

концертів обласного конкурсу-фестивалю рідних мов “Слово моєї душі”, Міжнародного молодіжного фестивалю традиційної народної культури “Древлянські джерела”, Міжнародного слов’янського фольклорного фестивалю “Коляда” у (м. Рівне), Луцького Міжнародного фестивалю “Поліське літо з фольклором”, щорічного міжнародного літературно-мистецького та фольклорно-етнографічного свята “Лесині джерела” у м. Новограді-Волинському, фестивалю “Веселка Полісся” у Житомирі; щорічних Тижнів Польської культури при польській громаді; занять дитячого театрального гуртка “Сімха”, дитячого танцювального гуртка та гуртка національної єврейської вишивки єврейської громади м. Рівного; Днів німецької культури та Вечорів німецької музики у німецькій громаді тощо.

Отже, у сучасному мистецькому просторі Волині активізується увага до збереження гармонії в освоєнні школярами українських та етнічних, зокрема фольклорних музичних традицій, кожного етносу, який історично розвивався як органічна частка поліетнічного населення краю; це є сприятливою передумовою для активізації процесів етномузичного виховання школярів на традиціях етнічного фольклору як складової української багатонаціональної музичної культури.

#### **Список використаної літератури**

1. Бармак М. В. Німецьке, чеське та єврейське населення Волинської губернії (1796–1914 рр.): розселення, господарське життя, міграції / М. В. Бармак. – Тернопіль, 1999. – 208 с.
2. Бовсунівська Н. М. Розвиток шкільної музичної освіти на Волині (XIX – поч. XX ст.) : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.01 / Н. М. Бовсунівська ; Житомир. держ. ун-т ім. І. Франка. – Житомир, 2004. – 19 с.
3. Етнічний довідник : у 3 ч. Ч. І. Поняття і терміни. – К., 1997. – 140 с.
4. Михайличенко О. Нариси з історії музично-естетичного виховання молоді в Україні (друга половина XIX – початок XX ст.) / О. Михайличенко. – К. : Вид. центр КДЛУ, 1999. – 210 с.
5. Наулко В. І. Культура і побут населення України : навч. посіб. – 2-е вид., доп. та перероб. / В. І. Наулко, Л. Ф. Артюх, В. Ф. Горленко та ін. – К. : Либідь, 1993. – 288 с.

**К. О. Журба,**  
м. Київ

### **ОРГАНІЗАЦІЯ І ПРОВЕДЕННЯ ТРЕНІНГУ З ВИХОВАННЯ КУЛЬТУРИ ГІДНОСТІ МОЛОДШИХ ПІДЛІТКІВ**

*У статті розглянуто особливості організації та проведення тренінгової роботи з молодшими підлітками та їхніми батьками, спрямованої на виховання культури гідності.*

**Ключові слова:** тренінг, молодші підлітки, культура гідності, принципи, виховання.

Виховання культури гідності у молодших підлітків є важливим завданням сучасної школи, що вимагає адекватних часові методик, форм і методів виховання.

Різні аспекти культури гідності перебували у полі зору таких учених, як І. Бех, С. Удовицька, Н. Чиренко, К. Чорна та інші.

Метою нашої статті є ознайомлення з організацією та принципами тренінгу з виховання культури гідності молодших підлітків.

Формування умінь і навичок культури гідності, об’єктивного самооцінювання, позитивного самоствалення, вироблення морально-етичних

зразків поведінки, здатності до саморозвитку здійснюється у процесі тренінгової роботи. Нами був розроблений тренінг для учнів 5–6-х класів „Школа шляхетності”, який дасть молодшим підліткам змогу краще пізнати себе, сприятиме розвитку почуття власної гідності, формуватиме впевненість у собі, ознайомить зі способами поведінки у різноманітних життєвих ситуаціях, дасть змогу побачити себе очима інших. У тренінговій роботі досягається більша відкритість і прямота у ставленні до себе та інших, розширюється усвідомлення потенціалів свого особистісного зростання і розвитку. Кількість учасників варіюється від 15 до 20 осіб. Участь у тренінгу може бути лише добровільною і визначається такими принципами:

1. *Принцип „тут і тепер”*. Багато учасників створюють свій „Я-образ” у відриві від реального життя, що пояснюється механізмом психологічного захисту. Однак головна ідея тренінгу полягає в тому, щоб кожен член групи зміг побачити себе у роботі тренінгу. Це досягається інтенсивним зворотним зв’язком у групі, що будується на довірливих міжособистісних контактах усіх учасників.

