

М. В. Топчук

**Використання
елементів сміхотерапії
як здоров'язберезувальної
інноваційної технології
в роботі шкільного
театрального гуртка**



М. В. Топчук

**ВИКОРИСТАННЯ
ЕЛЕМЕНТІВ СМІХОТЕРАПІЇ
ЯК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ
ІННОВАЦІЙНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ
В РОБОТІ ШКІЛЬНОГО
ТЕАТРАЛЬНОГО ГУРТКА
НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ПОСІБНИК**

Одеса
Букаєв Вадим Вікторович
2020

УДК 159.942.613+37

З-46

Схвалено та рекомендовано до друку
радою районного методичного кабінету КУСВТГРР
«Роздільнянський районний центр забезпечення та обслуговування
закладів і установ освіти» Роздільнянської районної ради
Одеської області (протокол № 2 від 20.11.2020)

Автор

Топчук Марина Валентинівна, заступник директора з виховної роботи Яковлівської загальноосвітньої школи I-III ступенів Роздільнянської районної ради Одеської області, вчитель української мови та літератури, спеціаліст вищої категорії, старший учитель, керівник шкільного драматичного гуртка.

Рецензенти:

Чешенко О.І., методист відділу інформаційно-ресурсного забезпечення, старший викладач кафедри методики викладання і змісту освіти КЗВО «Одеська академія неперервної освіти Одеської обласної ради»;

Хабарова Г.В., завідувач районним методичним кабінетом КУСВТГРР «Роздільнянський районний центр забезпечення та обслуговування закладів і установ освіти» Роздільнянської районної ради Одеської області

Топчук М. В.

З-46 Використання елементів сміхотерапії як здоров'язбережувальної інноваційної технології в роботі шкільного театрального гуртка : навч.-метод. посіб. / М. В. Топчук. – Одеса, видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2020. – 100 с.

Методичний посібник знайомить із теоретичними та практичними основами використання елементів сміхотерапії як здоров'язбережувальної інноваційної технології. Висвітлено досвід Яковлівської ЗОШ «Школи культури здоров'я – Школи формування життєвих навичок та ціннісних орієнтирів», практика використання елементів сміхотерапії у роботі шкільного театрального гуртка. Представлені у додатках авторські сценарії мініатюр, інсценівок, міні-вистав, побутові сценки за мотивами народних анекдотів, замальовки з родинного життя.

Видання стане в нагоді для керівників шкільного театрального гуртка, класних керівників, педагогів-організаторів, заступників директорів з виховної роботи, педагогів-позашкільників, а також буде цікавим і корисним небайдужим батькам та учням.

УДК 159.942.613+37

© Топчук М.В., 2020

ЗМІСТ

ВСТУП	5
Розділ I. СМІХОТЕРАПІЯ АБО ГЕЛОТОЛОГІЯ ЯК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА ТА ЗДОРОВ'ЯТВОРЧА ІННОВАЦІЙНА ТЕХНОЛОГІЯ	7
1.1. Сучасні аспекти збереження та зміцнення здоров'я дітей і молоді	7
1.2. Сміхотерапія або гелотологія в сучасній медичній науці	12
1.3. Сміх – потужний стимулятор діяльності внутрішніх систем людського організму	20
1.4. Сміхотерапія як сучасна педагогічна здоров'язбережувальна технологія	24
1.5. «Сміхові» вправи в системі здоров'язберігаючих технологій	30
Розділ II. ШКОЛА КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я – ШКОЛА ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄВИХ НАВИЧОК ТА ЦІННІСНИХ ОРІЄНТИРІВ (ІЗ ДОСВІДУ РОБОТИ)	36
2.1. Школа культури здоров'я – Школа формування життєвих навичок та ціннісних орієнтирів	36
2.2. Матеріально-побутові умови Школи культури здоров'я ...	40
2.3. Організація оздоровчо-освітнього процесу в Школі культури здоров'я	41
2.4. Реалізація принципу природовідповідності як одного з основних у роботі здоров'язбережувального закладу освіти	43
2.5. Впровадження здоров'язбережувальних технологій в освітньо-виховний процес школи	45
2.6. Екологічне виховання школярів	47
2.7. Створення умов для збереження та формування соціальних життєвих навичок	48

Розділ III. ВИКОРИСТАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ СМІХОТЕРАПІЇ В РОБОТІ ШКІЛЬНОГО ТЕАТРАЛЬНОГО ГУРТКА	50
3.1. Театральний гурток – один із інструментів для розвитку емоційного інтелекту школяра	50
3.2. Роль почуття гумору в долі відомих українських письменників	55
3.3. Комедійна складова у роботі шкільного театрального гуртка (із досвіду роботи)	59
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	62
ДОДАТКИ. Сценарії інсценівок	64
Додаток 1. Імпічмент (міні-вистава)	64
Додаток 2. Жили-були дід і баба (побутова сценка за мотивами народних анекдотів)	70
Додаток 3. Орел (міні-вистава для дорослих)	73
Додаток 4. Помічник (замальовка з родинного життя)	81
Додаток 5. Червоне намисто (міні-вистава)	84
Додаток 6. Чупакабра (сільська замальовка)	93
Додаток 7. «Жартівниці» (мініатюра до Вечора зустрічі випускників)	96
Додаток 8. «Гангстери» (мініатюра до Дня вчителя або Вечора зустрічі випускників, переспів сучасного народного анекдоту; ідеально підходить для створення ситуації успіху учням, які важко запам'ятовують тексти)	98

ВСТУП

Сьогодні проблема збереження та зміцнення здоров'я дітей та молоді в Україні, необхідність активного формування здорового способу життя і здоров'я вихованців набула особливої гостроти, а статистика їх здоров'я є досить невтішною, що є особливою загрозою майбутньому країни. До погіршення дитячого здоров'я призводить ряд чинників соціально-економічного, екологічного, психоемоційного характеру. Хронічне розумове, емоційне перевантаження, гіподинамія у дітей та молоді викликають порушення механізму саморегуляції фізіологічних функцій, сприяють розвитку хронічних захворювань.

Питання здоров'язбереження займали педагогів у всі часи. В умовах сьогодення особливого значення набувають процеси удосконалення існуючих та створення нових ефективних технологій, що здатні суттєво підвищувати резервні духовно-фізіологічні можливості людського організму. Саме тому зростає роль інтегративних методів відновлення, зміцнення та збереження фізичного й психічного благополуччя особистості, зокрема арт-терапевтичних методик.

Методичний посібник, певна частина якого носить реферативно-систематизуючий характер, знайомить із сучасними аспектами збереження та зміцнення здоров'я дітей та молоді; розглядає формування здоров'я як багатоскладової категорії, в яку входять фізична, духовна і соціальна складові.

У посібнику розглянуто місце сміхотерапії або гелотології (від грец. «gelos» – сміх + «θεραπεία» – лікування) в сучасній медичній науці, проаналізовано наукові дослідження з питання впливу сміху на здоров'я дитини, позитивний вплив сміху на здоров'я як потужний стимулятор діяльності внутрішніх систем людського організму; виокремлені чотири напрямки сміхотерапії, висвітлено особливості її використання в освітньому процесі.

Посібник знайомить зі сміхотерапією як сучасною педагогічною здоров'язбережувальною технологією – однією з найпопулярніших видів сучасної арт-терапії; основними педагогічними порадами щодо використання сміхотерапії в роботі з дітьми.

У посібнику представлено досвід Яковлівської ЗОШ І-ІІІ ступенів Роздільнянської районної ради Одеської області «Школа культури здоров'я – Школа формування життєвих навичок та ціннісних орієнтирів», головною метою діяльності якої є зміцнення фізичного, соціального й духовного здоров'я дітей та молоді, формування у них позитивної мотивації на здоровий спосіб життя як основного чинника виховання фізично досконалої, духовно розвиненої, високоморальної та соціально зрілої особистості, здатної до результативної самореалізації у житті в ролі громадянина, сім'янина, професіонала.

У посібнику розглянуто особливості роботи театрального гуртка як одного з інструментів для розвитку емоційного інтелекту школяра. Висвітлено роль почуття гумору в долі відомих українських письменників; окреслена роль комедійної складової в роботі шкільного театрального гуртка, використання елементів сміхотерапії в роботі з вихованцями (із досвіду автора), наведено приклади успішних практик гурткової роботи.

У додатках посібника представлено авторські сценарії інсценівок, мініатюр, міні-вистав, побутові сценки за мотивами народних анекдотів, замальовки з родинного життя, які вміщують народні приказки, прислів'я, порівняння, а анекдотичний характер текстів дозволить використання місцевої, подекуди суржикової, лексики. Сподіваємося, ці твори стануть у нагоді колегам під час шкільних і сільських заходів, подарують глядачам цілющий сміх, а артистам – насолоду від акторської творчості.

Пропонований методичний посібник висвітлює лише деякі аспекти позитивного впливу сміху на здоров'я, використання сміхотерапії для зняття напруження, стресу під час проведення тренінгів та спільних вправ.

Сподіваємося, що даний методичний посібник стане в нагоді керівникам шкільного театрального гуртка, класним керівникам, педагогам-організаторам та заступникам директорів з виховної роботи, педагогам-позашкільникам, усім, хто працює з дітьми та підлітками й цікавиться питаннями здоров'язбереження.

Нехай ця невелика збірка послужить славним продовжувачам кращих традицій українського аматорського театру та принесе хороші емоції артистам і глядачам!

Розділ I. СМІХОТЕРАПІЯ АБО ГЕЛОТОЛОГІЯ

ЯК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА ТА ЗДОРОВ'ЯТВОРЧА ІННОВАЦІЙНА ТЕХНОЛОГІЯ

1.1. Сучасні аспекти збереження та зміцнення здоров'я дітей і молоді

Здоров'я дітей – одне з основних джерел щастя, радості і повноцінного життя батьків, вчителів, суспільства в цілому. Для України головною проблемою, яка пов'язана з майбутнім держави, є збереження і зміцнення здоров'я дітей та учнівської молоді. Турботу викликає різке погіршення стану фізичного та розумового розвитку підростаючого покоління, зниження рівня народжуваності й тривалості життя, зростання смертності, особливо дитячої.

Дослідниця **О. О. Єжова** зауважує: «Щодо стану фізичного здоров'я дітей, підлітків та молоді спостерігається зростання захворювання таких систем, як дихальна, нервова, ендокринна, травна; збільшується хронізація захворювань серед дитячого населення; хвороби дорослих молодшають. Негаразди у функціональному стані нервової системи, соціальне напруження спричиняють погіршення психічного та соціального здоров'я особистості, які проявляються, перш за все, в комунікативних проблемах, пізнавальній діяльності та поведінці в цілому» [4, с. 39]. Одним із руйнівних факторів, що призводять до втрати здоров'я, є агресивність сучасних підлітків, уразливих категорій зокрема.

Тому головним завданням у діяльності педагогічних колективів навчальних закладів на сучасному етапі повинно бути спрямування на збереження і зміцнення здоров'я дітей, формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у вчителів, учнів та їхніх батьків.

Поняття «**здоров'я**» є наскрізною категорією, бо використовується в багатьох галузях науки, в яких досліджуються проблеми існування та діяльності людини, функціонування її організму (філософія, біологія, медицина, соціологія, психологія,

педагогіка, валеологія тощо). Здоров'я є фундаментальною характеристикою життя людини та внаслідок тривалої історії свого вивчення й дослідження фахівцями різних наукових напрямів має численні визначення, яких деякі дослідники нараховують біля 300.

У педагогічній літературі найбільшого поширення набуло визначення здоров'я, що подане у статуті Всесвітньої організації охорони здоров'я (ВООЗ): **здоров'я** – це стан повного фізичного, душевного та соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб або фізичних вад [15].

За народною творчістю: здоров'я – неоціненний скарб, цінну якому пізнаємо, на жаль, тільки втрачаючи його. Але далеко не кожному повне здоров'я дається навіть від народження.

Державну політику в сфері збереження, зміцнення й охорони здоров'я молодого покоління окреслено в низці нормативно-правових документів, зокрема у документах програми «Нова українська школа», в яких означено, що формування ціннісного ставлення до здоров'я у дітей, підлітків і молоді визначено як одне з першочергових завдань освіти. Критичний стан здоров'я дітей та молоді України актуалізує проблему формування здорового способу життя школярів, піднімаючи її до рівня **національної безпеки країни**.

У сучасному світі багато **факторів** впливає на фізичне та психічне здоров'я дітей, а саме:

- безвідповідальне батьківство;
- зростання навчальних навантажень;
- нездорове харчування;
- відмова від залучення дітей до посильної фізичної праці;
- зростання алергічних захворювань у відповідь на погіршення екології;
- безконтрольне користування Інтернетом;
- проведення багато часу за комп'ютером тощо.

Тривожать прояви *психічного нездоров'я у дітей*, стабільне збільшення яких не можуть не помітити педагоги з багаторічним

досвідом роботи. Адже від стану психічного здоров'я залежить особистісний розвиток дітей. Від урівноваженості, психологічної стійкості і самодостатності особистості залежать її взаємини з навколишнім світом, ступінь оволодіння духовними цінностями, побудова взаємин, адаптація до змін соціального середовища. Саме від емоційного стану залежить і пізнавальна активність дитини, і характер її спілкування з однолітками та дорослими, і поведінка. Психічне здоров'я на всіх етапах онтогенезу забезпечує **повноцінний розвиток особистості** (інтелектуальний, емоційно-вольовий, комунікативний, духовно-моральний), сприяє становленню особистісного «Я» та ефективній самореалізації особистісних можливостей.

На думку фахівців, стан психічного здоров'я, повноцінна життєдіяльність людини значною мірою залежать від збалансованості емоцій. Позитивні емоції забезпечують оптимальність перебігу психічних процесів (сприймання, пам'яті, уваги, мислення), поліпшують ефективність інтелектуальної діяльності та підвищують рівень активності особистості. Позитивний емоційний стан сприяє формуванню вольових процесів, від яких залежить успішна діяльність людини, зокрема й навчальна.

Здоров'я дітей є показником цивілізованості суспільства. Виростити здорове молоде покоління – це завдання державної ваги. У Законі України «Про освіту» передбачено не лише збереження і зміцнення здоров'я, але й активне формування основ здорового способу життя. Перед педагогічними працівниками поставлено одне з надважливіших завдань – це формування ціннісного ставлення учнів до власного здоров'я. Виконання поставленого завдання передбачає введення в практику низки здоров'язберігаючих технологій, які є важливим елементом здоров'язбережувального освітнього процесу й включають взаємозв'язок всіх факторів педагогічної діяльності, спрямованих на збереження та зміцнення здоров'я дитини на всіх етапах її розвитку та виховання. Ставиться завдання формувати здоров'я

як багатоскладову категорію, у яку входять фізична, духовна і соціальна складові.

Згідно з **програмою** *«Нова українська школа» у поступі до цінностей*», розробленій за дорученням МОН України науковцями Інституту проблем виховання НАПН України за участю наукових працівників Державної наукової установи « Інститут модернізації змісту освіти» під керівництвом академіка, доктора психологічних наук **І.Д. Бега**, одним із основних викликів сучасної педагогіки є **«Фактор цінності здоров'язбереження молоді – аспект духовної безпеки, оскільки компонента духовного здоров'я особистості є визначальною у формування здорового способу і стилю життя особистості, убезпечуючи її від ризиків втрати здоров'я через шкідливі звички, ведення нездорового способу життя тощо»** [9].

Новий базовий компонент шкільної освіти приділяє особливу увагу впровадженню в освітній процес здоров'язберігаючих технологій, що дає змогу проводити оздоровлення в цікавих різноманітних формах, забезпечуючи фізичне, соціально-емоційне, духовне, інтелектуальне благополуччя школярів. Колектив освітнього закладу має спрямовувати зусилля на реалізацію поставлених завдань через комплекс повноцінного медичного обслуговування, діяльність психологічної служби, створення екологічно сприятливого життєвого простору, здоров'язбережувального, здоров'яформувального життєвого навчально-розвивального середовища.

Здоров'язбереження як *вектор інноваційної стратегії виховання* зумовлюється тим, що сучасна система освіти стає пріоритетним напрямом реалізації державної політики щодо зміцнення і збереження здоров'я підростаючого покоління, створення здоров'язбережувального середовища [19].

Особливо ефективними є **здоров'язбережувальні технології терапевтичного спрямування**: арт-терапія, пісочка терапія та казкотерапія, ігрова, сміхотерапія, природотерапія, кольоротерапія. Слово **«терапія»** означає лікування. В умовах школи впровадження

таких технологій передбачає профілактику різних захворювань, поліпшення психоемоційного стану школярів.

Дослідженням *емоційної сфери дітей* займалися науковці та педагоги: Г. Ващенко, В. Сухомлинський, В. Верховинець, С. Рубінштейн, Л. Виготський, І Кон, Л. Божович, В Мухіна, О. Запорожець, І. Бех, О. Кульчицька, Д. Ніколенко, О. Попова, Т. Репіна, Р. Садикова, М. Сагарда, Н. Самсонюк, Н. Старовойтенко, Є. Фльорина, Ю. Максименко, О. Ткачук. Педагогами досліджено *мотиви комічного* у дітей різного віку (Н. Менчинська, В. Мухіна, Д. Ніколенко), залежність сприймання комічного від ставлення до дійових осіб казок, гумористичних картинок, співвідношення рівнів сприймання дітьми комічного й рівнів їхнього розумового розвитку (О. Лук, Д. Родарі).

Торкнувшись теми теоретичних й практичних засад здоров'язбереження у вітчизняному освітньому просторі, справи впровадження здоров'язберезувальних освітніх технологій, не можна не згадати немалий внесок науковців та творчих педагогів Одещини, де здоров'язбереження визначено однією із трьох провідних інноваційних стратегій виховання нової школи в Одеському регіоні, це: ***духовно-моральне виховання, здоров'язбереження, інновації у вихованні*** [19].

Для розв'язання проблеми *покращення психічного здоров'я школярів* з огляду на сучасні освітні реалії необхідні нестандартні засоби педагогічного впливу. Одним із таких засобів є **сміхотерапія**.

Український вчений, педагог та психолог **Григорій Ващенко**, праці якого з теми *духовного розвитку нашої нації*, написані на теренах зарубіжжя, порівняно недавно стали відомими широкому загалу, серед завдань гармонійного виховання української молоді вказує на необхідність виховання бадьорості та життєрадісності, що дають віру в майбутнє [2].

Видатний український педагог **В. Сухомлинський** називав *смій і здатність людини сміятись* зворотною стороною мислення, закликав активно розвивати їх, духовно готувати колектив і окрему

особистість сприймати виховний вплив гумору. В. Сухомлинський писав: «Дитина не може жити без сміху. Якщо ви не навчили її сміятися, радісно дивуючись, співчуваючи, бажаючи добра, якщо ви не зуміли викликати у неї мудру і добру посмішку, вона буде сміятися злобно, сміх її буде насмішкою» [14]. Характеризуючи дитячий колектив, великий педагог-гуманіст зазначав: «Здатність правильно сміятися – показник морального здоров'я колективу і особистості». Великий педагог підкреслював важливість завдання педагогів: «Навчити дітей користуватися зброєю сміху – одна з найтонших і найскладніших речей у формуванні моральних поглядів, переконань, смаків» [14].

Отже, вчимо дітей позитивному сприйманню світу, доброму сміхові, який принесе користь і самій людині, і суспільству в цілому.

1.2. Сміхотерапія або гелотологія в сучасній медичній науці

Сміхотерапія або **гелотологія** (від грец. «gelos» – **сміх** + «θεραπεία» – **лікування**) – наука, яка досліджує вплив сміху на людський організм [16].

Сміхотерапію використовують для зняття напруження, стресу та під час проведення тренінгів і колективних вправ.

Корисний вплив сміху на здоров'я людини за його ефективністю можна порівняти з механізмом хорошого аеробного навантаження. Він позбавляє від стресу, покращує роботу імунної системи та апетит, допомагає при діабеті та серцевих хворобах, вважають науковці [16].

Сміх відноситься до показників фізичного і душевного здоров'я, тому відсутність здатності сміятися разом з іншими людьми є тривожною ознакою, яка говорить про перебування людини під гнітом хронічного стресу.

Про позитивний вплив сміху на здоров'я знали справдавна. Про цінність посмішки говорили ще *давні китайці*. Вони твердили, що **сміх дарує щастя та здоров'я і подовжує тривалість життя**.

Дві тисячі років тому **Гіппократ** в одному з творів акцентував увагу на користі сміху, розглядаючи його як лікувальний засіб.

У **Європі** в XVII ст. лікарі визнавали, що «прибуття в місто паяца дає користі для здоров'я більше, ніж десять навантажених ліками мулів».

Про користь сміху говорили багато відомих людей.

Канадський лікар і філософ Вільям Ослер називав *сміх музикою життя* і радив сміятися щодня не менше 10 хвилин.

Іммануїл Кант у книзі «Критика чистого розуму» писав, що сміх дає відчуття здоров'я, активізує всі життєво важливі процеси.

Фрідріх Ніцше радив: *«Десять разів повинен ти сміятися протягом дня і бути веселим: інакше вночі тебе непокоїтиме шлунок, тому що він є батьком скорботи»* [16].

«Сміх – найнадійніший засіб від усіх хвороб!» – любив повторювати **Микола Гоголь**.

Серйозне вивчення впливу сміху почалося ще в сімдесяті роки минулого століття в університеті Лос-Анджелеса, де досліджувалися можливості використання сміху при лікуванні людей.

Сміх – це чудовий засіб зняти стрес після напруженого робочого дня. У цьому переконаний і **доктор Лі Берк** з Університету Лома Лінда, Каліфорнія, який присвятив два десятиріччя вивченню впливу сміху на організм людини. Він запевняє, що підйом, який ви одержуєте від простого хихотіння, можна порівняти з викидом ендорфінів під час фізичних вправ [16].

