

**На Всеукраїнський конкурс авторських програм
практичних психологів і соціальних педагогів
«Нові технології у новій школі»**

Номінація «Просвітницькі програми»

**Авторська
програма
«Знаю. Вмію. Зможу»**

практичного психолога

Борис Оксани Іванівни

тел. моб. +38(096)7035088

borus1239@gmail.com

Тернопільської початкової

школи №1 ТМР

Анотація до авторської програми «Знаю. Вмію. Зможу»

Просвітницька програма «Знаю. Вмію. Зможу» використовується як частина системної роботи практичного психолога з учнями 3-4 класів початкової школи. Програма спрямована на створення психологічного безпечного освітнього середовища в умовах Нової української школи.

Дана програма забезпечує плановість, систематичність, комплексне впровадження різних форм, методів і засобів у поєднанні з діяльністю, що є передумовою для усвідомленого сприйняття і засвоєння учнями соціальних і морально-правових норм, формування психологічних знань, підвищення рівня психологічної культури та компетентності в спілкуванні, розвитку навичок самоконтролю і самовиховання.

Просвітницьку програму в освітньому закладі може впроваджувати практичний психолог, соціальний педагог, вчитель початкових класів, які готові реагувати на нові виклики життя, шукати нові можливості і ресурси, генерувати ідеї та правила.

ЗМІСТ

1. Пояснювальна записка.....	4
2. Тематичне планування	13
Заняття 1. Правила безпечного і мирного проживання в нашому класі.....	17
Заняття 2. Формуємо світ разом. 21 вересня – Міжнародний день миру.....	21
Заняття 3. Зупинимо булінг разом.....	25
Заняття 4. Толерантність. 16 листопада – Міжнародний день толерантності.....	29
Заняття 5. Дитина має знати свої права. 20 листопада – Всесвітній день дитини.....	34
Заняття 6. ВІЛ/ СНІД. 1 грудня – Всесвітній день боротьби з ВІЛ/СНІДом.....	38
Заняття 7. Право дитини на безпечне життя. Захист дітей від викрадення та продажу.....	42
Заняття 8. Здоров'я. Складові здоров'я. Психічне здоров'я. 7 квітня – Всесвітній день здоров'я 10 жовтня – Всесвітній день психічного здоров'я.....	48
3. Список використаних джерел.....	52
4. Додатки.....	55

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Концепція Нової української школи втілює ідеї та принципи Конвенції ООН про права дитини та передбачає створення безпечного, мирного і дружнього до здобувачів освіти середовища.

У сучасних умовах реформування освіти школа має забезпечити і організувати захист дитини від усіх форм негативних явищ, щоб запобігти впливу на особистість дитини несприятливих чинників. Адже школа не існує окремо від зовнішніх і внутрішніх обставин, що викликають як позитивний результат, так і можуть нести небезпеки.

Актуальність програми. Просвітницька робота в закладі освіти є безперервним і систематичним процесом і пов'язана з наданням та поширенням знань серед усіх учасників освітнього процесу з метою формування поваги до прав і свобод дитини, нетерпимості до приниження її честі і гідності, фізичного або психічного насильства, створення атмосфери безпеки в дитячому колективі, збереження фізичного і психічного здоров'я, забезпечення процесу конструктивної комунікації.

Просвітницька програма розроблена на основі:

- Конвенції ООН про права дитини від 20.11.1989 р.;
- Конституції України від 28.06.1996 р.;
- Закону України «Про охорону дитинства» від 26.04.2001 р.;
- Закону України «Про внесення змін до деяких законодавчих актів України щодо протидії булінгу (цькуванню)» від 18.12.2018 р.;
- Національної стратегії розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі від 25 травня 2020 року №195/2020 р.

Просвітницька програма покликана забезпечити плановість, систематичність, комплексне впровадження різних форм, методів і засобів у поєднанні з діяльністю, яка направлена на створення умов для повноцінної життєдіяльності та самореалізації особистості молодшого

школяра.

Програма включає теоретичний матеріал, інформаційні бесіди, інформаційні довідки, приклади, проблемні ситуації і вправи, які дозволяють навчити дітей практичним навичкам конструктивного спілкування, запобігають виникненню конфліктних ситуацій і допомагають створенню сприятливого психологічного клімату в класі, розбудові безпечного і здорового освітнього середовища.

Важливість просвітницької діяльності полягає в тому, щоб навчити дітей правильно реагувати на події, що відбуваються, адже діти молодшого шкільного віку ще не готові долати труднощі, не володіють навичками ефективної комунікації.

«Діти – це не маленькі дорослі. І тут справа не лише в кількості досвіду – зазначає Жан Піаже (швейцарський психолог і філософ. – *Авт.*), а в рівні розвитку мисленнєвих операцій – згідно з віком та зрілістю мозку. Тому не варто очікувати на дуже високий рівень розуміння, включеності, емпатії, логічності та конструктивності в конфлікті від учня молодшої школи». Анастасія Пасічна, журналістка проєкту «Навчаємось разом: дружня школа».

Метою програми є формування системи інформаційного супроводу молодших школярів щодо збереження їх соціального благополуччя і психічного здоров'я, популяризація ненасильницької моделі поведінки, попередження проявів агресії, вироблення вміння аналізувати життєві ситуації і приймати вірні рішення.

Завдання програми:

- активізувати інформаційно-просвітницьку роботу з учнями;
- формувати систему правових знань, усвідомлювати їх соціальну цінність;
- ознайомити учнів з основними положеннями Конвенції ООН про права дитини;
- підвищувати рівень обізнаності дітей щодо здорового способу життя,

у тому числі профілактики ВІЛ-інфекції/СНІДу;

- систематично інформувати учасників освітнього процесу щодо булінгу (цькування);

- формувати в учнів нетерпиме ставлення до насильницької моделі поведінки у міжособистісних стосунках, усвідомлення булінгу (цькування) як порушення прав людини;

- підвищувати рівень поінформованості дітей про особливі потреби інвалідів, формувати толерантність до їх прав, особистості та гідності;

- формувати ціннісне ставлення до фізичного і психічного здоров'я.

Робота спрямована на учнів 3-4 класів початкової школи.

Кількість учасників – клас (25-30 учнів).

Програму «Знаю. Вмію. Зможу» в освітньому закладі може впроваджувати практичний психолог, соціальний педагог та класовод.

Опис вимог до спеціаліста, який впроваджує програму:

знає: програмно-методичні матеріали й документи щодо обсягу рівня освіти дітей; дитячу вікову психологію; форми, методи, засоби ефективного навчання і виховання, постійно опрацьовує науково-методичну і психолого-педагогічну літературу;

вміє: надавати якісні освітні послуги у процесі формування здоров'язбережувального освітнього середовища та формування інформаційно-комунікаційної компетентності учнів, організувати систему психологічного супроводу учасників освітнього процесу щодо збереження психічного і фізичного здоров'я дітей і запобігання під час навчання проявів насильства та булінгу (цькування), порушення прав дитини, зокрема шляхом використання мережі Інтернет;

може: формувати в учнів потребу в психологічних знаннях, бажання використовувати їх в інтересах власного розвитку і життєдіяльності.

Структура та зміст програми: програма «Знаю. Вмію. Зможу» складається з 8 занять, кожне з яких має свої структурні елементи.

Вступна частина кожного заняття систематично повторюється, що

налаштовує групу на спільну роботу, встановлює емоційний контакт між усіма учасниками.

