



**Інна КОНЧИЦ,**

*методист відділу виховної роботи та позашкільної освіти  
Чернігівського обласного інституту післядипломної педагогічної  
освіти імені К.Д. Ушинського*

## **ОБЛАСНИЙ МІЖШКІЛЬНИЙ ІНФОРМАЦІЙНО- ПРОСВІТНИЦЬКИЙ ПРОЄКТ – РУХАНКА-ЧЕЛЕНДЖ «HEALTHY DISCO»**

Дослідження здоров'я та поведінкових орієнтацій українських школярів <https://www.unicef.org/ukraine/media/921/file/Social%20conditionality%20and%20indicators%20of%20adolescent%20and%20youth%20health%20in%20Ukraine.pdf> щодо здоров'я свідчить, що й досі нездорові харчові звички є доволі поширеними, а рівень фізичної активності помітно низьким. Діти віддають перевагу шкідливій їжі та мало рухаються, таке поєднання призводить до поширеності надмірної ваги й ожиріння серед дітей і молоді. Поєднання заходів із забезпечення здорового харчування і заохочення рухової активності в закладах освіти дають найкращий результат для усунення або профілактики зазначеної вище проблеми.

Дітей треба вчити свідомих підходів до їжі: не демонізувати, не забороняти, а навчити обирати найкращі варіанти для свого здоров'я та розвитку, тобто формувати здорові звички.

Сучасні умови життя потребують нового педагога, здатного мислити і працювати творчо, приймати нестандартні рішення. Саме цим зумовлена нині увага педагогів до інновацій. Сьогодні метод проєктів вважається одним із найперспективніших методів навчання, адже він створює умови для творчої самореалізації тих, хто навчається, підвищує мотивацію до навчання і сприяє розвитку інтелектуальних здібностей, формує навички пошуково-дослідницької діяльності, вчить навчатися протягом усього життя.

Проєктна діяльність – це конструктивна і продуктивна діяльність, спрямована на розв'язання життєво значущої проблеми, досягнення кінцевого результату в процесі цілепокладання, планування і здійснення проєкту. Саме тому, цей вид діяльності був запропонований педагогам-організаторам закладів загальної середньої освіти області.

Над створенням і реалізацією обласного міжшкільного інформаційно-просвітницького проєкту – руханка-челендж «Healthy DISCO» (далі – Проєкт) працювала команда креативних, ініціативних, педагогів-організаторів закладів загальної середньої освіти Батуринської, Менської, Ніжинської, Новгород-Сіверської, Прилуцької, Чернігівської територіальних громад області.

У січні 2024 року педагоги-організатори об'єднались в обласну педагогічну майстерню на базі ЧОШПО імені К.Д. Ушинського, стали учасниками презентації обласного освітнього проєкту «Healthy food: здоровим бути здорово!» і вирішили взяти участь у обласному медіафестивалі.



Для налагодження ефективної комунікації 25 січня 2024 року в мобільному застосунку Viber було створено групу «ПЕДМАЙСТЕРНЯ ПО 2024».

Серед безлічі форм інформаційно-просвітницької роботи, які популяризують культуру здорового харчування ми обрали, на нашу думку, одну із найдієвіших, а саме – РУХАНКУ. Аналіз тематичних матеріалів у мережі Інтернет підтвердив відсутність руханок про популяризацію здорового харчування.

**Проект** було ініційовано з **метою** формування навичок здорового харчування в учасників освітнього процесу через залучення до рухової активності.

Проект був комплексним, то частину завдань педагоги-організатори виконували як представники обласної педмайстерні, а іншу частину безпосередньо як педагоги-організатори закладів загальної середньої освіти області – учасників Проекту.

#### **Серед завдань Проекту:**

1. Підвищити власну компетентність з питань здорового харчування.
2. Знайти партнерів Проекту.
3. Написати текст руханки та забезпечити її звукозапис.
4. Дібрати назву і створити логотип Проекту взагалі і руханки-челенджу зокрема.
5. Зібратися на місцях (у ЗЗСО команду однодумців).
6. Забезпечити друк та поширити серед учасників Проекту логотипи.
7. Запросити до участі в руханці-челенджі партнерів Проекту.
8. Спланувати, організувати, провести, зафільмувати, висвітлити активності з популяризації здорового харчування на сайтах, сторінках у соцмережах закладів-учасників Проекту.
9. Придумати танцювальні рухи до авторської руханки і долучитись до обласного міжшкільного інформаційно-просвітницького танцювального челенджу.