Одним з перших офіційним вивченням лікувальних властивостей сміху займався у 60-ті роки XX століття *американський невролог Уільям Фрай*. І довів, що від сміху у крові збільшується кількість антитіл, які підвищують опірність організму до хвороб.

В середині 1990-х **доктор Берк** виявив, що сміх сприяє утворенню так званих *«природних убивць» – лімфоцитів*, що виробляються організмом для боротьби з пухлинами. 1997 року доктор Берк проводив експерименти з пацієнтами, що страждали *на діабет та серцеві хвороби*. У людини, яка сміється, відбувається вібрація діафрагми, грудна клітка здригається, рухаються

плечі, відбувається розслаблення м'язів спини і шиї. Крім того, розтягнення м'язів обличчя сприяє зніманню деяких видів головних болів. Також відбувається активна вентиляція легенів, дихання оптимізується, що призводить до різкого поліпшення кровопостачання тканин і органів. Як наслідок, відбувається поліпшення самопочуття людини і підняття її настрою.

Раніше **сміх був невід'ємною частиною культури** – як слов'янської, так і західноєвропейської. Тепер же старовинні звичаї забулися. І ми у своєму повсякденному житті зазвичай відчуваємо нестачу сміху. Брак позитивних емоцій – одна з причин розвитку депресії, поганого самопочуття, нездатності протистояти невдачам. Цей оригінальний метод лікування завойовує все більшу популярність у всьому світі. У Франції навіть з'явилися **школа СМІХОТЕРАПІЇ** і кілька **клубів любителів сміху**. Їх члени не тільки сміються над хворобами в тісному гуртку, а й несуть сміх у маси.

Сміхотерапія – *один із найпопулярніших видів сучасної арт-терапії.*



Про те, що сміх дає нам величезну кількість позитивних емоцій – ні для кого не секрет. А позитивні емоції – потужний стимул людському організму боротися з будь-якою недугою самотійно.

Основи сміхотерапії як самотійного наукового напрямку були закладені у 70-х роках у США. Викладач психології **Н. Казинс** поклав початок цій науці. У нього був коллагеноз (хвороба кісток) – він уже практично не міг рухатися. Він прочитав статтю **доктора Фрая**, що досліджував сприятливий вплив сміху на опірність організму хворобам, і провів над собою експеримент: впродовж декількох місяців продивлявся комедійні фільми й позбувся у такий спосіб тяжкої хвороби кісток. І ліками у даному випадку стали комедійні фільми та гумористичні художні твори, які призначив собі сам хворий, вивчивши декілька цікавих медичних статей. Зокрема, він дізнався, що емоційний стан людини впливає на секрецію певних гормонів, наприклад, на секрецію гормонів щитовидної залози і наднирників [13].

Норман Казінс знав на той момент, що організм мобілізується на боротьбу з будь-якою хворобою, якщо його ендокринна система працює на повну силу. А страх, нудьга, довготривала депресія, за спостереженнями вчених, навпаки, пригнічують діяльність ендокринної системи. У відповідь на ці негативні емоції наднирники виділяють гормони стресу – адреналін і норадреналін, які попадають у кров і розносяться по всьому тілу. Коли їх дуже багато, вони діють на організм руйнівно.

Роздуми привели Нормана Казінса до очевидної думки: якщо негативні емоції, пригнічуючи ендокринну систему, є «провокаторами» захворювання, то емоції позитивні, активізуючи її діяльність, можуть стати «стимуляторами» одужання, причому кожна людина володіє дуже простим і доступним засобом зцілення – сміхом, який він собі і призначив у якості ліків.

Результат був дивовижним для медиків. Через кілька тижнів у нього вже спостерігалось стійке покращення стану, у хворого зникли болі, через місяць він почав рухатися. А по закінченні 2-х років «сміхотерапії» він став нормальною людиною. З того часу в США і Європі почали вивчати вплив сміху на здоров'я людини.

Норман Казінс є автором всесвітнього бестселера «Анатомія хвороби (з точки зору пацієнта)» (1976 р.). Пізніше Норман Казінс організував при університеті у Лос-Анжелосі **кафедру вивчення проблем сміху та лікування ним пацієнтів**. Її співробітники досліджували механізми «сміхоутворення» та можливості використання сміху при лікуванні людей. Сьогодні в США працює близько тисячі **фахівців-сміхотерапевтів**.

Норман Казінс заснував дослідницький **гелотологічний центр**, який успішно функціонує дотепер.

На жаль, сучасна вітчизняна психолого-педагогічна наука та практика не приділяють цьому феномену психічного життя людини належної уваги. Хоча почуття гумору вважається однією з фундаментальних рис українського характеру, що часто допомагало українцям виживати у найскрутніші часи свого існування як нації.

До речі, про вплив психічного стану на фізичне здоров'я людини говорить і **український фольклор**:

- *«Як на душі, так і на тілі»,*
- *«Весела думка – половина здоров'я»...*

Сміхотерапія, або гелотологія – відносно новий напрям у сучасній медицині, що вивчає вплив сміху на організм людини. Це і напрям сучасної соціальної психології, що розвивається як засіб дії на особистість з метою зняття напруги, стресу, яких так багато в сучасному житті.

Про користь сміху говорили багато відомих людей.

У **давнину мудреці** стверджували, що щирий сміх над чимось можливий лише з вуст людини, яка здатна цим керувати.

Сучасна психологія говорить про те, що сміх можна кваліфікувати як дію, протилежну енергетиці суму й страху.

Навіть у **Біблії** записано: *«Веселе серце благодійне, як лікування, а похмурий дух сушить кістки».*

У **Ветхому Заповіті** є розповідь про те, що у першої праматері Сари була велика трагедія – безплідність. Коли ангели повідомили 99-річному Аврааму про те, що його 90-річна дружина найближчим часом народить, Сара лише посміялася над цим пророцтвом, проте найближчим часом дійсно народила. На пам'ять про користь сміху Сари її син отримав ім'я Іцхак, яке у перекладі означає – *«буде сміятися».*

Головна перевага сміху – його доступність всім людям, незалежно від їхнього матеріального стану. Незбагненне багатство дії цього «препарату» – зняття стресів, що є першочерговим завданням естетотерапії як психолого-педагогічної ідеї. Сміх виступає одночасно і профілактичним, і реабілітаційним засобом.

Цікавим є той факт, що всі люди вміють сміятися. **Антропологи** не зустрічали жодного племені, представники якого б ніколи не сміялися. Навіть глухі люди іноді сміються.

Сьогодні сміхотерапія стала досить популярною.

Виокремлюють **4 напрямки** сміхотерапії (гелотології) [10]:

1. **Класична сміхотерапія.** Сміхотерапевт проводить індивідуальні та групові заняття, на яких люди сміються: їм розповідають анекдоти, смішні історії, слухають сміх, дивляться комедії тощо. Представники цього напрямку сміхотерапії рекомендують також частіше пригадувати смішні епізоди власного життя й навіть заводити *власні «Щоденники гумору»*. Крім гуморесок, які викликають сміх, гелотологи вважають за корисне прослуховування чужого сміху. Наприклад, австрійська спільнота хвороб, пов'язаних із депресією (OeGDE), випустила лікувальний компакт-диск, на якому записано 20 хвилин сміху відомих людей. При цьому представники OeGDE підкреслюють, що цей диск є результатом кропіткої наукової праці, й що він дійсно допомагає у боротьбі з депресією.

2. **Медична клоунада.** Медичні клоуни влаштовують вистави перед пацієнтами лікарень, що сприяє швидшому одужанню хворих. Цей напрям був заснований у 80-ті рр. директором бостонського цирку «Big Apple Circus» Майклом Крістенсенем. Зараз *«швидка допомога клоунів»* – надзвичайно популярне явище у світовій практиці. Клоуни одягають білі халати, приїзять до лікарень та влаштовують «обходи» для хворих дітей, пародують дії лікарів. В багатьох країнах світу лікарняний клоун – це професія і ключова одиниця в штатному розкладі будь-якої лікарні, лікарняних клоунів навчають в університетах. В ізраїльському місті Цріфіне створені **курси «медичних клоунів»**. Попит на таких фахівців надзвичайно високий у всіх великих медичних центрах країни. У країнах Західної Європи та США **лікарняні клоуни** — складова оздоровчих програм великих лікарень уже протягом 20 років. У Німеччині створено *асоціацію лікарів-клоунів*. У великих лікарнях Австрії та Нідерландів у *штатному розкладі* є лікарняні клоуни. У Чехії функціонує громадська організація **«Лікарняний клоун»**. У Польщі **«Доктор Клоун»** існує вже понад 10 років. За цей час створено 19 осередків по всій країні. Сьогодні такі організації є в Канаді, Бразилії, Франції, Росії, Казахстані, Ізраїлі та Угорщині. А в Україні цим поки займаються лише волонтери.

3. **Йога сміху.** Її розробили індійські медики, зокрема бомбейський лікар Мадан Катарія. *Основна ідея* – навчити людину сміятися легко та невимушено, природно й часто. Під час занять з пацієнтами практикують різні види сміху, причому не тільки відомі («сміх-привітання», або «сміх – вибачення»), але й досить несподівані («сміх лева», «сміх миші», «сміх замка дверцят»). Характерною особливістю цього напрямку сучасної сміхотерапії є її комерціалізованість. Досить відомою є медитаційна колективна терапія «Містична роза», яку вигадав містик Ошо (Японія). Вона триває три тижні. На першому – люди щовечора збираються гуртом на три години та сміються без будь-яких на те причин, «заводячи» один одного. На другому тижні – по три години плачуть, на третьому – сидять у тиші та споглядають, це – завершальний, закріплюючий усе попереднє етап. Все це можна зробити й екстерном – за три години (хоча ефект не такий міцний, проте це набагато краще, ніж носити у собі пригнічені емоції): годину – сміятися, годину – плакати, годину – помовчати та поспостерігати із заплученими очима.

4. **Провокативна терапія сміхом.** Автор ідеї незвичайного використання сміху та гумору у подоланні проблем Ф. Фареллі, автор книги «Провокативна терапія» (1974 р.). Сутність методу полягає у тому, що психотерапевт замість того, щоб щиро «професійно» поспівчувати клієнтові, гіперболізує його проблему та демонструє її абсурдність. Коли «нещасній людині» вдається відчутти безглуздість ситуації та посміятися над собою, знаходиться рішення. Згідно з методом Фареллі, саме занадто серйозне ставлення до наших «бід та нещастя» й заважає нам позбутися їх. Доходячи до сміху над собою, пацієнт швидше знаходить вирішення проблеми та позбувається її. До речі, спробуйте самі собі у невеселу хвилину стати психологом - сміхотерапевтом. Більшість проблемних життєвих ситуацій будуть сприйматися значно легше. Жаліти себе, носити в серці образи на людей і обставини, жити страхами і турботами значно шкідливіше для

здоров'я, аніж глянути на ситуацію й себе в ній з іронією та гумором.

Гумор у нашому житті так само важливий, як повітря, їжа і вода. Сміх – незамінний помічник у складних ситуаціях. І якщо людина вміє сміятися над собою і може подивитися під іншим кутом на проблеми, вона ніколи не опустить руки, а буде долати труднощі з оптимізмом [10].

Сьогодні сміхотерапія широко використовується в *онкологічних клініках Ізраїлю, в Японії* з допомогою сміху *лікують туберкульоз*, а в *Голландії* в кожній лікарні *є клоун*.

Світова сміхотерапевтична практика має певний досвід «офіційного» використання сміху в роботі з різними категоріями клієнтів:

∇ деякі **американські** клініки мають спеціально обладнані «кімнати сміху»;

∇ у **Німеччині** створено *об'єднання клоунів-лікарів*: клоуни відвідують дітей, хворих на рак: сміх зміцнює імунну систему, мобілізує організм на боротьбу із цією страшною хворобою;

∇ у **Бразилії** (м. Форталеза) відкриті *спеціальні сміхотерапевтичні курси*, на яких лікують пацієнтів, що страждають на стреси та депресії, підвищений тиск та діабет; фахівці використовують різноманітні засоби для того, щоб примусити людину сміятися, наприклад, кидаються папірцями, беруть участь у співах під караоке тощо;

∇ в **Індії** (м. Мумбає) відкрилось більше **500 клубів**, які відвідують лише з єдиною метою – повеселитися;

∇ **Пентагон** запровадив *посаду інструктора зі сміху* для родичів військовослужбовців, які перебували у Іраку;

∇ у Парижі та інших містах **Франції** за останні роки відкрилося близько трьох десятків **клубів сміху**, які відвідують тисячі пацієнтів; в основному, це прихильники вчення індійського гуру, який вважає, що позбавитися від усіх проблем можна легко та невимушено — через сміх;

∇ визначена й всесвітня **столиця сміхотерапії** – м. **Штутгарт**, де відбуваються **МІЖНАРОДНІ Конгреси лікувального сміху**.

У всьому цивілізованому світі медицина – це насамперед бізнес, тож сміхотерапією ніхто не займався б, якби вона не приносила реальних результатів у вигляді одужання чи покращення стану хворих.

Таким чином, маємо наукові та практичні підтвердження того, що сміх та позитивна емоційність – запорука нашого здоров'я.

1.3. Сміх – потужний стимулятор діяльності внутрішніх систем людського організму

На сьогодні доведено, що сміх – потужний стимулятор діяльності внутрішніх систем людського організму, а саме:

- під час сміху оптимізується дихання та поліпшується кровопостачання всіх органів та тканин, автоматично поліпшується самопочуття,
- сміх підвищує імунітет, допомагає боротися з інфекціями,
- сміх збільшує вироблення лейкоцитів, які борються з різними захворюваннями,
- сміх здатний стимулювати роботу серцевого м'яза так само, як і фізичні навантаження,
- під час сміху знижується рівень холестерину в крові,
- сміх сприяє зниженню рівня гормонів стресу – кортизолу та адреналіну – і виділенню ендорфінів – «гормонів щастя»,
- 5 хв. сміху замінюють 40 хв. відпочинку,
- 1 хв. сміху дорівнює 15 хв. занять на велотренажерах,
- сміх сприяє розслабленню 80 груп м'язів,
- сміх протягом 1 години «спалює» до 500 калорій тощо.

Вражають наступні факти та відкриття:

- тривалість життя акторів-коміків довше, ніж акторів-трагіків (шведські вчені);
- весела вдача знижує ризик появи різних недуг на 50 відсотків (вчені з Гарварду);

- сміх позитивно впливає на хворих туберкульозом (японські вчені);
- почуття гумору – одна з найпривабливіших для жінок чоловіча риса, а чоловіків тягне до жінок, які багато сміються (гарвардські вчені);
- після сміху ми більш повно сприймаємо, бачимо світ обома півкулями мозку, хоч у звичайному стані очі надсилають зображення однієї з півкуль (австралійські вчені);
- сміх людей нерозривно пов'язаний з комунікацією. Веселе товариство провокує нас на сміх, а ось в самоті ми сміємося в 30 разів рідше;
- дослідники з університетів Оксфорда і Бірмінгема радять частіше сміятися діабетикам, так як сміх знижує рівень цукру в крові;
- з точки зору еволюційної психології почуття гумору – це результат статевого відбору, оскільки почуття гумору є ознакою високого рівня інтелекту і творчих здібностей особи;
- почуття гумору, якщо воно «добре», найчастіше є результатом хорошої спадковості (це довело канадсько-британське дослідження за участю декількох тисяч близнюків);
- «чорний» гумор вчені вважають наслідком впливу соціуму і виховання;
- Ізраїльські фахівці на чолі з професором гінекології Шевахом Фридлером провели експеримент, у якому довели, що сміх збільшує шанси на зачаття дитини при екстракорпоральному заплідненні (ЕКО). Після ЕКЗ деякі пацієнтки вирушили на 15 хвилинне подання клоуна. 36,4% жінок, яких розважав клоун, завагітніли. Успішне запліднення серед тих, хто клоуна не відвідав, відбулося лише в 20,2% випадків. Професор Фридлер вважає, що секрет успіху криється в розслабленні, так як сміх знижує рівень стресу;
- оповідач сміється на 46% частіше слухачів, і жінки значно перевершують за цим показником чоловіків;
- почуття гумору надзвичайно важливо в сімейних відносинах: психолог Боб Левінсон у ході своїх досліджень з'ясував, що пари,

які можуть сміятися над недоліками один одного, мають хороші шанси прожити разом довге і щасливе життя;

- одним із перших на сміх з медичної точки зору поглянув американський невролог Вільям Фрай. Він розповідав студентам анекдоти, а потім порівнював аналізи крові. Від сміху в крові піддослідних збільшувалася кількість антитіл. Цей факт привів дослідника до висновку, що сміх зміцнює імунітет.

Не всім людям дано вміння і можливість сміятися.

У **психіатрії** виділяють **патологію – гелетофобію – боязнь сміху**. Вважають, що схильність до сміху й усміхненість пов'язані із кліматичними зонами, в яких проживають люди. Так, на півдні населення більш усміхнене, на півночі – похмуре [16].

Одне з найновіших наукових відкриттів щодо **користі сміху** – це висновок вчених університету Нагоя в Японії про *зв'язок між сміхом і здоров'ям у старості*. Вони довели, що **щоденний сміх на повний голос** дозволяє довше залишатися дієздатним у поважному віці. Протягом трьох років група спеціалістів спостерігала за 14233 людьми у віці старше 65 років. Виявилось, що нездатність рухатися та самостійно обслуговувати себе у старості зростає в 1,4 рази у тих, хто мало сміється, порівняно з тими, хто сміється майже щодня на повний голос. Вчені пов'язують цей факт з підвищенням імунітету та стимулювання кровообігу. На жаль, зв'язок між частотою сміху і віком смерті встановити не вдалося.

У своїй книзі «Чтобы не болели тело и душа» **Б. Нісензон** стверджує, що сміх може бути:

- ▽ радісним та сумним;
- ▽ добрим та отруйним;
- ▽ розумним та дурним;
- ▽ гордим та душевним;
- ▽ поблажливим та підлабузним;
- ▽ презирливим та наляканим;
- ▽ нахабним та сором'язливим;
- ▽ іронічним та щирим;



▽ багатозначним та безпричинним;

▽ нахабним та бентежним.

Усього експерти нарахували близько **400 варіацій сміху**.

Ми часто шукаємо якихось особливих приводів для щастя.

*Можливо, варто подивитися на світ простіше,
так, як у дитинстві, й усміхнутися?*

Сміятися потрібно часто і багато. Це покращує як фізичне, так і психічне самопочуття. Під час епідемії сміхотерапія актуальна як ніколи. Адже після цифр, які щодня озвучують у ЗМІ, люди впадають у відчай. А паніка – ворог. Негативні прогнози і сумні новини будуть завжди. Але це не означає, що життя незабаром закінчиться і треба готуватися до чогось страшного! Є прості методи, з яких треба почати працювати над собою. Один із них – сміхотерапія. Якщо людина стане веселішою, подивиться на речі з оптимізмом, навчиться цінувати буденні миттєвості життя, те, що вона народилася й живе, світ довкола неї зміниться на краще. До неї, мов магнітом, тягнутиме життєрадісних людей, а хвороби відступлять [6].

Сміхотерапія допомагає знизити відчуття стресу і спонукає до релаксації задоволеності. Так само вона допомагає зрушити фокус з негативних думок і почуттів до більш позитивних.

Сміх так само емоційно зближує нас з людьми, з такою швидкістю і таким способом, на які будь-які інші емоції не здатні. Плюс, сміх заразний: вам сильніше хочеться сміятися, якщо десь поруч сміється ще одна людина.

Сміх допомагає вивільнити емоції, які затримують ваші комплекси в голові, дозволяє висловити ваші щирі почуття, робить вас більш спонтанними і допомагає вивільнитися з зайнятої оборонної позиції. Люди, більш схильні до сміху, часто ще й більш креативні, ніж ті, кому бракує почуття гумору [12].

Віктор Гюго сказав:

«Сміх — це сонце: воно проганяє зиму з людського обличчя».

Отже, сміх має оздоровчий вплив на весь наш організм, що підтверджено багатьма науковими фактами та спостереженнями.

1.4. Сміхотерапія як сучасна педагогічна здоров'язберезувальна технологія

Як **оздоровча технологія**, сміхотерапія використовується й у педагогіці. Великої уваги приділяють сміхотерапії у своїх наукових працях вчені та лікарі, психотерапевти та фахівці з фізичного виховання (М. Бруно, І. Вагін, Т. Зінкевич-Євстигнеєва, К. Норман, Ф. Фареші, О. Федій) [16].

Сучасна освіта характеризується широким впровадженням **технологічного підходу**. І це є об'єктивним процесом, новим етапом в еволюції освіти, на якому будуть переглянуті підходи до супроводу і забезпечення процесу природного розвитку дитини. Поняття «**технологія**» в педагогіці прийшло з виробництва, де воно визначається як сукупність різних елементів, зокрема прийомів, операцій, дій, процесів та їхню послідовність, тобто це своєрідна майстерність людини. Таким чином «технологія» виступає як *алгоритм*, за допомогою якого отримується запланований результат.

У кінці 70-их років минулого століття збільшується увага до педагогічної технології в Україні. За визначенням ЮНЕСКО, **педагогічна технологія** – це системний метод створення, застосування і визначення всього процесу викладання і засвоєння знань з урахуванням технічних і людських ресурсів і їх взаємодії, що своїм завданням вважає оптимізацію форм освіти. Будь-яка педагогічна технологія має відповідати основним критеріям технологічності: концептуальності, системності, керованості, ефективності, відтворюваності. Однак необхідне розуміння, що нова якість освіти, яка забезпечила б розвиток сучасного суспільства, може бути досягнута лише завдяки створенню певних умов організації такого навчально-виховного процесу, який не зашкодить здоров'ю дітей та молоді й буде спрямований на збереження, зміцнення і формування здоров'я учасників навчально-виховного процесу. А це вимагає від педагогів застосування своєрідних підходів в освіті й виховання на основі здоров'язбереження.