2. *Принцип персоніфікації висловлювань* полягає у добровільній відмові від безособових мовних форм, якими часто маскують власне ставлення стосовно когось чи чогось або ж для того, щоб уникати прямих висловлювань у різних життєвих ситуаціях. Тому замість висловлювань: „багато хто вважає”, „дехто вважає”, „мені казали” та ін. у групі, як правило, говорили, використовуючи такі форми: „я вважаю, що ...”, „я думаю, що...”.

3. *Принцип емоційного зв’язку*, відповідно до якого учасники тренінгу мали звертати увагу на власні емоційні стани, а також своїх партнерів із групи під час зворотного зв’язку. Прикладом цього можуть слугувати висловлювання: „твоя манера говорити на підвищених тонах викликає у мене спротив і роздратування” чи „твоя звичка вживати грубі слова є принизливою”. Відповідно, кожному учасникові ставилося завдання перебудувати свій стиль спілкування і виробити вміння чітко формулювати й адекватно висловлювати свої почуття.

4. *Принцип активності* є провідним у поведінці учасників тренінгу. Кожен учасник мав бути обов’язково задіяним у роботі тренінгу, в інтенсивній груповій взаємодії з метою цілеспрямованого спостереження та самоспостереження. Якщо у реальному житті особистість концентрується більше на власних проблемах, то під час тренінгу ми допомагали молодшим підліткам навчитися поєднувати „зануреність” у себе з активною включеністю в іншого та в аналіз групових процесів. На заняттях заохочувалася конструктивна дискусія, обговорення чи аналіз проблеми.

5. *Принцип довіри* передбачає створення атмосфери комфорту і довірливого спілкування, забезпечує групову динаміку та визначає результат та ефективність занять. Цьому сприяє рівність у групі, відсутність любимчиків чи „обраних”, звертання до всіх на ім’я, а не на прізвище чи прізвисько. Окрім цього, довіра підтримується правилами: „Говоримо правду”, „У брехні немає потреби”.

6. *Принцип конфіденційності* полягає у рекомендації „не виносити” за межі групи зміст спілкування у процесі тренінгу, що також сприяло становленню довіри і відкритості. Учасникам важливо знати, що зміст спілкування не розголошуватиметься: це дає їм змогу легко, відкрито і щиро контактувати. Така конфіденційність зберігає добрі стосунки у групі, дискусійний потенціал.

Усі заняття містять інформативну, діагностичну і розвивальну частини. Обов'язковими для всіх занять є вітання, ознайомлення з темою заняття, очікування, емоційна розминка, вправи, ситуації взаємопідтримки, тестування, самотестування, підведення підсумків, рефлексія, домашнє завдання.

Розроблений нами тренінг складається з двох блоків. Перший блок орієнтований на розвиток у молодших підлітків адекватного самосприйняття, позитивного самостварення, інтересу до самопізнання та об'єктивної самооцінки.

Другий блок тренінгу спрямований на формування впевненої гідної поведінки у суспільстві, школі, сім'ї, конструктивної взаємодії, навичок самовпливу та самовиховання; розвиток уміння розуміти свій емоційний стан та стан інших, поваги гідності своєї і оточуючих.

У роботі з учнями 5–6-х класів важливо сприймати дітей такими, якими вони є, визнавати право кожного з них на власну думку, враховувати інтереси і потреби всіх учасників тренінгу, бути виваженими, дати можливість кожному учаснику розкритися. Водночас важливо акцентувати увагу на значущості для кожного поставленої проблеми, обґрунтовано добирати зміст, форми і методи виховної діяльності, забезпечувати пошуковий характер заняття, використовувати ігрові методики, створювати доброзичливу творчу атмосферу, дотримуватись положень гуманістичної етики і встановлених правил, ставити відкриті запитання, дякувати присутнім за участь у роботі.