Робоча частина – інформаційно-просвітницька. Вона складається з інформаційних повідомлень, інформаційних бесід, коротких історичних довідок, життєвих прикладів, розігрування проблемних ситуацій, перегляду та обговорення мультфільмів, соціальних роликів, ігор для формування ефективної комунікації.

Завершальна частина кожного заняття включає висновки, що відповідають меті програми «Знаю. Вмію. Зможу».

Перелік навчальних та методичних матеріалів, необхідних для реалізації програми:

- Конституція України для дітей;
- Конвенція ООН про права дитини;
- плакат «Конвенція ООН про права дитини» ;
- інформаційні буклети «Стоп булінг»;
- відеоматеріали;
- книга, написана шрифтом Брайля;
- ілюстровані книги з казками.

Форми та методи роботи, які використовуються в програмі.

Активні та інтерактивні моделі подання інформації, проблемні питання, рольові ситуації, творчі завдання, ігри, створення групових проектів сприяють розвитку цікавості, викликають емоційні переживання і спонукають до формування активної життєвої позиції.

Дані технології розвивають свідомість учнів: знання, поняття, переконання, а також сприяють удосконаленню їх поведінки, вчинків, навичок, звичок, вмінь в соціумі.

Інформаційне повідомлення. Інформація (від латин. Information – роз'яснення, ознайомлення, переказ) – це відомості стосовно осіб, предметів, фактів, подій, явищ і процесів незалежно від форми їх подання.

Інформація передається за допомогою повідомлень.

Повідомлення – це послідовність сигналів різної природи: звуків, символів, зображень, жестів тощо.

Цінність інформації – це здатність забезпечити необхідними умовами для досягнення поставленої мети.

Проблемна ситуація – (з грецької Problems – задача, завдання і лат. Situatio – положення) – співвідношення обставин і умов, яке містить суперечність і не має однозначного вирішення, і в якому розгортається діяльність індивіда або групи; ситуація, для подолання якої потрібно знайти і застосувати нові знання чи способи дій завдяки власній пізнавальній активності і самостійності.

Групова дискусія – це спільне обговорення проблемного питання. Дискусія дозволяє прояснити (можливо, змінити) думки, позиції й установки учасників групи в процесі безпосереднього спілкування [29].

Робота в групах дає можливість за короткий час всім учасникам групи висловлювати свої думки і сприяє формуванню у дітей таких важливих якостей та умінь, як вироблення спільного рішення, аргументування своїх поглядів, терпимість до думок та позицій інших [23].

Бесіда – це форма спілкування з метою обміну думками, інформацією, почуттями тощо. Бесіда сприяє активізації зусиль партнерів для забезпечення співробітництва та впливу одне на одного.

Ігри використовуються як спосіб осмислення дітьми свого внутрішнього світу. Будь-який розвиток творчих здібностей, будь-яке пізнання світу і наше існування в культурі починається з гри.

Рольова гра – це своєрідна імпровізована вистава за сюжетом певної історії. Під час гри моделюються життєві ситуації, які мають особистісне значення для всіх учасників [24].

Навчально-пізнавальні ігри дають можливість повторити вивчений матеріал, сприяють кращому засвоєнню понять, термінів, поглиблюють і розширюють правові знання учнів. Виховання у школярів необхідності дотримання прав і обов'язків – це важлива умова ефективності просвітницької

діяльності.

Відеоролики і мультфільми дають можливість сприймати інформацію кількома каналами: візуальним та аудіальним. Оскільки це активізує різні ділянки кори головного мозку та сприяє утворенню більшої кількості нейронних зв'язків, матеріал засвоюється ефективніше.

Історичні факти дають можливість усвідомлювати і розуміти мету й зміст просвітницьких занять.

Для стимулювання творчої активності учнів і розвитку їхнього вміння обирати правильну відповідь серед цілого ряду можливих варіантів використовується «Мозковий штурм». Це метод заохочення до творчої активності та швидкого генерування великої кількості ідей.

Метод «Мікрофон» надає можливість висловити думку чи позицію кожної дитини. Право говорити має тільки той, хто тримає в руках символічний мікрофон, інші учні не можуть говорити і викрикувати з місця. В якості «мікрофона» може виступати ручка або олівець.

Опис вимог до матеріально-технічного оснащення закладу для реалізації програми.

Реалізація програми відбувається в класі, де навчаються учні. У навчальному приміщенні має бути мультимедійна дошка або ноутбук і телевізор.

Ресурсне забезпечення: олівці, фломастери, папір формату А4, маркери, фліпчартерна дошка, ватман, плакат «Конвенція ООН про права дитини», інформаційні буклети «Стоп булінг», глобус або карта світу, відеоматеріали, книга, що написана шрифтом Брайля (картонні упаковки від ліків), ілюстровані книги з казками, кольоровий папір, ножиці, клей, маркери, робочі зошити для занять з психологом.

Освітлення і температура повітря у приміщенні мають бути комфортними та безпечними для учасників програми й відповідати рекомендаціям МОН щодо облаштування освітнього простору Нової української школи.

Опис строків і послідовності етапів реалізації програми: тривалість циклу – навчальний рік (тематика відповідає календарним датам), тривалість занять – 40 хв.

Очікувані результати. Програма «Знаю. Вмію. Зможу» покликана забезпечити плановість, психологічну підтримку, систематичність процесу навчання, виховання та психологічної просвіти дітей. Просвітницька програма сприяє формуванню в дітей таких компетентностей: інноваційність, інформаційно-комунікаційна, навчання впродовж життя, громадські та соціальні та культурну компетентності.

Під час реалізації програми проведено такі діагностичні методики і зроблено висновки:

- для моніторингу мотиваційних тенденцій школярів – «Анкета для оцінки рівня шкільної мотивації» за методикою Н. Лусканова. За результатами діагностики спостерігається позитивна динаміка в ставленні до школи вцілому;

- для визначення соціометричного статусу дитини в системі міжособистісних відносин, рівня їх благополуччя, взаємності або згуртованості дітей – тест «Два будиночки». За результатами діагностики (в «чорний будиночок» діти оселяють менше дітей) – підвищується рівень внутрішньогрупової взаємодії між учнями класу, статус і роль кожного учня;

- для дослідження рівня самооцінки – методика «Драбинка» (розроблена С. Якобсон, В. Щур), методика «Дерево» (авт. Д. Лампем), методика визначення емоційної самооцінки (авт. А.В. Захаров). Дані проєктивні методики проводяться з метою виявлення системи уявлень дитини про те, як вона оцінює себе сама, як на її думку, її оцінюють інші люди і як співвідносяться ці уявлення між собою. У більшості дітей – підвищена і адекватна самооцінка, позитивне ставлення до себе й інших дітей.

Вправи «Щоденник настроїв» і «Квадрат емоцій» проводяться

систематично на початку кожного заняття і дають можливість простежити у динаміці емоційний стан дитини й, за потреби, вчасно надати психологічну допомогу.

Батьки надають позитивну оцінку просвітницькій роботі:

- діти вчаться жити за правилами в школі, вдома, у громадських місцях і слідкують, щоб і батьки також дотримувались правил;
- діти знають і вміють відстоювати свої права в різних життєвих ситуаціях;
- діти вчаться вирішувати конфліктні ситуації мирним шляхом, пропагуючи ненасильницькі моделі поведінки;
- діти свідомо ставляться до збереження власного здоров'я і контролюють, щоб медичні працівники в дитячій поліклініці, у стоматології дотримувались правил (рукавички, одноразові шприци...);
- діти знають, що можуть проявляти різні емоції: гнів, злість, образу..., – не завдаючи шкоди іншим людям.