Однак слід зазначити, що поняття «**здоров'язбережувальна**» можна віднести до будь-якої педагогічної технології, яка в процесі реалізації створює необхідні умови для збереження здоров'я основних суб'єктів освітнього процесу – учнів та вчителів. І найголовніше, що *будь-яка педагогічна технологія має бути здоров'язбережувальною*. Знання, володіння і застосування здоров'язбережувальних технологій є важливою складовою професійної компетентності сучасного педагога. Учителі в тісному взаємозв'язку з учнями, батьками, медичними працівниками, практичними психологами, соціальними педагогами та соціальними працівниками, усіма тими, хто зацікавлений у збереженні і зміцненні здоров'я дітей, спроможні створити здоров'язбережувальне освітнє середовище, центром якого буде – **Школа сприяння здоров'ю**.

Одним з малорозвинених напрямків здоров'язберігаючих технологій є напрямок **вправ зі сміхом**. Як це не дивно звучить, але саме «сміхові» вправи дозволяють виконати всі задачі здоров'язберігаючих технологій, які впроваджуються в навчальних закладах.

Проведені дослідження показали, що сміх здатний стимулювати роботу серцевого м'яза, так само як фізичні навантаження і вправи, тому й загальний оздоровчий ефект однаковий [13].

Приблизно 1 хвилина сміху на добу прирівнюється до 15 хв. занять на велотренажері або 25 хвилинам катання на роликах. Доведено, що похмурі і сердиті люди страждають від інфарктів на 35% більше, ніж ті, хто багато сміється і життєрадісний. Тому подібну профілактику слід робити систематичною вже в дитячому віці.

В цьому віці «сміхові» вправи для дітей є більш природними, ніж для дорослих людей, адже діти безпосередні і не соромляться сміятися над тим, що їм здається кумедним.

Корисний сміх і для легенів.

Під час сміху людина робить більш глибокий і тривалий за часом, ніж видих, вдих. Тому «сміхові» вправи найкраще здатні збагатити організм киснем, очищають верхні дихальні шляхи від

слизу, що скупчився. А кисень необхідний дітям для кращого засвоєння навчального матеріалу.

Сміх також прийде на допомогу тим, хто прагне дізнатися, **як знайти упевненість в собі**. Адже відомо, що страх і боязкість виникають тоді, коли людина дихає неглибоко і поверхово.

Позитивно вплив надає сміх на стан нашого **імунітету**.

Під час сміху організм викидає на слизову дихальних шляхів антитіла, що **захищають від різних інфекцій**.

Також сміх сприяє появі в організмі у великій кількості Т-лімфоцитів, які необхідні для **боротьби з різними хворобами**. Ці загадкові клітини стали особливо актуальними сьогодні, у період пандемії, тому що саме вони, як припускають деякі вчені, можуть відіграти вирішальну роль у нашій боротьбі з **Covid-19**.

Крім усього іншого, **сміх робить дитину щасливою**.

У дитини, що сміється, в організмі починають вироблятися ендорфіни, які називаються також **гормонами щастя**. Вони можуть дещо притупити душевний або фізичний біль. Тому сміх можна вважати і своєрідним **ліками від стресу, болю та заподіяних кривд**. В дитячому віці дуже важливо, щоб стреси та кривди не мали довгострокового впливу на організм. Інакше в дитини буде занижена самооцінка, вона стане замкненою.

Варто зазначити, що ефективним вважається далеко не всякий сміх. Він повинен бути щирим і йти від душі. Як правило, **здоровий сміх** звучить як «ха-ха», а інші варіації реготу («хі-хі», «хо-хо» і т.п.) не роблять настільки позитивного впливу на організм [16]. Отже, сміх поділяється на:

- **сміх А** (ха-ха) – буде означати вияв задоволення і радості.

Такий сміх є одним із різновидів здорового сміху;

- **сміх Е** (хе-хе) – вважається заздрісним і висловлює презирство і зловтіху;

- **сміх І** (хі-хі) – іронічний. Так сміються ті люди, яким є що приховувати;

- **сміх О** (хо-хо) – у ньому вловлюється критика, сумнів і протест;



- **сміх У** (ху-ху) – висловлює прихований страх і боягузтво. Характерний для тих людей, які мають певні забобони і дуже бояться критики зі сторони.

Здоров'язберігаючі технології не є чимось невідомим, таємним, чудодійним. Грамотно складений розклад уроків, використання вчителями на уроках та на перервах прийомів рухової активності, нейтралізації стресів, організація гарячого харчування, зв'язок навчального матеріалу з життям, озброєння учнів валеологічними та екологічними знаннями – *це повсякденна діяльність школи.*

Ефективність позитивного впливу на здоров'я школярів різних оздоровчих заходів визначається не хаотичністю методів, а системною роботою за всіма напрямками.

Практика показує, що процес формування свідомого ставлення до власного здоров'я потребує обов'язкового *поєднання інформаційного й мотиваційного компонентів із практичною діяльністю учнів*, що сприятиме оволодінню дітьми необхідними здоров'язбережувальними вміннями і навичками. Діяльність учителя має бути орієнтована на застосування доступних оздоровчих заходів, формування у дітей стійкої позиції щодо цінності здоров'я, виховання почуття відповідальності за збереження й зміцнення власного здоров'я, поглиблення знань, умінь та навичок, що лежать в основі здорового способу життя.

Формування в учнів компетентного ставлення до власного здоров'я неможливе без реалізації всіх його складових, а саме: *фізичної, соціальної, психічної, духовної.*

Впровадження сміхотерапії як педагогічної технології терапевтичного спрямування в освітньо-виховний процес є безумовно корисним для дітей і дає можливість педагогу самому творити і досліджувати, адаптувати кращий досвід інших та пропагувати нові технології виховання.

Цікавим та водночас унікальним є досвід вивчення дитячого емоційно-забарвленого радісного стану під час ігрової діяльності, проведений відомим українським педагогом **В. М. Верховинцем.**

Автор відомої збірки українських народних ігор із піснями для дітей дошкільного і молодшого шкільного віку **«Весняночка»** вдумливо вивчав особливості української народної педагогіки, зокрема її величезний фольклорний потенціал щодо формування щасливої, повноцінної душею й тілом дитини, зауважував у передмові до збірки **«Про рухливі ігри зі співами»**, що саме щасливий, радісний сміх малечі під час організації й проведення з нею занять є ознакою того, що вихователь зумів правильно й педагогічно бездоганно побудувати виховний процес [3].

Наведемо **декілька порад-роздумів** видатного педагога стосовно ролі, значення сміху (забави, радощів, природної дитячої невимушеності тощо) та методики «врахування» педагогом необхідності та доцільності сміху у виховному процесі (з «Весняночки»):

- «важко переоцінити значення ігор та забав у справі формування фізично здорового, етично стійкого та інтелектуально розвинутого майбутнього члена суспільства»;
- «надзвичайно цінна властивість гри: вона веселить, радує, а здорова радість конче необхідна для здорового розвитку душі й тіла. Весела людина легше переносить горе і не так швидко піддається лихим зовнішнім впливам.»;
- «коли під час гри діти не веселі, не бавляться і не радіють, то винен у цьому сам керівник».

І далі В. Верховинець намагається пояснити педагогові причину такого «педагогічного провалу»:

«... Можливо, він (керівник) вибрав гру, що не відповідає дитячому віку, може, не вгадав слушного для гри часу або не зумів зацікавити грою дітей, чи вже відразу придушив дитячу радість, не дозволяючи їм голосно тішитись, щоб, мовляв, були чемні та спокійні. Такі дії, – підкреслює В. Верховинець, – свідчать про повне незнання дитини»; та зазначає: «Радість є неперевершеним засобом пробудження дитячого мозку до активної діяльності, і це почуття під час гри слід всіляко підтримувати.»

В. Верховинець намагається окреслити можливість формування своєрідної культури сміху у дітей: «... не треба забувати про різницю між старшими і молодшими дітьми. Старші діти завдяки деякому умінню володіти собою можуть тішитись внутрішньо – в собі, проявляючи радість виразом обличчя або звуком голосу. Цього молодші діти не вміють. У них радість вводить в дію все тіло: вони підскакують, плещуть у долоні, кричать, голосно співають тощо». Звісно, така реактивність дітей з одного боку, та «класична суворість» правильних педагогічних заходів по «налагодженню дисципліни» з іншого, часто викликають у вихователя бажання негайно припинити цю поведінку, особливо під час занять.

В. Верховинець суворо попереджає вчителя: «Забороняючи їм так себе поводити, ми робимо дві серйозні помилки: з великою шкодою для вихованців вбиваємо дитячу веселість у самому її початку; бажанням стримати в забаві почуття дітей ми накладаємо на їхній мозок таке колосальне напруження, що малюкам надзвичайно важко зосередити на грі свою увагу. Це може відштовхнути їх від гри, і діти будуть позбавлені багатьох приємних хвилин відпочинку».

Вихід з цієї «смішної» ситуації на заняттях, за В.Верховинцем, досить простий й гуманістичний:

«... Звичайно, це не означає, що діти можуть поводити себе як завгодно. Делікатно, ласкаво, жартівливо можна привчити дітей до порядку та спокійної поведінки, необхідних для впровадження або пояснення відповідної гри.»

«Коли дитина помітить, що її муштрують (який вдалий термін для нашої буденної педагогіки «інтелектуального засилля!» – прим. авт.) для показу, вмить пропаде її щире, радісне зацікавлення грою, зникне весела усмішка, невимушеність рухів. Думка її буде роздвоюватись, бо замість того, щоб зосередитись на грі в своєму гуртку, дитяча увага мимоволі почне переключатись.»

«... Пригадавши свої дитячі літа, ми не повинні сердитись на голосну дитячу радість, бодай хоч під час гри чи забави», – саме

так автор «Весняночки» намагається запровадити серед педагогів досить ефективний та переконливий науковий метод ретроспективного аналізу власного життя, щоб надати виховному процесу суто терапевтичного, цілющого, гуманного характеру [3].

На сучасному етапі розвитку педагогіки ще майже не розробленими залишаються питання методики використання величезних психолого-педагогічних та естетотерапевтичних можливостей сміхотерапії в роботі з дітьми. Не вивчаються специфічні проблеми дитячого віку, пов'язані з питаннями самовизначення, соціальної адаптації, вторинними соціальними вадами розвитку хронічно хворих дітей та дітей з обмеженими фізичними можливостями у контексті використання сміхотерапії в роботі з цими дітьми. Тому можуть стати актуальними й перспективними у майбутньому такі напрями сміхотерапії, як, скажімо, педагогічна сміхотерапія, або дитяча самосміхотерапія тощо.

Сьогодні, в умовах складного, стресогенного інформаційного простору, посмішка, добрий настрій дитини, відкритий прояв її позитивного «Я» можуть вважатися найвищою оцінкою естетико-педагогічної діяльності дорослого.

Підсумовуючи вищесказане, можемо стверджувати, що сміхотерапія як сучасна інноваційна здоров'язберезувальна технологія заслуговує на якнайширше використання у педагогіці.

1.5. «Сміхові» вправи в системі здоров'язберігаючих технологій

Одним з малорозвинених напрямків здоров'язберігаючих технологій є напрямок вправ зі сміхом. Саме «сміхові» вправи дозволяють виконати всі задачі здоров'язберігаючих технологій, які впроваджуються в навчальних закладах.

Стосовно впровадження «сміхових» вправ на заняттях у гуртках, то керівникам театральних, вокальних, танцювальних гуртків буде зробити це найлегше. Покажіть дитині смішний уривок танцю, клоунади, або «покорчіться» під час розпівки – і ви оздоровите дитину без великих навантажень на її організм. Взагалі,

«сміхові» вправи можна поєднати із *казкотерапією*, прочитавши дітям розповідь із смішними пригодами. Проходячи «мовне мистецтво», дітей також легко розсмішити, давши завдання попрацювати над скоромовками.

У гуртках театрального напрямку «сміхові» вправи можуть бути закладені навіть в програму, так як гарний актор повинен вміти сміятися «за командою» [12].

Ученими розроблено **рекомендації педагогам** щодо практичного використання елементів сміхотерапії як здоров'язберезжувальної технології в освітньому процесі:

- жартівливі пісні, пародії,
- веселі розповіді,
- ігри типу «Розсміши коміка»,
- веселі танці,
- комічні імпровізації,
- смішні етюди з персонажами казок,
- жартівливі фізкультхвилинки,
- гумористичні діалоги,
- дружні шаржі,
- веселі квести,
- смішні малюнки на надувних кульках,
- жартівливі листівки,
- конкурс смішних скоромовок,
- виставки смішних виробів тощо.



Вправи сміхотерапії:

1. Встаньте, вдихніть і... посмійтеся! Вийшло? Ні? Ми дуже серйозні, тому нам так складно щиро розсміятися. Почувши веселий жарт, ми всього лише посміхнемося. Адже саме сміх, а не чергова посмішка, приносить максимум користі. Потренуйтеся – і ви навчитеся сміятися в будь-який момент.

2. Виконайте ще одну вправу – посміхніться і утримуйте посмішку. Хід думок і навіть настроїв почнуть поліпшуватися – і ось вже ваша усмішка стане не награною, а справжньою.

3. В американських книгах можна знайти таку рекомендацію: «Встаньте перед дзеркалом і почніть корчити пики і показувати язик своєму відображенню! Сміх не змусить себе чекати!». Напевно, такий спосіб не всім підходить, але ж у кожного з нас є щось, що викликає щирий сміх – такі собі «**сміхотаблетки**».

Це може бути улюблена комедія, смішні оповідання, збірники анекдотів чи відеозаписи, на яких відображені сімейні свята. Зберіть для себе скриньку сміху та відкривайте її, коли це необхідно. Погане самопочуття, поганий настрій і депресія відступлять під натиском радісного сміху! Смійтеся на здоров'я!

Гуморески Павла Глазового

Дивний школяр

Двох онуків дід старий
Посадив на руки
Та й розказує казки,
Слухають онуки.
Раптом менший запитав:
– А скажіть, дідусю,
Ви ходили в перший клас?
– Та ходив, Павлусю.
– От був номер! – малюки
Сміхом залилися,
– Як до школи ви прийшли
З бородою й лисі.



Контракт

«Заключив контракт мільйонний
Футболіст Дмитрина»,
Чита батько у газеті й погляда на сина.
Той уроки вчить старанно
Давно й без спочину.
Розлютився раптом батько
Й кричить на хлопчину.



– Все гризеш оту науку,
Хочеш вченим стати?
Краще йшов би на подвір'я
М'яча поганяти!

Гімнастика для очей

Подивися на найближче –
Власний ніс.

А тепер глянь у вікно –
О- о-он темний ліс.

Як красиво біля школи,
Ой краса!

А які в нас дивовижні
Небеса!

Подивуйся – очі широко розплющ!

А тепер у захваті заплющ!

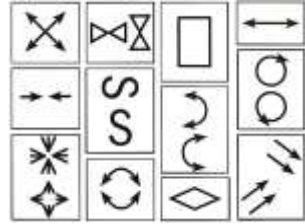
Не розплющуй!

Вліво, вправо подивись.

А тепер униз, угору,

Розплющ очі!

Посміхнись!



Скоромовки

- Бабин біб розцвів у дощ – буде бабі біб у борщ.
- Вередували вередниченьки, що не зварили варениченьків.
Не вередуйте, вередниченьки, ось поваряться варениченьки.
- Викис, вимок, виліз, висох, став на колоду, та знов –
бовть у воду.
- Кинув кріп Прокіп в окріп. У окропі, окрім кропу,
кипить короп для Прокопа.
- Ой, збирала Маргаритка маргаритки у дворі.
Розгубила Маргаритка маргаритки у дворі.
- Їла Марина малину.



Фізкультхвилинки

«Каченята»

Раз-два – всі пірнають,
Три, чотири – виринають,
П'ять, шість – на воді
Кріпнуть крильця молоді,
Сім, вісім – що є сили
Всі до берега поплили,
Дев'ять, десять – обтрусились
І за парти опустились.



«Гори Карпати»

Раз-два – піднімається гора,
Три, чотири – це круті гірські схили,
П'ять, шість – це орли дивний танець завели,
Сім, вісім – це смерічки похилилися до річки,
Дев'ять, десять – це вода з водоспаду витіка.



Психологічне оздоровлення пов'язане зі звільненням глибоко репресованих емоцій. Сміх – один із процесів, який допомагає підійти до таких болючих почуттів, як гнів, страх, сором. Їх прояву та проживанню заважає почуття контролю, яке прищеплюється з ранніх років.

Діючи з найкращих спонукань, вихователі часто не дозволяють дітям проявляти справжні почуття, вважаючи їх неприйнятними для суспільства: «Прибери з обличчя цю дурну посмішку», «Перестань пхикати», «...Не можна! Не смій! Не думай!», а потім, коли діти дорослішають, наставляють: «Треба! Повинен! Потрібно! Слід!». І діти все більше й більше відчужуються від тіла і своїх почуттів, стаючи менш живими, все більше й більше заганяють себе у рамки пристойності та прийнятих у суспільстві стереотипів, не помічаючи своїх дійсних бажань і почуттів.

Відомо, що наші комплекси, проблеми, страхи осідають в тілі у вигляді напружень, блоків, затискачів, перетворюючи тіло в жорсткий панцир, відокремлюючи від почуттів і тілесних переживань, що й робить нас менш живими та радісними.

Доти, доки ми носимо ці затиски, до нас не можуть прийти інші почуття, ми стаємо ніби «замороженими».

Сміхотерапія спрямована на повернення *природного сміху*, який знімає напруження в тілі, воно розм'якшується і поступово звільняється від затисків і напруги.

За словами **Дарвіна**, – *«сміх – це судомна розрядка м'язової енергії»*. Коли прибираються м'язові затиски, з'являється контакт із тілом, звільняються пригнічені емоції.

Отже, різноманітні сміхові вправи, використані на уроці чи в позаурочній діяльності, сприяють покращенню фізичного стану дитини та поліпшують її психологічне, емоційне самопочуття.



«Школа культури здоров'я – Школа формування життєвих навичок та ціннісних орієнтирів»

**Розділ II. ШКОЛА КУЛЬТУРИ ЗДОРОВ'Я –
ШКОЛА ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄВИХ НАВИЧОК
ТА ЦІННІСНИХ ОРІЄНТИРІВ
(ІЗ ДОСВІДУ РОБОТИ)**

**2.1. Школа культури здоров'я –
Школа формування життєвих навичок
та ціннісних орієнтирів**

*Турбота про здоров'я – це найважливіша праця вихователя.
Від життєрадісності, бадьорості дітей залежить їх
духовне життя, світогляд, розумовий розвиток, міцність
знань і віра у свої сили.*

В. Сухомлинський

Заклад освіти є ідеальним середовищем для впровадження інноваційних педагогічних здоров'язберігаючих технологій та профілактичних програм, що дає змогу вплинути на свідомість і поведінку учнів, мотивувати їх до здорового і продуктивного способу життя на основі розвитку життєвих компетентностей. Саме така школа гармонійного розвитку особистості за умови збереження і примноження здоров'я стала орієнтиром творчої здоров'яспрямованої роботи нашого педагогічного колективу Яковлівської загальноосвітньої школи I-III ступенів Роздільнянської районної ради Одеської області.

Уже майже десятиліття на чолі з директором **Ларисою Олександрівною Бойченко** педагогічний колектив працює над розвитком моделі освітнього закладу як «**Школи культури здоров'я – Школи формування життєвих навичок та ціннісних орієнтирів**». Таких стійких позитивних життєвих навичок та ціннісних орієнтирів, які не лише дають змогу зберегти здоров'я дитини, але виховують в учневі впевнене переконання у необхідності дотримання здорового способу життя, роблять його невразливим до сумнівних насолод, небезпечних пропозицій, які виникають на життєвому шляху.

І коли в Одеській області на зібранні творчої педагогічної еліти були визначені **інноваційні стратегії виховання нової школи в Одеському регіоні**, а саме: *духовно-моральне виховання, здоров'язбереження, інновації у вихованні* [19], ми спрямували свою діяльність на розбудову школи як здоров'язбережувального закладу, неухильно керуючись цим вектором руху регіону. Наші зусилля були оцінені введенням освітнього закладу до обласної мережі шкіл сприяння здоров'ю.

Використовуючи багатий досвід видатних педагогів Г. Ващенко, Я. Корчака, В. Сухомлинського, Ш. Амонашвілі та інших, ми створили модель, яка базується на **принципах** гуманізму та демократичності у відносинах між педагогами та дітьми, органічної єдності освітнього і виховного процесів, системності та послідовності в усіх напрямках освітньо-виховної діяльності.

Головною метою діяльності Школи культури здоров'я є зміцнення фізичного, соціального й духовного здоров'я дітей та молоді, формування у них позитивної мотивації на здоровий спосіб життя як основного чинника виховання фізично досконалої, духовно розвиненої, високоморальної та соціально зрілої особистості, здатної до результативної самореалізації у житті в ролі громадянина, сім'янина, професіонала.