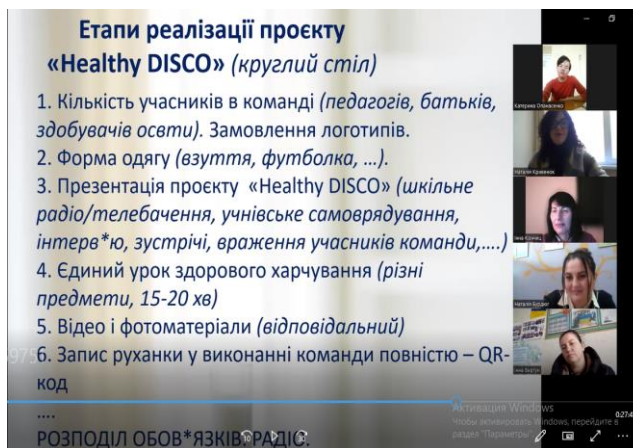
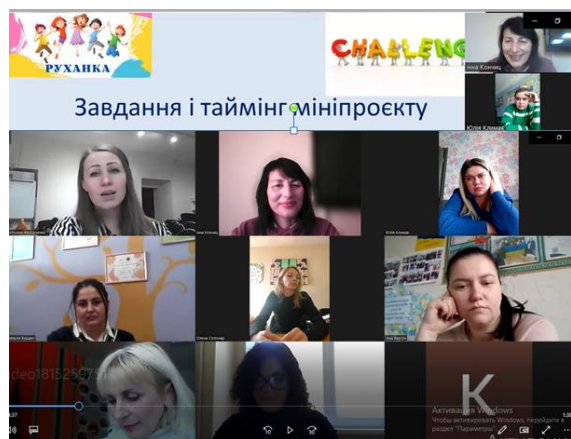
10. Зробити повний відеозапис виконання руханки учасниками освітнього процесу закладу, що є учасником Проєкту.

11. Подати фото та відеоматеріали відповідальному за монтаж відеоролика – кінцевого продукту обласного медіафестивалю.

12. Змонтувати відеоролик з реалізації Проєкту і подати заявку на участь у обласному медіафестивалі.

Планування та реалізація Проєкту тривала з січня до квітня 2024 року.

Усі питання щодо реалізації Проєкту обговорювались у групі Viber та під час офіційних і неофіційних онлайн-зустрічей.



Починаючи роботу над Проєктом, ми розуміли, що без компетентної допомоги з ряду питань нам не обійтись. Нашими партнерами в реалізації Проєкту стали:

- **Антоніна Федорченко**, методист КЗ «Чернігівський обласний науковий ліцей» Чернігівської обласної ради, головний консультант Проєкту.

- **Вячеслав Маховка**, керівник зразкового художнього колективу, вокального ансамблю «VIVA» КПНЗ Чернігівського обласного палацу дітей та юнацтва, відмінник освіти України.

З метою підвищення власної компетентності з питань здорового харчування учасники обласної педмайстерні пройшли навчання на освітніх платформах Prometheus [https://prometheus.org.ua/course/course-v1:Prometheus+HLFD101+2019\\_T2](https://prometheus.org.ua/course/course-v1:Prometheus+HLFD101+2019_T2), EdEra <https://study.ed-era.com/uk/courses/course/5166>, переглянули уроки здорового харчування від Євгена Клопотенка <https://www.unicef.org/ukraine/klopotenko-healthy-eating>, опрацювали інформацію на платформі ЗНАЙМО <https://znaimo.gov.ua/>, отримали відповідні сертифікати.