Під час тренінгу, як правило, використовувалися методи, орієнтовані на акумулювання ідей („Мозковий штурм”, „Мікрофон”, складання списку пріоритетів, презентація); методи орієнтовані на розкриття проблеми (робота в групах, вправи, проєктивне малювання, ігрове моделювання, рольові ігри, психодрама), дискусійні методи (дебати, дискусії, обговорення великою і малою групою, круглий стіл), діагностичні методи (анкетування, тестування, опитування, незакінчене речення).

Для молодших підлітків нами були розроблені такі тренінгові заняття: „Знайомий і незнайомий Я”, „Упевнена, невпевнена і груба поведінка”, „Почуття власної гідності”, „Я в своїх очах і в очах інших людей”, „Будьмо ввічливими”, „Мої права і права інших людей, або як поважати гідність інших людей”, „Людина – творець самої себе, як розвивати свої здібності і можливості”, „Образа. Чому ми ображаємося?”

У процесі тренінгової роботи педагогом спільно з дітьми були розроблені правила роботи у групі:

- 1) добровільність участі. Будь-яка дитина може відмовитися від завдання, але при цьому подати умовний знак. (Домашнє завдання – придумати забороняючий знак);
- 2) не існує правильних і неправильних відповідей. Правильна та, яка висловлює твою думку;
- 3) анонімність ситуацій, що розповідаються;
- 4) краще промовчати, ніж говорити не те, що думаєш;
- 5) говорити від свого імені і про свої почуття;
- 6) не можна давати оцінку виступу, якщо людина сама про це не попросить;
- 7) не можна після закінчення занять обговорювати те, що ми дізнаємося один про одного на заняттях;

8) говорити по черзі, не перебивати, поважати думку співрозмовника. Один говорить – усі слухають;

9) приймати себе та інших однокласників такими, які вони є.

Тренінгова робота проводилась не лише з дітьми, а й з батьками, що дало змогу гуманізувати виховання дітей у сім'ї та мінімалізувати застосування авторитарного стилю виховання. Зокрема, ми радимо педагогам використати модифіковану нами методику Л. Журавської для визначення доцільності критики молодших підлітків з боку їхніх батьків, що передбачає повагу гідності дітей і ставлення до них як до суб'єктів виховання.

Запропонований нами тренінг для батьків „Саморозвиток батьків і формування навичок конструктивної критики у вихованні молодших підлітків” ставив за мету стимулювати активність на тренінгах, формувати мотивацію готовності до самозмін, готовність виховувати культуру гідності молодших підлітків у сім'ї, використовуючи адекватні методи виховання.

Під час тренінгу з батьками відпрацьовувалися навички використання критики-похвали, індиферентної критики, критики-занепокоєності, критики-співпереживання, критики-жалю, критики-подиву, критики-пом'якшення, критики-попередження, критики-вимоги, критики-підбадьорення, критики-докору, критики-надії, критики-аналогії, критики-зауваження, конструктивної критики та критики побоювання.

Водночас адресат критичних зауважень міг застосовувати різні способи відповідей:

а) повного прийняття критики (можливо, техніка негативного твердження, за якою йде техніка негативного запитання);

б) непогодження з критикою (якщо вона неадекватна, висловлена занадто абстрактно або переходить на особистість, замість того, щоб описувати, наприклад, поведінку);

в) часткового прийняття критики (погодитися, що, можливо, той, хто критикує, правий, але Ви маєте право на свою думку).

Батькам також пропонувалося подумати над запитаннями:

- Що дізналися в процесі зворотного зв'язку?
- Які ключові моменти виявили у процесі роботи?
- Що Ви відчували, коли Вас критикували?
- Які варіанти критичних оцінок сприймаються легше, а які ображають?
- Що потрібно рекомендувати для впевненої взаємодії в процесі здійснення та вислуховування критики?