Завдання Школи культури здоров'я:

1. розбудова здоров'язбережувального середовища школи шляхом відповідного облаштування шкільного приміщення, спортивного майданчика, їдальні, дотримання належних заходів безпеки;
2. надання пріоритетності проблемі формування здорового способу життя в навчально-виховному процесі закладу освіти;
3. створення умов, які сприяють успішній самореалізації, самоствердженню, самовираженню особистості учнів, формуванню здібностей до життєвого самовизначення;
4. переорієнтація процесу навчання з предметного на процесуальні й мотиваційні аспекти освіти, сприяння формуванню в учнів життєві навички та стійкі переконання в перевагах

здорового способу життя, сприяння виробленню власної життєвої позиції;

5. впровадження інноваційних освітніх здоров'язберігаючих програм і технологій, спрямованих на підвищення працездатності, забезпечення темпів росту та розвитку школярів;

6. спрямування стратегії виховання на розвиток обдарувань, здібностей, інтересів, нахилів дитини шляхом формування їх мотивації, відповідно до психофізіологічного розвитку, визнання індивідуальності і самоцінності кожної людини;

7. надання пріоритетності руховій активності в усіх сферах навчальної і позаурочної діяльності школи як необхідній умові здорового розвитку учнів; підвищення профілактичної та оздоровчої компонентів рухових режимів учнів;

8. побудова освітнього процесу на принципах взаємоповаги педагогів і учнів, розвитку комунікативних зв'язків і партнерства, спрямованих на підвищення академічної успішності учнів;

9. сприяння формуванню ціннісного ставлення до здоров'я, культури здоров'я учнів на всіх етапах їх навчання, забезпечення наступності освітніх програм навчання дітей здоров'ю;

10. сприяння формуванню екологічної культури, здоров'язберігаючої, комунікативної, інформаційної, технічної, технологічної компетентностей;

11. забезпечення ефективною системою медичного обслуговування, проведення моніторингу показників здоров'я;

12. сприяння активізації діяльності органів учнівського самоврядування щодо популяризації здорового способу життя в школі та поза межами закладу освіти;

13. підвищення професійного рівня вчителів та персоналу школи з питань збереження і зміцнення здоров'я;

14. сприяння розвитку співробітництва між школою, батьками і громадськістю та використання можливостей місцевої влади у плані вирішення питань щодо здоров'я учнів та персоналу школи;

15. проектування майбутньої життєдіяльності випускника, його успішного особистого і професійного самовираження, соціалізації в суспільстві та адаптації на ринку праці.

В основу **виховної системи школи** поставлено Концепцію української національної школи **Г. Ващенка** як творця державницької зорієнтованої української національної педагогіки з особливим наголосом на етнопсихологію, засади християнської моралі.

Процес формування життєвих навичок школярів відбувається через впровадження здоров'язберігаючих технологій в єдиному інформаційному просторі:

ШКОЛА – РОДИНА – ГРОМАДСЬКЕ СЕРЕДОВИЩЕ.

Розвиток життєвих навичок – це ефективна педагогічна технологія, спрямована на формування здорової і просоціальної особистості, яка володіє необхідним для повноцінного життя досвідом дій, знань і умінь. Досягти *своїх мети* намагаємося шляхом впровадження:

- **загальношкільних програм:**

- «Школа формування життєвих навичок»,
- «Сприяння збереження здоров'я здобувачів освіти»,
- «Я і моє здоров'я»,
- «Рівний – рівному»,
- «Творча обдарованість»,
- «СТОП, булінг!»,
- «Творча обдарованість»,
- «Підвищення професіоналізму вчителя»;

- **загальношкільних проєктів:**

- соціальний проєкт «Милосердя»,
- «Партнерство сім'ї і школи – крок до успіху дитини»,
- «Школа поколінь»;

- **-факультативів, тренінгів:**

- «Корисні звички»,
- «Цікаво про корисне»,
- «Рівний-рівному»,
- «Логіка»,
- «Школа проти СНІДу»,
- «Пізнай самого себе»,
- «Екологія людини».

- **впровадження здоров'язберігаючих технологій в освітній та виховний процес,**

- дотримання принципу природовідповідності,
- підвищення ролі спорту і фізичної праці, розвитку творчих здібностей дітей, формування у них екологічної культури.

З огляду на те, що здорова людина – це людина психологічно та соціально благополучна, ставилося завдання посилення ролі спілкування з мистецтвом, організації психологічних тренінгів, взаємовідносин учнівського і педагогічного колективів на демократичних засадах, створення атмосфери взаємодовіри, поваги і гармонії.

2.2. Матеріально-побутові умови Школи культури здоров'я

Забезпечення оптимальних санітарно-гігієнічних умов школі є одним з важливих елементів у створенні здоров'язбережувального освітнього середовища.

Відповідно ДСанПіН 5.5.2.008-01 «Державні санітарні правила і норми по устаткуванню, утриманню загальноосвітніх навчальних закладів та організації навчально-виховного процесу» та з метою ефективною реалізації поставлених завдань у школі забезпечено якісні *матеріально-побутові умови*:

- школа працює в одну зміну;
- учні 1-4 класів та діти пільгових соціальних категорій забезпечені гарячим харчуванням;
- організовано чергування учнів та вчителів у приміщенні закладу та на пришкольній території під час перерв;
- заклад має велику пришкольню ділянку з різноманітними зеленими насадженнями;
- на пришкольній території розміщені спортивні майданчики, призначені для занять з різних видів спорту;
- створено ігрові майданчики для учнів початкової школи і годин відпочинку груп ГПД;
- у закладі вимагається дотримання режиму провітрювання класних кімнат, вологого прибирання приміщень та щотижневого генерального прибирання класів;

- шкільні коридори та рекреації озеленено;
- впроваджується довгостроковий проект з оформлення залів, коридорів, подвір'я школи для використання з навчально-розвивальною метою;
- в кожній класній кімнаті початкової школи створено умови для ігор та релаксу;
- створено умови для інклюзивного та індивідуального навчання дітей з особливими освітніми потребами;
- шкільний штат укомплектовано трьома педагогами з вищою психологічною освітою та медичною сестрою;
- регулярно проводиться планове медичне обстеження учнів;
- учні школи в позаурочний час мають можливість відвідувати гуртки різного тематичного спрямування при школі та Будинку культури;
- влітку працює пришкільний оздоровчий майданчик.

Комплексна робота Школи культури здоров'я – Школи формування життєвих навичок та ціннісних орієнтирів включає раціональну організацію навчально-виховної, фізкультурно-оздоровчої та медико-профілактичної діяльності.

2.3. Організація оздоровчо-освітнього процесу у Школі культури здоров'я

1. оздоровчо-освітній процес у школі здійснюється відповідно до робочого плану, концептуальної моделі, які затверджує педагогічна рада;

2. школа здійснює валеологічну освіту за навчальними планами, посібниками, що мають відповідний гриф Міністерства освіти і науки України, і реалізує завдання щодо збереження та зміцнення здоров'я учнів відповідно до їхніх вікових особливостей та індивідуальних здібностей;

3. школа самостійно здійснює вибір форм, методів і засобів валеологічного та екологічного навчання й виховання в межах, визначених нормативно-правовою базою України у сфері освіти;

4. школа ознайомлює учнів та їхніх батьків зі Статутом, правилами внутрішнього розпорядку, іншими документами, які регламентують організацію оздоровчо-освітнього процесу;

5. школа залучає батьківську громадськість до пропаганди культури здоров'я, здійснює спільні заходи (олімпіади, змагання, конкурси) батьків і дітей з фізичної культури, знань основ здоров'я, особистої гігієни, раціонального харчування тощо;

6. школа організовує батьківську освіту з проблем виховання здорової дитини в сім'ї;

7. з метою постійного контролю здійснюється обов'язкова паспортизація стану здоров'я кожного учня та функціонує його індивідуальний щоденник здоров'я;

8. режим роботи, час на активний відпочинок та харчування встановлюють відповідно до педагогічних та санітарно-гігієнічних вимог, погоджують з місцевими органами освіти і відповідними органами управління медичною галуззю, затверджує директор закладу;

9. за навчальним планом у 1-11 класах забезпечено три уроки фізкультури на тиждень; у 3-9 класах викладається предмет «Основи здоров'я».

Школа дотримується таких норм:

- дотримання оптимального температурного режиму в класній кімнаті;
- функціонування внутрішніх туалетів;
- виконання вимог щодо відповідності шкільних меблів зросту дитини,
- дотримання світлових норм;
- організація гарячого харчування;
- дотримання режиму праці та відпочинку;
- створення умов для активного та пасивного відпочинку;
- прогулянки на свіжому повітрі;
- куточки для ігор і відпочинку в кожній класній кімнаті початкової школи;
- дотримання правил особистої гігієни тощо.

2.4. Реалізація принципу природовідповідності як одного з основних у роботі здоров'язбережувального закладу освіти

Досягти успіхів у важливій справі збереження та примноження дитячого здоров'я заклад освіти може за умови вивчення потреб вихованців. Забезпечення задоволення потреб учнів і є умовою гармонійного розвитку дітей в освітньому закладі.

Завдання кожного педагога закладу полягає в обов'язковому дотриманні насамперед **принципу природовідповідності** як запоруки благополуччя дитини – «Життя школи має бути організовано природовідповідно, за принципами **співіснування** та **співробітництва**, де людина не відчуває себе неповноцінною, самотньою та покинутою» [18]. Природовідповідність у найвужчому й водночас найважливішому розумінні полягає у дотриманні життєвих норм, які *попереджували б виникнення стану фізичного дискомфорту дитини*, особливо в перші роки навчання.

Для успішного здобуття знань важливе значення має **комфорт** не лише фізичний, але й психологічний. Розпочинаючи навчання в нашій школі, дитина вже добре знає свого вчителя, пройшла курс підготовки до навчання, ознайомила з шкільною та пришкільною територією. Буквально з перших днів новоспечені школярі оточені увагою та підтримкою старших товаришів – майбутніх випускників.

Вже з перших шкільних років дитина вчиться пізнавати і вдосконалювати себе. Цьому процесу активно сприяють **факультативи** «Корисні звички», «Логіка», «Пізнай себе», «Рівний рівному», «Аранжування особистості», гуртки, секції тощо. З 2014 року школа має свого **практичного психолога**, що значно допомагає у роботі з проблемними дітьми.

Спортивні секції з баскетболу, волейболу, футболу, вокальний, хореографічний, фольклорний, філологічний, театральний, психологічний гуртки, об'єднання за інтересами, участь у роботі учнівського самоврядування дають широкі можливості для всебічного розвитку дитини, пізнання і вдосконалення своїх здібностей.

Розвиток фізичної активності учнів відбувається і в позаурочний час. Це робота спортивних гуртків, змагання між класами з різних видів спорту протягом року, шкільна спартакіада за програмою «Козацький гарт», День бігуна, Малі олімпійські ігри тощо.

Вищевказані заходи згуртовують класні колективи, підвищують рухову активність, спонукають до системних занять фізичною культурою, формують позитивне ставлення до здорового способу життя. Наслідком системної роботи є зайняті призові місця на районних та обласних змаганнях з баскетболу, волейболу, стрітболу та легкої атлетики.

Однією із форм оздоровчої роботи за наявності фінансування є **літній пришкільний табір**.

Глибоко переконані у важливості для маленької людини тісного **спілкування з природою**. На невеличкій пришкільній території створено мальовничі природні куточки, де можна провести час перерв. Це березовий гайок, два маленьких соснових бори, липові та каштанові алеї, два великих розарії, чималий вишневий сад. Дітям особливо приємно бувати у цих місцях через те, що створені вони і доглядаються самими дітьми під керівництвом вчителів. Кожен клас має закріплену за ним територію, яку вдосконалює та підтримує у належному стані.

Уже декілька років утілюємо у своєму навчальному закладі **досвід фінських колег**, намагаючись на перервах вивести на свіже повітря максимум учнів та вчителів. Схвалюється проведення виховних годин у формі активного пізнання навколишньої природи. Вихованці ГПД щодня здійснюють прогулянки до сільського парку.

Збираючи каштани, жолуді горіхи, листочки та квіти у шкільному дворі, діти виготовляють поробки з природного матеріалу. Школярі постійно беруть активну участь в акції «Посади своє дерево», в сільських толоках. Щороку проводиться конкурс плакатів на природоохоронну тематику, діє шкільна екологічна агітбригада.

У школі навчаються діти з родин, які перебувають за межею бідності, діти з неблагополучних та неповних сімей. Створений

у 2011 році **шкільний благодійний фонд «Милосердя»** (*одягу та взуття*) підтримується усією сільською громадою і має у своєму арсеналі достатньо речей, щоб малозабезпечена дитина виглядала гідно на шкільному святі, новорічному карнавалі та щодня. Тим самим попереджається формування почуття меншовартості, виникнення різних психологічних комплексів, які в подальшому негативно вплинули б на долю людини.

2.5. Впровадження здоров'язбережувальних технологій у освітньо-виховний процес школи

Використання здоров'язбережувальних технологій давно увійшло в практику кожного педагога школи. Починали з навчання педагогів, проведення семінарів та тренінгів, присвячених цій ще новій для нас темі. Сьогодні можемо поділитися накопиченим досвідом адаптації творчих знахідок колег зі всієї країни та результатами власного творчого пошуку.

Психологи школи, зокрема, практичний психолог, з успіхом використовують ряд різноманітних **корекційних технологій** у індивідуальній та груповій роботі з дітьми групи ризику. Заняття мають діагностичний інструментарій, для дітей молодшого віку проводяться в ігровій формі за спеціальними методиками.

Педагогами школи широко використовуються на уроках **вправи-енергізатори**, такі як «Вітання в парах», «Фруктовий салат», «Підморгни мені, мій друже!» тощо.

На заняттях в усіх класах запроваджено **систему динамічних фізкультхвилинок**, що сприяють підвищенню рухової активності. Це пальчикові ігри, вправи для очей, артикуляційні вправи, самомасаж, танцювальні ритмічні вправи тощо.

Обов'язковим на кожному уроці є контроль педагога за **правильною поставою дитини**. Також вчителі-предметники приділяють увагу **хвилинам релаксації**.

На **уроках фізичної культури** та заняттях спортивних секцій постійно використовуються елементи таких технологій стимулю-

вання здоров'я, як *дихальна, коригувальна та ортопедична гімнастики, само- і точковий масаж* та інші.

Під час перерв організуються рухливі ігри на свіжому повітрі або в шкільних рекреаціях залежно від погодних умов. У шкільному дворі та в рекреаціях закладу розкреслено декілька розвивальних майданчиків. Влаштовуються **динамічні танцювальні та тематичні музичні перерви**. Для дітей на території закладу облаштовано чотири тенісні столи, декілька великих шашково-шахових дощок з фігурами.

За наглядом **медичного працівника** учні початкової школи час від часу вживають **фіточаї** з шипшини, ромашки, калини та липи. Звичною річчю для учнів молодшої школи стали **часникові амулети**.

Класні керівники, керівники гуртків з успіхом застосовують *ігротерапію, сміхотерапію, психогімнастику* під час проведення виховних годин різних форм та занять гуртків. Педагоги початкової школи кожен виховних захід обов'язково оздоблюють **веселими конкурсами**, що передбачають позитивний настрій, веселощі, сміх.
Наприклад:

- «Художник» – завдання намалювати малюнок одночасно руками двох учнів, але одним маркером, не розмовляючи при цьому.
- «Супермодель» – колективне створення іміджу для моделі з підручних засобів.
- «Німе кіно» – виконати запропоновані ролі та відтворити сюжет за текстом вчителя за умови, що текст діти чують вперше й він носить гумористичний характер.

У колективних заходах для середньої і старшої школи використовуються завдання *створення гумористичного кліпу до жартівливої народної пісні*, інсценування фрагментів драматичних комедійних творів, віршованих гуморесок, організуються найрізноманітніші *веселі конкурси-змагання*.

2.6. Екологічне виховання школярів

Формування екологічної культури дітей є необхідною складовою орієнтування на здоровий спосіб життя, закріплення здоров'язбережувальних життєвих навичок, тому цьому напрямкові у школі приділено особливу увагу.

До екологічних заходів відносимо догляд кожного з 5-11 класів за своєю квітковою клумбою та квітами у класних кімнатах, *тематичні виховні заходи*:

- свято осені,
- виставка «**Дари природи**»,
- акція з виготовлення та догляду годівничок «**Допоможи пташці перезимувати**»,
- свято зустрічі весни,
- виставка «**Альтернативна ялинка**»,
- виставка виробів з природніх матеріалів,
- виставка «**Друге життя використаних речей**»,
- День птахів,
- проєкт вчителя біології та хімії «**Сільські криниці**» (з дослідження складу води з сільських криниць),
- щорічна акція «**Посади своє дерево**»,
- створення місць для відходів хлібних виробів тощо.

Щорічно впроваджується **проєкт «Еколог»**. В ході реалізації такого проєкту відбуваються наступні заходи:

- квітнева та жовтнева **акція «Чисті береги»** з прибиранням від сміття прирічкової території;
- цілорічний догляд за компостером, отриманим за **Всеукраїнською програмою «Компола»**;
- розміщення на території приміщення закладу контейнерів для сортування сміття *в рамках співпраці з ГО «Україна без сміття»*;
- колективні справи з **прибирання від сміття ярів та лісосмуг на присільській території**;
- **розповсюдження листівок** для жителів села із закликом відмовитися від спалювання листя та побутових відходів тощо.

2.7. Створення умов для збереження та формування соціальних життєвих навичок

Для подальшої успішної самореалізації в житті випускник школи має бути психологічно адаптованим до життя в соціальному середовищі, мати стійку громадянську позицію, тверді моральні переконання.

Досягненню даної мети служить **психологічна служба школи**, ряд факультативів, спрямованих на виховання особистості, залучення до профілактичної роботи з дітьми лікарів, правоохоронців, лекторів громадських організацій. Особливу увагу отримують діти із *соціально незахищених та неблагополучних родин*.

Також у систему виховної роботи кожного класу включено різні форми роботи, спрямовані на *прищеплення вмінь* працювати в команді, попередження шкідливих звичок, профілактику конфліктів, укріплення родинних стосунків, формування стресостійкості, профорієнтацію. Важлива увага приділена національно-патріотичному вихованню.

Соціалізації особистості сприяють традиційні заходи:

- День села;
- щорічна «Сільська толока»;
- Вечір зустрічі випускників;
- Жіноче свято,
- День вишиванки,
- *заходи до*: Дня Перемоги, Дня визволення села, Дня пам'яті і примирення, Дня Незалежності України тощо.

Щорічно проводяться **театралізовані заходи народознавчого спрямування**: Свято Покрови, дівочі посиденьки на Катерини, Андріївські вечорниці, Свято віночка, Свято дівочої коси, заходи з відтворення народних звичаїв та традицій.

Глибоке занурення в народну творчість сприяє укріпленню дитячої психіки, встановленню моральних норм поведінки.

Безпечному і корисному дозвіллю наших школярів, формуванню навичок колективної співпраці сприяє **робота гуртків та секцій** різноманітного спрямування.

Управління «Школою культури здоров'я – Школою формування життєвих навичок та ціннісних орієнтирів» на засадах здоров'язбереження *передбачає цілеспрямовану діяльність* зі збереження і зміцнення здоров'я учнів:

- створення безпечних і нешкідливих умов навчання і виховання;
- сприяння формуванню культури здоров'я особистості учня, підвищення рівня його стресостійкості;
- підвищення рівня здоров'язбережувальної компетентності вчителя, формування його психотерапевтичної позиції;
- створення умов для збереження і зміцнення професійного здоров'я вчителя;
- сприяння формуванню психологічної культури батьків.

Таким чином, розв'язання проблеми збереження і зміцнення здоров'я всіх учасників освітнього процесу в сучасних умовах навчання можливе шляхом формування здоров'язбережувального простору. **Здоров'язбережувальні технології** навчання і виховання школярів мають забезпечити високий рівень психосоматичного здоров'я, розумової працездатності, формувати мотивацію до ведення здорового способу життя та виховувати високу культуру здоров'я.

Здоров'я – це безцінне надбання не тільки кожної людини, а й всього суспільства. Ми повинні зберегти і укріпити здоров'я наших дітей, бо це наше майбутнє. Потрібно пам'ятати про це завжди і уміти захистити і зберегти здоров'я майбутнього покоління. В цьому повинна бути робота сім'ї, школи і держави в цілому.

Вирішення проблеми збереження здоров'я дітей потребує пильної уваги всіх зацікавлених у цьому: педагогів, медиків, батьків, представників громадськості. Однак особливе місце та відповідальність в оздоровчій діяльності відводиться освітній системі, яка повинна й має всі можливості для того, щоб зробити освітній процес здоров'язберігаючим, і в цьому випадку мова йде вже не просто про стан здоров'я сучасних школярів, а про майбутнє України.

Розділ III. ВИКОРИСТАННЯ ЕЛЕМЕНТІВ СМІХОТЕРАПІЇ В РОБОТІ ШКІЛЬНОГО ТЕАТРАЛЬНОГО ГУРТКА



3.1. Театральний гурток – один із інструментів для розвитку емоційного інтелекту школяра

Напевно, найширші можливості для впровадження елементів сміхотерапії у виховання відкриваються в царині позакласної роботи навчального закладу. *Усе, що робиться в школі для дітей, має бути спрямоване на збереження і примноження фізичного та психічного дитячого здоров'я* [2]. Стосується це і роботи гуртків. Взагалі, роль гурткової роботи для здоров'я школярів дуже важлива.

✓ Це **релаксація** після напруженого навчального дня, яка, як стверджують спеціалісти, потрібна всім без винятку учням, незалежно від їх емоційного стану та фізичної витривалості.

✓ Це **активний відпочинок** на противагу сидінню перед комп'ютером чи телевізором.

Це **безпечне проведення дозвілля**, під час якого діти перебувають під наглядом, а їх діяльність спрямована у корисне русло.

Театральна група – це тісна взаємодія усіх учасників, колективна творча справа, яка вчить гуртківців домовлятися, знаходити компроміси, враховувати інтереси кожного, що, в свою чергу, попереджує конфлікти та булінг. У майбутньому така дитина буде з легкістю налагоджувати зв'язки, підтримувати контакти, плідно працювати в команді, що зробить її конкурентноздатною на ринку праці.

Гурток також є певною спільнотою, колективом однодумців і шансом для дитини, не прийнятої з якихось причин у класі, знайти товаришів і навіть друзів. Ще, звичайно ж, це розвиток творчих здібностей, ораторства, публічності, організаторських якостей,

а також розширення кругозору школяра, підвищення самооцінки учня та отримання величезної насолоди від творчої самореалізації. Такій дитині є що протиставити шкідливим звичкам, яких вона так чи інакше торкнеться у житті, а її творчий та емоційний розвиток має спрацювати на формування здорового стилю життя.