Враховавши рекомендації Анни Домніч, викладача хореографії та спорту НВК «Новопечерська школа» (м. Київ) «Як бути вчителем 21 сторіччя, та як придумати свою феноменальну руханку» <https://www.youtube.com/watch?v=fjhBfDb7LmQ> ми:

- обрали серед кількох найпопулярніших мелодій сервісу Тік Ток, пісню «**Georgian disco**» від **Niko's band**, визначились з назвою Проєкту загалом і руханки-челенджу зокрема – «**Healthy DISCO**», створили унікальні логотипи, які було надруковано і поширено серед учасників Проєкту.





- написали текст руханки, вклавши в її зміст інформацію про культуру здорового харчування.

### Руханка Healthy DISCO

#### Куплет

Коли прокинувся ти зранку,  
Щоб новий день цей привітати, нумо сніданок  
готувати.  
І не забудь водички склянку з лимоном зранку  
випивати,  
Щоби міцне здоров'я мати  
Ти про користь не забудь «не бігом» і «як-небудь»  
Каші, фрукти, соки, сир – це смачно!  
Не сосиски, бутерброди, а потрібні вуглеводи.  
Йогурт, ягоди, омлет – корисно!  
Будь здоровим і бадьорим весь день, увесь день –  
легко так.  
Харчова безпека – то організму твого аптека!  
Пам'ятай це!  
Healthy харчування – то організму твого бажання  
Тож погнали ааааааа.....

#### Приспів (2 рази)

Разом танцюймо ДИСКО  
Здорове ДИСКО, веселе ДИСКО  
Давайте разом усім покажем  
Здорове ДИСКО, ДИСКО, ДИСКО,  
ДИСКО наше  
Українське ДИСКО

#### Програш

Всіх запрошує до танцю ДИСКО,  
Українське ДИСКО

- обговорили питання аудіозапису руханки у виконанні вокального колективу з партнером Проєкту Вячеславом Маховкою.

