

УДК 373.3.091

Практична скарбничка «Ранковий старт успішного уроку»

Л. Сергєєва,

вчителька вищої кваліфікаційної категорії,
Стрижівський ліцей Любарської селищної ради
Житомирської області
e-mail: vava12312@ukr.net

Ефективний початок уроку в початковій школі не потребує великої кількості завдань або тривалої підготовки. Значно важливіше, щоб перші хвилини допомогли дитині переключитися на навчальну діяльність, зосередитися, відчути емоційний комфорт і зацікавитися тим, що відбуватиметься далі. Особливості навчально-пізнавальної діяльності молодших школярів зумовлюють доцільність поєднання гри, руху, емоцій, спілкування та невеликого інтелектуального виклику [2].

Запропонована практична скарбничка побудована за принципом: одна коротка вправа – одна чітка педагогічна мета. Учитель може обирати прийоми відповідно до стану класу, навчального предмета та завдань уроку. Більшість вправ тривають від однієї до трьох хвилин і легко адаптуються до учнів 1–4 класів.

1. Вправи та прийоми для емоційного налаштування молодших школярів

Емоційний стан дитини впливає на її готовність слухати, взаємодіяти, виконувати завдання та долати труднощі. Тому ранковий старт доцільно починати не з вимоги «приготуйтеся до роботи», а з короткого переходу від особистого стану до спільної діяльності. Соціально-емоційне навчання передбачає розвиток здатності розуміти власні переживання, регулювати їх та конструктивно взаємодіяти з іншими [6].

«Колір мого ранку»

Учитель пропонує:

– Якби ваш сьогоднішній настрій мав колір, яким би він був?

Учні називають колір або обирають відповідну картку.

У 1–2 класах достатньо лише назвати колір. У 3–4 класах можна додати коротке пояснення:

«Мій настрій сьогодні зелений, бо я спокійний».

«Мій – жовтий, бо чекаю цікавого дня».

Важливо не ділити кольори на правильні й неправильні. Мета вправи – допомогти дитині помітити свій стан, а не змусити її демонструвати позитивні емоції.

«Погода всередині мене»

Учитель запитує:

– Яка сьогодні погода у вашому настрої?

Діти можуть відповісти:

«Сонячно».

«Трохи хмарно».

«Вітряно».

«Є невеликий дощик».

Образ погоди є зрозумілим для молодших школярів і дозволяє говорити про емоції без необхідності детально пояснювати особисті переживання. Учитель може завершити:

– Якою б не була наша внутрішня погода, протягом дня вона може змінитися.

«Долонька підтримки»

Перед складним завданням учні розкривають долоню. Кожен палець отримує своє коротке послання:

великий – я вмію;

вказівний – я спробую;

середній – я можу запитати;

безіменний – мені можуть допомогти;

мізинець – маленький успіх теж важливий.

Вправа особливо доречна перед самостійною роботою, новою темою або завданням, яке діти сприймають як складне.

«Слово, яке беремо з собою»

На початку уроку клас обирає одне слово дня:

сміливість, увага, цікавість, дружба, наполегливість.

Учитель коротко пояснює:

– Сьогодні беремо з собою слово «цікавість». Спробуємо помічати те, про що нам захочеться запитати.

Так одне слово стає невеликим емоційним і поведінковим орієнтиром на урок.

Подібні прийоми не потребують тривалої рефлексії. Їхнє завдання – створити відчуття прийняття, передбачуваності та психологічної безпеки, що особливо важливо в роботі з молодшими школярами.

2. Короткі вправи для розвитку та концентрації уваги

Увагу молодшого школяра ефективніше активізувати через конкретне завдання, ніж через багаторазове нагадування «Будьте уважними». Коротка інтелектуальна гра допомагає переключити дитину на навчальну діяльність і створює відчуття швидкого успіху.

«Хвилинка детектива»

Учитель протягом 15–20 секунд демонструє 5–7 предметів або картинок. Потім діти заплющують очі, а педагог щось змінює.

Запитання можуть бути різними:

– Що зникло?

- Що змінило місце?
- Який предмет з'явився?
- Яка деталь стала іншою?

Для старших учнів початкової школи можна використовувати не предмети, а слова, геометричні фігури, числа або символи.

«Лови сигнал»

Перед вправою вчитель визначає умову.

На українській мові:

- Плесніть один раз, коли почуєте дієслово.

На математиці:

- Торкніться плечей, якщо число парне.

На «Я досліджую світ»:

- Підніміть руку, якщо названий об'єкт належить до живої природи.

Одна й та сама вправа легко змінюється відповідно до змісту уроку.

«Помилка, яка сховалася»

Учитель пише або промовляє твердження з навмисною помилкою:

«Трикутник має чотири кути».

«У слові “зима” п'ять букв».

« $30 + 20 = 32$ ».

Учні мають не просто знайти помилку, а пояснити, чому твердження неправильне.

У такий спосіб коротка вправа на увагу одночасно стає актуалізацією знань.

3. Мотиваційні прийоми для створення інтересу до уроку

Одним із найважливіших завдань початку уроку є створення внутрішнього запитання: «Що ж буде далі?». Пізнавальний інтерес посилюється, коли учень не отримує всю інформацію відразу, а має можливість припускати, шукати та відкривати [1; 2].