Важливим є і сам **виступ**. Участь школяра в шкільному заході чи в концерті на сільській сцені сприяє соціалізації дитини. Гуртківець залучений до колективної справи створення свята, ним гордиться родина, він назавтра «прокидається знаменитим» у своїй школі, громаді, вислуховує компліменти і подяки. Дітям властивий потяг до слави. Якщо не будуть створені умови для здорової і корисної активності, діти, особливо підлітки, будуть шукати спосіб прославитися зовсім у інших справах.

Провідний український педагог двадцятого століття професор **Григорій Ващенко** у праці «Виховний ідеал» визначав одним із основних завдань української школи дати молоді естетичне виховання з огляду на те, що українці – то нація, яка з давніх давен виявляє великі природні естетичні здібності, що потребують розвивання до найвищої міри [2].

Слід зазначити, що **Програма** «Нова українська школа у поступі до цінностей» вносить театральну діяльність (аматорський, ляльковий, пальчиковий, тіньовий театр), ігрову діяльність (ситуаційно-рольову гру, сюжетно-рольову гру, гру-драматизацію, гру-бесіду), інсценування до *переліку основних форм і методів виховного процесу* [9].

Метою роботи театрального гуртка є формування світоглядних орієнтацій та компетентностей особистості у сфері театральної культури та драматургії.

Гурток театрального спрямування формує наступні компетентності:

- **пізнавальна** – оволодіння основними поняттями та їх значеннями, які стосуються театрального мистецтва, історії театру;
- **практична** – оволодіння навичками акторської майстерності, сценічної мови, сценічного руху, ритміки та хореографії;

- **творча** – забезпечення формування та розвитку творчих здібностей вихованців у процесі оволодіння театральним мистецтвом;
- **соціальна** – виховання дбайливого ставлення до надбань світової, вітчизняної культури, мистецтва, духовних та матеріальних цінностей рідного краю, народних традицій, національної свідомості, самореалізації в соціумі засобами мистецтва, професійного самовизначення, популяризація театального мистецтва.

Основними завданнями роботи гуртка є:

- ✓ поглиблювати знання з української та світової драматургії, історії театального мистецтва;
- ✓ посилювати престиж рідної мови;
- ✓ формувати моральні принципи та естетичні смаки засобами театального мистецтва;
- ✓ виховувати потреби у творчій самореалізації та духовному самовдосконаленні;
- ✓ розвивати артистичність, ораторські уміння і навички.

Гурток також має навчити вихованців наступному:

- ознайомлювати з поняттями «театр», «актор», «глядач», «режисер», «сценарій», «роль», «декорація»;
- використовувати музично-пісенний та пластично-танцювальний досвід у театралізації літературних творів різних жанрів, володіти пластикою, мімікою, жестами;
- формувати художньо-мовленнєві виконавські вміння; розвивати здібності до творчого перевтілення у сценічний образ, запам'ятовувати сценічну послідовність;
- продовжувати театралізувати твори та самостійно придумані казки за допомогою різних видів театру: настільного, пальчикового, тіньового, лялькового, театру іграшки та ін.

Заняття у гуртку мистецького спрямування є інструментом для розвитку **емоційного інтелекту** школярів, без якого в подальшому дорослому житті виникатимуть проблеми в побудові ефективних стосунків з іншими, розумінні себе, своїх бажань і потреб, власних

емоцій, визначення свого місця в суспільстві. Тому в Новій українській школі так багато уваги приділяється цьому питанню.

Поглиблене вивчення драматургії, вживання в образ свого героя дає можливість дитині зрозуміти природу виникнення тих чи інших емоцій, а відтак краще розуміти себе і свої почуття, розпізнавати свої емоції, розуміти їх причину і наслідки своїх емоційних дій, розвиває вміння стримуватися від імпульсивних вчинків. Осмислюючи життєвий досвід літературних персонажів, відтворюючи переживання та емоції героїв, дитина поступово набуває здатності керувати власними емоціями, розвиває власну гідність, самоповагу, стресостійкість.

При відборі школярів для занять у гуртку, слід звертати увагу на прояви наступних артистичних **здібностей і навичок** учнів:

- з легкістю спілкується з іншими дітьми і дорослими;
- охоче виступає перед аудиторією, бере активну участь у драматизаціях, інсценізаціях літературних творів;
- вміє зв'язано викладати свої думки;
- прагне викликати емоційні реакції в інших, коли із захопленням щось розповідає;
- часто виражає свої почуття мімікою, жестами, рухами;
- змінює тональність, інтонації голосу, наслідуючи людину, про яку розповідає;
- копіює пози, вираз обличчя, тембр інших людей, персонажі в літературних творів, вистав, фільмів тощо;
- пластично й органічно рухається;
- любить і розуміє значення сценічного вбрання, іншої атрибутики для створення образу.

Але не можна відмовити жодній дитині, яка має бажання займатися в гуртку, особливу увагу надаючи дітям соціально незахищених категорій. Підтвердження цієї думки знаходимо у творах **Г. Ващенка**, який був переконаний, що «... творчі мистецькі здібності треба розвивати і у дітей, не обдарованих якимись мистецькими талантами. Це тому, що мистецька творчість навіть при відсутності великих природних здібностей відіграє певну роль в діяльнос-

ті кожної людини і часто є джерелом моральної втіхи й чистих радостей. Крім того, людина, що здібна сама щось творити у галузі того мистецтва, може глибше розуміти мистецькі твори, ніж людина, що зовсім не володіє технікою творчості» [2].

Вихованці гуртка мають демонструвати наступні **показники художньо-естетичного розвитку:**

- емоційно сприймає художні твори, запам'ятовує і впізнає знайомі репродукції картин, ілюстрації; самостійно визначає художньо-виразні засоби;
- проявляє любов до українського фольклору та вітчизняної драматургії;
- сприймає твір цілісно, переймається емоціями і почуттями, вираженими в ньому;
- уміє співпрацювати з дітьми та дорослими під час театральної діяльності, співвідносить свої вміння з виконавством інших, радіє особистим і колективним успіхам на заняттях, під час розваг, свят;
- виявляє емоції під час програвання ролі та перегляду театралізованої вистави;
- співпереживає персонажам, розуміє зміст дійства;
- має уявлення про театр як вираження життєвих ситуацій в акторській грі;
- уміє театралізувати творчу сюжетно-рольову гру, вигадує казку, добирає засоби для її театральної реалізації, обирає методи самовираження в діях під музичний супровід.

Також у вихованців гуртка мають бути такі *показники мовленнєвого розвитку:*

- володіє правильною звуковимовою;
- регулює дихання і темп у процесі мовлення;
- володіє силою, висотою, тембром голосу;
- розуміє значення мовлення для людини;
- ефективно спілкується рідною мовою;
- має збалансований словниковий запас із кожної сфери життєдіяльності;
- розмовляє грамотно, вживає прості й складні речення;

- веде діалог невимушено, підтримує розмову на запропоновану тему;
- дотримується мовленнєвого етикету у спілкуванні;
- самостійно складає монологічні висловлювання різних типів;
- отримує задоволення від читання (від аудіокниг та власного);
- вільно переказує знайомі літературні твори.

Таким чином, театральний гурток всебічно розвиває, соціалізує дитину, вдосконалює її внутрішній світ, емоційність, мовлення. Також він дає можливість охопити велику групу дітей цікавою справою.

3.2. Роль почуття гумору в долі відомих українських письменників



Сміх людський - чудесна штука!

Він - мистецтво і наука,

Він в житті і для життя.

П. Глазовий

Українці завжди були щедрими на гумор і сатиру. Народні жарти, гуморески, анекдоти передають нам життєвий досвід цілих поколінь. На сцені шкільного театру з успіхом інсценізуються веселі народні казки, нісенітниця, окремі етапи фольклорної весільної драми, фрагменти творів І. Нечуя-Левицького, М. Старицького, І. Карпенка-Карого, С. Васильченка та інших авторів. Розігруються мініатюри за гумористичними віршами С. Руданського, С. Олійника, П. Глазового та ін. Традиційними у школі стали *Гоголівські та Олійниківські читання* за участю гуртківців. Театралізовані виховні заходи за участю гуртківців прищеплюють любов до рідного слова, поглиблюють знання з української літератури, сприяють кращій підготовці до ЗНО.

Серед творців українського красивого письменства напрочуд багато творців гумору і сатири. Свого часу в Україні найбільше прославилися такі видатні гумористи, як **І. Котляревський, Г. Квітка-Основ'яненко, І. Нечуй-Левицький, С. Руданський, О. Вишня, С. Олійник, П. Глазовий та інші.**

Майстри жартівливого слова незмінно користувалися народною любов'ю, хоч у всі часи жартувати в Україні було ой як небезпечно... Біографії письменників добре відомі, і є змога простежити, як вроджене почуття гумору допомагало виживати в складних життєвих обставинах, прийняти гіркі перипетії долі, не озлобитися на людей.

Степанові Руданському судилося недовге, сповнене хвороб і злиднів життя та зовсім невеликий період творчості. Парадоксально, що найвеселіші свої співомовки написав він у час найбільшої життєвої скрути, коли майже не мав засобів до існування. Іскрометне почуття гумору допомагало виживати і служити людям, яких рятував від хвороб, часто купуючи ліки для бідних за власні мізерні кошти. Теми своїх співомовок (гумористичних віршів, жартів, приказок, сміховинок) черпав здебільшого з народних уст, літературно обробляючи народні анекдоти, усе життя цікавлячись фольклором.

Остап Вишня... Надзвичайно талановита і неймовірно добра людина з тихою усмішкою на портретах і подарованим нашій літературі жанром усмішки. Читаючи його вже пізні *«Мисливські усмішки»*, не віриш, що це написано людиною, яка пережила бідне дитинство, смерть дружини, болюче нерозуміння сина і, найголовніше, жахливі місяці слідства у сталінських застінках та десять довгих років, проведених у північноросійських таборах серед вбивць і злодіїв, болю і страху, несправедливості і безнадії. Пережила і залишилася вірною самому собі і своєму народові, зберегла інтелігентність, вміння кохати і дружити, зберегла здатність творити і по-особливому лірично любити й оспівувати рідну природу. Зберегла неповторний добрий гумор.

Будучи рідкісно обдарованим гумористом від природи, письменник тонко відчував комічне, глибоко осягнув закони його творення, постійно шукав нові прийоми і засоби, нові інструменти, здатні викликати сміх у читача. Тішився з того, що його слово викликає сміх у людей. Своє письменницьке кредо висловив так:

«Пошли мені, доле, сили, уміння, таланту, чого хочеш, - тільки щоб я що-небудь зробив таке, щоб народ мій у своїм титанічнім труді, у своїх печалях, горестях, роздумах, ваганнях, - щоб народ усміхнувся! Щоб хоч не на повні груди, а хоч щоб одна зморшка його трудового, задумливого лица, - щоб хоч одна ота розгладилася! Щоб очі мого народу, коли вони часом печальні та сумом оповиті, - щоб вони хоч отакеньким шматочком радості засвітилися. І коли за всю мою роботу, за все те тяжке, що пережив я, мені пощастило хоч разочок, хоч на хвилику, на мить розгладити зморшки на чолі народу мого, весело заіскрити сумні його очі, - ніякого більше «гонорару» мені не треба. Я – слуга народний! І я з того гордий, я з того щасливий!»

До речі, письменник був упевнений, **що сміх має здатність цілювати людський організм від недуг**. А це, як-не-як, думка медика, фельдшера з десятирічним стажем. У тюрмі боявся тортур, тому зізнавався у всьому, що йому закидали. Вину брав лише на себе, не назвав нікого зі спілників. Почуття гумору не зрадило йому і в найважчі часи. Одеський літературознавець **В. В. Фащенко** розповідав, що відкриті не так давно для доступу протоколи НКВС засвідчують зізнання Остапа Вишні у підготовці згвалтування Клари Цеткін...

Степан Олійник теж не оминув сталінських репресій. Син «ворога народу» та «куркуля», був виключений з інституту і згодом сам заарештований за дотепні частівки для студентської газети. Не останню роль зіграло і носіння вишиванки, що стала «доказом буржуазного націоналізму». Від спричиненого арештом стресу захворів на епілепсію. Отримував погрози за категоричну відмову співпрацювати з НКВС. Учасник Другої світової війни. Де, здавалося б, бралися сили так талановито відтворювати істинно народний соковитий український гумор, демонструючи глибинне знання побуту, звичаїв, традицій, самих основ психології українців, яких і смішив, і повчав увесь свій літературний вік, заповідаючи:

«Здоровіше з гумором живеться, отож звучи, наш сміх, звучи!»

Павло Глазовий – справжній майстер сміху другої половини двадцятого і початку двадцять першого століття. Величезний наробонок у нашій літературі! Не віриться, що автор десятків збірок жартівливо-сатиричних творів пережив бідне й нещасливе дитинство, народившись в роки першого голодомору в Україні і одинадцятилітнім попавши в горнило Голодомору 1932-1933 років, коли на очах Павла помер від голоду молодший братик. Рано втратив обох репресованих батьків, молодим пройшов усю Другу світову війну, вистоявши блокаду Ленінграда від першого до останнього дня. Терпів постійну цензуру своїх віршів, безжальне переслідування критиків у радянські часи, негласну заборону своїх творів, видання книг мінімальним накладом... При цьому примудрився стати одним з найвідоміших ілюбимих у народі гумористів, без творів якого не обходився ні столичний урядовий, ні сільський клубний концерт. До кінця своїх днів (2004) зберіг гострий розум і дотепне слово. Ось як оцінював зміну смаків українців, коли його місце на великій сцені зайняли у двотисячних російськомовні «Кролики», Верка Сердючка та московські гастролери з українським корінням:

Аж стогнали від Кобзона
Мерседесні дами
Зі своїми тіньовими
Жирними котами...
Так зате, з газет відомо,
Привітав героя
Президент наш український,
Як то кажуть, стоя...
Час минає і міняє
Звичаї й закони.
Колись кобзи подобались,
А тепер – Кобзони...

Гумор Павла Глазового був і залишається життєдайною силою для читачів, яким він залишив свій заповіт:

*Щасливі будьте та здорові,
Живіть у радості й любові.*

*Нехай від лих і бід усіх
Вас береже здоровий сміх.*

Присутні в ментальності українців природне почуття гумору, гостра влучність народного слова, особливий іронічний погляд на світ і себе в ньому допомогли нашій нації вистояти у вирі історії і залишитися нацією. Це цікава і не розкрита ще тема, що чекає на своїх дослідників. Відомо, що почуття гумору здавна вважалося однією з найприкметніших рис українського національного характеру. Незнищеним є народ, що уміє так шуткувати з себе:

- ✓ «Купіть собі, люди, пана, щоби вас бив!»,
- ✓ «Пішли наші вгору: по троє на шибеницю»,
- ✓ «Батько мій був середній хазяїн: торби по боках, а сам посередині»,
- ✓ «Розступіться, лахміття, дайте місце лоскуттям»,
- ✓ «Хоч нічого їсти, та весело жити»,
- ✓ «Хочуть вражі люди, щоб ми розбагатіли, та не дїждуть»...

Уміння поставитися до ворогів з презирством замість чорної ненависті, а до труднощів і злигоднів з гумором та іронією є ознакою оптимізму і морального здоров'я народу, є тією невичерпною силою, що в будь-яких негараздах вселяє надію.



3.3. Комедійна складова у роботі шкільного театрального гуртка (із досвіду роботи)

Більше двадцяти років працюю керівником шкільного театрального гуртка, у роботі якого теж з успіхом застосовується сміхотерапія.

Приймаючи до складу колективу нових вихованців, влаштовуємо жартівливі випробування, скільки новачок витримає не засміяється, коли перед ним емоційно розповідають гуморески, народні жарти, демонструють смішну ходу чи такий же вираз обличчя. Звичайно, кожен такий «іспит» врешті-решт закінчується веселим сміхом усіх присутніх.

У вільні від підготовки до виступу заняття можна влаштувати із вихованцями **тематичні посиденьки** або чаювання з веселими розповідями на тему:

- «З дитинства моєї бабусі»,
- «Історії з шкільного життя мого тата».



Готуючись до цього, учень зайвий раз поговорить вдома з рідними, краще їх пізнає, що, безумовно, посприє налагодженню тісніших родинних відносин, адже не секрет, що сучасні діти недостатньо часу спілкуються з батьками, дідусями та бабусями.

У виборі творів для постановок доцільно віддавати перевагу комедійному жанру. У такому випадку невимушеним сміхом будуть супроводжуватися розучування реплік, вибір типу ходи, виразу обличчя, манери танцю того чи іншого персонажа, репетиції, створення костюмів та декорацій. Дуже добре, якщо до складання сценарію виступу залучаються вихованці, схвалюються творчі ініціативи гуртківців, створюється свобода для роботи над образом.

Кожне заняття колективу має дарувати лише позитив та гарні емоції.

Комедійний репертуар більш цікавий і посильний школярам, ніж твори іншого плану. Він завжди користується більшою прихильністю і цікавістю у маленьких і дорослих глядачів. Наведені у додатках **міні-вистави** та **гумористичні замальовки** мають не лише жартівливий, але й повчальний, подекуди сатирично-викривальний характер. Спрямовані вони проти таких моральних вад, як ледарство, неповага до старших, жадібність, економічне насильство, безвідповідальне батьківство та інших.

В основі більшості творів лежать **сюжети народних анекдотів**. Деякі з них записані у нашій місцевості. Вихованці активно залучаються до збору жартівливого анекдотичного та весільного фольклору. Частина зібраних членами гуртка матеріалів була використана у роботі однією із вихованок, яка свого часу виборолала друге, а наступного року й перше місце в обласному

етапі конкурсу-захисту Малої академії наук (секція «фольклористика») та взяла участь у фінальному етапі в столиці.

Запропоновані у додатках твори вмщують народні приказки, прислів'я, порівняння. Анекдотичний характер текстів дозволяє використання місцевої, подекуди суржикової, лексики.

Побудова творів дозволяє введення додаткових ролей з метою задіяння всіх вихованців гуртка, подекуди можлива заміна жіночої ролі на чоловічу з огляду на склад аматорської трупи.

Сподіваємося, ці твори стануть у нагоді колегам під час шкільних і сільських заходів, подарують глядачам цілющий сміх, а артистам – насолоду від акторської творчості.

Нехай ця невелика збірочка послужить славним продовжувачам кращих традицій українського аматорського театру та принесе хороші емоції артистам та глядачам!

І насамкінець.

Відомий комедійний актор **Чарлі Чаплін** прожив 88 років. Серед чотирьох важливих повідомлень, які він залишив цьому світові, було таке:

**«Найбільш втрачений день в житті – це день,
коли ми не сміємося».**

Тож не втрачаймо жодного дня й не даваймо цього зробити нашим вихованцям!

Уявіть собі, дитина до 6-и років посміхається і сміється близько 300 разів на день, дорослі – всього 15.

Берімо приклад з наших дітей та онуків та сміймося на здоров'я, і нехай хвороби та негаразди до нас не чіпляються!

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Батраченко О.В., Чипчева Л.Ф. Посмішка та сміх – складові здоров'язбережувальних технологій освітнього процесу. // Педагогічна майстерня. – 2018. – №2. – С.33-41.
2. Ващенко Григорій. Виховний ідеал. – Полтава: Ред.газ.»Полтавський вісник», 1994. – 191 с.
3. Верховинець В. М. Весняночка: Ігри з піснями для дітей дошк. і мол. шк. віку. – 5-те вид. – К.: Муз. Україна, 1989. – 343 с
4. Єжова О. О. Здоровий спосіб життя: навчально-методичний посібник / Оржеховська В. М., Єжова О. О. // Суми: Вид-во СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2010.– 188 с.
5. Калошин В.Ф. Сміхотерапія – веселе лікування. // Виховна робота в школі. – 2019. – № 6. – С.28-30.
6. Карвацька Н. С. Сміхотерапія. – Посилання на джерело: <https://www.bsmu.edu.ua/blog/4309-smihoterapiya/>
7. Коптева Т. С. «Сміхові» вправи в системі здоров'язберігаючих технологій. /Т.С. Коптева, Д.С. Гурульов // Науковий пошук молодих дослідників. Педагогічні науки. Збірник наукових праць студентів. Т. 1, Частина II., Старобільськ: ДЗ ЛНУ імені Тараса Шевченка, 2017. – С. 267–273.
8. Норман Казинс. Анатомія хвороби. – Режим доступу: <http://booksonline.com.ua>
9. Програма «Нова українська школа» у поступі до цінностей: Київ, 2018. – 40 с.
10. Сміх – лікувальний засіб, яким людину нагородила сама природа. Науковці Буковинського державного медичного університету (БДМУ) розповіли про сміхотерапію. – Джерело: <https://acc.cv.ua/news/chernivtsi/smih-likuvalniy-zasib-yakim-lyudinu-nagorodila-sama-priroda-naukovci-bdmu-rozpovili-pro-smihoterapiyu-21788>. Сайт <http://acc.cv.ua/>
11. Сміх – найкращі ліки в світі. – Посилання на джерело: <https://te.20minut.ua/Zdorovya/smih---naykraschi-likiv-sviti-162422.html>

12. Снісар Ю.І., Кравченко Д.І. Сміхотерапія як оздоровча технологія дітей дошкільного віку. – Режим доступу: <http://dspace.pnpu.edu.ua>
13. Сучасні технології збереження здоров'я учнів: кращий досвід [Електронні дані] / авт. кол. ; уклад. А.Г. Обухівська, І.І. Цушко. – К. : Український НМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2015.. – 221 с. – 1 електрон. опт. диск (CD-ROM), 12 см – Режим доступу: https://lib.iitta.gov.ua/705367/1/%D0%97%D0%B1%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D0%BD%D1%8F_%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8F.pdf
14. Сухомлинський В. О. Методика виховання колективу / В. О. Сухомлинський // Вибрані твори : в 5-ти т. – К.: Рідна школа, 1976. – Т. 1. – С. 403–637.
15. Устав Всемирной Организации Здравоохранения [Электронный ресурс] / Всемирная Организация Здравоохранения. – Режим доступа : <http://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd47/RU/constitution-ru.pdf>
16. Федій О.А. Естетотерапія. Навчальний посібник / Федій О.А. – К. : Центр учбової літератури, 2007. – 256 с.
17. Чому корисно сміятися. – Посилання на джерело: <https://gordonua.com/ukr/interesting/-chomu-korisno-smijatisja-252621.html>
18. Чешенко О.І. Основні аспекти здоров'язбережувальної роботи у середовищі навчального закладу. // Наша школа. – 2013. – № 4. – С. 35-40.
19. Ягоднікова В.В., Чешенко О.І. Інноваційні стратегії виховання нової школи в Одеському регіоні / В.В. Ягоднікова, О.І. Чешенко // Директор школи, ліцею, гімназії. – 2014. – № 1-4. – С. 67-78.