Стратегія просвітницької програми спонукає учнів:

- усвідомлювати важливість і необхідність просвітницьких знань для безпечного життя;
- знати основні документи, що гарантують права і свободи дитини;
- усвідомлювати, що кожен має право вибору на те, щоб мати свою думку та власні цінності, розуміти, що таке толерантність;
- діяти за правилами у повсякденному житті;
- усвідомлювати, що таке свобода особистості та відповідальність, конструктивно вирішувати конфлікти;
- розширювати базу інформаційних знань для збереження фізичного і психічного здоров'я;
- сприяти створенню безпечного освітнього середовища, що забезпечує психічне та соціальне благополуччя дітей.

Апробація програми. Програма «Знаю. Вмію. Зможу» була апробована з вересня 2018 року і використовується як частина системної

роботи практичного психолога з учнями 3-4 класів початкової школи. Просвітницька програма спрямована на розширення знань, формування умінь вести здоровий спосіб життя, запобігання впливу негативних явищ через спеціально організовані заняття. Зміст занять є актуальним, співпадає з календарними датами і складений відповідно до листів Міністерства освіти і науки України та листів УОНТМР (акція «16 днів проти насильства», інформаційна кампанія «Стоп булінг», заходи на виконання соціальної програми «Національний план дій щодо реалізації Конвенції ООН про права дитини») і сприяє формуванню правового світогляду учнів, включає систему теоретичних поглядів на права і основні свободи дитини, ціннісні орієнтири, ідеали, принципи пізнання. На заняттях за даною просвітницькою програмою учні з цікавістю сприймають інформаційний матеріал, активно і з бажанням обговорюють тематику занять, є учасниками ігор і вправ.

ТЕМАТИЧНЕ ПЛАНУВАННЯ

№	Тема заняття	Мета заняття	План заняття	Час (хв.)
1	Правила безпечного і мирного проживання в нашому класі	– виробити ефективні форми міжособистісного спілкування; – розвивати згуртованість класного колективу; – вчити дітей приймати власні та колективні рішення.	1. Привітання учнів. Вправа «Щоденник настроїв». Вправа «Квадрат емоцій». 2. Інформаційне повідомлення «Для чого потрібно правила». 3. Вправа «Я». 4. Релаксаційна вправа «Подорож на хмаринці». 5. Створення правил мирного проживання в нашому класі. 6. Відео «Діти діляться сніданком». 8. Висновок.	40
2	Формуємо світ разом. 21 вересня – Міжнародний день миру	– надати інформацію про Міжнародний день миру; – довести необхідність збереження миру; – формувати навички колективної роботи і взаємодопомоги; – виховувати доброзичливе ставлення один до одного; – формувати адекватну самооцінку.	1. Привітання учнів. Вправа «Щоденник настроїв». Вправа «Квадрат емоцій». 2. Інформаційне повідомлення «21 вересня – Міжнародний день миру». 3. Рольова гра «Програвання ситуацій зі стільцем». 4. Вправа з дзеркалом. 5. Виготовлення плакату «Мир – це ...». 6. Висновок.	40
3	Зупинимо	– інформувати дітей про	1. Привітання учнів.	

	булінг разом	булінг; – навчити розпізнавати ситуації булінгу; – вчити вирішувати конфлікти ненасильницькими методами; – формувати навички відповідальної та безпечної поведінки.	Вправа «Щоденник настроїв». Вправа «Квадрат емоцій». 2. Інформаційне повідомлення «Булінг – це ...». 3. Притча «Про мудреця і метелика». 4. Вправа «Стріла. Мішень. Око». 5. Вправа «Stop. Talk. Walk». 6. Відео «Булінг. Не здавайся». 7. Висновок.	40
4	Толерант-ність. 16 листопада – Міжнародний день толерантності	– ознайомити дітей з поняттям «толерантність», використовуючи інформаційні довідки, факти; – вчити комунікувати на доброзичливій, толерантній основі; – виховувати терпимість та розуміння до індивідуальності кожної дитини; – розвивати адекватну самооцінку, вміння приймати рішення і вибирати правильну позицію.	1. Привітання учнів. Вправа «Щоденник настроїв». Вправа «Квадрат емоцій». 2. Вправа з аркушем паперу. 3. Інформаційне повідомлення «Толерантність – це ...». 4. Вправа «Австралійський дощ». 5. Інформаційна бесіда «Проблеми дітей-інвалідів». 6. Відео «Толерантність». 7. Колективна робота «Виготовлення плакату «Толерантність – це ...». 8. Висновок.	40
5	Дитина має знати свої права. 20	– підвищувати рівень правової обізнаності дітей; – продовжувати інформувати дітей зі змістом основних	1. Привітання учнів. Вправа «Щоденник настроїв». Вправа «Квадрат емоцій». 2. Гра «Чарівна скринька».	40

	листопада – Всесвітній день дитини	статей Конвенції ООН про права дитини; – формувати відповідальне ставлення до захисту власних прав та поваги до прав інших.	3. Бесіда «Дитина – це ...». 4. «Мозковий штурм». 5. Інформаційна довідка «20 листопада – Всесвітній день дитини». 6. Відео «Конвенція ООН про права дитини». 7. Вправа «Мікрофон». 8. Висновок.	
6	ВІЛ/ СНІД. 1 грудня – Всесвітній день боротьби з ВІЛ/СНІДом	– підвищувати рівень інформованості дітей щодо проблеми ВІЛ/СНІДу; – надати інформацію про шляхи зараження ВІЛ і шляхи, якими ВІЛ не передається; – розвивати вміння безпечного ставлення до власного здоров'я; – формувати толерантне ставлення до людей з ВІЛ/СНІДом.	1. Привітання учнів. Вправа «Щоденник настроїв». Вправа «Квадрат емоцій». 2. Інформаційне повідомлення «ВІЛ/СНІД». 3. Кінезіологічна вправа «Вуха – ніс». 4. Розповідь «Червона стрічка – символ підтримки людей з ВІЛ/СНІДом». 5. Висновки.	40
7	Право дитини на безпечне життя. Захист дітей від викрадення	– закріпити знання дітей про основні положення Конвенції ООН про права дитини; – вчити дітей правилам власної безпеки; – ознайомити з поняттям «кіднепінг»;	1. Привітання учнів. Вправа «Щоденник настроїв». Вправа «Квадрат емоцій». 2. Інформаційне повідомлення «Безпека – це...». 3. Гра «Статтями Конвенції ООН про права дитини».	40

	та продажу	– вчити розпізнавати життєві ситуації, які несуть загрозу життю та здоров'ю; – закріпити знання про контакти рятувальних служб; – розвивати уважність та спостережливість.	4. Рухова гра «Квіточка». 5. Бесіда «За мотивами казок». 6. Важлива інформація «Телефони служб порятунку». 7. Вправа «Безпечне місце. Безпечні люди». 8. Гра «Мої правила безпечної поведінки». 9. Висновки.	
8	Здоров'я. Складові здоров'я. Психічне здоров'я. 7 квітня – Всесвітній день здоров'я. 10 жовтня – Всесвітній день психічного здоров'я	– поглибити знання дітей про складові здоров'я; – формувати навички здорового способу життя та безпечної поведінки; – вчити дбати про свій фізичний і психічний стан; – формувати адекватну самооцінку.	1. Привітання учнів. Вправа «Щоденник настроїв». Вправа «Квадрат емоцій». 2. Інформаційна бесіда «Здоров'я – це ...». 3. Метод «Мозковий штурм». 4. Вправа «Піраміда здоров'я». 5. Інформаційне повідомлення «Психічне здоров'я – це ...». 6. Вправа «Темні і світлі торбинки». 7. Вправа «Перетворюємо негативне мислення на позитивне». 8. Висновок.	40

Заняття 1

Тема: Правила безпечного і мирного проживання в нашому класі.