Таким чином, використання тренінгів у вихованні культури гідності молодших підлітків і в роботі з батьками дає змогу оптимізувати виховний процес, залучити до активної участі батьків, формувати уміння і навички гідної поведінки у дорослих і дітей.

#### **Список використаної літератури**

1. Мойсеюк Н. Є. Педагогіка : навч. посібник / Н. Є. Мойсеюк. – К. : Педагогіка, 2003. – 615 с.
2. Бойбіна Ю. В. Програма „Розвиток самопізнання і впевненості в собі у дітей 10–12 років” / Ю. В. Бойбіна. – Харків : ФОП Лотох М. Г., 2007. – 81 с.
3. Главацька О. Основи самовиховання особистості : навч.-метод. посіб. / Ольга Главацька. – К. : Кондор, 2008. – 206 с.

4. Журавська Л. М. Соціально-психологічний тренінг: розвиток якостей особистості працівників сфери туризму : навч. посібник для студ. вищих навч. закладів. – К. : Видавничий дім “Слово”, 2006. – 312 с.

**М. Д. Зубалій,**  
м. Київ

## **ОРГАНІЗАЦІЯ І ПРОВЕДЕННЯ ДНЯ ТУРИЗМУ В ШКОЛІ**

*У статті розкрито організацію і методiku проведення дня туризму з нагоди Всесвітнього дня туризму, яки щорічно святкується в загальноосвітніх навчальних закладах 27 вересня. Його проведення сприяє залученню учнів до активної рухової діяльності та здорового способу життя.*

**Ключові слова:** день туризму, Всесвітній ден туризму, активна рухова діяльність, здоровий спосіб життя.

Ефективною формою фізичного виховання учнів старших класів у процесі позакласної роботи є дні туризму, які організуються згідно з Положенням про проведення дня туризму в школі. Їх проводять з метою: формування у старших школярів бажань і схильностей до туристської роботи; залучення учнів до активного оволодіння базовими знаннями, уміннями та практичними навичками з техніки і тактики подолання перешкод у процесі туристських походів; допомоги кожному учасникові дня туризму сформуванню бажання вивчати історію рідного краю в процесі туристських походів; відбору здібних школярів для занять у туристському гуртку та участі в районних, міських змаганнях з туризму.

Розпочинається день туризму в школі зранку. У вестибюлі або іншому обумовленому місці розвішуються підготовлені учнями конкурсні газети “День туризму”, “Краєзнавча вікторина”, “Усім класом у туристський похід”, зібрані вчителем фізичної культури напередодні дня туризму. Також вивішується Положення про проведення дня туризму в школі, умови проходження смуги перешкод і схеми етапів, які будуть використані на дистанції. Після закінчення уроків учасники змагань вишиковуються на урочисту лінійку, на якій оголошується порядок проведення дня туризму: місце проведення краєзнавчої вікторини, порядок старту на смугі перешкод та інші організаційні питання. Після закінчення лінійки учасники змагань знайомляться з обладнанням дистанції і порядком її проходження. Водночас зі змаганнями на смугі перешкод також проводиться краєзнавча вікторина. Створене конкурсне журі оцінює зміст конкурсних газет, результати краєзнавчої вікторини та визначає переможців конкурсу загалом.

На етапі “розкладання намету” застосовується також спорядження: намет; 10 кілочків; 2 альпенштоки. Для проведення змагань на цьому етапі необхідна рівна галявина розмірами 5х6 м з хорошим ґрунтом, щоб у нього легко вколювалися кілочки і була можливість швидко поставити намет. Перед змаганнями суддя пояснює учням, що спочатку треба розтягнути та закріпити дно намету, потім поставити альпенштоки й натягнути верх намету, далі по діагоналі натягти бокові відтяжки й закріпити їх. При цьому треба стежити, щоб верх намету був рівний, без зморшок. Після пояснення команда за допомогою судді складає намет і збирає в одне місце всі кілочки та альпенштоки. Після