ДОДАТКИ СЦЕНАРІЙ ІНСЦЕНІВОК

Додаток 1

Імпічмент (міні-вистава)

Дійові особи: Баба, Син, Невістка, Дочка, Сусідка, Поштарка, Голова.

Декорації на сцені: хата, двір, головна героїня виходить з газетою і весь час знаходиться в центрі, сидючи на стільці.

Сцена I

Баба. І що за часи настали, той місяць так світить, що й газети прочитати не видно. Як я була молода, місяць так світив, що хоч читай, хоч воші вибирай - усе чисто видно. От не пойму: буде тому Трампу той імпічмент чи ні?

Пів четвертої ранку, а вони дрихнуть. Як я була молода, я о пів на четверту ранку вже гектар буряків закінчувала прашувати. Он і в сусідів вже світиться, хоч такі ледацюги, що далі нема куди...

Сусідка. Доброго ранку, бабо Маню!

Баба. Що це ви, сусідко, не спите?

Сусідка. Та оце веземо свиню на Кучурганпродавать.

Баба. А коли ж ви її різали, що я не чула?

Сусідка. Так у вас вчора такий галас був, що й не дивно, що ви тої свині не чули. У вас там хтось голосніше від свині верещав.

Баба. Та то доця з невісткою сварилися, бо дочці у борщ хтось пів кіла солі висипав, а невістці у кашу цілу пачечку гіркого перцю. Така сварка була, така сварка, мало не бійка.

Сусідка. То це того ви, бабо, знову голову викликали. Ну, треба їхати, спішимо, щоб місце на базарі зайняти.

Баба. А ви, Наталко, соломкою свинку смалили?

С. Та якою соломкою, тепер солома така дорога...

Баба. А от як я була молода, ми все соломкою Ану, вріж мені вушка, я покушаю. Давненько вже свіжини не пробувала.

Сусідка. Ой, бабо, мені не жалко, але ви ж стара людина, маєте знати, що як везеш щось на базар, то не можна чіпати, бо не буде удачі. Та й ріжчик почне питати, де вухо...

Баба. Ну вріж хоч хвоста...

Сусідка. А ріжчику що я скажу?

Баба. Скажеш: собака відгризла!

Сусідка. Ну нате вже! От точно тепер не буде удачі!

Баба. Не буде, не буде! Алло, голово? Та знаю я, котра година, ви ж мені годинника на день села подарили. Усім бабам по фартуху, а мені чогось годинника. Ну й що, що 4-та ранку? А як тут справа серйозна, можна сказати, справа життя і смерті. Хочу заявити, що мої сусіди поїхали на Кучурган продавати дохлятину. Свиня здохла своєю смертю, ніхто не чув, щоб кололи, щоб шмалили, щоб могорич пили... М'ясо смердить. Дзвоніть ветлікарю, бо буде біда, отравляться люди. Всьо, отбой, до звязі... А таки соломкою шмалили!

Сцена II

Невістка. Доброго ранку, мамо!

Баба. А де це ти, невісточко, ходила? люди добрі, гляньте-подивіться – наша невістка уранці з гульок вернулася! Стид і страм!

Невістка. Схаменіться, мамо, я ж корови виганяла. Хочу оце вспіти на перший автобус з молочним на базар. Біжу вже.

Баба. А що ж ти везеш?

Невістка. Та що й завжди: молоко, сметана, сир, слівка.

Баба. Дай хоч попробувати мені тої слівки...

Невістка. Та є ж оно дома в холодильнику. Я ж уже запізнаюсь на автобус.

Баба. Так і скажи, що тобі тої слівки жалко. Матері би своїй дала би, а свекруха нехай голодує... а нічого, що то корови від моїх корівок?

Невістка. Ага, ваші корови теперішнім прабабки. Коли це я вам жаліла? Нате пробуйте, бо треба бігти вже...

Баба. Гіркувата. От як я була молода, ото була слівка...Ану дай мені другу баночку.

Невістка. Мамо!

Баба. Не мамкай! А ця наче луча. Чи ця?Лиши мені обидві.

Невістка. Так є ж в холодильнику...

Баба. Забирай, забирай, подавися ти тою сметаною... а я з голоду помру тута з вами...

Невістка. Ну от, пройшов автобус! Тепер буду попутку ловить! Ну хто ж мене візьме з цими торбами?

Баба. Візьмуть, візьмуть, тебе, шльондру, усяк візьме...

Сцена III

Син. Мамо, що то за галас, ну майте совість, я вчора допізна на комбайні, думав поспати, доки роса.

Баба. Спи, спи, так і щастя своє проспши. Оно твоя шльондра усю ніч десь лазила, вранці аж прийшла, а оце в Роздільну подалася. І нема, щоб на автобусі, як усі люди, а на попутках. Автобус їй, бач, не підходить, нема до кого зуби скалити та моргати .

Син. Мамо, ну що ви набріхуєте, я ж усе чув, вікна ж пооткривані...

Баба. А, то мама брехуха? Дожилася, дождалася... Мама брехуха, а жінка-шльондра хороша? А ти знаєш, що твоя жінка вчора з нашим зятем за хатою робили? От не хтіла казать, а скажу!

Син. Мамо, не шуткуйте так!

Баба То я шуткую? Ой смійтеся люди, мама шуткує... А ти спитав, мамі до сміху було, як мама вийшла за хату, а там рідна невістка з рідним зятем...Та шо ти стоїш стовпом, біжи набий морду зятю, поки ще спить! Ажжа, ажжа, отак його, отак! Алло, Станіславовна, ой приїдьте гляньте, шо в нас робиться, ой, як же мені жити в цьому пеклі. Шо? Ше не на роботі? Не, ну ви даєте, пів п'ятої вже. Жду

Дочка (забігає) Та перестаньте ви вже! Мамо, ну як вам не соромно зводити нас? Кожен день сварки через вас. А могли б так мирно жити! Хата велика, двір здоровий...

Баба. Велика хата, та вам у ній тісно!

Дочка. Та нам добре було би, якби не ваші фокуси

Баба. А, мама вам усім невгодна, мама хату пересиділа, мама вас обіла, мама погана, бо мама правду каже...

Дочка. Та не погані ви, але от скажіть, нащо ви вчора мені в борщ солі насипали, а невістці у кашу перцю?

Баба. Я насипала? Та як тобі, дочко, не соромно на маму набріхувати?

Дочка. Мамо, діти все бачили і нам розказали!

Баба. От діточок ви повоспитували! По конфетці всім баба дала, а вони бабу продали!

Дочка. Пішли, брате, я тебе полікую. А ти б, чоловіче, міг і полегше...

Зять. А що я? Я собі спав, а він як налетить...

Баба. Що, зятю, дісталось тобі?

Зять. Та дісталось, не знаю і за що...

Баба. Іди ближче, я тобі своєї наливочки вляю.

Зять. Та я ж не п'ю, мамо, ви ж знаєте, я ж шофер.

Баба. Та я ж не пити тобі даю, а спробувати.

Зять. Ну, за ваше здоров'я.

Баба. Ану до пари!

Зять. Ні-ні, мені ж зараз їхати...

Баба. До пари треба усігда!

Зять. Усе, побіг я, їхати треба.

Баба. Їжай-їжай! Алло, голово? Ану подзвоніть там на дорожню поліцію, там зараз на Роздільну фура така зелена поїде. Ага, затило наш, напилось і за руль сіло, хай спинять.

Сцена IV

Баба (побачила Сусідку). Шо це ви, Наталко, так рано вернулись? Уже спродалися?

Сусідка. Та де там! Не допустили нас продавать. І чого б це?

Баба. От безсовісні, люди держать ту свиню, держать, заробити хотять...

Сусідка. От і заробили. Слухайте, а ви не купили б у нас хоч пару кіл м'яса?

Баба. Та я б купила, та мені вчені не розрішають даже й нюхати...Але ти не журися, я тобі розкажу, як забагатіти. Оце позич грошей та купляй у мене хату. З'єднаєш два двори, заведеш хазяйства та й забагатієш!

Сусідка. А ви ж куди, а діти, а внуки?

Баба. Діти внуки хай самі собі раду дають, як мене не шанують. А я візьму за хату долари, та й піду у пансіон для пристарілих, та найду там собі якогось діда, та й буду жити на усьом государственом!

Сусідка. Ну, діла...

Баба. Давай думай, бо в мене покупців багато...Хата з усіма удобствами!

Сусідка. Та я й не проти, не часто таке буває, щоб хата геть поряд продавалася. Візьму кредит та й куплю!

Баба. Ото ж то й воно. А щоб я не передумала, є для тебе завдання. Як приїде зараз Станіславівна, то ти підтверди, що мене обіжають, що їсти не дають, не шанують...

Сусідка. Та якось стидно мені набріхувати...

Баба. То ти хочеш хати чи не хочеш?

Сусідка. Добре, візьму гріх на душу.

Сцена V

Поштарка (*заходить з велосипедом*). Добрий ранок, бабо!

Принесла вам пенсію.

Баба. Шо, усім людям принесла вчора, а мені сьогодні? Живіть, бабо, без грошей, як знаєте, голодуйте, бабо, без копійки...

Поштарка. Так ви самі ж вчора не захотіли гроші брати..

Баба. Правильно, чого ти мені мняті поприносила? Мені новенькі треба, гладенькі...

Поштарка. По всьому селі вам наміняла, а деякі ще й праскою вирівнювала. Натє осььо...

Баба. А шо ти хтіла, задарма гроші получают? Піддурила мене цю газету «Вперед» виписати, я читаю-читаю, а в ній ну нічого не ясно – буде тому Трампові імпічмент чи ні? Ти мені того разу сім гривень не додала!

Поштарка. Як не додала, ви на сім гривень вафлі у мене купили, я записала, бо я вас знаю, бабо!

Баба. Не помню такого! Давай сім гривень, бо оно Станіславівна йде, щас пожаліюся, то аж бігом з роботи вилетиш.

Поштарка. Та нате вже!

Голова. Здрастуйте, бабо Маню!

Баба. Доброго здоров'я, Станіславівно...

Голова Оце їду і думаю, що я у вас частіше буваю, як у сільраді. Що на цей раз трапилося?

Баба. Та шо, поштарка оно гроші видурює, родичі знов не шанують, їжі жаліють, покою нема на старості, бо все б'ються між собою та б'ються. Я як у пеклі!

Голова. Звіть усіх сюди! І ви, поштарко, лишіться, будете за свідка.

Баба. Шо, невісточко, вернулася, любочка?

Невістка. Вернулася, бо жодна попутка не стала, як пороблено

Баба. І ти, зяте, вдома?

Зять. Та куди їхати, як хлопці кажуть, аж три машини одеситів на Милолюбівському повороті стоять. А та ваша наливочка такий перегар дала...

Голова. А шо це ви ранений? Це справді отак б'ється?

Син. Та це мама...

Баба Шо мама, шо знову мама?

Син. Та це ви ж сказали, шо бачили, як моя жінка з нашим зятьом за хатою...

Баба. Да, я хотіла сказати, що бачила, як твоя жінка з нашим зятьом за хатою доріжки трусили. А ти ж не дав мені сказати, ти ж побіг ото битися, як скажений! Не можу я тутечки більше, оформляйте мене у пансіон для пристарілих, буду жити собі спокійно, на державній обіспіченні, як у Бога за пазухою...

Голова. Ой, оформлю вас із задоволенням, то, може, хоч виплюся. Яка у баби пенсія?

Поштарка. О-о-о! Та найбільша в селі!

Баба. А нашо вам моя пенсія?

Голова. Ну, держава знімає з вас майже всю пенсію, а ви будете жити на усьому готовому..

Баба. Сійте, як це знімає? Я без пенсії не можу!

Голова. Такий порядок!

Баба. Тоді я не согласна!

Голова. Та що ви мені голову морочите. Ви ж самі кажете: тут жити не можете, тут вас обіжають, голодом морять. Чисте тобі домашнє насилля проти недієздатної особи...

Баба. Хто тут недієздатна, та я така дієздатна, що аж ну!І ніхто мене голодом не морить. Дочка борщу наварила, невістка каші смачної.

Дочка. Мамо, так борщ же солоний, а каша перчена...

Баба. Так я ж собі зарання відсипала...Нікуди не поїду!

Голова. Ну, не знаю, мені це вже все набридло. Зараз я людей попитаю, що тут у вас діється. Наталю, а йдіть сюди!

Сусідка. Усе підтверждаю. Бабу обіжають, голодом морять, не шанують...

Дочка. Сусідко, та як вам не соромно!

Баба. Не слухайте цю ледацюгу, це вона бреше, бо хоче мою хату виманить. Іди звідси, безсовісна!

Зять. Мамо, ви що, хату продаєте?

Баба. Та що ви, діти,ми з дідом цю хату строїли, щоб ви жили, щоб внуки росли тут. Нікуди я з рідної хати не поїду, золотенькі мої!

Голова. Так чого ви мене викликали, чого від роботи знову відривали?

Баба. А того, щоб ви нам як власть сказали: буде тому Трампові імпічмент чи обійдеться?

Голова. Не знаю, як Трампові, а вам, бабо, буде і імпічмент, ілюстрація!

Жили-були дід і баба
(побутова сценка
за мотивами народних анекдотів)

Дійові особи: Баба, Дід.

Декорації на сцені: *хатній інтер'єр: стіл, піч, лежанка перед піччю.*

Сцена I

Баба: *(носить тарілки на стіл)* Ой і холодчик у мене здався! А яка юшечка жирненька, а яка курочка смачненька! М'ясце аж у роті тане, вареники у сметані... О, несе вже старого нечиста сила! *(накриває рушником)*

Дід: *(боязко)* А чи скоро вечеряти?

Баба: О, завівся! Як не снідати, то обідати, як не обідати, то вечеряти. Сідай уже! *(ставить перед ним пів картоплини)*. Ось дві картопельки Бог послав. Шо очі вилупив, свої півтори я вже з'їла. Вечеряй та спати лягай!

Дід: Шо їв, шо не їв...

Баба: *(замахується качалкою)* Бігом спать!

(Дід лягає на лежанку, баба моститься на печі, перелазячи через діда, кілька разів наступуючи на нього, качалку ставить під подушку).

Баба: Діду, спиш?

Дід: Не сплю.

Баба: Спи уже!

Дід: Та хіба на порожній живіт заснеш?

Баба: Діду!

Дід: Га!

Баба: А давай молодість згадаємо. Пам'ятаєш, як вишні цвіли, соловейки тьохкали, а ми з тобою...

Дід: Не пам'ятаю нічого! Ти ж мені тією качалкою всю пам'ять відшибла.

Баба: То я тобі нагадаю. Одягайся, йди до річки під вербу, як колись, та чекай мене. А я вдягнусь, як дівка, та як вийду до тебе...

Дід: Тільки качалку вдома лиши...

Баба: Лишу, лишу...*(ість та примовляє)* Ой і холодчик у мене здався! А яка юшечка жирненька, а яка курочка смачненька! М'ясе аж у роті тане, вареники у сметані...

(чути гупання, баба знову накриває їжу).

Сцена II

Дід: Замерз коло річки, як цуцик. Чого ж ти не вийшла?

Баба: *(ніби соромиться)* А мене мати не пускала!

Дід: Мати! Царство небесне покійниці, краще б вона тебе заміж за мене не пустила.

Баба: Розговорчики! Вкладайся вже, бо ніч весняна недовга!
(вкладаються знову).

(Баба, охаючи, перелазить через діда).

Баба: *(п'є воду з відра)* Що це за біда, що п'ється вода? Хочеш водички?

Дід: Не хочу! Їсточки б чогось!

Баба: Де це видано, щоб, повечерявши, та їсти? Спати бігом!
(Баба знову злазить з печі).

Баба: Та що то за біда, що п'ється вода? Хочеш води?

Дід: Не хочу!

Баба: Ти диви, який перебірливий!

(дід захріп)

Баба: Діду! Та діду! Діду ж бо! *(нетерпляче гупає його качалкою)*

Дід: *(жахається, спросоння маше руками і ногами)* Га!

Баба: Не спиш? І мені щось не спиться! Збреши щось, діду.

Дід: Та відстань, кишки марш грають, а вона: збреши.

Баба: Та збреши, діду!

Дід: Не до брехунів мені, голова іншим занята.

Баба: Чим же?

Дід: Та ввечері чумаки селом їхали, товари всілякі везли, та загубили коло млина скриню з хустками.

Баба: Скриню?! З хустками?!

Дід: То я думаю, усі вже хустки розібрали, чи ще є?

Баба: Ото дурень, ото дурень, звечора знав і мовчав! *(біжить)*

Дід ховає качалку, швидко їсть, запихує в кармани, пазуху. Наїдається і лягає, хропе.

Баба задихана вертається, бачить, що дід спить, руки в боки. Іде за качалкою, шукає.

Дід: Ти щось шукаєш, дорогенька?

Баба: Та зараз визнаєш, що я шукаю. Ой, що та за біда, що п'ється вода?

Дід: Та й я з'їв півбіди та напився води.

(Баба до столу, сплескує руками)

Дід: Піду надвір до худоби, світає вже...

Баба: Спи, миленький, спи, а я поки сходжу до Маланки.

Дід: Чого ж ти, любая, зранку та до Маланки?

Баба: Та позичити одну річ.

Дід: Яку це?

Баба: Та як прийду, покажу. Спи, милий, спи!

(Баба вертається з качалкою, звучить весела музика, артисти пританцьовують, вклоняються).

Додаток 3

Орел

(міні-вистава для дорослих)

Дійові особи: Жінка, Чоловік, Кума, Син, Дівчина I, Дівчина II, Баба, Бабин хлопець, Сестра, Сестрина дочка, Білява дівчина, Чорнява дівчина.

Декорації на сцені: сільський двір, постійно чути музику з сусідського весілля.

Сцена I

Кума і Жінка.

Жінка. Кумо! Ви чи не ви? Багаті будете – не пізнала. Ану-ану, повертіться! Красавиця, красавиця! Мабуть, на весілля йдете до наших сусідів?

Кума. До них, кумо, до них! Ой, ноги самі танцюють. Кумо, там музикант один, кажуть, кучерявий.

Жінка. Та ви що, кумо?! Страх як люблю музикантів. А звідки?

Кума. Та з Роздільної. У нас же своїх нема.

Жінка. Нема, кумо. Був ото колись один у нас музикант, дід Петро, царство йому небесне. А більш нема.

Кума. Ну, я побігла. А ви чому ще не прибрані? Чи сусіди не покликали?

Жінка. Та кликали, кликали. Та мій же он затявся: не піду і край. Соромно йому, бачте, що ми на чужих весіллях гуляємо, а наш синочок не спішить женитися.

Кума. Ото видумав. А я, кумочко, сама собі хазяйка. Куди хочу – туди йду, з ким хочу – з тим танцюю!

Жінка. Добре вам, кумо!

Кума. Ну, біжу, біжу!

Жінка. А ще, кажуть, незаміжнім погано! Ох, не з моїм щастям!

Сцена II

Входить Чоловік.

Чоловік. Що ти кажеш, жінко? Про незаміжніх щось?

Жінка. Та, кажу, бідні оті незаміжні. Он кума наша пішла на весілля сама-самісінька. Оно диви, всі зі своїми чоловіками танцюють, а вона, бідна, з музикантом, з кучерявим. Слухай, а, може, підемо-таки до сусідів, складемо кумі компанію? Ну що вона там робитиме сама? З музикантом? З кучерявим?

Чоловік. Ой, не чіпай мене! Не піду я страмитися. Зараз усі почнуть чіплятися: а коли у вашім дворі весілля, а чому ваш не жениться?

Жінка. Та хто тебе має чіпляти?

Забігають Дівчата.

Дівчина I. Доброго здоров'ячка, дядьку!

Дівчина II. Здрастуйте, тітко!

Дівчина I. А чому ви ще вдома?

Дівчина II. Уже давно треба було на весіллі танцювати.

Дівчина I. До речі, коли вже у вас весілля?

Дівчина II. Уже не можемо дочекатися, коли ваш синочок жениться.

Дівчина I. Чи, може, допомогти вам невістку знайти?

Дівчина II. Ми можемо, з нас хороші свахи.

Дівчина I. Чи, може, він дівчат боїться?

Дівчина II. Чи перебірливий дуже?

Дівчина I. Дивіться, бо засидиться у парубках.

Дівчина II. А старий парубок, як старий чобіт – нікому не потрібен.

Дівчина I. Ну, побігли ми.

Дівчина II. Бувайте здорові!

Чоловік. От бачиш, що робиться?

Сцена III

Заходить Баба з сином.

Баба. Здрастуйте, людоньки. Оце йдемо з синочком на весілля, то я йому й кажу: «Дивись, синочку, добре, вибирай собі дівку, а то будеш сидіти у парубках, як дядьків хлопець». Вашому ж уже скільки? Років, мабуть, сорок?

Жінка. Та Бог з вами! Тридцять років нашому.

Баба. Ну, де тридцять, там і сорок. Люди кажуть, як молодим не женився, то після тридцяти вже не жениться.

Жінка. Та тіпун вам на язик!

Баба. А вам аж три!

Бабин хлопець. Мамо, не сваріться, ідемо краще на весілля, поки всіх дівчат не розібрали.