Мета:

- виробити ефективні форми міжособистісного спілкування;
- розвивати згуртованість класного колективу;
- вчити дітей приймати власні та колективні рішення.

Обладнання: мультимедійна дошка (телевізор для перегляду відео), фліпчартерна дошка, ватман, маркери, кольорові олівці, робочі зошити в клітинку «Для занять з психологом».

План заняття

1. Привітання учнів. Вправа «Щоденник настроїв». Вправа «Квадрат емоцій».
2. Інформаційне повідомлення «Правила в нашому житті».
3. Вправа «Я».
4. Релаксаційна вправа «Подорож на хмаринці».
5. Створення правил мирного проживання в нашому класі.
6. Відео «Діти діляться сніданком».
8. Висновок.

Хід заняття

1. Привітання учнів.

Мета: створити доброзичливу атмосферу, викликати позитивні почуття та емоції, створити сприятливу психологічну атмосферу.

Посміхнись сусіду по парті, підморгни психологу, помахай долонькою найкращому другу.

Вправа «Щоденник настроїв» (Додаток 1).

Мета: формувати вміння усвідомлювати свій емоційний стан і вміння виражати його словами.

Вправа «Квадрат емоцій».

Мета: встановити позитивний емоційний контакт, зняти емоційне напруження.

У зошитах: 1) відмітьте свій сьогоднішній настрій; 2) розфарбуйте квадрат емоцій кольорами, які відповідають вашому сьогоднішньому стану.

2. Інформаційне повідомлення «Правила в нашому житті».

Мета: усвідомити важливість і необхідність правил для мирного проживання в соціумі, вчитися жити і діяти за правилами.

Кожен з вас чув історію про життя і незвичайно-дивовижні пригоди Робінзона Крузо, моряка, який прожив 28 років 2 місяці і 9 днів у цілковитій самотності на безлюдному острові біля берегів Америки, куди його викинуло через кораблетрощу.

Уявіть собі, що ви опинились на такому ж острові, де ніхто не живе. Чого вам не вистачатиме понад усе?

Відповіді дітей:

- солодощів;
- телефона;
- комп'ютера, Інтернету, телевізора;
- друзів, батьків.

Дійсно, більшості не вистачає друзів, спілкування, адже ми живемо серед людей. Всі ми різні. У кожного свій колір очей, волосся, свої відбитки пальців... А ще ми маємо свій характер, свій темперамент, свої почуття і здібності.

3. Вправа «Я».

Мета: формувати адекватну самооцінку, повагу до себе, як особистості.

– Промовте слово «Я» з різною силою голосу, інтонацією, почуттями.

З ніжністю – «Я».

З любов'ю – «Я».

З гордістю – «Я».

З впевненістю – «Я».

Зі злістю – «Я».

Життєстверджувально – «Я».

Кожна людина це окреме «Я», ця особистість мало чим подібна на сусіда по партії. Всі ви по різному думаєте і висловлюєтесь, вболіваєте один за одного, іноді сперечаєтесь.

Як же зробити, щоб такі різні діти жили з повагою один до одного? Для цього існують правила! Життя змусило людей встановлювати різні правила. Ми зустрічаємось з ними на кожному кроці.

– Правила користування міським транспортом. Назвіть.

Відповіді дітей.

– Правила в потязі. Назвіть.

Відповіді дітей.

– Правила поведінки на воді. Назвіть.

Відповіді дітей.

– Правила вдома. Назвіть.

Відповіді дітей.

– Правила дорожнього руху. Назвіть.

Відповіді дітей.

– Чому важливо дотримуватись правил?

– Відповідь дітей: це наша безпека!

4. Вправа на релаксацію "Подорож на хмаринці".

Мета: стабілізувати психоемоційний стан дітей.

Сядьте зручніше і закрийте очі. Два-три рази глибоко вдихніть і видихніть. Я хочу запросити вас у подорож на хмаринці. Стрибніть на білу пухнасту хмаринку, схожу на м'яку гору з пухких подушок. Відчуйте, як ваші ноги, спина, сіднички зручно розташувалися на цій великій хмарній подушці. Розпочинається подорож. Хмарка повільно піднімається в синє небо. Відчуваєте, як вітер овіває ваші обличчя? Тут, високо в небі, все спокійно і тихо. Нехай хмарка перенесе вас зараз у таке місце, де ви будете щасливі. Постарайтеся подумки побачити це місце якомога виразніше. Тут ви відчуваєте себе абсолютно спокійно і щасливо. Тут може статися щось дивовижне і чарівне. Тепер ви знову на своїй хмаринці, і вона везе вас назад, на ваше місце.

Злізьте подумки з хмаринки і подякуйте їй за цікаву подорож. Тепер простежте, як вона повільно розтане в повітрі. Потягніться, випряміться і знову будьте бадьорими і уважними.

5. Створення правил мирного проживання в нашому класі.

Мета: створити правила безпечного і мирного проживання в класі.

Сьогодні на занятті ми створимо правила мирного проживання в нашому класі без слова «не».

Перед вами плакат. Ви будете називати правило, погоджувати його з однокласниками і записувати. Такі правила допоможуть нам жити в мирі і злагоді. .

Правила мирного проживання в нашому класі:

- поважати вчителів і однокласників;
- вчасно приходити на уроки;
- своєчасно готуватись до уроку;
- уважно слухати вчителя;
- берегти шкільне майно;
- вирішувати конфлікти мирним шляхом;
- ділитись, допомагати і бути чуйними.

6. Відео «Діти діляться сніданком».

Мета: продемонструвати важливість колективної підтримки для збереження психічного благополуччя кожної дитини.

7. Висновок.

Якщо ми будемо знати правила, вміти жити за правилами, то ми зможемо жити в мирі і злагоді і наша школа буде безпечною і мирною.

Рекомендації для вчителя: на батьківських зборах спільно із батьками скласти правила для батьків класу.

Заняття 2

Тема: Формуємо світ разом. 21 вересня – Міжнародний День Миру.

Мета:

- надати інформацію про Міжнародний день миру;
- довести необхідність збереження миру;
- виховувати доброзичливе ставлення один до одного;
- формувати навички колективної роботи і взаємодопомоги;
- формувати адекватну самооцінку.

Обладнання: фліпчартерна дошка, білий ватман, вирізані сердечка з кольорового паперу, клей, дзеркальце, стілець.

План заняття

1. Привітання учнів. Вправа «Щоденник настроїв». Вправа «Квадрат емоцій».
2. Інформаційне повідомлення «21 вересня – Міжнародний День Миру».
3. Рольова гра. Програвання ситуацій «Стілець».
4. Вправа з дзеркалом.
5. Виготовлення плакату «Мир».
6. Висновок.

Хід заняття

1. Привітання учнів.

Мета: створити доброзичливу атмосферу, викликати позитивні почуття та емоції, створити сприятливу психологічну атмосферу.

Посміхнись сусіду по парті, підморгни психологу, помахай долонькою найкращому другу.

Вправа «Щоденник настроїв». (Додаток 1)

Мета: формувати вміння усвідомлювати свій емоційний стан й вміння виражати його словами.

Вправа «Квадрат емоцій».

Мета: встановити позитивний емоційний контакт, зняти емоційне напруження.

