. Психолого-педагогічний супровід, який включає консультації та психопрофілактичну роботу, сприятиме зміцненню емоційної стійкості дітей і стабільнішому позитивному впливу оздоровчих заходів.

Систематичний моніторинг результативності — анкетування, аналіз щоденників та статистики участі — дасть можливість своєчасно коригувати освітню стратегію. Важливим напрямом також є залучення дітей і батьків до громадсько-соціальних ініціатив: спортивних клубів, «Днів родинного спорту», екологічних проєктів, що формує відчуття причетності до життя громади та сприяє розвитку соціально значущої поведінки.

Перспективним є й адаптація успішних міжнародних практик, зокрема скандинавських родинних клубів здоров'я, які поєднують фізичну активність, здорове харчування та психологічну підтримку. Такий підхід здатний забезпечити сталість взаємодії та створити сучасний центр родинного виховання здоров'я.

Таким чином, авторські пропозиції щодо удосконалення партнерських стосунків учителя початкової школи та батьків в організації

здоров'язберігаючого дозвілля передбачають створення комплексної моделі співпраці, яка об'єднує інституційні, інформаційні, культурно-спортивні та психолого-педагогічні ресурси. Реалізація зазначених рекомендацій сприятиме не лише зміцненню здоров'я дітей, але й формуванню в них стійкої мотивації до здорового способу життя, а також підвищенню якості партнерських стосунків між школою, сім'єю та громадою.

Дослідивши тему «Партнерські стосунки вчителя початкової школи та батьків в організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей», пропонуємо методичні рекомендації:

- створення відкритої та довірливої атмосфери для спілкування між вчителем та батьками, включно з обговоренням питань здоров'я та дозвілля дітей на батьківських зборах, тематичних вечорах та семінарах;
- організація спільних проєктів і активностей для дітей та батьків: заняття з фізичної культури, тематичні заходи, родинні вихідні, шкільні та громадські фестивалі здоров'я, проєкти «Родинний фітнес», «Зелена школа», «Тиждень без гаджетів»;
- підвищення педагогічної культури та здорової компетентності батьків через тренінги, майстер-класи, консультації зі спеціалістами (лікарі, дієтологи, психологи), відеоінструкції та онлайн-ресурси;
- використання цифрових платформ для партнерства: обмін методичними матеріалами, інтерактивні щоденники, календар активностей, віртуальні спортивні ігри та конкурси для дітей;
- індивідуалізація заходів за інтересами, фізичними можливостями та медичними особливостями дітей, наприклад, через «родинні карти здоров'я»;
- сприяння активній участі батьків у дозвіллі дітей та підтримка їхніх ініціатив (шкільна садиба, спільні заняття з фізкультури, кулінарні та фітнес-майстер-класи);
- психолого-педагогічний супровід: консультування батьків і вчителів, психопрофілактичні заняття для дітей, розвиток емоційної стійкості та навичок конструктивного спілкування.

Проведений аналіз результативності експериментальної методики підтвердив її ефективність у формуванні здоров'язберігаючого способу життя дітей та розвитку партнерських стосунків між вчителем і батьками. Впровадження інтегрованих заходів, цифрових платформ, спільних проєктів та психолого-педагогічного супроводу сприяло підвищенню мотивації батьків, активній участі дітей і зміцненню їхніх навичок самоорганізації та відповідальності за власне здоров'я. Авторські пропозиції та рекомендації дозволяють системно організувати здоров'язберігаюче дозвілля в шкільному, сімейному та громадському середовищі, забезпечуючи сталість і результативність партнерської взаємодії.

Висновки до розділу II

У розділі «Дослідження партнерських відносин вчителів з батьками для організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей» було проведено аналіз педагогічного досвіду та педагогічний експеримент для розробки ефективних методів взаємодії вчителя з батьками для покращення здоров'я дітей. Результати дослідження свідчать про те, що партнерські відносини між вчителем та батьками є дуже високим фактором успішної організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей.

По-перше, аналіз показав, що рівень залученості батьків у діяльність, спрямовану на підтримку фізичного, емоційного та соціального здоров'я дітей, прямо залежить від якості комунікації з педагогами. Регулярне інформування батьків про план заходів, їхні цілі та очікувані результати сприяє формуванню довіри та активного партнерства.

По-друге, встановлено, що вчителі початкових класів, які застосовують інтерактивні методи співпраці з батьками (консультації, спільні проєкти, тематичні зустрічі), досягають вищого рівня залученості батьків та більш стабільного виконання дітьми рекомендацій щодо здоров'язберігаючих

практик. Водночас пасивна комунікація або формальний характер взаємодії знижує мотивацію батьків і зменшує ефективність програм дозвілля.

По-третє, результати опитувань та спостережень свідчать про позитивний вплив партнерських стосунків на психологічний клімат у класі. Діти демонструють вищу активність, кращу адаптацію до колективних заходів та більш відповідальне ставлення до власного здоров'я, коли батьки активно взаємодіють із вчителем у плануванні та реалізації дозвіллевих програм.

По-четверте, визначено, що для оптимізації партнерства необхідним є систематичне проведення методичних заходів для педагогів щодо ефективної організації спільної роботи з батьками та формування навичок комунікації, які підтримують здоров'язберігаючі цінності. Також важливим є впровадження інноваційних підходів до дозвілля, що враховують індивідуальні потреби дітей і родин.

Отже, дослідження підтвердило, що партнерські стосунки між вчителем початкової школи та батьками є ключовим чинником ефективності організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей. Активне, взаємоповажне та орієнтоване на спільну мету партнерство сприяє підвищенню рівня фізичного та психоемоційного благополуччя дітей, формуванню позитивного соціального середовища та зміцненню довіри між педагогами й родинами.

В результаті педагогічного експерименту було розроблено рекомендації, які містять у собі практичні поради для вчителів та батьків щодо організації здорового дозвілля дітей. Авторські рекомендації включають у себе такі аспекти, як створення здорового способу життя, фізичну активність, правильне харчування та дотримання режиму дня. Ці рекомендації можуть бути використані вчителями та батьками для створення сприятливого середовища для розвитку дитини.

Отже, можна зробити висновок, що партнерські відносини між вчителем та батьками є ключовим фактором успішної організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей. Вчителі та батьки можуть взаємодіяти, використовуючи

рекомендації, розроблені в дослідженні, для створення здорового середовища для розвитку дитини.

ВИСНОВКИ

Взаємовідносини між вчителем та батьками є міцним чинником для успішної організації здорового дозвілля дітей.

Дослідження показали, що співпраця між учителем та батьками може бути покращена за допомогою різноманітних методів, таких як проведення спільних занять та заходів, залучення батьків до планування дозвілля дітей та створення діалогу між учителем та батьками.

Можна стверджувати, що взаємодія між вчителем та батьками має великий потенціал для покращення здоров'я дітей через організацію здоров'язберігаючого дозвілля. Дані дослідження в цьому напрямку можуть внести вагомий внесок у покращення цієї взаємодії та здоров'я дітей.

У процесі уточнення понять здоров'язберігаючого дозвілля та партнерських стосунків між учителем початкових класів та батьками для організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей було виявлено, що вони є ключовим критерієм для успішної роботи.

Здоров'язберігаюче дозвілля - це поняття, яке означає різноманітні форми дозвілля, спрямовані на збереження та підтримку здоров'я дітей. Воно включає в себе фізичну активність, рухові ігри, спортивні змагання, харчування та інші здорові звички, які допомагають дітям зберегти своє здоров'я та розвивати навички здорового способу життя.

Партнерські стосунки між вчителем початкових класів та батьками - це процес взаємодії та співпраці між цими двома сторонами з метою підвищення якості навчання та виховання дітей. Це включає в себе обмін інформацією, спільне планування дій, взаємодію в різних проектах та подіях, а також взаємопідтримку та співробітництво.

Дослідження здоров'язберігаючого дозвілля та партнерських стосунків дозволило нам краще зрозуміти їх взаємозв'язок з темою взаємодії вчителя початкових класів та батьків для організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей. Ці поняття можуть допомогти вчителям та батькам краще співпрацювати між собою для забезпечення здорового відпочинку дітей.

У результаті дослідження форм взаємодії вчителя початкових класів з батьками для організації здоров'язберігаючих заходів для дітей можна зробити висновок, що можливо забезпечити різноманітні форми взаємодії між вчителем та батьками, які досягають успіху в організації здоров'язберігаючих заходів для дітей. Серед таких форм співпраці можна виділити: батьківські збори, консультації з батьками, педагогічні ради, різноманітні заходи, які організовуються в школі, та індивідуальні зустрічі з батьками. Важливо, щоб форма співпраці була зрозумілою та доступною для всіх батьків, а також щоб вона дозволяла вчителю та батькам працювати разом для досягнення спільної мети - здорових та щасливих дітей.

Дослідження показало, що до впровадження авторської методики більшість учнів мали середній або низький рівень сформованості здоров'язберігаючих навичок: у експериментальному класі високий рівень становив 18 %, середній – 46 %, низький – 36 %, у контрольному класі – відповідно 20 %, 48 %, 32 %. Після впровадження методики спостерігалось значне підвищення рівня високих показників у експериментальному класі до 42 %, середній рівень знизився до 48 %, а низький – лише 10 %, що свідчить про ефективність авторської програми. У контрольному класі зміни були не настільки виразними (високий рівень – 23 %, середній – 50 %, низький – 27 %), що підтверджує позитивний вплив інтегрованих заходів та системної роботи в експериментальному класі.

Аналіз результативності методики за допомогою опитувань батьків і вчителів показав підвищення мотивації до партнерства, активну участь у дозвіллі дітей, покращення комунікативної взаємодії та зміцнення здоров'язберігаючих навичок учнів. Авторська програма «У здоровій родині – здорова дитина» передбачала інформаційно-просвітницькі заходи, практичні заняття, індивідуалізацію дозвілля, використання цифрових платформ. Такий комплексний підхід забезпечив системність, послідовність дій та інтеграцію шкільної та сімейної сфери.

