

УРОК-ТРЕНІНГ ЯК СУЧАСНА ФОРМА ОРГАНІЗАЦІЇ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ІНТЕГРОВАНОГО КУРСУ «ЗДОРОВ'Я, БЕЗПЕКА ТА ДОБРОБУТ»

Модельні програми курсу «Здоров'я, безпека та добробут» спрямовані на реалізацію визначених у Державному стандарті вимог до обов'язкових результатів навчання учнів з соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі, які передбачають, що учень / учениця:

- турбується про особисте здоров'я та безпеку, уникає факторів ризику, реагує на фактори і діяльність, що становлять загрозу для власного і суспільного життя, здоров'я, добробуту;
- визначає альтернативи, прогнозує наслідки, приймає рішення для власної безпеки та безпеки інших осіб, здоров'я і добробуту;
- усвідомлює цінність та дотримується здорового способу життя, аналізує та оцінює наслідки і ризики для здоров'я і суспільства;
- виявляє підприємливість та поводить етично для поліпшення здоров'я, безпеки і добробуту власного та інших осіб [4].

Досягнення результатів, визначених Державним стандартом, забезпечується шляхом використання ефективних технологій навчання. Навчання є ефективним тоді, коли освітній процес відбувається за умови постійної активної взаємодії всіх його учасників, відбувається колективне, групове співнавчання і взаємонавчання, а педагог і учень є рівноправними і рівнозначними суб'єктами освітнього процесу. Однією з найбільш ефективних організаційних форм такого навчання є тренінг.

Тренінгова технологія навчання відповідає принципам «педагогіки партнерства». Вона є одним із ключових компонентів нової української школи. Основа педагогіки партнерства – спілкування, взаємодія та співпраця між учителем та учнями. Основні принципи «педагогіки партнерства»: повага до особистості; доброзичливість і позитивне ставлення; довіра у відносинах; діалог – взаємодія – взаємоповага; розподілене лідерство (проактивність, право вибору та відповідальність за нього, горизонтальність зв'язків); принципи соціального партнерства (рівність сторін, добровільність прийняття зобов'язань, обов'язковість виконання домовленостей [5]. Ці ж принципи покладено в основу тренінгових технологій навчання.

Тренінгові форми навчання охоплюють весь потенціал людини: рівень та обсяг її компетентності (соціальної, емоційної та інтелектуальної), самостійність, здатність до прийняття рішень, до взаємодії тощо [1]. Знання на тренінгу не подаються у готовому вигляді, а стають продуктом активної діяльності самих учасників. У центрі уваги – самостійне навчання учасників та інтенсивна взаємодія. Відповідати за результативність навчального процесу мають однаковою мірою як педагог, так і кожен учасник тренінгу. У тренінгу

широко використовуються методи, спрямовані на стимуляцію взаємодії учасників. Усі вони об'єднуються під назвою «інтерактивні техніки» і забезпечують взаємодію та власну активність учасників під час динамічного освітнього процесу.

Термін «тренінг» має низку значень: навчання, виховання, тренування. Тренінг – це форма групової роботи, що забезпечує активну участь і творчу взаємодію учасників між собою і з учителем, враховує всі три сфери навчання особистості (знання, вміння, цінності). Тренінг – це одночасно практичний та ефективний метод опанування новими знаннями; конструктивне спілкування; спосіб формування бажаних, більш ефективних умінь і навичок, а також більш успішних моделей поведінки; форма розширення власного набутого досвіду.

Тренінг як форма педагогічного впливу передбачає використання інтерактивних методів навчання. Інтерактивні методи – це форми організації діяльності, в процесі яких учні та вчитель перебувають у режимі полілогу, співпраці, взаємонавчання.

Під час тренінгу варто приділити основну увагу практичним вправам. Звичайно, на тренінгу не завжди можна обійтися без пояснень. Однак не варто розповідати учням просту інформацію, доцільніше надати її в паперовому чи електронному вигляді. Учасники можуть швидко ознайомитися з інформацією, обговорити її, виконати творче завдання чи відпрацювати вміння.

Щоб зрозуміти, наскільки зміст тренінгу цікавий і важливий для учнів, наприкінці заняття можна провести експрес-опитування. Результати аналізу опитування варто враховувати при плануванні наступних занять.