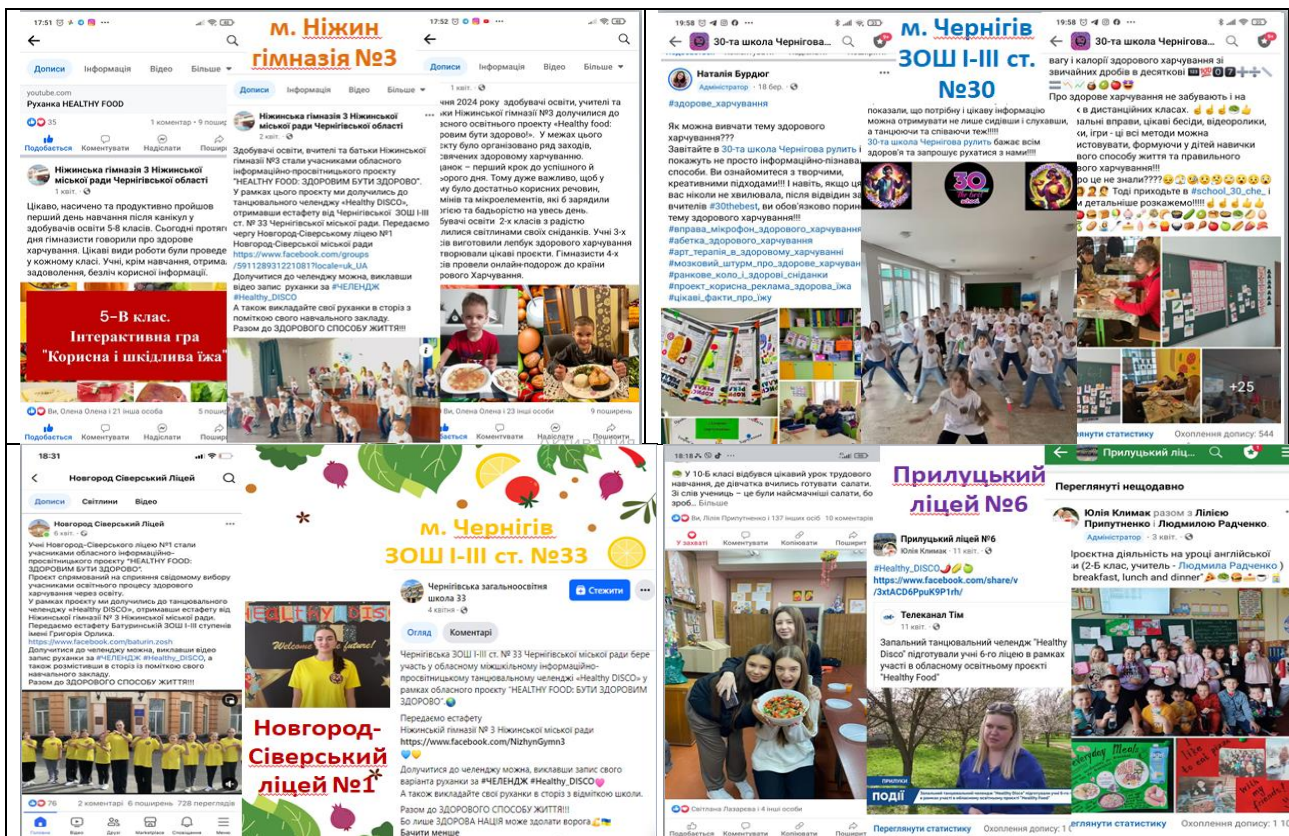


Як було зазначено вище, Проєкт є комплексним. Окрім роботи в обласній педмайстерні педагоги-організатори – координатори Проєкту на місцях, разом з командою однодумців планували, організовували, проводили, фільмували і презентували активності з популяризації здорового харчування в закладах освіти, які представляли.

Дібравши танцювальні рухи до руханки-челенджу «Healthy DISCO», учасники Проєкту проводили репетиції.



На сайтах закладів освіти, на сторінках закладів у соціальних мережах постійно висвітлювалась інформація про перебіг подій у межах Проекту.



А коли вже аудіозапис руханки було зроблено (початок квітня 2024 року) – ми запустили руханку-челендж «Healthy DISCO!». Ще два тижні роботи.



До учасників приєдналися і партнери Проєкту – вихованці Чернігівського обласного наукового ліцею Чернігівської обласної ради.

ЧОНЛ Чернігівський обласний науковий ліцей  
10 квітня · 🌐

Обласний інформаційно-просвітницький проєкт "Healthy food: здоровим бути здорово" триває на Чернігівщині й впроваджується активними освітянами й освітянками, учнівством та батьківською громадою в різних закладах освіти.

Долучаємося до танцювального челенджу #Healthy\_DISCO - формуємо звичку обирати здорове харчування. Окрім цього в ліцеї розгортається просвітницька кампанія з теми здорового харчування через організацію вітамінних столів, вирощування мікрозелені та салатів, проведення годин спілкування та уроків з теми.

Приймаємо #ЧЕЛЕНДЖ#Healthy\_DISCO від Опорний заклад Менська гімназія й передаємо Прилуцький ліцей №6

**Партнери проєкту**

ЧЕРНІГІВСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ НАУКОВИЙ ЛІЦЕЙ

<https://www.youtube.com/watch?v=c3zwGra6-o>

До кожної руханки було створено QR-код, за яким можна переглянути виступи учасників челенджу. Кожен виступ яскравий, оригінальний, неповторний, запальний. За зразок можете обрати будь-який, або придумати свій і приєднатися до обласного челенджу, виклавши запис руханки під хештегом #челендж«Healthy DISCO».

Протягом реалізації Проєкту збирались фото та відеоматеріали. Під час проведення челенджу розпочалось монтування відеоролика. Відповідно до розподілу обов'язків серед учасників обласної педмайстерні, за цю роботу відповідала Юлія Климак, педагог-організатор Прилуцького ліцею № 6 Прилуцької міської ради.

15 квітня творчий відеозвіт обласної педмайстерні педагогів-організаторів закладів загальної середньої освіти області було розміщено на платформі YouTube <https://www.youtube.com/watch?v=c3zwGra6-o>.

Учасники обласної педагогічної майстерні 2024 року – педагоги-організатори закладів загальної середньої освіти області, які стали одними з лідерів обласного медіафестивалю «Healthy food: здоровим бути здорово!» переконані, що формувати звичку здорового харчування треба вже сьогодні, адже, виховуючи здорову націю, ми робимо ще один крок до нашої спільної ПЕРЕМОГИ.