У зошитах: 1) відмітьте свій сьогоднішній настрій; 2) розфарбуйте квадрат емоцій кольорами, які відповідають вашому сьогоднішньому стану.

2. Інформаційне повідомлення.

Мета: надати інформацію про Всесвітній день миру, історію свята та актуальність теми миру – візуалізація теми (Додаток 2).

21 вересня в усьому світі відзначають Всесвітній день миру. Щорічно в цей день в ООН проводяться святкові заходи з Ходою миру і гучним лунанням Дзвону миру. Цей дзвін був відлитий з монет, які зібрали діти з 60 країн світу. На ньому є напис: «Нехай буде мир в усьому світі».

Тема миру є актуальною завжди.

Як ви розумієте значення слова «мир»?

Відповіді дітей: без війни, без сварок, без конфліктів.

Поняття миру має багато значень і ми спробуємо їх проаналізувати.

Зачитую твердження. Для обговорення використовуємо метод «Мікрофон».

I. Мир – відсутність незгоди між людьми.

Діти, як ви розумієте дане твердження?

Відповіді дітей: жити без сварок, конфліктів і суперечок.

3. Рольова гра . Програвання ситуації «Стілець».

Мета: формувати доброзичливі відносини, сприяти ситуації співпраці.

Хід гри: троє учасників виходять на середину класу. Психолог ставить запитання до решти дітей і на правильні відповіді учні плескають в долоні.

- Перед нами учні третього класу?- Так! (плескають у долоні);
- Вони навчаються в початковій школі? –Так!(плескають у долоні);
- Живуть в місті Тернопіль? –Так (плескають у долоні);
- Живуть в Україні? –Так (плескають в долоні);

- Можуть бути справжніми друзями?-Не завжди.

Біля трьох учасників ставлю стілець.

1 учасник стає на стілець.

2 учасник – присідає біля стільця.

3 учасник – стоїть поруч зі стільцем.

Запитання до другого учасника:

- Тобі зручно в такому положенні? Привітайся з 1 учасником (Ні, не зручно, болять ноги, шия, голова).

Запитання до третього учасника:

- Як ти почуваєшся? Чи зручно тобі дивитися на свого співрозмовника знизу вгору (Ні)?
- Привітайся і потисни руку 2 учаснику (доводиться нахилитися...).

Запитання до першого учасника:

- Як почуваєшся ти (У хиткому становищі, дивлюсь на всіх зверху, не помічаю, що роблять інші...)?

Запитання до всіх:

- Що необхідно зробити, щоб усі учасники почувалися комфортно і могли спілкуватися на рівних?
- Так, напевне, стати на одному рівні, дивитися в очі один одному. Лише тоді буде злагода і порозуміння.
- Зачитую твердження. Для обговорення використовуємо метод «Мікрофон».

II. Мир – стан спокою і гармонії, період, коли немає війни. Історія всього світу побудована на історії воєн. Війни несуть руйнування, страх, неспокій, загрозу, нестабільність.

III. Мир – відсутність домашнього насилля.

IV. Мир з навколишнім середовищем. Як людина ставиться до природи, такою буде доля планети.

V. Мир внутрішній. Мир із самим собою. Мир у душі кожної людини.

4. Вправа з дзеркалом.

Мета: формувати самосвідомість і адекватну самооцінку за допомогою практичних навичок.

Дітям показую дзеркало.

Це річ, у яку ми зазираємо декілька разів на день. Одні діти, дивлячись на себе, бачать усміхнену, впевнену в собі, рішучу дитину. Інші навпаки – сумну, ображену, можливо, злу і невпевнену дитину. Одні крокують по життю, несучи з собою мир, злагоду і любов, а інші – навпаки.

Якщо ми житимемо в мирі з собою, то зможемо жити в мирі і з іншими людьми. Підходжу з дзеркалом до кожної дитини і пропоную зазирнути в нього та посміхнутись.

5. Колективна робота. Виготовлення плакату «Мир – це...».

Мета: закріплення знань, отриманих на занятті та навичок колективної роботи.

Перед кожним з вас на парті є сердечка. Напишіть на ньому, що для кожного з вас означає слово «мир» (повага, дружба, любов, турбота, підтримка....). Діти підходять по черзі до дошки і наклеюють на плакат з написом «Мир – це...» свої сердечка.

6. Висновок. Знаючи, що таке мир і його значення для всіх, ми вмітимемо берегти мир навколо себе і знатимемо, як жити в мирі з собою і навколишнім світом.

Заняття 3

Тема: Зупинимо булінг разом.

Мета:

- інформувати дітей про булінг;
- навчити розпізнавати ситуації булінгу;
- вчити вирішувати конфлікти ненасильницькими методами;
- формувати навички відповідальної та безпечної поведінки.

Обладнання: мультимедійна дошка; картки із зображенням стріли, мішені, ока; кольорові олівці; робочі зошити для занять з психологом.

План заняття

1. Привітання учнів. Вправа «Щоденник настрою». Вправа «Квадрат емоцій».
2. Інформаційне повідомлення «Що таке булінг?».
3. Притча «Про мудреця і метелика».
4. Вправа «Стріла. Мішень. Око».
5. Вправа «STOP - TALK-WALK».
6. Відео «Булінг. Не здавайся».
7. Висновок.

Хід заняття

1. Привітання учнів.

Мета: створити доброзичливу атмосферу, викликати позитивні почуття та емоції, створити сприятливу психологічну атмосферу.

Посміхнись сусіду по парті, підморгни психологу, помахай долонькою найкращому другу.

Вправа «Щоденник настроїв» (Додаток 1).

Мета: формувати вміння усвідомлювати свій емоційний стан й вміння виражати його словами

Вправа « Квадрат емоцій».

Мета: встановити позитивний емоційний контакт, зняти емоційне напруження

У зошитах: 1) відмітьте свій сьогоднішній настрій; 2) розфарбуйте квадрат емоцій кольорами які відповідають вашому сьогоднішньому стану.

2. Інформаційне повідомлення «Що таке булінг?».

Мета: надати інформацію про поняття булінгу, організувати засвоєння нового матеріалу через активні форми спілкування.

Візуалізація теми (Додаток 3.1).

У нас є багато спільного і відмінного. Але нас усіх об'єднує те, що ми маємо одну на всіх Землю і нам слід жити так, щоб зберегти мир, спокій та навколишнє середовище.

Чи знайомі вам такі ситуації?

- бійки між однокласниками;
- принизливі і образливі слова серед дітей;
- нищення ламання або взяття без дозволу чужих речей;
- насмішки, непристойні жести, показування пальцем на когось із учнів;
- знімання когось із учнів на телефон без дозволу і демонстрування або пересилання іншим.

Такі і ще багато інших випадків, які часто повторюються, називають булінг (цькування).

Булінг проявляється в систематичному прояві до дитини через образливі слова, приниження, штовхання, ляпаси, псування майна та інші дії, які принижують.

Таке явище як булінг відоме в усьому світі.

Bully – з англійської мови перекладається як хуліган, забіяка, задирака, тобто людина, яка поводить себе недобре, ображає інших та завдає шкоди. Візуалізація (Додаток 3.2).

3. Притча «Про мудреця і метелика».

Мета: вчити учнів нести відповідальність за свої дії, вчинки і слова.

Послухайте притчу про мудреця і метелика (можна переглянути відео) (Додаток 9.9).