Під час проведення тренінгу необхідно дотримуватися методичних принципів, зокрема:

1. ***Принципу активності:***
 - принцип персоніфікації та принцип «Я»;
 - принцип рівності;
 - дослідницький принцип.
2. ***Принцип ігрового моделювання:***
 - принцип партнерства;
 - принцип «Тут і тепер».
3. ***Принцип навчання:***
 - принцип новизни;
 - принцип «Не нашкодь!»;
 - принцип зворотного зв'язку.
4. ***Принцип систематичної рефлексії:***
 - принцип зворотного зв'язку;
 - принцип описовості;
 - принцип конкретності;
 - принцип конструктивності;
 - принцип актуальності;
 - принцип довіри;
 - принцип конфіденційності;
 - принцип експлікації відчуттів;

- принцип оптимізації пізнавальних процесів.

5. **Принцип групової форми:**

- принципи обліку і управління груповою динамікою;
- принцип добровільності;
- принцип інформованості;
- принцип діагностики.

Із метою підвищення ефективності тренінгу необхідно чітко дотримуватися структури тренінгу. У межах одного заняття не слід використовувати кілька однотипних вправ; форми роботи потрібно урізноманітнювати, що сприятиме розвитку інтересу, формуванню стійкої мотивації, запобігатиме розсіюванню уваги.

Тренінг є чітко структурованою формою організації освітнього процесу.

Таблиця

Структура тренінгу

Частини тренінгу	Рекомендовані види діяльності	Час (орієнтовний)
Вступна частина	– зворотний зв'язок (або перевірка домашнього завдання); – виявлення очікувань; – знайомство; – домовленості про правила роботи	5–10 хв
Основна частина		25–35 хв
Теоретичний блок	– інтерактивні презентації; – інформаційні повідомлення; – «мозковий штурм»; – міні-лекції з елементами бесіди; – самонавчання і взаємонавчання; – відповіді на запитання; – висловлення думок; – інтерактивне відео (фрагмент); – кейс-метод	
Практичний блок	– робота в парах, групах; – виконання мініпроектів; – аналіз історій і ситуацій; – рольова ігри; – імітаційна гра; – ділова гра; – інсценування; – керовані дискусії та дебати	
Допоміжні вправи	– вправи для формування груп; – руханки	
Заклучна частина	– підведення підсумків (домашнє завдання);	5–10 хв

	– рефлексія; – зворотний зв'язок	
--	-------------------------------------	--

Вступ

Презентація мети і завдань.

Домовленості про правила роботи групи – своєрідне формування групи, де виробляються спільні норми для ефективної взаємодії.

Очікування учасників. Важливо враховувати очікування учнів, оскільки від цього залежить ефективність уроку.

Основна частина

Основна частина тренінгу – кілька тематичних завдань у поєднанні з руханками. В основній частині тренінгу іноді виділяють теоретичний і практичний блоки, проте цей поділ є досить умовним, адже знання (як і вміння та навички) на тренінгу здобуваються у процесі виконання практичних завдань (мінілекції у формі бесіди, презентації, взаємонавчання, роботи в групах).

Оцінка рівня інформованості – своєрідний зріз знань стосовно проблематики тренінгу.

Актуалізація проблеми – важливий елемент тренінгу, який скеровує інтерес до проблеми та формує мотивацію.

Інформаційний блок являє собою кілька розподілених і логічно завершених частин.

Формування умінь, ставлень, набуття практичних навичок спрямовані на вироблення в учасників навичок комунікації, прийняття рішень, зміни стратегії поведінки.

Завершальна частина

Завершення роботи. Рефлексія. Отримання зворотного зв'язку.

Підведення підсумків тренінгу та оцінка зміни рівня поінформованості учнів.

Руханки – вправи на зняття м'язового і психологічного напруження. Руханки, як правило, проводяться на 20–22 хвилині уроку.

Результативність тренінгів оцінюється за двома критеріями – *психологічним* (позитивними емоціями, відчуттям задоволення від проведеної роботи, щирою доброзичливою атмосферою) і *практичним* (набутими знаннями, вміннями, досвідом, практичними навичками). За умови чіткої організації, дотримання методики проведення такі уроки сприяють розвитку творчого мислення, формуванню практичних умінь та навичок; стимулюють і підвищують інтерес до нових знань, активізують сприйняття матеріалу; створюють позитивний мікроклімат у колективі, творчу, доброзичливу атмосферу; забезпечують створення сприятливих умов для реалізації творчого потенціалу педагогів.

Приклад уроку-тренінгу (5 клас) за підручником Ольги Тагліної «Здоров'я, безпека та добробут».

Тема уроку. Пожежна безпека.

Мета. Ознайомити учнів із причинами виникнення та способами гасіння невеликих пожеж; особливостями гасіння електроприладів; вивчити правила поведінки під час пожеж; правила користування засобами пожежогасіння; виховувати у дітей відповідальне ставлення до своєї безпеки та збереження

безпеки і майна інших людей; навчити викликати пожежну службу та захищати органи дихання під час пожежі.