Практичне застосування методики включало організацію спільних тренінгів, майстер-класів, родинних вихідних, онлайн-платформ для комунікації та моніторингу результатів, участь фахівців. Використання цифрових ресурсів дозволило подолати часові та комунікаційні

На основі отриманих даних розроблено практичні рекомендації для вчителів і батьків, що включають: створення сприятливої атмосфери спілкування, проведення зустрічей та тематичних заходів, реалізацію спільних проектів і активностей, підвищення педагогічної культури батьків через тренінги та майстер-класи, використання цифрових технологій для організації дозвілля та моніторингу результативності, а також індивідуалізацію заходів відповідно до потреб сім'ї та дитини.

Таким чином, проведене дослідження підтверджує, що інтегрована модель здоров'язберігаючого дозвілля «Школа–Сім'я–Батьки» є ефективним інструментом формування партнерських стосунків між вчителем і батьками та розвитку здорового способу життя учнів. Впровадження авторської методики дозволяє створити системну, послідовну та практично орієнтовану модель роботи, яка забезпечує не лише підвищення фізичного та психічного здоров'я дітей, а й формування відповідального ставлення батьків до організації дозвілля та партнерства зі школою. Запропоновані авторські пропозиції та рекомендації можуть бути використані для впровадження подібних програм у практику інших шкіл, що сприятиме поширенню ефективних форм співпраці та розвитку здоров'язберігаючого середовища.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Азаров Ю. І. Педагогіка партнерства як умова формування активної життєвої позиції молодших школярів. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія: Педагогіка, соціальна робота. 2017. Вип. 2 (41). С. 13–16.
2. Бех І. Д. Виховання особистості: Сходження до духовності: навч.-метод. посіб. Київ: Либідь, 2015. 280 с.
3. Бібік Н. М. Нова українська школа: poradnik dla vchytelja. Київ: Літера ЛТД, 2018. 160 с.
4. Боднарчук Г. Фізіологічні основи здоров'я людини. Біологія. Шкільний світ. 2006. № 23–24. С. 1–64.
5. Бойченко Т. Є. Здоров'язбережувальна компетентність як ключова в освіті України. Основи здоров'я і фізична культура. 2008. № 11–12. С. 6–7.
6. Великий тлумачний словник сучасної української мови / уклад. і голов. ред. В. Т. Бусел. Київ; Ірпінь: Перун, 2005. 1728 с.
7. Ветрова С. Є. Батьки і початкова школа: Партнерство заради дитини. Харків: Ранок, 2009. 160 с.
8. Взаємодія вчителів та батьків на шляху формування в учнів готовності до самореалізації. Науково-практична конференція. URL: <https://conf.zippo.net.ua/?p=296> (дата звернення: 06.02.2023).
9. Взаємодія школи і сім'ї у вихованні дітей та молоді. URL: https://pidru4niki.com/17760507/pedagogika/vzayemodiya_shkoli_simyi_vihovanni_ditey_molodi (дата звернення: 06.02.2023).
10. Взаємодія школи і сім'ї — важлива умова ефективності освітнього процесу. URL: <https://naurok.com.ua/vistup-na-pedagogichniy-radi-vzaemodiya-shkoli-i-sim-vazhliva-umova-efektivnosti-osvitnogo-procesu-y-25726.html> (дата звернення: 06.02.2023).

11. Виноградова Т. В. Батьківські збори. (Серія: Класний керівник). Харків: Вид. група «Основа», 2006. 237 с.
12. Виноградова Т. В. Взаємодія батьків і педагогів — необхідна умова для виховання нового покоління. Педагогічна скарбниця Донеччини. 2003. № 2. С. 51–52.
13. Гаркуша С. В. Здоров'язбережувальна складова освіти: навчально-методичний посібник. Харків: Харківська академія неперервної освіти, 2024. 106 с.
14. Гончаренко С. У. Український педагогічний словник. Вид. 2-ге, стереотип. Київ: Либідь, 2011. 496 с.
15. Грибан В. Г. Валеологія: підруч. для студ. вищ. навч. закл. Київ: ЦУЛ, 2008. 214 с.
16. Гридчук Н. О. Взаємодія школи і сім'ї як важлива складова формування особистості. URL: <https://www.cuspu.edu.ua/ua/ntmd/konferentsiy/vseukrainska-naukovo-praktychna-internet-konferentsiia-psykholohichni-umovy-stanovlennia-osobystosti-u-suchasnomu-suspilstvi/prohrama/6225-vzayemodiya-shkoly-i-simyi-yak-vazhlyva-skladova-formuvannya-osobystosti> (дата звернення: 06.02.2023).
17. Гузій Н. В. Професійна підготовка майбутніх педагогів до співпраці з батьками в умовах модернізації освітньої системи. Педагогічний альманах. 2017. Вип. 35. С. 27–33.
18. Дубасенюк О. А. Інноваційні технології професійної підготовки педагогів. Вісник Житомирського державного університету імені Івана Франка. Педагогічні науки. 2014. Вип. 4 (76). С. 132–137.
19. Закон України «Про освіту». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text> (дата звернення: 06.02.2023).
20. Звекова В. К. Теоретичні засади дослідження проблеми організації здоров'язберігаючого дозвілля школярів. Науковий вісник

Південноукраїнського державного педагогічного університету ім. К. Д. Ушинського: зб. наук. пр. Одеса, 2008. Вип. № 1–2. С. 31–39.

21. Звекова В. К. Шляхи та засоби підготовки студентів до організації здоров'язберігаючого дозвілля школярів: метод. рек. Ізмаїл, 2008. С. 6–36.

22. Здоровий спосіб життя – запорука здоров'я дитини. Блоги БДМУ. 2019. URL: <https://www.bsmu.edu.ua/blog/5253-zdoroviy-sposib-zhittya-zaporuka-zdorov-ya-ditini/> (дата звернення: 06.02.2023).

23. Калиниченко І. О. Формування здоров'я школярів в умовах навчально-виховного закладу. Довкілля та здоров'я. 2003. № 3. С. 59–61.

24. Ковальчук В. А. Педагогіка партнерства у професійній діяльності вчителя: навч. посіб. Житомир: Вид-во ЖДУ, 2020. 120 с.

25. Комплексна програма «Фізичне виховання – здоров'я нації». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/963%D0%B0/98#Text> (дата звернення: 06.02.2023).

26. Концепції «Нова українська школа». URL: <https://mon.gov.ua/tag/nova-ukrainska-shkola?&tag=nova-ukrainska-shkola> (дата звернення: 06.02.2023).

27. Концепція формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді, затверджена наказом Міністерства освіти і науки України від 21.06.2004 року № 605.

28. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. Київ: Радянська школа, 1989. 607 с.

29. Коцур Н. Здоров'язберігальні технології у процесі підготовки майбутніх учителів. Гуманітарний вісник ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди»: зб. наук. пр. Переяслав-Хмельницький, 2011. Вип. 21. С. 124–128.

30. Краще разом. Що таке педагогіка партнерства і навіщо вона в НУШ. Нова українська школа. 2019. URL: <https://nus.org.ua/2019/06/20/pedagogika->

[partnerstva-shho-tse-take-ta-yak-zrozumity-chy-vona-ye-u-shkoli/](#) (дата звернення: 06.02.2023).

31. Лежєпєокова С. Л. Батькам про зміцнення здоров'я дітей. URL: <https://naurok.com.ua/rekomendaci-batkam-na-temu-zmicnennya-zdorov-ya-ditey-161906.html> (дата звернення: 06.02.2023).

32. Лєонов О. Щоб бути здоровим. Початкова школа. 2005. № 1. С. 59–60.

33. Лисенко Н. А. Педагогічна комунікація як чинник ефективного партнерства суб'єктів освітнього процесу. Педагогічний альманах. 2018. Вип. 39. С. 168–174.

34. Манойло Т. В. Поради батькам. Роль батьків в організації змістовного дозвілля дітей. URL: <https://naurok.com.ua/poradi-batkam-rol-batkiv-y-organizaci-zmistovnogo-dozvillya-ditey-176665.html> (дата звернення: 06.02.2023).

35. Методичні рекомендації "Педагогіка партнерства в умовах Нової української школи". Naurok. 2021. URL: <https://naurok.com.ua/metodichni-rekomendaci-pedagogika-partnerstva-v-umovah-novo-ukra-nsko-shkoli-285358.html> (дата звернення: 06.02.2023).

36. Міжгалузева комплексна програма «Здоров'я нації». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/14-2002-%D0%BF#Text> (дата звернення: 06.02.2023).

37. Національна програма «Діти України». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/63/96#Text> (дата звернення: 06.02.2023).

38. Нова українська школа: організація взаємодії з батьками учнів початкової школи: навч.-метод. посіб. / Т. М. Бабко, О. В. Банах, А. В. Вознюк та ін. Київ: Видавничий дім «Освіта», 2020. С. 5–35.

39. Овчаренко Н. П. З досвіду роботи школи сприяння здоров'ю, аналіз, цікава інформація та педагогічні ідеї, які знайшли своє відображення в освітньому процесі. URL: <https://naurok.com.ua/z-dosvidu-roboti-shkoli->

spriyannya-zdorov-yu-analiz-cikava-informaciya-ta-pedagogichni-ide-yaki-znayshli-svo-vidobrazhennya-v-osvitnomu-procesi-282647.html (дата звернення: 06.02.2023).

40. Омельченко С. Здоров'я та здоровий спосіб життя людини: погляди, думки, висновки. Рідна школа. 2005. № 7. С. 6–10.

41. Оржеховська В. М. Взаємодія навчального закладу і сім'ї: стратегії, технології і моделі. Харків: Видавництво «Точка», 2007. 192 с.

42. Паскевська Ю. А., Щербина Д. В. Педагогічні засади організації просвіти батьків у загальноосвітніх, позашкільних закладах: метод. рек. Київ: ІПОД імені Івана Зязюна НАПН України, 2019. 105 с.