Жінка. Ой, та хто за тебе піде, кому така ротата свекруха треба?

Баба. Сама чорнорота!

Бабин хлопець. Ідемо, мамо!

Баба. Оце вас Бог покарав, бо ваш чоловік в молодості жодної молодиці не обминув!

Жінка. І вас не обминув?

Баба. А мене тоді і в селі не було!

Жінка. Ото вам і завидно!

Баба. Тьху на вас!

Жінка. Тьху на вас десять раз!

Бабин хлопець. Пішли, мамо! (*виходять*)

Сцена IV

Чоловік. Боже правий! Як же тяжко ти мене карась за мої гріхи!

Жінка. Ага, Бог не теля, бачить здаля!

Чоловік. О! Сестра йде з дочкою! Ото вже язикаті! Цих я не витримаю. Сховаюся отут попід тинном, а ти тікай у хату.

Заходять Сестра з Дочкою.

Сестра. Стій, дочко. Як це ми йдемо коло хати нашої рідні та не привітаємося?

Сестрина дочка. Та ми ж запізнюємося!

Сестра. Нічого, ми швиденько. Щось брата у дворі не видно. Треба погукати. Брате Іване! Не чує. Ану ти, дочко, погукай!

Сестрина дочка. Дядьку Іване!

Сестра. Не чує. Ану, гукнемо разом (*гукають*). Мабуть, вдома нема. Ну, ходімо.

Сестрина дочка. Мамо, ану, я залізу на перелаз та загляну у двір, може, дядько десь там, та не чують. О, дядьку, здрастуйте!

Чоловік. Здрастуй! О, сестро, і ви тут?

Сестра. А ми гукаємо, гукаємо...

Чоловік. А я й не чую.

Сестра. Оце йдемо до ваших сусідів та зайшли привітатися. Та ще хочу запитати, коли вже і у вас...

Чоловік. А гарні цього року гарбузи вродили, сестро!

Сестра. Гарні, гарні, я дві підводи зібрала. Куме, так хочу спитати, коли ж ваш синочок...

Чоловік. Сестро! А як ваша грижа?

Сестра. Ой, не питайте, брате! Так страждаю, так страждаю, що не знаю, як і танцювати буду. Ну, пішли ми.

Чоловік. Ідіть з Богом.

Сестрина дочка. Дядьку, а ви так і не сказали, коли ваш синочок жениться.

Чоловік. (*з досадою*) А щоб ти була здорова!

Сестрина дочка. Так коли?

Чоловік. Коли ти, мала, виростеш, ясно?

Сестрина дочка. Ясно, дядьку (*ідуть*).

Чоловік. Ну, все, як ще хто мене зачепає на цю тему, того і вб'ю.

Сестра. Брате, хотіла ще запитати, коли ваша корова отелиться?

Чоловік. А що вам до моєї корови?

Сестра. Та хотіла у вас теля купити, якщо бичок буде. Дуже вже люди хвалять ваших бичків. Такі добрі на розплід, кажуть, усі в хазяїна! Ви, брате, як молоді були, добрий із вас бичок був! Да-а-а. А синочок у вас не вдався. Досі не женився...

Чоловік. Сестро, а йдіть-но ближче...

Сестра. Чого ви, брате?

Чоловік. Стійте, я щось маю сказати...

Сестра. Чи ви здуріли....

Чоловік. Стійте!

Сестра. Рятуйте! (*тікає*)

Сцена V

Чоловік. От до чого синочок рідний довів! Сину!

Жінка. Синочку!

Син. Мамо, а сальтисон уже застиг?

Жінка. Ще ні, сонце моє, ще почекай трішки.

Син. Та давайте, мамо, я гарячий з'їм, ложкою.

Чоловік. Зараз ти в мене по лобі ложкою отримаєш!

Син. За що, тату?

Чоловік. За те, що не женишся! Скоро тридцять років стукне, що ти собі думаєш? Та я в твої роки разів сто вже женився! Та я був орел, поки мені собака діда Петра штани не порвав. Так, жінко, збирай його, хай іде на весілля до сусідів і шукає собі дівчину. І поки не знайде, ніякого йому сальтисону! Ти чула?!

Жінка. Та чула, чула. Скажений!

Чоловік. А я піду замок на коморі вчеплю для надійності!

Сцена VI

Заходить Кума.

Кума. Ой, кумо, натанцювалася, аж ноги печуть.

Жінка. Ну як воно, те весілля? Я ж іще молоді і не бачила. Люди кажуть, чужа?

Кума. Чужа, здалека.

Жінка. Ну і як, гарна?

Кума. Ой, про що ви говорите? Я, звичайно, і сама не красавиця, але вона страшніша, як оце, кумо, ви!

Жінка. От знайшов собі, чи нема дівчат гарних у своєму селі. От наш знайде так знайде! Десь пішов на весілля дівку собі шукати.

Кума. Ага, бачила. Спочатку сальтисон шукав по всіх столах, так там такого не подавали. Тоді знайшов дівку і он веде до вас. Така гарненька, білявенька.

Сцена VII

Заходить Кума.

Кума. Тату! Мамо! Ось дівчину знайшов, женитися буду! Мамо! Несіть сальтисон.

Чоловік. Так-так, побачимо, що воно за птиця. Чекай-чекай, хай ми глянемо на дівку, розпитаємо, може, вона нам і не підходить.

Кума. Та чого б це така красавиця та й не підійшла?

Чоловік. А ви, кумо, звиняюсь, не мішайтеся.

Кума. Та воно мені треба – мішатися. От посиджу трохи, щоб ноги відпочили та й піду собі. Все одно музиканти вже понапивалися так, що ледве грають.

Чоловік. Та-а-ак, то чия ж ти, дівко, будеш?

Білява дівчина. Бабуренкова.

Чоловік. Це отих Бабуренків, що їх хата праворуч від хати покійного діда Петра?

Білява дівчина. Так.

Чоловік. Так оце ти заміж хочеш?

Білява дівчина. Хочу.

Чоловік. Хороша ти дівка, але ... білява, а нам би чорнявої...

Жінка. Ну ти глянь, він ще перебирає!

Кума. Гайда, кумо, проведете мене, бо вже за стіл на весіллі кличуть (виходять).

Чоловік. Иди, сину, ближче, щоб мати не чула. Ти вже дорослий, маєш мене зрозуміти. Пам'ятаєш, я тобі розказував, який я в молодості орел був, поки мені собака покійного діда Петра штани не порвав? Так оці дівка Бабуренкова – вона від мене. Тобі, значить, сестра, тож вам не можна женитися. Иди та знайди іншу.

Чути музику з весілля, Чоловік та Жінка танцюють.

Сцена VIII

Заходить Кума.

Кума. Кумасю! Куме! Зустрічайте, он син ваш іде, невістку веде. Така доладна, чорнявенька.

Чоловік. Здоров, здоров, дівко! Чия ж ти така є?

Чорнява дівчина. Іваненкова я.

Чоловік. Це отих Іваненків, що від покійного діда Петра ліворуч жили?

Чорнява дівчина. Тих самих.

Чоловік. І що, дівко, сильно заміж хочеш?

Чорнява дівчина. Та хотілось би.

Чоловік. Да... Хороша ти дівка, але... чорнява, а нам би білявої...

Жінка. Старий, чи ти вже геть здурів?

Кума. Куме, та вам не вгодиш! Пішли, кумасю, проведете мене, бо я аж розстроїлася. Знаєте що? Я зараз усе весілля обійду, а наречену вашому синові знайду. Щоб і красива, і робоча, і розумна. Чекайте, куме! *(виходять)*.

Син. Однак ви, тату, даєте. І та не така, і ця погана.

Чоловік. Та не погана, синку. Скажу тобі по великому секрету, що і ця дівчина від мене, тобі сестра.

Син. І ця?!

Чоловік. Та і ця, і ще пів села. Я ж кажу, що орлом був, поки мені собака покійного діда Петра штани не порвав.

Син. А як порвав, то що?

Чоловік. Що, що? Нові штани купив. Іди собі, та шукай якусь чужу, не з нашого села. Іди *(виходить)*. Ох, штани мої, штани... А орел же був, орел! *(виходить)*.

Сцена IX

Жінка. Синку! Іди, кума тобі допоможе, казала, дівчину знайти, щоб батькові до вподоби була. А що він тобі ото шепоче кожен раз, га?

Син. Та...

Жінка. Ну, давай-давай, признавайся, матері все треба розказувати.

Син. Та то, мамо, секрет...

Жінка. Нема від матері секретів!

Син. Та той...Тато кажуть, що мало не всі дівки в селі од його. То не можна женитися.

Жінка. От дурненький! Було мені зразу сказати. Та женися і на тій, і на другій, і хоч на усіх зразу, бо хоч вони і від нього, так ти ж не від нього в мене.

Син. Я?! Не від тата?!

Жінка. Та вже мушу признатися! Тато ж наш, орел, по молодицях все бігав, поки йому собака покійного діда Петра штани не порвав. А у нових штанях тато вже не орел, звиняй, синку.

Син. Мамо! Так від кого ж я тоді?

Жінка. Ой, прости, Господи, так від діда ж Петра, сину.

Син. Від діда?!

Жінка. Так він же не завжди дідом був.

Син. Ой, мамо...

Жінка. Ну, а що я мала робити? Не залишатися ж без дітей. А дід Петро...а нехай знає, як собак розпускати. Іди, сину, кумася тобі pomoже (*син виходить*). І де той собака тоді взявся на мою голову? Хай би вже був орел...

Чоловік.(*заходить*) Що ти кажеш, жінко?

Жінка. Та нічого, орел ти мій.

Сцена X

Заходить Кума.

Кума. Ну, кумочки дорогі, будьте готові. Зараз синок ваш з невісточкою познайомить. Найкраща не лише в селі, а й у цілім світі. І красива, і фігуриста, і робоча, як бджілка. І хата є, і в хаті є. А вже що добра та весела! А головне, куме, живе аж на другому кінці села, від хати покійного діда Петра і не видно!

Чоловік. Ну, хай вже заходять, не терпиться глянути.

Кума. Зараз, зараз! (*заходить син*).

Жінка. А де ж дівчина?

Чоловік. Де невісточка?

Кума. Та перед вами, куме! (*бере сина по під руку*).

Син. Подавайте сальтисон, мамо!

Помічник

(замальовка з родинного життя)

Дійові особи: Дід, Баба, подружжя Іван та Маруся, синок Микола, Сусідка, її дочка Оленка.

Декорації на сцені: у центрі сцени Баба місить чамур. Ліворуч Сусідка з дочкою відпочивають на лаві. Праворуч «у хаті» на печі Дід, внизу на лежанці молодий хлопець Микола.

Сцена I

Сусідка. Доброго дня, бабо!

Баба. Доброго здоров'я!

Оленка. Бог на поміч!

Сусідка. Що це ви затіваєте?

Баба. Та треба глини з соломною замісити, курник залатати.

Сусідка. Та спека ж яка!

Баба. Що ж робити, зранку поки їсти наварила та хазяйство попорола, то вже й жарко. Усе ж сама, бо Маруся прашує, а Іван у полі.

Сусідка. А онучок що ж?

Баба. Та хай поспить дитина.

Сусідка. Нічого собі дитина. Он моя Оленка на три роки молодша, а вже всю роботу знає. Така проворна, така проворна, усе від ранку переробила, оце сидимо та насіння лускаємо.

Оленка. Мамо, вам соняшникового чи гарбузового?

Сусідка. Давай усякого.

Сцена II

Дід. Бабо, зніми мене з печі, мені до вітру треба.

Баба. Та як я тебе знімлю, як я у глині. Курник дірками світить, мастити треба, поки якась лисиця не надибала.

Дід. Зніми, бо піч намочу.

Баба. От приспічило тобі. Марусю гукай, вона десь прашує на городі.

Дід. Марусю!

Баба. Марусю, біжи сюди, треба діда з печі зняти! Чи вона там чує?

Дід. Ой, не втерплю.

Микола. *(Невдоволено)* Діду, чого кричите, спати не даєте?

Дід. Та до вітру треба, а злізти з печі не годе.

Микола. Та то треба так кричати? Мені теж треба, так я ж не кричу, лежу собі та терплю.

Дід. Миколо! Може, ти мене зняв би?

Микола. От придумали! Я заради себе не встаю, та заради вас буду злізати! Придумали!

Дід. *(З відчаєм)* Марусю!

Сусідка. Ну ти глянь на тих сусідів, ну вмерти й не жити. Дід уже пів години кричить. Хай баба в чамурі, хай Іван у полі, хай Маруся в кінці городу, так Микола, лейба з лейбою, коло нього лежить. Маруся! Біжи бігом, бо будете піч сушити!

Сцена III

Маруся. *(Входить з сапою)* Що таке?

Дід. Марусечко!

Баба. Зніми, Марусю, діда до вітру.

Маруся знімає Діда, той біжить.

Сусідка. Прашуєш, Марусю? Дивись бо спека вже! А наша Оленка вдосвіта ще встала та весь город висапала .

Оленка. Увесь-увесь, аж до річки.

Сусідка. А ви, бабо, усе місите? А наша Оленка ще навесні усі курники вимастила і вибілила.

Оленка. Ще й смолою внизу підвела.

Маруся. Ой зморилася я !

Сусідка. Бо тобі помочі немає. А в мене Оленка така помічниця, така помічниця...

Маруся. Добре ж тобі!

Оленка. Жалко, тітко Марусю, що у вас дочки немає, була б помічниця.

Сусідка. А ти б Миколу трохи свого поганяла, такий хлопець виріс, а нічого не робить, лише спить!

Заходить сумний Іван.

Маруся. *(Перелякано)* Іване! Що сталося? Де трактор?

Іван. Та де? Застряг у калабатині. Тепер хіба танком витягнеш.

Маруся. Як же так ?

Іван. Та як би якийсь помічник був, та зразу допоміг, то не застряг би. А то все сам!

Сусідка. Тож і я кажу, сусіде, помічник вам треба, а ви Миколу свого жалієте. А наша Оленка...

Микола. *(Встає з лежанки).* Ви ще скажіть, що ваша Оленка і трактора витягне замість танка.

Оленка. Як треба, то й витягну.

Маруся. Устав, синочку? Снідати подавати?

Баба. Там я пиріжечків напекла й кашки зварила, насип йому, Марусю.

Сусідка. Я б йому насипала, я б йому подала!

Оленка. Мамо, цитьте!

Маруся. *(Злякано)* Не сваріть мені дитину, ще апетиту не буде! Їж, сину!

Іван. Нема на Миколу надії! Треба якогось наймита найняти. Щоб і тобі в городі помагав, і бабі у хаті, і мені в полі.

Микола. Не спішіть, тату, гроші тратить, буде вам поміч! Беруся за розум!

Баба. Боже! Спасибі що дав дожити, щоб таке почути!

Маруся. *(Щасливо)* Бачте, а ви казали! То Миколі ще був час не прийшов, а тепер усім нам поміч буде!

Іван. *(Тисне руку)* Ну, сину, не чекав, не чекав.

Вертається Дід

Дід. Це ж мені тепер стільки місця буде!

Іван. Коли ж почнеш, сину?

Микола. Так прямо зараз і почну!

Іван. Оце молодець, оце по-чоловічому!

Маруся. З чого ж почнеш, синку? Чи мені в городі допоможеш, чи бабі в курнику, чи татові в полі?

Микола. І не з того, і не з іншого. Давайте хліба, їду свататися!

Сусідка. Тиць, бабин Гриць!

Іван. *(Розчаровано)* А ми думали, і справді поміч буде.

Баба. Кого ж це сватати маєш?

Сусідка. *(Єхидно)* Аж мені інтересно, яку це таку дурочку ти сватати маєш, щоб за такого лейбу пішла?

Микола. Так вашу ж Оленку!

Сусідка. Що-о-о?

Микола. А що, вона і мастити вміє, і прашувати, і діда з печі зніме.

Сусідка. Через мій труп! Ти ще скажи, що вона й трактора вам буде з калабатини тягнути Оленка. Мамо, не кричіть! Скільки там того трактора?

Микола. Ну, пішли до сусідів! А ви діду, грійте мені місце, я скоро!

Додаток 5

Червоне намисто *(міні-вистава)*

Дійові особи: Господар, Господиня, Циганка, Сусід, Кума, Теща, Свекруха, Сестра господаря, Лікар.

Декорації на сцені: *сільський двір, господар щось ретельно шукає у подвір'ї, підходить Циганка.*

Сцена I

Циганка. Чоловіче добрий, а чи можна вас на хвилиночку?

Господар. Іди собі, самим їсти нема чого.

Циганка. Позолотить ручку, усю правду розкажу: що було, що буде і чим серце заспокоїться.

Господар. Іди собі, не до тебе зараз. Ходять усякі, а тут копійки пропадають.

Циганка. Тоді я тобі задарма погадаю: велике маєш, а за малим плачеш, мав втрату малу – матимеш велику, а чим твоє серце заспокоїться, узнаєш, як ручку позолотиш.

Господар. От як ти звідси пропадеш, так і серце моє заспокоїться. Іди геть!

(Циганка виходить, підходить Сусід)

Сусід. Дивлюся я на вас, сусіде, та й думаю: не інакше, як ви щось загубили. Третій день вже своє подвір'я досліджуєте!

Господар. Та копійку загубив. Була в кармані і нема. Як корова язиком злизала.

Сусід. Та може яка і злизала, у вас же корів багато!

Господар. Ні, не злизала, я вже увесь гній перебрав – нема та й годі! Вибачайте, сусіде. Нема коли з вами балакати, піду в городі пошукаю, вчора картоплю садили, може, тоді і випала.

Сусід. Так нащо тоді шукати, поливайте добренько, то з неї, може, гривня виросте!

Господар. Вам усе смішки, а в мене горе! Не до сміху мені!

Господар іде, виходить Кума.

Сусід. Здрастуйте, Григорівно!

Кума. Здоровенькі були!

Сусід. Кажу, інтересний чоловік мій сусіда: чотири корови має, з десяток свиней, а копійку загубив, то третій день шукає!

Кума. Ще не знайшов? От горе! Вчора ж його жінка жалілася, що усю хату перебрали, солому в клуні перетрусили, не їсть, каже, не спить, усе ту копійку забути не може.

Сусід. А ви оце звідки?

Кума. Так з ярмарку, ярмарок же у нас сьогодні. Оно видно, гляньте, скільки люду понаїхало.

Сусід. То піду й я подивлюся! *(виходить).*

Сцена II

З відрами виходить господиня.

Кума. Кумо, голубко, та покидайте вже ту роботу, неділя ж сьогодні.

Господиня. Та як же покинеш, коли хазяйство?

Кума. Сходили б на ярмарок, розвіялися, прикупили б чого.

Господиня. За що, кумо? Чоловік усі гроші складає та ховає. Он копійку загубив, то вже третій день в хаті спокою немає. А ви з ярмарку?

Кума. Атож!

Господиня. Що ж гарного прикупили?

Кума. А ось купила собі червоного намиста!

Господиня. Ой, кумцю дорогенька, що ж за диво те намисто! Аж очі вбирає! Ніколи такого не бачила! Як же й мені такого хочеться!

Кума. То попросить кума, нехай дасть гроші. Хіба ви якась розтратчиця? У цій сорочині, пам'ятаю, ще дівували!

Господиня. Та й спідниця у мене ще дівоцька! Латка осьо на латці! Од людей стидно!

Кума. А робите як тяжко! Просить кумо, грошей, бо так і найкращі літа проминуть у дранті та в роботі!

Господиня. А от попрошу, їй-бо попрошу!

Кума. Давайте! А я ще забіжу!

Кума йде, з'являється Циганка.

Сцена III

Циганка. Жінко добра! Позолоти ручку, погадаю тобі!

Господиня. Та я б і рада, так нема чим: усі гроші у чоловіка.

Циганка. А, знаю, знаю твого чоловіка! Ну, дай хоч що для моїх дітей.

Господиня. Ось тримай молочка свіженького.

Циганка. Дякую, жінко добра. Скажу усе, що знаю. Була ти бідна, а стала багата, але серед свого багатства ти бідніша, як була. А далі усе в твоїх руках: або просвітку не знати, аба щастя мати. Як сама схочеш.

Господиня. Щось я не второпаю?

Циганка. Второпасш, як час прийде. За молоко кланяюсь низенько, а глечик поверну.

Циганка йде.

Дія продовжується у хаті, заходить Господар, сідає на лаві.

Господиня. Ну що ти, чоловіче, як хмара? Не знайшов?

Господар. Та нема! Зараз шукай мені мотузку, полізу у криницю! Може, вона туди впала, як воду набирив!

Господиня. Сядь пообідай!

Господар. Давай сюди!

Господиня. Та сідай же до столу!

Господар. До столу не сяду! Казав: не накривай скатертиною, а ти взяла та накрила! Зараз заляпаю, почнеш прати, мило тратити, не

накупишся на тебе! Гроші втікають, вода як крізь пальці Та ще й оно копійку загубив (починає їсти).

Господиня. Та забув би вже! Що з тої копійки?

Господар. Ага, забуду! Копійка до копійки - то й гривня!

Господиня. *(Легібно гладить по плечу)* Хотіла оце тебе просити...

Господар. Грошей нема!

Господиня. Та ти ж не дослухав!

Господар. А нащо слухати, як грошей нема?

Господиня. *(Замріяно)* Там, на ярмарку, намисто є, червоне-червоне, гарне-гарне! От би мені того намиста, нічого б у світі більше не хотіла!

Господар. От господиню маю! Копійка пропала, а вона – намисто! *(закашлявся)*

Господиня. Ото правду кажуть: за копійку вдавиться. То про таких, як ти! Дай грошей, кажу!

Господар. Сказав, не дам! Біжи краще у погріб та пошукай там копійку, може, там випала, коли я вчора мішки з городиною перераховував!

Господар йде, заходить Кума.

Сцена IV

Кума. Ну що, кумо, не дав кум, бачу, грошей?

Господиня. Та де там!