Багато років тому в одному стародавньому місті жив дуже мудрий чоловік. До нього приходили люди звідусіль за порадою. Слава його розійшлася по всьому світу. У цьому місті жив чоловік, який дуже заздрив мудрецю. Він вирішив довести людям, що не такий він і розумний. Довго він думав і вирішив: я впіймаю метелика, заховав його між долонь, підійду до мудреця і запитав його: «Скажи, в мене в руках метелик живий чи мертвий?» – і якщо він скаже що живий, тоді я притисну його своїм долонями так, що коли я їх розкрию, то він побачить, що метелик мертвий. А якщо мудрець скаже: «Мертвий», – тоді я розкрию долоні і випущу метелика й він полетить. Так він і зробив. Підійшов до мудреця і запитав: «У мене в руках метелик живий чи мертвий?». Мудрець відповів: «Все в твоїх руках!». Отже, одні люди можуть свідомо випускати в світ добро, а інші – зло!

4. Вправа «Стріла. Мішень. Око».

Мета: спонукати встановлювати причинно-наслідкові зв'язки через рольову гру.

У мене в руках картки із зображенням стріли, мішені і ока. Поділимося по рядах на 3 групи.

1 група – «Стріла» – агресор, кривдник.

2 група – «Мішень» – жертва, постраждала дитина.

3 група – «Око» – спостерігачі.

Методом «Мікрофон», використовуючи свою ручку, ми будемо давати відповіді на такі запитання:

- Хто з дітей, не називаючи імен, може бути кривдником, агресором? Яка ця дитина? Опишіть її.

Відповідають учні першої групи «Стріла».

- Злий, зухвалий, б'ється, зверхній, хитрує, уникає відповідальності, хвалькуватий, може мати багато друзів.

Запитання до учнів другої групи «Мішень»:

- Як ми можемо розпізнати жертв булінгу?

Відповіді дітей: замкнутий, лякливий, невпевнений, не має друзів.

Запитання до учнів третьої групи «Око»:

- Хто такі спостерігачі? Опишіть їх.

Відповіді дітей: стоять осторонь, можуть насміхатися, байдужі.

5. Техніка «STOP - TALK-WALK».

Мета: ознайомити з формулою дії проти агресора «STOP-TALK-WALK».

Булінгу може зазнати будь-яка дитина, але жодна не заслуговує на таке ставлення. Якщо вас цькують або ви стали свідком приниження інших, треба обов'язково сказати про це дорослим: вчителю, батькам, шкільному психологу. Можна зателефонувати на «Національну гарячу лінію» за номером 0 800 500 225 або 116 111.

Вас обов'язково вислухають і нададуть допомогу. Запишіть ці телефони у свої робочі зошити.

А ще існує формула, яка допоможе вам зупинити агресора. Вона називається «STOP-TALK-WALK».

Коли агресор починає конфлікт або бійку потрібно виконати три дуже важливі дії:

- STOP: Зупинись! Будь спокійним! Ні в якому разі не вступай у суперечку чи бійку, намагайся уникнути сварки.
- TALK: Говори спокійно і переконливо! Покажи свою силу духу. Поясни впевнено, що тобі не подобається таке ставлення до себе і ти не будеш терпіти та повідомиш дорослих.
- WALK: зроби вигляд, що тобі байдуже, і йди з цього місця.

Запишіть цю формулу в зошит. «STOP-TALK-WALK».

6. Візуалізація. Відео про булінг «Не здавайся».

Мета: формування ненасильницької моделі поведінки (Додаток 9. 1).

7. Висновок.

На сьогоднішньому занятті ви дізналися, що таке булінг; навчилися розпізнавати ситуації булінгу і зможете зупинити прояви булінгу (Додаток 3.3).

Заняття 4

Тема: Толерантність. 16 листопада – Міжнародний день толерантності.

Мета:

- ознайомити дітей з поняттям толерантності, використовуючи інформаційні довідки, факти;
- вчити комунікувати на доброзичливій, толерантній основі;
- виховувати терпимість та розуміння до індивідуальності кожної дитини;
- розвивати адекватну самооцінку, вміння приймати рішення і вибирати правильну позицію.

Обладнання: мультимедійна дошка, фліпчартерна дошка, ватман, робочі зошити для занять з психологом, кольорові олівці, аркуш паперу, вирізані з кольорового паперу пелюстки, книга або журнал, написані шрифтом Брайля, коробка від ліків.

План заняття

1. Привітання учнів. Вправа «Щоденник настроїв». Вправа «Квадрат емоцій».
2. Вправа з аркушем паперу.
3. Інформаційне повідомлення «Толерантність».
4. Вправа «Австралійський дощ».
5. Інформаційна бесіда «Проблеми дітей-інвалідів».
6. Відео «Толерантність».
7. Колективна робота: виготовлення плакату.
8. Висновок.

Хід заняття

1. Привітання учнів.

Мета: створити доброзичливу атмосферу, викликати позитивні почуття та емоції, створити сприятливу психологічну атмосферу.

Посміхнись сусіду по парті, підморгни психологу, помахай долонькою найкращому другу.

Вправа «Щоденник настроїв» (Додаток 1).

Мета: формувати вміння усвідомлювати свій емоційний стан й вміння

виражати його словами

Вправа « Квадрат емоцій»

Мета: встановити позитивний емоційний контакт, зняти емоційне напруження

У зошитах: 1) відмітьте свій сьогоднішній настрій; 2) розфарбуйте квадрат емоцій кольорами які відповідають вашому сьогоднішньому стану.

2. Вправа з аркушем паперу.

Мета: вчити діяти за вказівкою; виховувати уважність і спостережливість до інших людей.

Кожному дається аркуш паперу – заготовка в половину аркуша А4.

- 1) Візьміть папір в руки.
- 2) Складіть навпіл і відірвіть верхній правий кут.
- 3) Знову складіть навпіл і відірвіть нижній лівий кут .
- 4) Відірвіть правий верхній кут.
- 5) Розверніть і уважно подивіться на роботу, яку ви виконали. Подивіться на роботи своїх друзів.

У всіх роботи різні. А чи можна сказати, що хтось виконав невірно? Всі виконали по-різному. Всі ми різні! Як ж нам таким різним жити, вчитись, працювати, розуміти і не ображати один одного?

Відповіді дітей: поважати один одного; допомагати; ставитись з розумінням; не порушувати права.

3. Інформаційне повідомлення «Толерантність».

Мета: надати інформацію про сутність поняття «толерантність», розвивати почуття єдності, терпимості, взаємоповаги.

Запишіть у зошити слово «толерантність». Вчитель записує маркером на плакаті слово «Толерантність».

16 листопада у світі відзначають Міжнародний день толерантності. Візуалізація (Додаток 4).

Слово «толерантність» походить від латинського *tolerans* і означає –

стійкість, витривалість, терпимість. Майже у всіх країнах світу, попри їх відмінності, традиції, культуру. існує однакове тлумачення слова «толерантність».

Англійською – готовність приймати будь-яку людину.

Німецькою – терпимість до інших людей;

Арабською – прощення, милосердя, співчуття;

Китайською – виявляти чуйність, приймати;

Іспанською – визнавати ідеї і думки інших людей;

Українською – бути стриманим, вміти рахуватись з думками інших людей.

16 листопада у багатьох країнах світу проводять уроки, бесіди, квести, лекції і різноманітні заходи про толерантність (Додаток 9.8).

4. Вправа «Австралійський дощ».

Мета: забезпечити психологічне розвантаження учасників.

Учасники стають біля парт.

