



## ДОСЛІДИМО, ЩО МОЖЕ НАМ ВСІМ ДОПОМОГТИ ПСИХІЧНЕ І ДУХОВНЕ ЗДОРОВ'Я ЗБЕРЕГТИ

### Формування психічної і духовної складових здоров'я молодших школярів засобами дослідницької діяльності

**Тетяна АНДРЮЩЕНКО**, д-р пед. наук,  
завідувач кафедри професійного розвитку педагогів, Черкаський ОІПОПП



Продовжуємо серію статей, присвячених різним складовим здоров'язбережувальної компетентності учнів (див.: «УПШ», 2017, № 10; 2018, № 3, № 7). Сьогодні вашій увазі автор пропонує рекомендації, як під час дослідницької діяльності формувати вміння та навички, що дають змогу забезпечити психічне і духовне здоров'я дитини.

**М**ета початкової освіти, відповідно до Держстандарту, полягає у всебічному розвитку дитини, її талантів, здібностей, компетентностей та наскрізних умінь, формуванні цінностей, розвитку самостійності, творчості й допитливості. Важливий чинник досягнення зазначених цілей — збереження і зміцнення психічного й духовного здоров'я дитини, що є фундаментальними складниками її життя, забезпечують усвідомлення значущості буття й дають змогу розкрити особистісний потенціал.

Збереженню психічного і духовного здоров'я дитини, її особистісному розвитку сприяє єдність вимог до неї з боку всіх зацікавлених дорослих (учителів, батьків, інших близьких людей); психологічний комфорт, упевненість у благополуччі, відсутності загроз, соціальних конфліктів; повага до особистості дитини, формування в неї почуття власної гідності.

**Психічне здоров'я** — стан інтелектуально-емоційної сфери, основу якого становить загальний душевний комфорт, що забезпечує адекватні поведінкові реакції. Психічне здоров'я дитини характеризується її здатністю успішно регулювати свою поведінку й діяльність відповідно до загальноприйнятих норм і правил, активно розвиватися як особистість.

Залучення учнів до дослідження факторів, що впливають на психічне й духовне здоров'я, сприятиме розвитку і закріпленню відповідних здоров'язбережувальних

навичок. Розглянемо види завдань, які педагог може використати в роботі з учням за цим напрямом.

**Духовне здоров'я** — усвідомлення особистістю себе як частини природи і суспільства, прояв морально-вольових рис характеру в діях, спрямованих на творення, особистісна потреба у засвоєнні системи загальнолюдських духовних цінностей, відповідальність перед іншими людьми, безкорисливість.

#### Навички аналізу проблем та прийняття рішень

**Постановка проблеми.** Чи сприяє вміння приймати рішення й передбачати його наслідки подоланню проблем?

**Визначення мети.** Довести, що завдяки вмінню приймати рішення й передбачати його наслідки людина зможе знайти вихід із проблемних ситуацій.

**Формулювання гіпотези.** Заохочувати учнів висловлювати припущення щодо заявленої проблеми. Наприклад, «Людина зможе подолати труднощі, якщо вмітиме приймати рішення і передбачати їх наслідки».

#### Перевірка гіпотези

##### Поміркувати

Хто зазвичай приймає рішення, якщо виникає проблема: дорослий чи дитина? Чи може дитина сама приймати рішення? Про що необхідно подумати, коли приймаєш рішення?

## Запитати в інших людей

Чи легко дорослому приймати рішення? Чи завжди дорослі приймають правильні рішення? Чи вміють дорослі передбачати наслідки своїх рішень? Чи завжди дитина має радіти з дорослими, коли їй треба прийняти рішення? Що робити, якщо, приймаючи рішення, припустилися помилки?

Отримати додаткову інформацію з книжок. Послугуючись друкованими виданнями, учні мають знайти відповіді на запитання. Що означають слова "рішення", "прийняти рішення"? Що треба знати, аби прийняти правильне рішення? Яке рішення називають правильним? Як можна навчитися передбачати наслідки від прийнятих рішень? Чи під силу це дитині?

## Виконати допоміжне завдання

- Розглянути картинки й пояснити:
  - Як треба поводитися під час грози?
  - Що треба робити, якщо загорілася трава в лісі?
  - Що треба зробити, аби ведмедик уцілів?
  - Що треба робити, коли друг зриває проліски? Чому?
  - Що треба робити, коли болить живіт?
  - Що треба робити, коли побачив пташку, яка випала з гнізда? Чому?