Кума. Треба було підлащитися!

Господиня. Та я вже і ласкою, і криком – не дає та й годі!

Кума. Що ж це його робити?

Господиня. Нічого в житті мені так не хотілося, як того намиста. Як захворіла наче!

Кума. *(шепоче на вухо)* Захворіли, кажете? Ану слухайте, кумо, мене!

Господиня лягає на ліжко.

Кума. Куме, куме, а біжіть-но сюди!

Господар. Що таке, копійка знайшлася?

Кума. Яка копійка, кумі он погано!

Господар. Ну що таке?

Господиня. Погано мені, душе мене, давить мене!

Господар. Ну, на води попей! Та не хлебчи так, у криниці води геть мало, як кожен почне отак хлебтати, то й корови не буде чим напоїти!

Кума. Постидались би, куме! Бачте, кумі погано! Лікаря треба кликати!

Господар. Нема грошей!

Кума. А як кума помре?

Господар. Хай і не здумає, бо ховати нема за що!

Кума. То треба лікаря!

Господар. Грошей нема!

Кума. Та я сама заплачу!

Господар. Ну, як вам нема куди гроші дівати, то ведіть!

Кума вибігла, заходить Сусід.

Сцена V

Заходить сусід.

Сусід. Гості з хати, гості в хату!

Господар. Тільки ж бачилися. Прийшли, щоб я вас найняв обідати? Чи ж, як завжди, позичати прийшли? Грошей нема!

Сусід. Цього разу не вгадали! Приніс вам копійку!

Господар. Це ж нащо?

Сусід. Та не можу дивитися, як ви вже три дні туди-сюди, туди-сюди!

Господар. Ну спасибі, спасибі! Бач он, як людина переживає, а ти розляглася!

Сусід. Що, сусідонько, ослабли?

Господиня. Сама не знаю, що то зі мною.

Господар. Зате я знаю, на зло мені злягла, щоб копійку не шукати!

Сусід. От і добре, що я додумався вам копійку принести! Тепер шукати не треба!

Господар. Як то не треба?

Сусід. Ну, я ж вам копійку приніс!

Господар. Принесли, а як я тепер ще свою найду, то вже дві буде, а там і до гривні недалеко!

Сусід. А щоб вас, сусіде, дощ намочив!

Господар. Піду сам у погребі гляну!

Іде, входять Кума з Тещею.

Сцена VI

Кума. Так, кумо, лікар збирається до вас, а я от матінку вашу привела, та усе їй по дорозі розказала. Вона нам теж помагати буде!

Теща. Доцю моя! За що ж тобі доля така! Чи для того я тебе малою в любистку купала, як квітку, наряджала?

Господиня. Не плачте, мамо!

Кума. А нехай плачуть, нехай голосять, так ліпше буде! Сідайте, бабо, коло болящої та голосіть.

Сусід. Бачу ви ото, Григорівно, щось хитруєте, щось затіваєте!

Кума. Та хочемо вашого сусіду переломить, бо скупий, аж синій. І сам не живе, і жінці не дає!

Сусід. Атож! І я вам поможу. Ось кину ще одну копійку, нехай вже знайде і заспокоїться.

З'являється Господар.

Теща. Здрастуй, зяте дороженький!

Господар. І вам здрастуйте! Щось ви зачастили до нас. Тільки на Різдво були, а сьогодні лише Благовіщення. Не тяжко ото ходити? Як кажуть, за шматок кишки сім верст пішки.

Господиня. Так мати ж за три хати од нас проживає.

Господар. Нехай, тільки ми, мамо, звиняйте, вже пообідали.

Теща. Та я, синочку, коли не прийду, то в тебе все по обіді. Не до наїдків мені, коли з дочкою он що трапилося *(плаче)*.

Кума. Не плачте, бабо, он лікар вже скоро прийде, він поможе. Куме, а що то отам блищить?

Господар. Де

Кума. А он, коло порогу!

Господар. Ти диви, копійка!

Сусід. Слава Богу, сусіде, знайшлася!

Господар. Слава Богу, що знайшлася, але це не моя!

Сусід. Як то не ваша? Та всі ж копійки однакові?

Господар. Е, що ви знаєте, сусіде, про гроші. У вас же їх і не водилося ніколи. А я свої копійки усі в лице знаю. Та, що загубилася, була щербата трохи. Оце вже я сьогодні дві маю, ще б свою знайти, а там уже й до гривні недалеко!

Сусід. Побий мене грім!

Входить Циганка.

Циганка. Можна до хати, людоньки добрі?

Господар. Оце лиш циганів мені не вистачало!

Циганка. Принесла вам глечик. Дякую красно за молочко!

Господар. І-і, вона ще молоко роздає! Тут самі сироватку п'ємо, бо гроші треба, а вона циганів поїть!

Циганка. А ви, господарю, не позолотите ручку? Не хочете узнати, чим серце заспокоїться?

Господар. Нема грошей!

Циганка. Ну-ну. Посиджу з вами.

Сцена VII

З'являється Лікар.

Лікар. Доброго здоров'я усім. Де боляща?

Теща. Сюди, сюди проходьте, осьдечки вона, моя золотенька.

Лікар. Значиться, такі симптоми, як ви мені, Григорівно, розказували?

Кума. *(Підморгує).* Отакі, отакі, а ще пам'ятаєте, я казала, що ввечері буде добрий могорич.

Лікар. Ага, все ясно, становище майже безнадійне.

Господар. Та ви що, пане лікарю, здуріли чи що? А хто увечері корови доїти буде?

Заходять Мати господаря з Дочкою.

Свекруха. Здрастуйте, люди! Здрастуй, сину, і ти, невістко! Що це у вас діється? Що це у вас цигани в хаті роблять? Що це твоя жінка, сину, серед білого дня боки відлежує?

Кума. Та заслабла ваша невістка, хіба не видно?

Свекруха. А я ротатих не питаю, я сина питаю.

Господар. Захворіла оно.

Сестра господаря. Може, брате, вона переїла у тебе? Я на тому тижні так була наїлася, що три дні відлежувалася.

Свекруха. Тобі, доцю, можна й полежать, ти коло мами, а невістка наша робити повинна, пам'ятати повинна, що ми її із злиднів узяли, хазяйкою зробили.

Теща. Та вона у мене, як ви кажете, у злиднях, як квіточка ходила, а у вашого багатого сина ходить он як наймичка обідрана.

Свекруха. Правильно, вона вже заміжня, нащо їй наряджатися? Наряди грошей коштують, а гроші краще на хазяйство пустить. Правду мама каже, синочку?

Господар. Гарно кажете, мамо, слухав би і слухав.

Сестра господаря. Наряди тим треба, хто дівує. Осьо мені мама купила сьогодні на ярмарку червоного намиста!

Господиня. *(Стрімко піднімається)* Намиста?! Червоного?! *(падає).*

Лікар. Констатую впадіння в агонію!

Господар. Та що ж це, лікарю, нема ніяких ліків од цієї хвороби?

Лікар. Нема, медицина тут безсила.

Кума. *(З натяком)* Кахи-кахи!

Лікар. Хіба що є один засіб. Читав я в одному старовиннім медичнім трактаті, що як такій хворій одягти на шию разок червоного намиста, то воно допоможе!

Кума. Кахи-кахи!

Лікар. А ще обов'язково треба хустку на плечі, і щоб хустинка була в червоних квітах! *(Господиня повільно піднімається).*

Кума. Гляньте, гляньте, од самих тих слів кумі краще робиться!

Господар. Скільки живу, про такі ліки не чув! Та це ж які гроші! *(Господиня падає знову на подушки).*

Сусід. А ви, сусідо, прикиньте, як вам без жінки буде. Та це ж треба буде наймичку наймати до корів, до свиней, до хатньої роботи, бо тут одна не справиться!

Кума. Доведеться трьох наймати, та ще здорових, а три здорові наймички як сядуть їсти, то ви за півроку з торбами підете.

Теща. А вона ж, моя золотенька, краплиночку їсть, як голубонька.

Свекруха. Ага, хто як їсть, той так і робить!

Сестра господаря. Добре, мамо, що я багато їм?

Свекруха. Добре доню, то не будеш така ледащиця, як наша невістка.

Теща. Та побійтесь Бога, свахо.

Сестра господаря. Не закривайте рота нашій мамі!

Господар. Не командуйте, тещо, у моїй хаті!

Теща. Та мені вже й слова сказати не можна!

Сусід. Сусідо! Не сваріться!

Кума. Тихо! Не дихає!

Всі перелякано кричать.

Господар. Що ж його робить?

Кума. Купляйте бігом хустку й намисто!

Господар. Та де ж я візьму, вже оно ярмарок розійшовся!

Кума. А я як знала, купила оце зайве намисто і зайву хустку.

Господар. То давайте бігом!

Кума. Без грошей не дам!

Господар. Та пожалійте куму!

Кума. Не дам без грошей. Кахи-кахи.

Лікар. Поможє тільки куплене, дароване не поможе.

Свекруха. Бачу, ви сильно грамотний спеціаліст.

Сусід. Давайте куме гроші бігом! Рятуйте жінку!

Господар. Що ж його робить?

Кума. Гроші!

Господар. Одверніться усі! *(Витягає з-під ліжка мішок, а з нього – декілька купюр)* Скільки вам?

Кума. Усі давайте, товар хороший!

Лікар. Надягайте мерщій, бо не врятуємо.

Господиня. Ой, дихати легше стає, легше!

Кума. Хустку, хустку накиньте!

Циганка. Гарна хустка жінку і з того світу поверне!

Господиня. *(Піднімається).* Одлягло, одпустило, слава Богу! Як на світ народилася!

Свекруха. Ну прямо чудо ісцеленія! Тьфу!

Лікар. Констатірую добре здоров'я!

Кума. Запрошую увечері на могорич! Куме, чи ж ви не раді?

Господар. Гура, гура, гура!

Сусід. Ну ви, сусіде, як на параді, їй-бо!

Кума. Приємно, куме, чути, як ви куму любите, як радієте її здоров'ю!

Господар. *(Піднімає з підлоги копійку).* Гура, копійка знайшлася! Копієчка моя!

Звучить музика, усі учасники танцюють.

Додаток 6

Чупакабра

(сільська замальовка)

Дійові особи: Дід Семенович, Молодиця I, Молодиця II, Молодиця III, Молодиця IV, Молодиця V, Репортер, Оператор.

Декорації на сцені: *вулиця села.*

Сцена I

Молодиця I. Здрастуйте, Семеновичу!

Семенович. Доброго здоров'ячка, сусідко!

Щось вас давно не видно. Чи не прихворіли часом?

Семенович. Слава Богу, здоровий. Поки сніжило та морозило, то я все в хаті, коло телевізора.

Молодиця I. І ми так само. Я за зиму три мішки насіння злускала. І все сама, бо дід мій – беззубий. Як хазяйство ваше, чи все живе-здорове?

Семенович. Та все ніби в порядку. Корівка отелилась, козичка покотилась, свиня впоросилась. Одна лише неприємність.

Молодиця I. А що ж таке?

Семенович. Кроличка кроленят привела, то в одного рябенького ліве очко чогось червоніє. То я вже і чаєм закапував, і ліки купив ось. То іду полікую, може, пройде.

Молодиця I. Ідіть-ідіть, хай вам Бог помагає.

Сцена II

Молодиця I. Здоровенькі були, кумо!

Молодиця II. І вас, кумо, доброго здоров'я! Ну, що там чути, чи скоро весна?

Молодиця I. Та що ви все про погоду та про погоду. Чули, що в мого сусіда Семеновича за горе?

Молодиця II. І-і-і! Обікрали?!

Молодиця I. Та Господь з вами! Вмикайте логіку: в Семеновича жінка така скупа, що якби їх обікрали, то вона так би голосила, що ви б уже знали, хоч живете на другому кінці села.

Молодиця II. А що ж тоді?

Молодиця I. Кролі он у них похворіли. Посліпли. Нічого не бачать, навпомацки стрибають.

Молодиця II. Що ж то за напасть така?

Молодиця I. А отаке-о. Ну, пішла я, бо вже замерзла.

Молодиця II. Бувайте, кумо. Кумові привіт там від мене.

Сцена III

Молодиця II. Свахо! Де б це ми ще стрілися!

Молодиця III. Здрастуйте, свахо! Як ви?

Молодиця II. Та спасибі, ми ще нічого. А он у Семеновича беда так беда. Кролі, каже,дохнуть ідохнуть. Не встигає закопувати.

Молодиця III. Ой потеря так потеря. Та нащо ж він їх закопує? Був би шкури лупив на в Роздільну на базар. Городські все з'їдять.

Молодиця II. Та він від горя вже й руки опустив. Нічого, каже, не хочу. Оце таке. Ну, побігла я, свашко, бо до магазину треба.

Молодиця III. Ага, біжіть-біжіть, бо хліб розбирають.

Сцена IV

Молодиця IV. Іванівно! Іванівно! А йдіть сюди!

Молодиця V. Ой, що сталося, що ви оце так кричите, Михайлівно?

Молодиця IV. А ви хіба не чули, не знаєте?

Молодиця V. Не чула і не знаю!

Молодиця IV. Ото всеньке село знає, а ви не чули.

Молодиця V. Ой та кажіть вже, не тягніть.

Молодиця IV. Та не мені би казать, не вам би слухать. У Семеновича беда яка!

Молодиця V. Невже баба вмерла?!

Молодиця IV. Та що тій його бабі станеться, вона ще нас переживе!

Молодиця V. А що ж?

Молодиця IV. Семенович приходить уранці вправлятися, а клітки розірвані, кролі його усі подушені і складені штабелями рівненько-рівненько. Вушко до вушка, лапка до лапки...

Молодиця V. Ой-ой-ой!

Молодиця IV. От вам і ой. Не інакше, як звір який побував. Ота, мабуть, що в новинах казали, як вона? Чупакабра, о!

Молодиця V. Оте українське кенгуру з вовчими зубами?

Молодиця IV. Саме воно і є!

Молодиця V. Бідний Семенович...

Молодиця IV. Та це йому ще пощастило, що воно їх з бабою не подушило.

Молодиця V. А воно може, може.

Молодиця IV. Ой, біжу додому, доки ще не посутеніло, та усе хазяйство позакриваю і сама в хаті закриюся, бо я ж одна.

Молодиця V. Закривайтеся, Михайлівно. Я, правда, чула, що ви не одна, а з сусідом Іваном Семеновичем ночуєте, але все одно закривайтеся. Ой, що робиться, ой, що робиться... Алло! Це «1+1»? Приїздіть терміново, не пожалкуєте!

Сцена V

Репортер. Готовий?

Оператор. Готовий! Увага! Почали!

Репортер. Наша знімальна група знаходиться в селі Яковлівка на Одещині. Загадкова українська чупакабра добралася вже й сюди. Наразі ми маємо змогу поспілкуватися з людиною, яка стверджує, що на власні очі бачила цього монстра. Чи справді вам вдалося побачити чупакабру?

Молодиця V. Та що там побачити! Я була покусана цією чупакаброю у ліву литку!

Репортер. Як це сталося?

Молодиця V. Я собі йду, нікого не чіпаю. А воно як вискочить із куців, як вишкірить свої кланцаки, як схопить мене за ліву литку...

Репортер. Невже цей дивовижний звір нападає вже й на людей? Досі він полював лише на кролів.

Молодиця V. Нападає, ще й як нападає. Чупакабра у нас в селі з'їла в одному дворі кролів, козу, корову, діда Семеновича з бабою, та ще й песиком Бобиком закусила!

Репортер. Отакі страшні події кояться на Одещині. Це був репортаж журналістів каналу «1+1» спеціально для ТСН.

Додаток 7

«Гангстери»

(мініатюра до Дня вчителя

або Вечора зустрічі випускників, переспів сучасного народного анекдоту; ідеально підходить для створення ситуації успіху учням, які важко запам'ятовують)

Дійові особи: Хлопець I, Хлопець II, Хлопець III, Вчителька-пенсіонерка.

Звучить тривожна музика, виходять троє хлопців, одягнуті по-зимовому, один із них з мішком.

Хлопець I. Тихо, не гупай!

Хлопець II. Я не гупаю!

Хлопець I. Тихо, не кричи!

Хлопець II. Я не кричу.

Хлопець I. Тихо, не шаркай!

Хлопець III. Я не шаркаю!

Хлопець I. Тихо, не кричи!

Хлопець III. Я не кричу!

Хлопець I. З вами тільки на таке діло ходить. Ось її хата.

Хлопець II. Кого?

Хлопець I. Першої вчительки мого тата. Тато знає, що я в неї гроші забрав – ховайся тоді...

Хлопець III. То, може, не підемо?

Хлопець I. Я би не йшов, та гроші треба.

Хлопець II. Нащо тобі гроші, ти ж не куриш і не п'єш?

Хлопець I. За пробне ЗНО заплатити.

Хлопець III. Так тобі ж батьки гроші дали.

Хлопець I. Дали, та я розтратив.

Хлопець II. Куди ж ти розтратив, ти ж не куриш і не п'єш?

Хлопець I. Було куди...

Хлопець III. Та скажи!

Хлопець I. Не скажу.

Хлопець II. Та скажи!

Хлопець I. Ви гіржати будете...

Хлопець III. Не будемо, скажи!

Хлопець I. На дівчат розтратив.

Хлопці разом. Ги-ги-ги!

Хлопець I. Тихо ви! Натє, надіньте *(роздає темні окуляри, можна маски)*.

Хлопець II. Нащо?

Хлопець I. Щоб не узнала. І шапки нижче натягніть. Тато узнає – хоч ховайся...

Хлопець III. То, може, таки не підемо?

Хлопець I. А гроші?

Хлопець II. А в неї є?

Хлопець I. Є. Пенсію отримує, діти грошима помагають. Може, поділиться.

Хлопець III. Жаль стару. Що там тієї пенсії? Може, таки не підемо?

Хлопець I. Не бійся. Треба йти.

Хлопець II. Знайшов до кого йти, людей більше нема в селі чи що?

Хлопець I. У людей собаки здоровенні у дворах, туди не поткнешся. А у неї один кіт он.

Хлопець III. А мішок нащо взяв? Гроші і в кармани вмістяться.

Хлопець I. Може, ще щось смачного прихватимо. Ну, гайда! *(стукіт)*.

Вчителька-пенсіонерка. Хто там?

Хлопці разом. Ми!

Вчителька-пенсіонерка. Здрастуйте, хлопці.

Хлопець I. *(итовхає по черзі обох товаришів)* Давай!

Хлопець II. Ти давай!

Хлопець I. Давай!

Хлопець III. Сам давай!

Вчителька-пенсіонерка. Ви щось хотіли, хлопчики?

Хлопець I. Давайте разом. Три чотири!

Хлопці разом. Добрий вечір тобі, пане господарю, радуйся...

Додаток 8

Жартівниці

(мініатюра до вечора зустрічі випускників)

Дійові особи: випускниці школи минулих років Маруся, Катруся.
Тематичний музичний фон, зустрічаються, обнімаються колишні однокласниці.

Катруся. Вечір добрий, Марусю!

Маруся. Добрий вечір, Катрусю!

Катруся. От свиноти наші однокласники, десь збираються святкувати, а нас з тобою і не запросили!

Маруся. Мало того, що не запросили, вони від нас прямо таки заховалися! Однокласники, називаються!

Катруся. А як було добре минулого разу, усі зібралися, поспілкувалися.

Маруся. Геть і Васька приїхав, що депутатом став, ще й жінку молоду привіз. Я його питаю ради приколу: «Це твоя дочечка, Васю? Так на тебе схожа...» А він почервонів увесь, як рак зробився.

Катруся. Геть люди подуріли. Олька наша, пам'ятаєш, чоловіка тоді привезла, а воно молоде-молоде, років на десять від Ольки молодший. Я не стерпіла, та й зачепила її: «То, - кажу, - Олечко, синок твій старшенький?». А вона розсердилася, губи надула. «Нащо ти, - кажу, - ті губи дуєш, і так бачимо, що в їх ботоксу з півлітра».

Маруся. Та з губами, а Ленка з такими віями прийшла, як ото в моєї корови. Я й кажу: «Ану стій, Ленко, тихіше, тобі щось в око попало». А сама смикну за ту вію, так вона в мене в руці

і лишилася. Сміху ж тоді було! Одна вія велика, коров'яча, а друга Ленкина рідна, рідка та миршавенька. Ще й ревіти почала. Кажу: «Не реви, Ленко, бо й друга відклеїться!» Сміх та й годі!

Катруся. А Наталка під розумну косила, в окулярах прийшла. Така ділова, то одягне, то зніме, то одягне, то зніме! Я їй тоді як ляпну прямо в очі: «Краще, кажу, – одягни ті окуляри та вже не знімай, під ними хоч твоїх зморшок навколо очей не видно».

Маруся. А Микола наш на крутій іномарці приїхав, при галстуці. Директор школи йому подяку вручав, дякував за спонсорську допомогу.

Катруся. Кажуть, він корів тримає цілу ферму!

Маруся. Ото ж я й пожартувала : «Від кого, кажу, – так коровою смердить, – чи не від тебе, Миколо?» Ох і насміялася тоді!

Катруся. Так-так, гарно зустрілися тоді, і нажартувалися, і насміялися...

Маруся. Зараз концерт закінчиться, то треба слідкувати, куди вони підуть, чи в «Казку», чи в «Орхідею», а може, і в сусіднє село у бар.

Катруся. Ми їх кругом знайдемо!

Маруся. Пожартуємо і сьогодні!



Навчальне видання

Топчук Марина Валентинівна

**ВИКОРИСТАННЯ
ЕЛЕМЕНТІВ СМІХОТЕРАПІЇ
ЯК ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ
ІННОВАЦІЙНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ
В РОБОТІ ШКІЛЬНОГО
ТЕАТРАЛЬНОГО ГУРТКА**

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ПОСІБНИК

Технічний редактор О. Чешенко

Обкладинка О. Чешенко



Імпічмент
(міні-вистава)