Чи знаєте ви, що таке австралійський дощ? Ні? Давайте разом послухаємо, який він. По колу, ланцюжком ви передаватимете мої рухи. Починаємо за мною:

- В Австралії піднявся вітер – потираємо долоні.
- Починає накрапати дощ – клацання пальцями.
- Дощ посилюється – почергове ляскання долонями по грудях.
- Починається справжня злива – ляскання по стегнах.
- Справжня буря – тупіт ногами.
- Але що це? Буря стихає – ляскання по стегнах.
- Дощ стихає – почергове ляскання по грудях.
- Поодинокі краплі падають на землю – клацання пальцями.
- Тихе шелестіння вітру – потирання долонь.
- Сонце – руки догори.
- Веселка – опускаємо до низу.

5. Інформаційна бесіда «Проблеми дітей-інвалідів».

Мета: познайомити дітей з особливостями способу життя дітей з інвалідністю, формувати терпиме та співчутливе ставлення до них.

Всі ми різні! Серед нас є люди, які потребують особливої уваги і турботи.

У мене в руках є книжка, але тут немає жодної літери, лише випуклі

крапки! А ще (демонструю дітям) погляньте, це картонна коробка від ліків і на ній також є такі випуклі крапки.

Передаю дітям книжку і коробки (порожні) від ліків і пропоную з закритими очима, лише пальчиками, намацати і відчутти крапки.

Як ви гадаєте, для чого ці крапки?

Відповіді дітей: для людей з вадами зору.

Послухайте одну історію.

У Франції, неподалік Парижу, в 1809 році в сім'ї ремісника народився хлопчик. Його назвали Луї Брайль. Хлопчик частенько грався в батьковій майстерні. Одного разу, з необережності, трирічний Луї пошкодив собі око гострим предметом. Через якийсь час хлопчик втратив зір. Батьки Луї доклали багато зусиль, щоб хлопчик ріс і розвивався, як всі діти. Він ходив до школи і був найкращим учнем в класі. У 10 років Луї віддали до Королівського інституту для незрячих, де він навчився грати на фортепіано і органі. А в 15 років Луї Брайль створив шрифт, яким користуються незрячі люди і сьогодні. Майже 200 років шрифт Брайля використовується для читання книг. Він є на кнопках ліфтів, банкоматах, пакетах від ліків, шампунях.

А ще, можливо, ви бачили на зупинках, в транспорті, на вулиці людей, які спілкуються, обмінюються інформацією за допомогою різноманітних рухів руками і пальцями. Як називається така мова?

Відповіді дітей: жестова мова.

Її використовують люди з вадами голосових зв'язок та слуху. Як ми повинні ставитись до людей і дітей, які мають певні особливості розвитку?

Відповіді дітей: толерантно, терпимо, милосердно, доброзичливо з повагою.

6. Перегляд відео «Толерантність. Тамара» (Додаток 9.6). Перегляд відео «Подарунок» (Додаток 9.7).

Мета: продемонструвати специфіку способу життя дітей з інвалідністю.

7. Колективна робота: виготовлення плакату.

Мета: розкрити зміст поняття «толерантність» як принцип людського буття, закріпити навички колективної співпраці.

У кожного на робочому столі є вирізана з кольорового паперу пелюсточка. Напишіть на ній фломастером або ручкою риси – синоніми слова толерантність.

Діти з пелюстками підходять до плакату «Толерантність» і спільно створюємо квітку толерантності.

8. Висновок.

Ми замислились над питаннями: «Що таке толерантність? Як нам зробити наше життя кращим?»; навчилися жити з почуттям єдності, терпимості, розуміння людей з особливостями фізичного здоров'я; можемо налагоджувати стосунки в соціумі на доброзичливій толерантній основі.

Заняття 5

Тема: Дитина має право знати свої права. 20 листопада – Всесвітній день дитини.

Мета: підвищувати рівень правової обізнаності дітей; продовжувати знайомити дітей зі змістом основних статей Конвенції ООН про права дитини; формувати відповідальне ставлення до захисту власних прав та поваги до прав інших.

Обладнання: мультимедійна дошка (ноутбук, телевізор), фліпчартерна дошка, маркери, ватман, плакат «Конвенція ООН про права дитини», скринька з дзеркалом, робочі зошити для занять з психологом.

План заняття

1. Привітання учнів. Вправа «Щоденник настроїв». Вправа «Квадрат емоцій».
2. Гра «Чарівна скринька».
3. Бесіда: «Дитина – це...».
4. «Мозковий штурм».
5. Інформаційне повідомлення «20 листопада – Всесвітній день дитини».
6. Відео «Конвенція ООН про права дитини».
7. Вправа «Мікрофон».
8. Висновок.

Хід заняття

1. Привітання учнів.

Мета: створити доброзичливу атмосферу, викликати позитивні почуття та емоції, створити сприятливу психологічну атмосферу.

Посміхнись сусіду по парті, підморгни психологу, помахай долонькою найкращому другу.

Вправа «Щоденник настроїв» (Додаток 1).

Мета: формувати вміння усвідомлювати свій емоційний стан і вміння виражати його словами.

Вправа « Квадрат емоцій».

Мета: встановити позитивний емоційний контакт, зняти емоційне напруження.

У зошитах: 1) відмітьте свій сьогоднішній настрій; 2) розфарбуйте квадрат емоцій кольорами, які відповідають вашому сьогоднішньому стану.

2. Гра « Чарівна скринька».

Мета: усвідомити власну цінність, формувати адекватну самооцінку.

Хід гри: у мене в руках «чарівна скринька». Якщо я її відкрию, то ви побачите те, що є важливим, цінним, неповторним, особливим, унікальним.

- Як ви думаєте, що знаходиться всередині скриньки?

Відповіді дітей: гроші, телефон, золото, іграшки...

Відкриваю скриньку, підходжу до кожної дитини. Діти по черзі зазирають всередину скриньки і бачать дзеркало, а в ньому своє відображення. У кожної дитини, коли вона дивиться в дзеркало, запитую:

-Хто важливий? (Я)

-Хто цінний? (Я)

-Хто неповторний? (Я)

-Хто унікальний? (Я)

-Хто талановитий? (Я)

-Так, це правда! Якщо цю «чарівну скриньку» – нашу дитячу душу, наповнювати любов'ю, добром, миром, знаннями..., то в ній не залишиться місця для зла.

«Дитина має знати, що вона – диво, такої іншої дитини, як ця не було ще з самого початку світу» (Пабло Косалс).

3. Бесіда «Дитина – це ...».

Мета: актуалізувати знання дітей, що є опорними, для роботи з новою інформацією.

- Продовжіть твердження «Дитина – це ...».

Відповіді дітей: особистість, людина, хлопчик, дівчинка, малюк, дитя, юнак.

- До якого віку, до скількох років ви є дитиною?

Відповіді дітей: до 14 років, до 12 років, для батьків – завжди.

- Відповідно до законодавства України дитиною є особа віком до 18 років. Як ви гадаєте: чому саме до 18 років, за законом, ви є дітьми?

Відповіді дітей: ростемо, розвиваємось, нам потрібен захист, батьки про нас піклуються, дбають, допомагають.

- Згідно з міжнародним і українським законодавством дитина від народження має невід’ємні права, які їй гарантує держава.

4. «Мозковий штурм».

Мета: стимулювати творче мислення при вирішенні проблеми, отримати безліч нових ідей і сформувати на їх основі теми для подальшого аналізу.

Уявіть собі, що міжнародна організація доручила вам скласти права для дітей і в цих правах має бути те, що потрібно всім дітям на планеті Земля, щоб жити щасливо, бути здоровими і захищеними!

Відповіді дітей записую на ватмані (маркером): батьки, дім, друзі, солодощі, відпочинок, телефон, велосипед, школа, відпочинок, ім’я ...