43. Педагогіка партнерства: як успішно взаємодіяти з батьками. Naurok. 2019. URL: <https://naurok.com.ua/post/pedagogika-partnerstva-yak-uspishno-vzaemodiyati-z-batkami> (дата звернення: 06.02.2023).

44. Петрова І. Становлення та розвиток педагогіки дозвілля в Україні у 20-ті роки ХХ ст. Рідна школа. 2005. № 4. С. 71–74.

45. Пехота О. М. Освітні технології: навч.-метод. посіб. Київ: А.С.К., 2004. 256 с.

46. Польський досвід педагогіки партнерства: говорити з батьками. Нова українська школа. 2018. URL: <https://nus.org.ua/2017/09/25/pedagogika-partnerstva-polskyj-dosvid/> (дата звернення: 06.02.2023).

47. Поради турботливим батькам: як зберегти здоров'я школяра. Тульчинська РДА. URL: <https://tulchin-rda.gov.ua/news/poradi-turbotlivim-batkam-yak-zberegiti-zdorovya-shkolyara/> (дата звернення: 06.02.2023).

48. Режим дня учнів початкової школи. Learning.ua. 2018. URL: <https://learning.ua/blog/201811/rezhym-dnia-uchniv-pochatkovo-shkoly/> (дата звернення: 06.02.2023).

49. Савченко О. Здоров'язберігаючий вимір шкільної освіти. Педагогічна газета. 2006. № 8. С. 1–2.

50. Сало О. М. Здоров'язберігаючі технології в початковій школі. URL: http://oksanasalo.blogspot.com/p/blog-page_42.html (дата звернення: 06.02.2023).
51. Соціально-педагогічне партнерство як форма взаємодії школи і сім'ї: навч.-метод. посіб. / за ред. М. І. Бабко. Харків: ХАНО, 2020. 158 с.
52. Спіченко Г., Серцева Г., Пахомова Н., Левкович О. Система роботи школи щодо збереження здоров'я учнів. Початкова школа. 2009. № 2. С. 33–38.
53. Статут ВООЗ. URL: <https://ips.ligazakon.net/document/MU46004> (дата звернення: 06.02.2023).
54. Сухомлинський В. О. Сто порад учителям. Вибрані твори: у 5 т. Київ: Рад. шк., 1976. Т. 2. С. 417–654.
55. Сухомлинський В. О. Серце віддаю дітям. Вибрані твори: у 5 т. Київ: Рад. шк., 1977. Т. 3. 670 с.
56. Сучасні технології збереження здоров'я учнів: кращий досвід: метод. посіб. / ІТЗН НАПН України. 2018. 244 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/705367/> (дата звернення: 06.02.2023).
57. Сущенко Л. П. Здоровий спосіб життя людини як об'єкт соціального пізнання: автореф. дис. ... канд. філос. наук: 09.00.03 / Запоріж. держ. ун-т. Запоріжжя, 1997. 25 с.
58. Троцько Г. В. Роль сім'ї та школи у формуванні здоров'язберігаючого дозвілля молодших школярів. Теорія та методика навчання та виховання. 2017. Вип. 43. С. 136–142.
59. Указ Президента України «Про заходи щодо розвитку духовності, захисту молоді та формування здорового способу життя громадян» від 27.04.1999 № 456. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/456/99#Text> (дата звернення: 06.02.2023).
60. Указ Президента України «Про невідкладні додаткові заходи щодо зміцнення моральності у суспільстві та утвердження здорового способу життя» від 15.03.2002 № 258/2002. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/258/2002#Text> (дата звернення: 06.02.2023).

61. Формування здоров'язберезувальних компетентностей школярів через взаємодію вчителя та учнів. Naurok. URL: <https://naurok.com.ua/formuvannya-zdorov-yazberezhuvalnih-kompetentnostey-shkolyariv-cherez-vzaemodiyu-vchitelya-ta-uchniv-48423.html> (дата звернення: 06.02.2023).
62. Формування навичок здорового способу життя: з досвіду роботи вихователя. Золочівський інтернат. 2015. URL: <https://zolointernat.ck.ua/wp-content/uploads/2015/09/Zhiliaeva.pdf> (дата звернення: 06.02.2023).
63. Цуркан Л. Форми роботи з батьками. Директор школи. 2010. № 5. С. 56–59.

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета для батьків щодо організації дозвілля дітей

1. Як часто ваша дитина займається фізичними вправами?

- Щоденно.
- Кілька разів на тиждень.
- Рідко.
- Ніколи.

2. Чи берете ваша дитина участь у спортивних змаганнях?

- Так.
- Ні.

3. Як часто ваша родина готує здорову їжу вдома?

- Щоденно.
- Кілька разів на тиждень.
- Рідко.
- Ніколи.

4. Якими видами діяльності ви б хотіли, щоб займалася ваша дитина в рамках здоров'язберігаючого дозвілля? (Виберіть усі, що підходять)

- Спортивні змагання.
- Велоспорт.
- Плавання.
- Танці.
- Їзда на коні.
- Вишивання, рукоділля та інші творчі заняття.
- Літні табори та екскурсії.

5. Який ви очікуєте результат після занять із здоров'язберігаючих видів діяльності? (Виберіть усі, що підходять)

- Покращення фізичного здоров'я.
- Покращення настрою та душевного стану.
- Розвиток соціальних навичок та спілкування з ровесниками.
- Розвиток творчих здібностей та інтересів.
- Запобігання втоми.

6. Які з наступних факторів ускладнюють організацію здоров'язберігаючого дозвілля для вашої сім'ї? (Виберіть усі, що підходять)

- Недостатньо часу.
- Відсутність підходящих спортивних майданчиків або стадіонів поруч з домом.
- Недостатньо фінансових можливостей.
- Відсутність належного обладнання або інвентарю для зайнятості.
- Недостатньо знань про те, як організувати здоров'язберігаюче дозвілля.

7. Чи має ваша дитина будь-які медичні проблеми, які можуть ускладнити здоров'язберігаюче дозвілля?

- Так.
- Ні.

8. Які з наступних заходів ми могли б реалізувати для забезпечення здоров'язберігаючого дозвілля для вашої дитини? (Виберіть усі, що підходять)

- Організація спортивних змагань для дітей.
- Проведення заняття з фітнесу або йоги.
- Розвиток інтересу до активного життєвого стилю через різноманітні ігри та активності.
- Індивідуальні заняття з тренером.
- Розвиток здорового харчування через навчання приготування здорових страв.

9. Чи маєте ви які-небудь рекомендації для нашої школи щодо покращення програми здоров'язберігаючого дозвілля?

10. Якщо ваша дитина займається якою-небудь спортивною дисципліною поза школою, будь ласка, вкажіть.

Опитування для вчителів

Тема: Партнерські стосунки вчителя початкової школи та батьків в організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей

Мета: з'ясувати практику, ставлення, бар'єри та потреби вчителів щодо співпраці з батьками для організації здоров'язберігаючого дозвілля.

Інструкція для респондента (текст для початку анкети):
Доброго дня! Це опитування — частина кваліфікаційної роботи. Ваші відповіді конфіденційні і використовуються лише в узагальненому вигляді. Заповнення займає ~8–12 хв. Якщо ви згодні брати участь — продовжуйте. Дякую за допомогу!

Частина 1. Демографічні дані

1. Вік: ____ років
2. Стать: ☐ Жіноча ☐ Чоловіча ☐ Інше/Відмовляюсь відповідати
3. Стаж роботи вчителем: ☐ до 3 років ☐ 3–7 років ☐ 8–15 років ☐ понад 15 років
4. Клас(и), з якими працюєте: _____
5. Тип закладу: ☐ сільський ☐ міський ☐ інтернат/спеціалізований ☐ інший: _____
6. Чи маєте ви додаткову підготовку з валеології/здоров'язбереження/педагогіки сім'ї? ☐ Так ☐ Ні (якщо «Так» — вкажіть): _____

Частина 2. Практика і доступні форми співпраці

(питання з вибором)

1. Які форми роботи з батьками ви регулярно використовуєте? (можна кілька варіантів)
☐ батьківські збори ☐ індивідуальні консультації ☐ спільні заходи (День здоров'я, естафети) ☐ онлайн-спілкування (Viber/групи) ☐ тренінги для батьків
☐ візити в сім'ю ☐ нічого з перерахованого ☐ інше: _____

2. Чи організовуєте ви/ваш клас заходи з оздоровчого дозвілля за участю батьків?

☐ Так, регулярно ☐ Іноді ☐ Ніколи

Частина 3. Шкала ставлення та самооцінки

(1 — повністю не згоден, 2 — не згоден, 3 — нейтрально, 4 — згоден, 5 — повністю згоден)

Поставте, будь ласка, оцінку кожному твердженню:

1. Я вважаю, що участь батьків є важливою для організації здоров'язберігаючого дозвілля дітей. ☐1 ☐2 ☐3 ☐4 ☐5
2. Я маю достатньо знань, щоб порадити батькам, як організувати оздоровче дозвілля для дітей. ☐1 ☐2 ☐3 ☐4 ☐5
3. Мені легко залучати батьків до спільних шкільних заходів. ☐1 ☐2 ☐3 ☐4 ☐5
4. У моїй школі існує усталена система взаємодії з батьками з питань дозвілля. ☐1 ☐2 ☐3 ☐4 ☐5
5. Батьки зацікавлені в оздоровчих ініціативах для дітей. ☐1 ☐2 ☐3 ☐4 ☐5
6. Я отримую від керівництва достатню підтримку у проєктах зі здоров'язбереження. ☐1 ☐2 ☐3 ☐4 ☐5
7. Інформаційні канали (групи, листи, зустрічі) ефективні для інформування батьків про дозвілля. ☐1 ☐2 ☐3 ☐4 ☐5
8. Я регулярно впроваджую інноваційні (онлайн/інтерактивні) форми співпраці з батьками. ☐1 ☐2 ☐3 ☐4 ☐5
9. Я відчуваю, що спільні заходи позитивно впливають на здоров'я і поведінку дітей. ☐1 ☐2 ☐3 ☐4 ☐5
10. Я потребую додаткових методичних матеріалів щодо організації здоров'язберігаючого дозвілля. ☐1 ☐2 ☐3 ☐4 ☐5