- Виконати завдання, які вважаєте доречними. Обґрунтувати вибір завдання.
  - Розфарбувати фломастерами шпалери на стінах у кабінеті.
  - Полити квіти.
  - Пояснити однокласнику правила гри у футбол.
  - Розбити вазу.
  - Витерти пил на полиці з книгами.
  - Заспівати дуже голосно пісню під час уроку.

## Провести спостереження

Спостерігаючи за виразом обличчя, поведінкою, настроєм дітей, коли вони намагаються прийняти рішення або зробити вибір, визначити:

- Як поведуться люди, яким треба зробити вибір?
- Який вигляд мають люди, які прийняли приємне для себе чи інших рішення?
- Як змінюється настрій людини, коли вона нарешті визначилася, що їй треба робити?

## Провести експеримент

**Мета:** дослідити вплив уміння приймати рішення на результати розв'язання проблемної ситуації.

## Хід дослідження

- Продумати і проаналізувати варіанти вирішення ситуацій, обговорити можливі наслідки.
  - Хлопчик ненавмисно розбив вазу. (Сказати мамі правду; заховати черепки; сказати, що розбив кіт).
  - Діти будують міст, а він постійно падає. (З'єднати дерев'яні цеглинки між собою пластиліном; узяти інший конструктор; зробити менший міст).
  - Хлопчики б'ються. (Кинутися розбороняти; покликати батьків, учителя; стати в бійці на чийсь бік).
  - У дитини болить голова. (Пошукати і випити якусь пігулку; сказати мамі про головний біль; терпіти біль і тихенько плакати).
  - Дівчинка підсковзнула і впала. (Швидко підійти і допомогти їй підвестися; стояти біля неї і голосно сміятися; покликати дорослих, щоб допомогли їй).

**Формулювання висновку.** Спонукайте дітей до усвідомлення того, що людина може правильно розв'язати проблему, якщо подумає, до яких наслідків приведе її рішення.

**Підготовка повідомлення** "Як прийняти правильне рішення".

## Навички самоусвідомлення та самооцінки

**Постановка проблеми.** Який вплив на якість життя має позитивне ставлення до себе, інших людей і життєвих перспектив?

**Визначення мети.** Довести необхідність позитивного ставлення до себе, інших людей і життєвих перспектив; визначити, як воно впливає на взаємини з оточенням.

**Формулювання гіпотези.** Спонукайте учнів висловлювати припущення щодо заявленої проблеми. Наприклад, "Людина почуватиметься щасливою, якщо буде позитивно ставитися до себе, інших людей і життєвих перспектив".

## Перевірка гіпотези

### Поміркувати

Чи любиш ти себе? За що тебе варто любити? Чи намагаєшся ти шукати в інших людях добрі риси? Ти радієш кожному дню чи очікуєш чогось поганого? Ти часто ображаєш людей і ображаєшся на них сам? Чи вважаєш ти себе щасливою людиною?

# ОСВІТЯНИ ЛЬВІВЩИНИ — ПЕДАГОГАМ УКРАЇНИ

Зустрічайте у 2019 році спецвипуск журналу,  
в якому буде представлено **кращий досвід**  
**учителі Львівської області.**

## У лютовому випуску

- Компетентнісні завдання з математики
- Ситуація успіху як засіб для розкриття здібностей, талантів і можливостей кожної дитини
- Досвід упровадження принципів педагогіки партнерства
- Методичні рекомендації до викладання теми тижня у 2-му класі "Ідеї. Винаходи. Відкриття"
- Гендерно чутливе читання дитячих книжок
- Інклюзивна освіта: робота з дітьми, що мають легку й помірну розумову відсталість, розлади аутичного спектру і синдром Дауна
- Управлінська компетентність працівника закладу освіти
- Реалізація особистісно-орієнтованої освітньої програми "Лицем до дитини" у практиці школи
- Педагогічні умови формування громадянськості молодших школярів
- Урок математики з теми "Додавання та віднімання трицифрових чисел. Розв'язування задач на знаходження трьох чисел за трьома сумами"
- Урок німецької мови "Körperteile. Частина тіла"
- Сценарій екологічного заходу "Клекіт, клекіт, клекіт! То летять лелеки!"



## ЗАОЩАДЬТЕ до 10%

- 1 Заходьте на сайт [upsh.com.ua](http://upsh.com.ua)
- 2 Оформлюйте онлайн-передплату на журнали "УПШ" та "Джміль"
- 3 Щомісяця гарантовано отримуйте надійну методичну підтримку!