«Три підказки»

Учитель називає три слова, пов'язані з майбутньою темою.

Наприклад:

холод – вода – прозорий;

слово – назва – предмет;

сонце – предмет – темна пляма.

Діти висловлюють припущення, про що буде урок.

Перевага прийому полягає в тому, що учень не отримує готової теми, а сам наближається до неї.

«Запитання, яке відкриває урок»

На дошці записується одне запитання:

Чи може тінь бути довшою за людину?

Навіщо потрібен нуль, якщо він означає «нічого»?

Чи можна прочитати текст без розділових знаків?

Що станеться, якщо рослина залишиться без світла?

Учитель не повідомляє правильну відповідь. Діти висловлюють припущення, а наприкінці уроку повертаються до початкового запитання.

«Таємничий предмет»

Учитель приносить предмет, який має зв'язок із темою уроку, але не називає його значення.

Наприклад:

лупа – перед дослідженням властивостей об'єктів;

компас – перед темою про сторони горизонту;

нитка – перед уроком дизайну;

старий ключ – перед творчим читанням.

Запитання:

– Чому саме цей предмет сьогодні з'явився у нашому класі?

Учні будують припущення, а предмет стає містком до змісту уроку.

4. Рухові, дихальні та нейровправи для активізації учнів

Короткий руховий старт доцільний після перерви або перед діяльністю, яка потребує тривалого зосередження. Проте руханка має не збуджувати клас ще більше, а допомагати організувати активність.

«Дзеркало»

Учитель повільно виконує кілька рухів, а учні повторюють їх так, ніби є його відображенням.

Поступово рухи можна ускладнювати або доручити роль ведучого учневі.

Вправа тренує спостережливість, координацію та вміння діяти в одному темпі з групою.

«Перехресний код»

Діти торкаються правою рукою лівого коліна, а потім лівою – правого.

Після кількох повторень учитель додає словесний код:

праве коліно – «увага»;

ліве – «старт».

Завершує клас разом:

– Увага – старт!

«Ритм, який нас об'єднує»

Учитель задає ритм:

плеск – плеск – пауза – плеск.

Діти повторюють.

Потім один учень може створити власний короткий ритм для класу.

Ця вправа одночасно активізує слухову увагу й створює відчуття спільної дії.

5. Ранкові мовленнєві та математичні розминки

Ранковий старт може одразу бути пов'язаний із навчальним предметом. У цьому випадку він не лише налаштовує, а й актуалізує попередні знання.

«Слово дня»

На дошці з'являється одне слово, наприклад, подорож.

Учитель пропонує різні мікрозавдання:

– Назвіть першу асоціацію.

- Доберіть слово-ознаку.
 - Складіть запитання з цим словом.
 - Доберіть споріднене слово.
- Складність залежить від класу.

«Три слова – одна історія»

Учитель пропонує три неочікувані слова:

кіт – парасолька – автобус.

За 30 секунд діти придумують одне речення або мініісторію, у якій використано всі три слова.

Вправа розвиває мовлення, фантазію та швидкість переключення.

6. Ранковий старт на уроках «Я досліджую світ», дизайну і технологій та мистецтва

«Що бачу – що думаю – що хочу дізнатися»

Учитель демонструє фотографію природного явища, рослини, тварини або незвичайного об'єкта.

Робота проходить у три короткі кроки:

Я бачу... – називаємо лише факти.

Я думаю... – висловлюємо припущення.

Я хочу дізнатися... – формулюємо запитання.

Наприклад, діти розглядають фото замерзлого вікна.

«Я бачу візерунки».

«Думаю, вони утворилися через холод».

«Хочу дізнатися, звідки на склі взялася вода».

Так учитель природно переходить до дослідницької діяльності.

«Матеріал із характером»

На уроках дизайну і технологій учитель демонструє певний матеріал: папір, фольгу, нитки, тканину, картон.

Запитання:

– Який у нього «характер»?

Діти можуть відповідати:

«Папір слухняний, бо легко складається».

«Картон упертий, бо його важче зігнути».

Після образного опису учні переходять до реальних властивостей матеріалу.

«Музика має колір»

На початку уроку мистецтва звучить короткий музичний фрагмент.

Учитель ставить лише два запитання:

– Якого кольору ця музика?

– Якою лінією ви б її намалювали?

Діти можуть показати рухом руки хвилясту, різку, плавну або ламану лінію.

Такий прийом об'єднує музичне сприймання, образне мислення і рух.

7. Авторська модель «5 хвилин до успішного уроку»

Для систематизації практичних прийомів пропонується авторська модель «5 хвилин до успішного уроку». Її метою є не створення обов'язкового сценарію, а надання вчителю простого орієнтира для побудови початку заняття.

Модель містить п'ять складових.

1. ЕМОЦІЯ – «Як я?»

Дитина коротко усвідомлює свій стан.

Можливі прийоми: «Колір мого ранку», «Погода всередині мене».

2. УВАГА – «Я тут».

Коротке завдання переводить увагу на спільну діяльність.