Частина 4. Бар'єри та ресурси (вибір + ранжування)

1. Які основні бар'єри для співпраці з батьками ви вбачаєте? *(виберіть до 3 найважливіших)*

☐ брак часу у батьків ☐ брак мотивації ☐ низька педагогічна культура ☐

фінансові обмеження ☐ відсутність підтримки адміністрації ☐
віддаленість/логістика ☐ інше: _____

2. Які ресурси/підтримка були б для вас найкорисніші? *(виберіть до 3)*

☐ методичні матеріали/поради ☐ тренінги для вчителів ☐ готові сценарії заходів
☐ фінансова підтримка ☐ волонтерська допомога ☐ інформаційні платформи ☐
інше: _____

Частина 5. Відкриті питання

1. Назвіть, будь ласка, два приклади шкільних заходів або ініціатив із залученням батьків, які ви вважаєте найбільш вдалим (коротко)

2. Які ще форми співпраці з батьками щодо здоров'язберігаючого дозвілля ви б хотіли бачити/впровадити? _____

3. Які конкретні труднощі виникали у вас при організації спільних заходів із батьками? Як ви їх долали? _____

4. Додаткові коментарі або пропозиції щодо поліпшення співпраці «вчитель — батьки» у питанні дозвілля: _____

Інструкція для кодування й обробки

Шкала Лайкерта (9–18): кожна відповідь кодується 1–5; сумарний бал шкали = сума по 10 питаннях (мінімум 10, максимум 50).

10–20 — низький рівень (слабка готовність/ресурси/ставлення)

21–35 — середній рівень

36–50 — високий рівень (суттєва готовність і позитивне ставлення)

(Ці межі можна скорегувати в залежності від розподілу даних.)

Бар'єри/ресурси (питання 19–20): порахувати частки/відсотки респондентів, які обрали кожен варіант; ранжувати топ-3 проблем та потреб.

Відкриті питання: тематичний (контент) аналіз — виокремити ключові теми й навести цитати-ілюстрації (анонімно).

Рекомендований розмір вибірки: мінімум 10–30 вчителів для первинного аналізу.

Додаток В

Опитувальник «Я і моє дозвілля» для учнів

Цей опитувальник призначений для збору інформації про структуру вільного часу учнів та їхнє ставлення до різних видів діяльності.

Інструкція для учнів: Оберіть варіант відповіді, який найкраще відповідає дійсності. Якщо є позначка (До 3 варіантів), оберіть декілька.

Блок А. Кількісні та структурні показники

1. Скільки часу на тиждень (приблизно) ти витрачаєш на дозвілля та відпочинок?

- А) До 5 годин
- Б) 6–10 годин
- В) 11–15 годин
- Г) Більше 15 годин

2. Скільки часу ти щодня проводиш в Інтернеті/за комп'ютером/смартфоном з метою дозвілля?

- А) До 1 години
- Б) 1–3 години
- В) 3–5 годин
- Г) Більше 5 годин

3. З ким ти найчастіше проводиш свій вільний час?

- А) З друзями
- Б) З родиною
- В) Наодинці
- Г) Зі своїм партнером/партнеркою (якщо є)
- Г) Інше (вказіть)

4. Як ти дізнаєшся про нові способи/місця для проведення дозвілля?

- А) З соціальних мереж та Інтернету
- Б) Від друзів та знайомих
- В) Від родини
- Г) Із зовнішньої реклами/ЗМІ

Г) Самостійно шукаю інформацію

Блок Б. Якісні та змістовні показники

1. Яким видам діяльності ти віддаєш перевагу у вільний час? (Обери до 3 варіантів)

- А) Перегляд фільмів/серіалів/відео, прослуховування музики
- Б) Спілкування у соціальних мережах, месенджерах, онлайн-ігри
- В) Читання книг (не обов'язкових за шкільною програмою)
- Г) Заняття спортом, активний відпочинок на свіжому повітрі
- Г) Хобі (малювання, музика, рукоділля, програмування тощо)
- Д) Допомога батькам по господарству, волонтерство
- Е) Відвідування гуртків, секцій, додаткові заняття
- Є) Відвідування культурних заходів (кіно, театри, виставки)

2. Яку мету ти найчастіше переслідуєш, займаючись дозвіллям?

- А) Відновлення сил та відпочинок
- Б) Отримання нових знань та навичок (саморозвиток)
- В) Спілкування та налагодження соціальних зв'язків
- Г) Заповнення часу, щоб не нудьгувати

3. Чи вважаєш ти своє дозвілля корисним та змістовним?

- А) Так, завжди
- Б) Здебільшого так
- В) Іноді
- Г) Ні, здебільшого це марна трата часу

4. Чи відчуваєш ти, що маєш достатньо часу для своїх захоплень та відпочинку?

- А) Так, повністю вистачає
- Б) Здебільшого вистачає
- В) Не вистачає
- Г) Категорично не вистачає

Тест на рівень знань про здоров'я для учнів 3 класу

Інструкція: Оберіть один правильний варіант відповіді для кожного питання.

1. Чому важливо мити руки з милом перед їдою та після прогулянки?
 - А) Щоб руки були завжди мокрі.
 - Б) Щоб з'їсти смачніше.
 - В) Щоб змити мікроби та бруд.
 - Г) Щоб не забруднити стіл.
2. Яка їжа є найбільш корисною для міцних зубів і кісток?
 - А) Цукерки та тістечка.
 - Б) Молоко, сир та йогурт.
 - В) Солодка газована вода.
 - Г) Чіпси.
3. Як активні ігри та заняття спортом (біг, стрибки) допомагають твоєму здоров'ю?
 - А) Зміцнюють м'язи та серце, дають багато енергії.
 - Б) Допомагають швидше сидіти на місці.
 - В) Покращують настрій лише на 5 хвилин.
 - Г) Змушують швидко стомлюватися.
4. Де найбезпечніше переходити дорогу, коли ти сам(а)?
 - А) Де тобі зручно.
 - Б) На повороті дороги.
 - В) На пішохідному переході («зебрі»).
 - Г) У тому місці, де ніхто не їде.
5. Скільки разів на день потрібно чистити зуби, щоб вони були здоровими?
 - А) Один раз на тиждень.
 - Б) Вранці та ввечері.
 - В) Тільки коли вони болять.
 - Г) Після кожного уроку.

6. Чому важливо для школяра достатньо спати вночі?

А) Щоб не хотіти їсти вночі.

Б) Щоб краще грати в ігри.

В) Щоб мати гарний настрій, добре вчитися і мати сили.

Г) Щоб не бачити снів.

7. Що потрібно зробити, коли ти чхаєш або кашляєш, щоб не заразити друзів?

А) Закрити обличчя руками.

Б) Закрити рот і ніс згином ліктя або паперовою серветкою.

В) Нічого не робити.

Г) Швидко відвернутися.

8. Який напій є найкориснішим для твого тіла щодня?

А) Солодка газована вода.

Б) Пакетований сік.

В) Тепле молоко.

Г) Чиста питна вода.

9. Що таке «їжа-сміття» (junk food)?

А) Їжа, яка дуже дешево коштує.

Б) Їжа, що містить багато цукру і жиру, але мало вітамінів (наприклад, чипси, солодощі).

В) Їжа, яку не люблять дорослі.

Г) Їжа, яку не можна їсти в школі.

10. Що тобі варто зробити, якщо ти відчуваєш дуже сильний гнів, образу чи сум?

А) Кричати на друзів.

Б) Зламати іграшку.

В) Поділитися своїми почуттями з дорослим, якому довіряєш (батьками, вчителем).

Г) Сховатися і нікому не говорити.

Ключ до тесту (Обґрунтування)

1. В) Щоб змити мікроби та бруд. (Гігієна рук – це захист від хвороб).
2. Б) Молоко, сир та йогурт. (Ці продукти багаті на кальцій, який потрібен для кісток і зубів).
3. А) Зміцнюють м'язи та серце, дають багато енергії. (Фізична активність робить тіло сильним і витривалим).
4. В) На пішохідному переході («зебри»). (Це спеціально позначене, найбезпечніше місце для переходу).
5. Б) Вранці та ввечері. (Це мінімальна норма для запобігання карієсу).
6. В) Щоб мати гарний настрій, добре вчитися і мати сили. (Сон відновлює мозок і тіло, щоб бути готовим до нового дня).
7. Б) Закрити рот і ніс згином ліктя або паперовою серветкою. (Це запобігає поширенню мікробів у повітрі).
8. Г) Чиста питна вода. (Вода необхідна для роботи всіх органів, вона найкраще втамовує спрагу).
9. Б) Їжа, що містить багато цукру і жиру, але мало вітамінів (наприклад, чипси, солодоші). (Така їжа не дає організму корисних речовин).
10. В) Поділитися своїми почуттями з дорослим, якому довіряєш (батьками, вчителем). (Розмова допомагає заспокоїтися та знайти рішення).

Пам'ятка для батьків

1. Будьте прикладом для своїх дітей у ставленні до свого здоров'я.
2. Ведіть здоровий спосіб життя.
3. Займайтеся фізичною культурою, виконуйте вранці вправи ранкової гігієнічної гімнастики.
4. Практикуйте вдома систему оздоровлення всіх членів родини.
5. Організуйте сімейні прогулянки на природу.
6. Пам'ятайте, що здоровий спосіб життя – це активний відпочинок і здоровий мікроклімат у родині.
7. Не паліть і не вживайте спиртних напоїв в присутності дітей. Пам'ятайте! Діти схильні імітувати ваші дії.
8. Впроваджуйте різноманітні форми роботи з валеологічного виховання, спрямовані на формування в дітей уявлень про правила безпечної поведінки під час ігор, про можливості людського організму, про користь рухової активності, здоровий спосіб життя.
9. Привчайте дітей щоденно піклуватися про своє здоров'я:
 - виконувати різні фізичні вправи;
 - правильно харчуватися;
 - загартовуватись;
 - спілкуватися з друзями;
 - дотримуватися режиму дня;
 - знаходити час для розваг на свіжому повітрі.