Розвиток наскрізних умінь: читати з розумінням; висловлювати власну думку; критично і системно мислити; логічно обґрунтовувати позицію; діяти творчо; виявляти ініціативу; конструктивно керувати емоціями; оцінювати ризики; приймати рішення; розв'язувати проблеми; співпрацювати з іншими.

Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- називають: причини виникнення пожеж, способи гасіння пожеж, умови горіння; знають: як запобігти пожежі вдома і на природі, як загасити одяг, що горить на людині, особливості гасіння електроприладів, алгоритм користування вогнегасником;
- розуміють: важливість дотримання правил гасіння пожеж;
- демонструють: вміння викликати пожежну службу; захищати органи дихання від отруйних газів.

Тип уроку: комбінований.

Форма проведення: тренінг.

Орієнтовний план уроку-тренінгу

Тренінгові активності	Тривалість, хвилини
Вступна частина	8
Основна частина	30
Проблемна ситуація	2
Робота з підручником. Мозковий штурм	4
Робота в парах	2
Індивідуальна робота. Відкритий мікрофон	2
Руханка та об'єднання в групи	2
Робота в групах. Презентація роботи груп	18
Підсумок	7
Усього	45

Структура уроку-тренінгу

Вступна частина

1. Створення сприятливої атмосфери. Привітання. Домовленості про правила роботи. Зворотний зв'язок із попереднім уроком. Запропонуйте учням пригадати, що вони робили на минулому уроці. Вислухайте відповіді, підсумуйте сказане.

2. Актуалізація. Як ви розумієте прислів'я «Вогонь – друг, і вогонь – ворог». Оголошення теми уроку «Пожежна безпека». Запитайте учнів: «Які ваші очікування від сьогоднішнього уроку, про що ми будемо говорити?»

- Причини виникнення та способи гасіння пожеж, їх наслідки.
- Особливості гасіння електроприладів.

- Вивчимо правила поведінки під час пожеж.
- Правила користування засобами пожежогасіння.
- Як викликати пожежну службу.
- Замислимося над ставленням до особистої безпеки та безпеки інших людей.

3. Обговорення особливостей оцінювання (самооцінювання) та критеріїв оцінювання на основі очікувань та завдань уроку.

Чек -лист «Пожежна безпека»

Рубрики	Критерії	Так	Ні	Можливо
Я знаю	причини виникнення пожеж			
	способи гасіння пожеж			
	правила поведінки під час пожеж			
	правила гасіння невеликих пожеж			
	алгоритм користування вогнегасником			
	як захистити органи дихання під час пожежі			
	особливості гасіння електроприладів			
	куди і за яким номером телефону потрібно дзвонити під час виникнення пожежі			
Я розумію	наслідки пожеж			
	важливість дотримання правил гасіння пожеж			
Я можу	продемонструвати дії щодо гасіння одягу, що горить на людині			
	продемонструвати, як потрібно вибиратися з палаючого приміщення			
Я вмію	викликати пожежну службу			
	захищати органи дихання під час пожежі			
Я відчуваю	відповідальність за особисту безпеку та безпеку інших			

Основна частина

Завдання 1. Проблемна ситуація.

Попросіть учнів перейти за QR-кодом та переглянути відео. Поміркуйте й обговоріть ситуацію. Як попередити таку небезпечну подію? Запропонуйте план дій.



Завдання 2. Робота з підручником.

Запропонуйте учням прочитати інформацію «Причини виникнення та способи гасіння невеликих пожеж» (підручник, с. 62).

Мозковий штурм «Як загасити невелику пожежу?».

Завдання 3. Робота в парах.

Поміркуйте й обговоріть ситуацію. Що має робити людина, якщо на ній загорівся одяг? Олена вважає, що треба швидко бігти, щоб вогонь згас. Микола каже, що слід дотримуватися правила «Зупинись, падай, перекидайся!». Хто з них має рацію? Як правильно поводитися в такому випадку? (підручник, с. 62).

Завдання 4. Відкритий мікрофон «Пожежна служба».

Вам треба викликати пожежну машину. Для цього слід знати, що саме говорити черговому, який приймає виклик. Уявіть собі, що ви зателефонували 101 і почули: «Черговий пожежної частини слухає». Що ж йому треба сказати? (підручник, с. 63).

Руханка та об'єднання в групи.

Завдання 5. Робота в групах (у разі малої кількості учнів в парах) (підручник, с. 63, 64, 65).