Можливі прийоми: «Один погляд», «Лови сигнал», «Помилка, яка сховалася».

3. ВЗАЄМОДІЯ – «Ми разом».

Клас виконує одну спільну дію: ритм, коротке побажання, рух або відповідь.

4. ІНТРИГА – «Мені цікаво».

З'являється предмет, проблема, запитання або три підказки.

5. МОТИВАЦІЯ – «Я знаю, навіщо».

Учитель разом із дітьми визначає, що вони мають сьогодні відкрити, дослідити або навчитися робити.

Назва «5 хвилин» є умовною. Не потрібно щодня витратити рівно хвилину на кожний компонент. Деякі елементи можуть об'єднуватися.

Наприклад:

– Подивіться на фотографію. Що вас здивувало?

Одне запитання одночасно активізує увагу, інтригу та мотивацію.

Таким чином, модель залишається гнучкою та не перетворює початок уроку на формальний ритуал.

8. Конструктор «Мій ранковий старт»

Практичний конструктор допомагає вчителю швидко обирати вправу відповідно до реальної ситуації.

Якщо діти сонні або пасивні: рух + ритм + коротка загадка.

Якщо клас надто активний після перерви: дихальна вправа + завдання на слухову увагу.

Якщо попереду складна тема: легке завдання на успіх + інтрига + «Місія уроку».

Якщо попереду самостійна робота: «Долонька підтримки» + спокійне дихання.

Якщо це творчий урок: незвичайний предмет + асоціація + запитання «Що можемо створити?».

Таким чином, учитель обирає вправу не за принципом «яку гру сьогодні провести», а виходячи з питання: «Якого стану потребує мій клас саме зараз?»

Отже, практична скалярна «Ранковий старт успішного уроку» демонструє, що перші хвилини заняття можуть бути одночасно короткими, змістовними та педагогічно результативними. Для цього не потрібно

використовувати велику кількість вправ. Значно важливіше правильно визначити, чого потребує клас у конкретний момент: емоційного заспокоєння, активізації, концентрації, взаємодії чи пізнавальної інтриги.

Найбільш ефективними є ті прийоми, які природно поєднуються зі змістом уроку. Запитання, предмет, число, фотографія, слово або короткий рух можуть одночасно виконувати організаційну, мотиваційну та навчальну функції.

Запропонована модель «5 хвилин до успішного уроку» об'єднує п'ять складових: емоцію, увагу, взаємодію, інтригу та мотивацію. Вона не передбачає жорсткої послідовності, а слугує орієнтиром, який допомагає педагогу свідомо конструювати початок заняття.

Важливо, щоб ранковий старт не перетворювався на формальну щоденну процедуру. Одна й та сама вправа, яка повторюється без урахування стану дітей, поступово втрачає свою ефективність. Тому педагог має спостерігати за класом, змінювати прийоми та залишати лише ті з них, які справді допомагають учням увійти в навчальну діяльність.

Підсумовуючи, можна сказати, що початок уроку в початковій школі є невеликою за тривалістю, але важливою частиною освітнього процесу. Саме в перші хвилини дитина переходить від попередньої діяльності до навчальної, налаштовується на взаємодію з учителем і однокласниками, концентрує увагу та формує перше ставлення до майбутнього завдання. Тому ефективний старт уроку доцільно розглядати не лише як організаційний момент, а як цілеспрямований педагогічний інструмент.

Список використаних джерел та літератури

1. Бібік Н. М. Способи управління навчально-пізнавальною діяльністю молодших школярів. *Проблеми сучасного підручника*. 2024. Вип. 33. С. 23–34.
2. Бібік Н. М., Мартиненко В. О., Вашуленко О. В., Листопад Н. П., Юношева Т. І. Технології формування навчальних досягнень молодших школярів на засадах компетентнісного підходу : метод. посіб. Київ : Ін-т педагогіки НАПН України, 2023. 408 с.
3. Гнатюк О. В. Особливості адаптації учнів молодшого шкільного віку до освітнього процесу в умовах воєнного часу. *Психологічні виміри особистісної взаємодії суб'єктів освітнього простору в контексті гуманістичної парадигми*. Київ : Ін-т психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, 2023.
4. Гнатюк О. В. Психологічні особливості організації навчання молодших школярів в умовах воєнного стану. 2022.
5. Кабінет Міністрів України. Про затвердження Державного стандарту початкової освіти : постанова Кабінету Міністрів України від 26 грудня 2025 р. № 1810.
6. Ковальчук О. Соціально-емоційне навчання як засіб розвитку особистості молодшого школяра. *Acta Paedagogica Volyniensis*. 2024. № 5. С. 48–54.
7. Ліпчевська І. Управління навчально-пізнавальною діяльністю молодших школярів під час читання цифрових текстів: психолого-педагогічний

аспект. *Проблеми сучасного підручника*. 2025. Вип. 34. С. 172–185. DOI: 10.32405/2411-1309-2025-34-172-185.

8. Малицька І. Д. Тенденції розвитку освітніх технологій: прогноз аналітиків на 2024 рік. *Інформаційний бюлетень*. 2023. № 4.