Додаток Д

Батьківська зустріч «Здоров'я дитини: чи потрібно виховувати
«здоров'я»?»

Мета: визначити рівень сформованості культури здоров'я в родині; опрацювати критерії, за якими вимірюють культуру здоров'я у дитини; націлити батьків на роботу у цьому напрямі.

Хід зустрічі

Доброго вам дня!

Вплив батьків на дитину сильніший за інший. Звичайно, домашній вогник визначає наскільки щасливою, захищеною, врівноваженою, і здоровою росте дитина, як вона почуває себе серед дорослих, однолітків, дітей іншого віку, наскільки впевнена в собі і своїх здібностях, наскільки доброзичлива чи байдужа, як реагує на незнайому ситуацію, чи є вона психічно та фізично здоровою, звичайно дім найсильніше впливає на дитину.

Тема нашої зустріч **«Здоров'я дитини: чи потрібно «виховувати» здоров'я?»**

Як ви думаєте, про що сьогодні йтиме мова? *(висловлювання батьків)*

Проблема підтримки і контролю за здоров'ям дітей в процесі навчання і виховання є однією з пріоритетних в сучасному суспільстві.

Якими б не були батьки, вони завжди з впевненістю відповідатимуть на питання: «Чи піклуєтесь ви про здоров'я своєї дитини?» А як ми піклуємося, чи вміємо виявляти турботу про здоров'я дітей. Над цим ми не замислювались. Даваймо сьогодні розглянемо це питання і визначимо головні критерії здоров'я дітей.

Вправа «Знайомство».

Мета: створити умови для тіснішого спілкування батьків між собою.

Всі учасники, сидячи у колі, передають один одному іграшку. Той, у кого вона опиниться в руках, називає своє ім'я та ім'я дитини, яка навчається в

цьому класі, добирає прикметник на першу літеру імені своєї дитини, що характеризував би її (наприклад: «Я-мама Оленки, вона у мене охайна»).

Прийняття правил.

Правила поведінки важливі в житті людини та суспільства. Вони допомагають регулювати взаєностосунки людей. Для продуктивної праці в групі, щоб кожен учасник почувався комфортно і міг діяти ефективно потрібно ухвалити правила.

Я пропоную такі:

- Говорити чітко і конкретно.
- Правило «піднятої руки».
- Бути активним, брати участь у всіх видах діяльності.
- Правило гарного настрою.

Приймаємо правила? Починаємо працювати.

Мозковий штурм «Здоров'я – це...»

Пропоную вам дати відповідь на питання : «Які асоціації виникають у вас, коли ви чуєте слова «здоров'я» і «здорова дитина»?

Висновок: Здоров'я – це стан повного фізичного, духовного та соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб або фізичних вад. На жаль, статистика стану здоров'я школярів сьогодні свідчить, що через недотримання здоров'язберігаючих принципів в організації навчально-виховного процесу зростає кількість гострих та хронічних захворювань, погіршуються показники фізіологічного та психічного розвитку дітей і підлітків.

Вправа «Моє очікування від заняття».

Мета: визначити, що очікує батько від цієї зустрічі, чого прагне.

Для цієї вправи необхідно підготувати на цупкому папері малюнок з двома островами. Батькам перед початком зустрічі слід роздати стікери у вигляді човників – кораблів двох кольорів. На рожевому батьки напишуть свої

очікування від заняття і приклеять їх на «Острів сподівань», зеленому - буде використано пізніше.

Серед багатьох цінностей, якими дорожить людина, особливе місце займає здоров'я. Тільки фізично і психічно здорова людина може реалізувати закладені в неї природою потенційні можливості, відчувати себе активним і повноцінним членом суспільства.

Культуру здоров'я школярів ми розглядаємо як найвищу умову їхньої найбільш повної самореалізації, активного життя, їхнього щастя.

Вправа «Побудуй «Дерево життя».

Шановні батьки!

На дитячий організм щомиті впливає величезна кількість найрізноманітніших факторів, кожен з яких позитивно чи негативно позначається на її здоров'ї. Давайте разом визначимо фактори, що впливають на організм дитини і на наш також.

Всі батьки об'єднуються у три групи за кольором квітки і отримують завдання:

1. На жовтих листочках написати фактори, які позитивно впливають на здоров'я.
2. На червоних листочках написати фактори, які негативно впливають на здоров'я.

(батьки відповідають і вивішують висловлювання на дерево)

Усі перераховані вами фактори можна об'єднати в чотири групи:

спадковість; довкілля, екологія; медичне обслуговування; спосіб життя.

- Усі ці групи факторів, певна річ, впливають на наше здоров'я. Але який вплив важливіший? Які фактори впливають більш суттєво? Над цими запитаннями думали спеціалісти зі Всесвітньої Організації Охорони Здоров'я.

- Будь ласка, попрацюйте зараз у групах і подумайте над таким запитанням: «На скільки відсотків здоров'я людини залежить:

- від батьків, що дали відповідну спадковість;
- від довкілля;
- від медицини, котра обслуговує нас;
- від самої людини, від способу життя, який вона веде?»

Цікаво, чи співпадуть ваші погляди і думки експертів ВООЗ.

(Обговорення (1хв), вчитель занотовує відповіді на дошці.)

Наше здоров'я залежить від таких факторів:

- спадковості – на 20%;
- рівня медицини – на 10%;
- екології – 20%;
- способу життя – на 50%.

За даними ВООЗ ми бачимо, що стан здоров'я на 50% залежить від самої людини. Тому, від того, яким буде рівень культури здоров'я наших дітей, який спосіб життя вони вестимуть, залежатиме їх здоров'я.

Весела перерва (конкурс для батьків). Розминка «Фотограф»

1. В які дні тижня у вашої дитини уроки фізичної культури?
2. Якого кольору зубна щітка у вашої дитини?
3. Який вид спорту вона любить?
4. Чи робить ваш син чи ваша дочка ранкову зарядку?
5. Найулюбленіша справа вашої дитини?
6. Яка улюблена гра у неї?
7. Скільки раз на день ваша дитина чистить зуби?
8. Скільки часу вона проводить за комп'ютером?
9. Де ваша дитина робить домашнє завдання?
10. О котрій годині ваша дитина лягає спати?

Сміх – союзник відпочинку. Він знімає почуття втоми. «Вітамін сміху» дітям необхідний так само, як і вітамін росту та всі інші вітаміни.

Сьогодні гарний день. І ми зібрались обміркувати важливі проблеми. Залишимо пам'ять про цей день і разом сфотографуємось. Зафіксуйте ваш емоційний стан. Увага! Знімаю!

Групова робота «Створення здоров'язберігаючого середовища в родині»

Мета: визначити шляхи формування культури здоров'я дитини в родині.

(Аркуші паперу – 1 на групу)

Робота в групах

Батьки об'єднуються в три групи: за кольором. Групи працюють упродовж 10 хв.

Завдання для груп:

1)- *Що ми, батьки, можемо зробити задля того, щоб наша дитина була здоровою?*

2) - *Що ми, батьки, разом із дитиною можемо зробити, щоб дитина була здоровою?*

3)- *Що нам, батькам, заважає формувати культуру здоров'я наших дітей?*

Презентація роботи груп.

Колективний підсумок «Як «виховувати здоров'я?».

Кожна людина повинна берегти і зміцнювати своє здоров'я. Іграшку, книжку, одяг можна купити за гроші, але здоров'я не купиш. Саме тому, з раннього дитинства треба дотримуватись здорового способу життя. Дотримуючись здорового способу життя ми і наші діти будемо здорові. Тому, рекомендації, надані видатним українським педагогом В. О. Сухомлинським, допоможуть загартувати дитину, виховати її здоровою. Він рекомендував звертати увагу на такі критерії здоров'я.

Поради В. О. Сухомлинського

- 1. Раціональне і збалансоване харчування, здорова їжа.**
- 2. Загартування**
- 3.Свіже повітря**
- 4. Рухова активність**
- 5. Фізична праця**
- 6. Спортивні ігри**

7. Спілкування з природою

8. Гігієна

9. Купання

10. Дотримання режиму дня

Рефлексія «Чи справдилися мої очікування від зустрічі?»

Мета: отримати зворотний зв'язок від батьків; визначити рівень досягнення результату проведеної зустрічі.

Батьки, тепер уже на зеленому човнику, записують свої враження і приклеюють на «Острів звершень».

Роздавання буклетів.

Мета: зафіксувати матеріал, опрацьований на зустрічі, надати можливість батькам ще раз удома обміркувати порушену проблему.

- Шановні батьки! Бажаю вам: здоров'я!

Додаток Е

Уривок ранкової зустрічі присвяченої Святому Василю

14 січня відзначають Старий Новий рік або день Святого Василя. Які традиції та прикмети пов'язані з даним днем?

Святий Василь зробив дуже багато для віруючих людей, зокрема допомагав їм не втратити віру, закликав до терпіння, смирення та мужності. Василь Великий заснував два монастирі — жіночий і чоловічий, у кожному окрузі своєї митрополії утримував богадільні та будинки для прочан. Його життя — справжній зразок для наслідування.

Св. Василь Великий вважався покровителем землеробства. Тому основним звичаєм цього дня було засівання осель українців збіжжям із відповідними примовляннями.

Цього дня діти прокидаються дуже рано, бо в них важлива справа — посівати треба. Із самого ранку хлопці набирали в рукавички й кишені зерна (жито, пшеницю, овес) й, дочекавшись закінчення ранкової церковної відправи, починали засівати. Народна традиція велить посівати спочатку в рідній оселі, а вже потім іти до чужих людей.

Засівальників сприймали як самих бажаних гостей, запрошували сісти до столу, щоб добре все сідало, або щоб свати сідали (так казали там де були незаміжні дівчата).