Група 1. Причини виникнення пожеж. Які умови необхідні для виникнення та підтримання горіння? Які умови необхідні для того, щоб вогонь згас? Зробіть висновки. Поділіться своїми думками.

Група 2. В'ячеслав Польовий – відомий український пожежник. Він урятував багато людей. Якимось він сказав в інтерв'ю: «Із дітьми важко... Вони намагаються кудись сховатися, тому з дітьми найнебезпечніше. Дорослий розуміє, що можна кудись вийти, вибігти... а дитина – це страх, хованки, і потім її дуже важко знайти». Як має дитина допомогти рятувальним службам, щоб рятувальники й рятувальниці могли її знайти і врятувати? Поділіться своїми думками.

Група 3. Особливості гасіння електроприладів. Пожежу часто гасять водою. Однак слід пам'ятати, що воду можна використовувати не завжди. Так, коли заливаєш електричні прилади водою, можливе ураження електричним струмом. Тому треба обов'язково вимкнути електричні прилади, перш ніж їх гасити. Поділіться своїми думками.

Група 4. Як користуватися вогнегасником. Найбільш зручними для гасіння пожеж є вогнегасники. Вони бувають кількох типів. Ваше завдання – навчитися користуватися невеликим вогнегасником. Визначіть послідовність власних дій. Знайдіть інформацію, яка допоможе вам правильно використовувати вогнегасник. Поділіться своїми думками.

Група 5. Захист органів дихання під час пожежі. Під час пожежі люди частіше гинуть не від вогню, а від диму. Цей дим є насиченим отруйними продуктами горіння. Вони призводять до того, що людина непритомніє. Задля запобігання цьому радять при виході із задимленого приміщення прикладати до обличчя мокру тканину. Вона слугує фільтром під час дихання й затримує отруйні речовини. Крім того, у задимленому приміщенні краще пересуватися повзком або пригнувшись. Дим підіймається вгору, тому на рівні підлоги дихати трохи легше. Поділіться своїми думками.

Презентація роботи груп.

Заклучна частина. Підсумок уроку:

1. Самооцінювання роботи учнів на уроці відповідно до чек-листа «Пожежна безпека».
2. Зворотний зв'язок (на основі чек-листа). Запропонуйте учням продовжити фразу: «На цьому уроці я ...»; побажання «Мені необхідно ще ...».
3. Домашнє завдання: опрацюйте параграф 12, використовуючи чек-лист «Пожежна безпека»; складіть пам'ятку «Як запобігти пожежі»; обговоріть із батьками дотримання правил пожежної безпеки вдома.
4. Прощання. Запропонуйте учням проголосити спільно фразу «Безпека понад усе!»

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Бевз Г. М., Главник О. П. Основні положення щодо проведення тренінгів. URL: <http://ru.osvita.ua/school/method/technol/598/> (дата звернення: 20.12.2020).
2. Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. Захисти себе від ВІЛ. Тренінги життєвих навичок: методичний посібник для педагога-тренера. Тернопіль: Навчальна книга – Богдан, 2012. 208 с.
3. Воронцова Т. В., Пономаренко В. С. Вчимося жити разом: посібник для вчителя з розвитку соціальних навичок у курсі «Основи здоров'я» (основна і старша школа). Київ: Алатон, 2017. URL: <https://drive.google.com/drive/folders/0Bzt9FAqrO9WcLXZwZVIJaFBCS3>.
4. Державний стандарт базової середньої освіти. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/898-2020-%D0%BF#Text>.
5. Нова українська школа. Концептуальні засади реформування середньої школи / Міністерство освіти і науки України. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>.
6. Шиян О., Волощенко О., Гриньова М. та ін. Модельна навчальна програма «Здоров'я, безпека та добробут. 5–6 класи класи (інтегрований курс)» для закладів загальної середньої освіти. URL: https://drive.google.com/file/d/17MwEgus-Ahsa_nbw9OaDIoZrM7wYHGZS/view.
7. Орієнтовне календарно-тематичне планування «Здоров'я, безпека та добробут» 5 клас (інтегрований курс). URL: https://docs.google.com/document/d/1nC_Dp860bLL8gSnxKL5usgkeqrinYdZ6/edit.
8. Тагліна О. В. Здоров'я, безпека та добробут: підручник інтегрованого курсу для 5 класу закладів загальної середньої освіти. Харків: Ранок, 2022. URL: <https://lib.imzo.gov.ua/wa-data/public/site/books2/5kl-vidbyr/%C2%ABZdoro%20bezpeka%20ta%20dobrobut%C2%BB%20%D0%A2%D0%B0%D0%B3%D0%BB%D1%96%D0%BD%D0%B0.pdf>