Перший посівальник — приносить до оселі щастя. Відповідно до народних уявлень, дівчата щастя не приносять, тому їм посівати небажано.

Зерно, яке посівальники розкидали по хаті, за повір'ям, мало велику «помічну» силу і тому його використовували як магічний засіб. Господині годували ним курей «аби краще неслися», давали його худобі «щоб була здорова», особливо в тих випадках, коли корова мала розтелитися. Ці ж зерна господарі ретельно зберігали до весни і тоді, змішавши з іншим зерном, розпочинали першу сівбу.

Також, 14 січня — за церковними святцями — свято Обрізання Господнє.

Ісус Христос на восьмий день після свого Різдва прийняв обрізання відповідно до старозавітного закону для всіх немовлят чоловічої статі. Після виконання обряду дитині дали ім'я, провіщене архангелом Гавриїлом в день передання благої вісті Діві Марії — Ісус.

У ніч з 13 на 14 січня зустрічають Старий Новий рік і що ж віщує його перший день?

У перший день Нового року до всього уважно приглядаються, бо все має віще значення. Стоячи в церкві під час утрени, люди придивляються, як свічі горять у паникадилі: якщо гніт палаючої свічки зігнувся гачком — буде врожай цього року; якщо ж гніт стирчить на свічці, ніби порожній колос на стеблі, — жди неврожаю.

Народні прикмети

— Якщо ніч проти Нового Року тиха і ясна, буде щасливий рік не тільки для людей, а й для худоби.

— Якщо сонце весело зійде, весь рік буде щасливий, а особливо добрий буде врожай садовини.

— Якщо іній рясно вкриває всі дерева, буде врожай на збіжжя.

— Якщо частина неба закрыта на Новий рік хмарами, в тій стороні буде урожай збіжжя — звідти треба сподіватися щастя.

— Сніг випаде в цей день — щасливий рік буде.

Тренінг для батьків «Здоров'я дітей у наших руках»

Мета: підвищити рівень усвідомлення власної відповідальності за стан свого здоров'я та здоров'я членів сім'ї залежно від обраного способу життя, визначити можливі шляхи та ресурси сім'ї у формуванні фізичного здоров'я дітей та інших членів родини.

Хід заняття

Вступ

Повідомлення теми тренінгу *«Здоров'я дітей у наших руках»*.

Знайомство. Вчитель пропонує учасникам групи назвати себе, а також назвати, наприклад, свою улюблену страву дитинства, найулюбленіший вид активних занять і відпочинку вдома.

• *«Кольоротест» - моє самопочуття «тут і тепер».*

Таблиця відповідності кольору.

Червоний - активне прагнення до діяльності.

Жовтий - позитивний емоційний стан.

Зелений - спокійний стан.

Синій - прагнення до визнання.

Коричневий - напруга.

Чорний - стан хвилювання.

Білий - важко щось відповісти.

Основна частина тренінгу

1. Оцінка рівня поінформованості про проблему.

• *Вправа «Чим ми схожі, і чим різні».*

Мета - дати можливість членам групи відчувати подібність і різницю сімей кожного, ближче познайомитися один з одним, привернути увагу до оцінки фізичного аспекту у ФЗСЖ сім'ї.

Після виконання вправи учасники обмінюються враженнями, думками, відчуттями стосовно оцінки здоров'я власного та здоров'я сім'ї.

•Опитувальник «Фізичний аспект життєдіяльності дитини в сім'ї».

Завдання: батькам пропонується для заповнення позитивний опитувальник із формування здорового способу життя дитини в сім'ї (фізичний аспект).

Кожний пункт опитувальника складається із двох речень у стверджувальній формі. Пари речень характеризують один із проявів життєдіяльності дитини чи сім'ї. Батьки вибирають і відмічають одне з двох висловлювань, яке більше підходить для їхньої сім'ї, дитини.

Опитувальник «Фізичний аспект життєдіяльності дитини в сім'ї»

Після заповнення опитувальника доцільно провести обговорення результатів.

1. Дитина регулярно займається фізкультурою (спортивна секція, вправи, гімнастика). 2. У вихідні дні ви з дитиною буваєте за містом, на природі. 3. Дитина їсть у помірних кількостях, із задоволенням, і все, що запропонують. 4. Дитина засинає вчасно, просинається легко. 5. Дитина одержує задоволення від комфорту й затишку в домі. 6. Дитині подобається носити красивий одяг. 7. Дитина сама просить поміняти	1. Моя дитина займається фізкультурою рідко і без задоволення. 2. Для спільних прогулянок не вистачає часу. 3. У дитини проблеми з апетитом (їсть дуже мало, багато, вибірково). 4. Дитина не хоче лягати спати і просинається з труднощами. 5. Дитина байдужа до чуттєвих компонентів повсякденного життя. 6. Дитині байдуже, як і в що вона одягнута. 7. Може одягнути брудний одяг, не проявляє ініціативи в тому, щоби поміняти одяг.
---	--

брудний одяг.	
---------------	--

Цей опитувальник не має «ключа», тому що в ньому немає «секретного замка»: усе, що зліва, більше відповідає потребам дитини в розвитку. Якщо в якійсь сфері справа відмічено 2-3 висловлювання, на це слід звернути увагу батьків. Якщо більшість виборів зосереджено зліва - життя дитини організоване у відповідності з її основними потребами.

Батьки можуть використовувати опитувальний лист як свого роду «пам'ятку» в повсякденному житті.

•Виступи батьків на тему: «Оздоровлення моєї дитини в сім'ї».

2. Актуалізація проблеми.

•Вправа «Німе кіно» на тему «Ідеальний вихідний день в сім'ї».

Протягом п'яти хвилин учасникам слід придумати сюжет фільму про те, як живе сім'я протягом вихідного дня. Кожна група визначає для себе, яку частину дня представить, по черзі показує свій фільм за допомогою жестів, міміки, слова вживати не можна. Після того як «фільм» буде показаний, глядачам пропонується озвучити картину. Слід звернути увагу на такі моменти:

- Що це за сім'я?
- Як проводять свій вихідний день члени сім'ї?
- Які стосунки, кого і з ким у сім'ї?
- Що робить життя сім'ї цікавим і здоровим, а що не сприяє цьому?
- Які резерви та можливості, на вашу думку, характерні саме для цієї сім'ї?

•Вправа «Режим дня моєї дитини».

3. Пошук шляхів розв'язання проблеми, отримання інформації

Завдання: кожна група повинна запропонувати власне бачення шляхів розв'язання окреслених проблем стосовно формування здорового способу життя (фізичний аспект) на основі методу «Сімейна розстановка». Сімейну

розстановку здійснюють учасники кожної групи з позицій обраних ролей за можливими напрямками:

- дотримання в сім'ї гігієнічних норм і правил;
- режим - відповідно до віку й індивідуальних можливостей організму дитини;
- організація раціонального харчування;
- розумне й систематичне загартування;
- системність і послідовність використання фізичних вправ;
- протидія шкідливим звичкам;
- модель життя сім'ї у вихідний день.

Наприкінці провести обмін враженнями учасників тренінгу щодо обговорення шляхів ФЗСЖ дитини в сім'ї (фізичний аспект).

Заключна частина роботи

• ***«Кольоротест» - моє самопочуття «тут і тепер»..***

• ***Підведення підсумків тренінгу:***

У кінці заняття вчитель пропонує всім учасникам по черзі поділитися враженнями, думками, почуттями.

Додаток Ж

Спортивно-родинне свято «Тато, мама, я – спортивна сім'я»

Мета: Виховувати любов до фізкультури та спорту: розвивати руховий апарат, фізичні уміння та навички, виховувати почуття дружби, колективізму; вчити дітей вести здоровий спосіб життя, залучати батьків до повсякденних занять фізичною культурою з дітьми ; привертати увагу до спортивних форм сімейного дозвілля.

Обладнання: 2 дощечки, 2 мішки, 2 кеглі, фітбол, 2 надувних кульки, 2 обручі, канат, тенісні м'ячі (12 шт.), диски з музикою.

Ведуча. Привіт малятам і гостям,

Ой, як усіх багато!

Сьогодні в нас, сьогодні в нас

Спортивне буде свято!

Любі гості, мами й тата! Сьогодні ми зібралися однією великою родиною, щоб разом із нашими дітьми погратись та відпочити.

Під веселу музику забігають два клоуни.

Смішарик: Дорогі наші малята,

Любі хлопчики й дівчата.

Жартунька: І матусі, й татусі!

Всіх вітаєм від душі!

Смішарик: Я Смішарик! А це Жартунька. А вас як звати? Скажіть всі хором своє ім'я.

Смішарик: Давай зберемо команди і побачимо чия команда сильніша. Хто до мене в команду. Шикуйсь!

Жартунька: Ну що ж, хто хоче втерти носа цьому самовпевненому Бобу? Команда шикуйсь!

Ведуча: Ось команда « Жартунчики»,

Ця ж команда « Сміхотунчики» .

Перш, ніж ми почнем змагатись,

Треба друзям привітатись.

Команда «Жартунчики»: Спорт – це сила й витривалість

Спорт для всіх здоров'я й радість.

Капітан: Команді «Сміхотунчики» фізкульт- Ура!!!

Команда «Сміхотунчики»: Кожен ранок по порядку ми виходим на зарядку.

Ви приєднуйтесь до нас для здоров'я знайдіть час.

Капітан: Команді «Жартунчики» фізкульт- Ура!!!

Ведуча: Ми вже з вами привітались,

Але ще не розім'ялись.

Станем в коло і почнем,

Ми команд не підведем!

Пісня «Весела зарядка»

Кнопочка: В нас журі, вони й розсудять,

Хто з нас виграв, хто програв.

Ведуча. Так, друзі, справді, що ж за змагання без суддів? Тож давайте привітаємо їх.

Представити журі.

1 естафета « Крокодил»

Дорослий учасник, взявши дитину за ноги, обводить її навколо кеглі і повертаються на місце.

2 естафета « Стрибки в мішку»

Естафета для дорослих «Пронеси кульку»

Стати парами, боками притримуючи кульку. Пронести кульку всю дистанцію, не торкаючись до неї руками. Дитина сідає на кульку, щоб вона луснула.

Естафета: «Смуга перешкод»

Беруть участь діти та батьки. Підлізти під дугу (переступити дугу для батьків), ходьба по колоді, взяти стрічку та повернутися бігом назад. Стати в кінець колони.

Смішарик: Молодці, дітки! Бачу, що спорт ви любите. Продовжимо наші змагання.

Естафета «Хокей»

Провести клюшкою шайбу до орієнтира і назад.

5 естафета з обручем.

Взявшись за руки, пролізти крізь обруч, не розриваючи при цьому рук. Обруч надівається на першого гравця.

Ведуча: А зараз наших славних спортсменів хочуть привітати дітки аеробікою «Жучки». Зустрічайте артистів оплесками. *Аеробіка «Жучки»*

6 естафета «Не замочи ніг»

Дається дві дощечки, за допомогою яких потрібно добратись до кеглі. Назад бігом і передати дощечки наступному гравцеві. Спочатку дорослі.

7 естафета «Влучний стрілок»

На майданчику кладуться обручі. З невеликої відстані учасникам необхідно потрапити в обруч тенісним м'ячем. У кого більше влучень, той і переміг.

8 Перетягування канату.

Ведуча. *Слово суддям.*

Нагородження та привітання.

Загальне фото на згадку.

Додаток 3

Консультація для батьків «Як організувати дозвілля дитини вдома»

Як дорослі, так і діти з нетерпінням очікують на вихідні. За тиждень організм стомлюється не лише фізично, а й морально. Ваша дитина цілий день перебуває в дошкільному закладі, увечері вдома майже бракує часу для спілкування в родині. Тому у вихідні дні так важливо, якомога більше приділяти увагу одне одному у сім'ї, а особливо це потрібно дитині. Все, що ми не встигли розповісти, показати дітям у будні дні, ви повинні зробити це за вихідні.

Як же правильно провести вихідні дні з користю для дитини і самих дорослих?

По-перше, необхідно якнайбільше перебувати на свіжому повітрі. Якщо сприятлива погода, відвідайте з дітьми ліс, водойму, парк. Багато молодих сімей люблять відпочинок на природи, але все зводиться до вогнища, шашликів та навіть до банальної випивки. А діти в цей час нудьгують. І чим вони займаються в цей час батьків не дуже турбує, аби не заважали дорослим «культурно відпочивати».

Користі від такого походу на природу дітям немає, натомість шкоди багато. Адже дії батьків не збігаються з тим, чого їх навчали вихователі, зокрема розводити багаття у лісі, ламати гілки та нищити дерева й кущі, смітити, розпивати алкогольні напої, палити цигарки тощо.

Якщо ви йдете з дітьми на природу, то повинні на все живе звертати увагу, дивуватися, ставити дітям запитання, відповідати на їхні, у жодному разі не ігнорувати. Якщо ви не знаєте правильної відповіді, то краще не вигадувати, а пообіцяти (і обов'язково виконати) знайти відповідь у книгах, коли повернетесь додому.

По-друге, дітям, та й вам також, корисно переглядати корисні казки та мультсеріали. Звісно, вам не вистачає часу, але години спілкування з дитиною,

перегляд вистави з нею, а потім обговорення баченого, захват вашого малюка від того, що це все було разом з вами, безцінні.

Під час карантину також дозволяйте вашої дитини спілкуватися онлайн з друзями.

Якщо погода зіпсувалася, то і вдома можна знайти безліч цікавого і корисного для спілкування з дитиною: почитати книгу й обговорити прочитане, пограти в шашки, шахи, лото, розіграти театральну виставу за знайомою й улюбленою казкою.

Залучити дитину до спільної хатньої праці: навести порядок у своєму куточку з іграшками, витерти пил, помити посуд тощо. Усе це слід робити так, щоб малюк працював охоче, із задоволенням. Тому підбадьорюйте, не скупіться на похвалу. Навіть, якщо розбито вашу улюблену чашку, заспокойте дитину, що ви вже давно мріяли купити іншу чашку, але трішки шкода викидати цю.

На кухні можна не тільки готувати і приймати їжу, але і знайти багато способів для розвитку і розваги Вашого малюка. Не дивно, що кухня так вабить до себе дитину: стільки всього нового, незрозумілого і цікавого! Різні запахи, продукти, предмети, якими найчастіше грати якраз і не можна. Давайте використаємо інтерес дитини в педагогічних цілях.

В які ігри можна грати на кухні? (приклад нижче)

Привчайте дітей планувати свій день. Зробіть з ними цікавий розклад з малюнками. Заохочуйте їх смайликами, та тими ідеями якими ви придумаете.

Батьки, які люблять своїх дітей, завжди знають, як розумно провести вихідні дні з користю і для себе і, головне, для своєї дитини. Цей час на спілкування з сином чи донькою повернеться до вас вдячністю маленьких сердечок ваших дітей.

12 РОЗВИВАЮЧИХ ІГОР НА КУХНІ

1. Що і чим пахне

Звертайте увагу малюка на те, як пахне той чи інший продукт в сирому вигляді і після приготування.

2. Відгадай на смак

Запропонуйте малюкові, закривши очі, спробувати різні продукти.

3. Все червоне

Шукайте на кухні продукти і предмети певного кольору.

4. Вода і лід

Проведіть експеримент: налейте воду в ємність і поставте в морозилку. Дитина буде приємно здивована, коли побачить, що вона замерзла. Точно так же необхідно розморозити лід назад.

5. Що так гримить?

У стаканчики від йогурту або непрозорі маленькі баночки насипте різну крупу: горох, рис, пшоно, цукор, сіль і т.п.

6. Звідки це до нас прийшло?

Ігри корисні для розширення кругозору і розвитку мови: розкажіть дітям історію походження тих чи інших продуктів.

7. Солоне тісто

Один з найулюбленіших дитячих матеріалів для ліплення.

8. З чого складається?

Що у вас сьогодні на обід: гороховий суп, їжачки і овочевий салат? Нехай малюк розповість, з яких саме інгредієнтів зроблено ту чи іншу страву.

9. Своє, рідне.

Заведіть на кухні тільки дитини, особисті рушник, прихватку, фартух і ковпак (або косинку). Якщо дитина достатньо доросла визначте їй ділянку на кухні, за порядком на якій вона повинна стежити.

10. Герой дня!

Виберіть сьогоднішнього «героя дня», наприклад картоплю і назвіть всі способи, якими її можна готувати.

11. Порахуємо!

Попросіть дитину дістати вам 2 яблука і 1 моркву, 4 головки цибулі.

12. Де яблуко?

Використовувати можна будь-який предмет. Покладіть його на кухні на чільне місце, а дитина нехай скаже - предмет НА столі або ПІД ним, НА холодильнику або ВСЕРЕДИНІ, що ЛІВОРУЧ від яблука, а що ПРАВОРУЧ.

Додаток И

Ранкова зустріч «15 лютого – свято Стрітення»

Мета : Відроджувати календарно- обрядові звичаї, традиції і обряди нашого народу. Виховувати любов до українських традицій.

Хід заняття**1) Відгадайте загадки**

Лід на річках, сніг на полях,
Віхола гуляє, -коли це буває? (Взимку)
Голі поля, мокне земля,
Сонце припікає – коли це буває? (Весною)

2) А яка сьогодні дата?**3) Що ви знаєте про цей день?**

Різдвяний цикл завершується святом Господнього Стрітення, яке на Україні християни святкують 15 лютого. Від стрічі Божої Дитини і його Пресвятої Матері з праведником Симеоном свято дістало назву – Стрітення. Це свято базується на події з життя нашого Спасителя, що записав її святий Євангеліст Лука.

4) А за народними віруваннями, що святкують в цей день?

Дійсно, в цей день Зима іде туди, де було Літо, а Літо, де була Зима. При зустрічі стара зима і молоде Літо сперечаються між собою – кому йти, а кому вертатися? Якщо до вечора стане тепліти – Літо пересилило Зиму, а якщо холодніти – Зима ще похазяйнує трохи.

5) Які прикмети про свято знаєте?

Сонце на літо, зима на мороз. Яка погода на Стрітення, така і весна буде.

На Стрітення утрім сніг – врожай ранніх хлібів, вдень – середніх, а до вечора – пізніх.

На Стрітення сніжок – восени дощок.

На Стрітення капель – врожай на пшеницю.

6) Разом з пробудженням природи від зимового сну, в Україні починається цикл народних весняних свят, пов'язаних зі стародавніми міфами та віруваннями і супроводжуваних піснями, іграми, хороводами.

Тому на сьогодні пропонується план роботи такий:

- 1) Літературне читання – знайомство з українською міфологією
(казка «Як Квітець до Березня в гості їздив»)
- 2) Урок музичного мистецтва – вивчення веснянок, закличок
- 3) Екскурсія у парк

Консультація для батьків «Вплив музикотерапії на організм людини»

Люди давно помітили багатогранний вплив мистецтва на життя та здоров'я, тож неодноразово зверталися до нього у найскрутніших ситуаціях. І мистецтво допомагало їм, повертало сили та душевну рівновагу. Такі можливості мистецтва не випадковість — вони лежать у самій його природі. Можливо, мистецтво й було створено для того, щоб не тільки приносити людині естетичну радість, а й допомагати їй, захищати від усього того, що заважає по-справжньому жити.

На чому ж заснована така велич мистецтва? Поряд із загальновідомими властивостями, слід згадати його здібність породжувати особливе психо-енергетичне поле, що транслює позитивну енергію творців слухачам і глядачам. Ця енергетика здатна зцілити людину та повернути до життя, стимулювати її інтелект і чинити психологічну допомогу, вселяти надію та зміцнювати впевненість.

Кожен вид мистецтва діє на людину по-різному. Сьогодні поговоримо про музику. Учені провели дослідження, які свідчать, що твори Й. Баха прояснюють мозок, а музика В. Моцарта ще й розвиває розумові здібності. Крім цього, стимулює творче мислення і помагає генерувати нові ідеї музика О. Скрябіна, Ф. Шопена, С. Прокоф'єва. до речі, фортепіанна музика С. Прокоф'єва налаштовує на високоінтелектуальний лад, у голову приходять несподівані ідеї, навіть пов'язані з космосом. Прослуховування у великому обсязі музики Ф. Шопена значно збільшує гнучкість мислення. Німецькі фахівці радять зранку слухати твори В. Моцарта, Ф. Гайдна або А. Вівальді. якщо ви мало знайомі з класикою, почніть свій день з Е. Преслі «jailhouse», а ось прасувати білизну або робити хатню роботу спробуйте під легкі й динамічні композиції Дайани Росс, прибирати в оселі — під швидкий ритм, наприклад, «танцю із шаблями» А. Хачатуряна. Цікаво, що цей твір надає

людині творчий імпульс і навіть здатний підвищувати сексуальний тонус. У цьому дусі й гарна музика Дж. Гершвіна.

Вивчаючи вплив музичних інструментів на людину, вчені дійшли висновку, що найсильніше на людину впливає органна музика: вона приводить усі мозкові структури в стан резонансу. Крім того:

1. Печінка позитивно реагує на дерев'яні духові інструменти — гобой, кларнет.
2. Роботу кровоносних судин поліпшує кларнет.
3. За наявності серцевих хвороб найбільш ефективними є струнні (скрипка, віолончель).
4. На легені та бронхи позитивно впливає флейта.
5. У разі радикулітів і невритів дуже ефективна труба (саме за цих недугів гру на ній застосовував знаменитий античний лікар ескулап).
6. На сечостатеву систему позитивно впливає звук саксофона.

Щоб правильно дібрати музично-терапевтичний засіб, важливо знати улюблений жанр, який найбільш подобається і зрозумілий: фольклорна, популярна, естрадна, джазова, камерна, оперна, симфонічна музика.

Отже, слухайте класику! Вона нагадає про любов і підтримає в біді, навчить захоплюватися красою людської душі і величчю природи, відкриє невідомі сторони могутнього світу мистецтва, що приносить радість, здоров'я і насолоду.

Додаток І

Квест «Тарасовими стежками»

Мета: розширити знання учнів про життя і творчість Т.Г.Шевченка; сприяти вихованню національної самосвідомості учнів; формувати в учнів уміння працювати в команді; розвивати здатність до взаємодії; формувати громадянську і загальнокультурну компетентності; розвивати творчі здібності дітей; виховувати любов до національної культури, прагнення бути справжніми українцями; виховувати почуття гордості за Україну, за її національного генія – Тараса Григоровича Шевченка.

Обладнання: картки із завданнями.

Правила проведення квесту: У змаганні беруть участь учні 4 класу. Учні мають виконати завдання на станціях. Учитель або учень на контрольному пункті перевіряє завдання, ставить бали. Таким чином учні мають пройти всі контрольні пункти. Виграє команда, яка не тільки першою пройде всі контрольні пункти, а й набере більше балів.

Учитель. Добрий день, шановні наші гості, учні. Цими березневими днями виповнюється 209 річниця від дня народження славного сина України Т. Г Шевченка.

Сьогодні ми згадаємо все, що знаємо про славетного сина українського народу, відкриємо для себе невідомі сторінки його долі.

Для цього ми скористаємося ігровою технологією – квест, з'ясуємо, хто ж з вас є кращим Шевченкознавцем.

Хід гри

Гра починається з представлення і привітання команд (кожна команда має назву, емблему і девіз)

А зараз представлення команд:

«Кобзарики»

Девіз: «І чужому навчайтесь, й свого не цурайтесь».

«Бандуристи»

Девіз: « У всякого своя доля і свій шлях широкий...»

I етап

Станція № 1. «Шевченкознавці». (Правильна відповідь 1 бал)

Запитання для команди **«Кобзарики»**

1. У якому році народився Т.Г.Шевченко? (9 березня 1814 року)
2. Назва села, де народився Тарас? (Моринці)
3. В якій сім'ї народився малий Тарас? (в сім'ї бідних кріпаків)
4. Село, в якому минуло дитинство Тараса? (Кирилівка)
5. Скільки дітей було у родині Шевченків? (шестеро)
6. У якому місті Шевченко навчався в академії мистецтв? (Петербурзі)

Запитання для команди **«Бандуристи»**

1. Коли помер Тарас Шевченко? (10 березня 1861 року)
2. У якому місті поховано Т.Г.Шевченка? (У Каневі)
3. Ім'я батька Тараса Шевченка? (Григорій)
4. Як називається гора, де похований Т.Шевченко? (Чернеча гора)
5. За фахом Тарас Шевченко був... (художник)
6. Чиї це слова: «Тарас буде неабияким чоловіком: з нього буде або щось добре, або велике ледащо» (батькові) .

Станція №2. «Поетична сторінка «Чи знаю я твори Шевченка?» (1 бал.)

1. Яка пора року зображена у вірші «Садок вишневий коло хати»? (Весна)
2. У якому вірші Т.Шевченка є рядок «А качур впливає з качуром за ними»? («Тече вода з-під явору»)
3. У якому віці малий Тарас пас ягнята за селом? (13 років)

4. Назвати дерево, яке лишається під водою у вірші «Тече вода з-під явора». (Червона калина)

5. Як називається збірка поетичних творів Т.Шевченка? («Кобзар»)

Станція № 3. «Шевченко - художник». Озвуч картину. (1бал.)

Дібрати до поетичних рядків з творів Шевченка, відповідні ілюстрації картин.



«...Мені тринадцятий минало,

Я пас ягнята за селом...»

«...Садок вишневий коло хати,

Хрущі над вишнями гудуть...»

«...За що, не знаю, називають

Хатину в гаї тихим раєм.

Я в хаті мучився колись,

Мої там сльози пролились,

Найперші сльози.»

«По діброві вітер виє,

Гуляє по полю,

Край дороги гне тополю

До самого долу.»

Станція № 4 «Літературний ігроленд». (1 бал)

Відгадай ребуси.

Станція № 5. «Що? Де? Коли?».

Завдання: відгадати предмет, який знаходиться у чорному ящику.

1. Цей предмет використовують музиканти, під його супровід виконують народні думи та історичні пісні, від його назви походить назва поетична збірка Тараса Шевченка. (**Кобза**)

2. Т.Г. Шевченко не тільки поет, а ще й художник. Відгадайте, який предмет захований у ящику, що ним користуються художники. (**Пензлик**).

ФІНІШ:

Підводимо підсумки квеста, всі учасники отримують призи.

Квест «*Стежками здоров'я*»

Мета: формувати у дітей поняття про життя як найбільшої цінності, про здоров'я – як найважливішу умову щасливого життя; розвивати почуття особистої гідності; вчити поважати інших людей; створити дружню атмосферу; розвивати навички комунікації і групової роботи; виховувати в учнів терпиме ставлення до інших, їхніх звичок, поглядів, толерантне ставлення до інших людей, готовність їм допомагати;

Хід гри:

I. Вступне слово –привітання .

- Добрий день, дорогі друзі. Сьогодні ми з вами проведемо гру квест, присвячену здоровому способу життя.

Адже життя – це найцінніше , що має людина.

- А що ви знаєте про ці звички і як дбаєте про власне здоров'я, ви покажете свої знання і вміння у ході гри.

- Ви готові?

- Тоді розпочнемо. І для початку нам треба розділитися на дві команди методом «сліпого» жеребкування. *(кожен учасник дістає з мішечка малюнок грушки або яблучка, таким чином утворюються команда «Яблучка» та команда «Грушки»)*

Обидві команди отримують маршрутні листи і по команді вирушають у подорож по станціях.

II. Старт.

СТАНЦІЯ «Здоров'ятко»

ЗАВДАННЯ. 1. Назвати 4 види активного і 4 види пасивного відпочинку
(за кожен правильно названий вид 1 бал)

2. Назвати 5 шкідливих і 5 корисних звичок.

(за кожен правильно названу звичку 1 бал)

СТАНЦІЯ «Спортивна»

ЗАВДАННЯ: Назвати і показати усією командою 5 вправ ранкової гімнастики. (за кожну правильно названу і показану вправу 1 бал)

СТАНЦІЯ «Ребусна»

ЗАВДАННЯ: Розгадати ребуси. (про здоров'я, овочі та фрукти)
(кількість правильно розгаданих ребусів – стільки і балів)

СТАНЦІЯ «Загадкова»

ЗАВДАННЯ: відгадати загадки (за 2 хв хто більше відгадає)
(скільки правильно відгаданих загадок, стільки й балів)

СТАНЦІЯ «Літературна»

ЗАВДАННЯ. 1. Скласти сенкан про здоров'я. (оцінка найбільша 5 балів.)
2. Закінчити прислів'я. (скільки правильних відповідей, стільки і балів)

Станція «Режим дня »

ЗАВДАННЯ. Розмістити малюнки, що відображають основні моменти режиму дня, в певній послідовності. (15 б.)



Станція «Шифрувальник»

ЗАВДАННЯ. Відшукайте назви речей, які допоможуть вам дбати про свою гігієну (10 б.)

у	у	к	п	р	б	с	о	ж
г	р	е	б	і	н	е	ц	ь
п	у	а	и	м	и	л	о	г
м	ш	и	н	о	ж	и	ц	і
о	н	і	о	с	х	Х	ц	г
ч	и	в	о	д	а	ї	к	і
а	к	й	з	у	б	и	і	є
л	й	к	ю	ь	п	з	о	н
к	й	к	р	п	а	с	т	а
а	о	ш	а	м	п	у	н	ь

III. Фініш.

Підрахунок балів, підбиття підсумків, оголошення переможців.

(кожна команда отримує гостинці – команда «Яблучко» - по яблучку, команда «Грушка» - по грушці.)