5. Інформаційне повідомлення «20 листопада – Всесвітній день дитини».

Мета: надати інформацію про Всесвітній день дитини, історію свята та актуальність теми захисту прав дітей. Візуалізація (Додаток 5).

Так само, як і ви, 20 листопада 1989 року за великий стіл переговорів сіли представники 153 країн світу, крім Америки і Сомалі (Америка вважала, що її діти і так мають багато прав, а Сомалі настільки була зруйнована війною, що не було кого відправити на зустріч) і приймали Конвенцію ООН про права дитини.

Цей документ складається з 54 статей.

Запишіть у зошитах:

О – організація

О – об’єднаних

Н – націй

Конвенція – угода між державами про права дитини.

6. Відео «Конвенція ООН про права дитини» (можна використати плакат для ознайомлення з правами дитини) (Додаток 9.4).

Мета: продемонструвати в візуальній формі зміст основних статей конвенції ООН про права дитини.

7. Метод «Мікрофон».

Мета: вчити формулювати власну думку, правильно її виражати, доводити свою точку зору, аргументувати й дискутувати;

Діти використовують власну ручку.

Які права для дитини записані в Конвенції ООН про права дитини?

- 1) Я дитина до 18 років.
- 2) Всі діти мають право на любов і піклування.
- 3) Усі діти рівні у своїх правах.
- 4) Особлива турбота дітям-інвалідам.
- 5) Всі діти мають право на освіту.
- 6) Всі діти мають право на відпочинок та дозвілля
- 7) Всі діти мають право на медичну допомогу.
- 8) Всі діти мають право на вільне спілкування.
- 9) Всі діти мають право на інформацію.
- 10) Жодна дитина не повинна бути скривджена або зневажена.
- 11) Особлива турбота дітям без сімей.

8. Висновок.

Отже, Конвенція ООН про права дитини – це документ про дітей і для дітей. Права однієї дитини не повинні порушувати прав іншої дитини! Якщо ми будемо знати про свої права, то зможемо себе захистити і зростати в мирі та злагоді.

Заняття 6

Тема: ВІЛ/СНІД. 1 грудня – Всесвітній день боротьби з ВІЛ/СНІДом.

Мета:

- підвищувати рівень інформованості дітей щодо проблеми ВІЛ/СНІДом;
- надати інформацію про шляхи зараження ВІЛ і шляхи, якими ВІЛ не передається;
- розвивати вміння безпечного ставлення до власного здоров'я;
- формувати толерантне ставлення до людей з ВІЛ/СНІДом.

Обладнання: глобус (або карта світу); фліпчартерна дошка; ватман, на якому зображений силует людини, маркер; червона стрічка, робочі зошити для занять з психологом, кольорові олівці.

План заняття:

1. Привітання учнів. Вправа «Щоденник настроїв» (Додаток 1). Вправа «Квадрат емоцій».
2. Інформаційне повідомлення «ВІЛ/СНІД».
3. Кінезіологічна вправа «Вуха – ніс».
4. Розповідь «Червона стрічка – символ підтримки людей з ВІЛ/СНІДом».
5. Висновок.

Хід заняття

1. Привітання учнів.

Мета: створити доброзичливу атмосферу, викликати позитивні почуття та емоції, створити сприятливу психологічну атмосферу.

Посміхнись сусіду по парті, підморгни психологу, помахай долонькою найкращому другу.

Вправа «Щоденник настроїв» (Додаток 1).

Мета: формувати вміння усвідомлювати свій емоційний стан й вміння виражати його словами

Вправа « Квадрат емоцій».

Мета: встановити позитивний емоційний контакт, зняти емоційне напруження

У зошитах: 1) відмітьте свій сьогоднішній настрій; 2) розфарбуйте квадрат емоцій кольорами, які відповідають вашому сьогоднішньому стану.

2. Інформаційне повідомлення «ВІЛ/СНІД».

Мета: надати інформацію дітям про ВІЛ-інфекцію, СНІД, шляхи передачі вірусу та способи захисту.

1 грудня відзначають Всесвітній день боротьби з ВІЛ/СНІДом. СНІД вперше було зафіксовано в 1983 році в США, тобто 38 років тому (*показую на глобусі США*). Візуалізація теми (Додаток 6.1).

Через деякий час хворобу почали фіксувати в кожній країні світу: в Англії, Франції, Німеччині, Італії, Індії, Китаї, Україні... Вже немає жодного континенту, за винятком хіба що Антарктиди, яка була б вільна від ВІЛ-інфекції. СНІД загрожує всім, починаючи від новонароджених.

Згідно з підрахунками ООН чисельність населення Землі сягнула 7 млрд. осіб. ВІЛ/СНІД поширюється нашою планетою з неймовірною швидкістю через поведінку і вчинки людей. На сьогоднішній день ВІЛ - інфіковано понад 36 млн. людей у світі.

Ви неодноразово чули від дорослих слово «вірус». Віруси можуть завдавати шкоди і рослинам, і тваринам, і людям. Слово «вірус» у перекладі з латинської означає «отрута».

(Підходжу до плакату, на якому намальований силует людини.)

- Якщо вірус потрапляє в організм людини, то виникає хвороба. Які вірусні захворювання ви знаєте?

Відповіді дітей: грип, застуда, вітрянка, свинка, COVID-19.

Усі ці недуги спричиняють віруси, які проникають у людський організм. Як ці віруси потрапляють? (На плакаті, на силуеті людини малюю очі, ніс і рот). Повітряно-крапельним шляхом і поширюються по всьому організму. Люди, щоб швидше одужати, приймають ліки і зміцнюють свій імунітет.

Сьогодні ми поговоримо про вірус, який не схожий на жодну з відомих хвороб. Цей вірус передається лише через кров від людини до людини. І коли

цілісність шкірних покривів порушується гострим предметом (голкою, бритвою, інструментами для нанесення татуювання), яким перед цим користувалася інфікована людина і кров якої залишилася на цьому інструменті, вірус потрапляє до організму. Візуалізація (Додаток 6.2).

Вправа в зошитах

В – вірус

І – імунодефіциту

Л – людини

С – синдром (симптоми, які вказують на хворобу)

Н – набутого

І – імунного

Д – дефіциту

3. Кінезіологічна вправа «Вуха – ніс».

Мета: підвищувати психоемоційний стан.

Хід вправи: лівою рукою взятися за кінчик носа, а правою – через ліву руку, за праве вухо. Одночасно відпустити, плеснути в долоні, потім поміняти положення рук. Повторити 5-6 разів.

Отже, ВІЛ не передається:

- рукостисканням;
- посуд, їжу;
- домашніх тварин;
- туалети;
- кашель, чхання;
- монети і паперові гроші;
- дверні ручки;
- постільну білизну, рушники, мило, мочалки (діти доповнюють).

Як себе захистити? Основна умова – ваша уважність і безпечна поведінка!

Твої правила безпеки:

1. Якщо ти знайдеш лезо, бритву, голку, то не бери їх в руки. А якщо випадково вколовся – скажи про це дорослим.

2. Якщо ти з батьками йдеш до зубного лікаря, то слідкуйте, щоб він був у рукавичках і використовував стерильні інструменти.

3. Якщо ти з батьками йдеш в поліклініку, чи в лікарню, то слідкуйте, щоб медичні працівники, які вас обслуговують, були в рукавичках і використовували одноразові шприци (або майте власні).

4. Розповідь «Червона стрічка – символ підтримки людей з ВІЛ/СНІДом».

Мета: надати інформацію про символ підтримки людей з ВІЛ/СНІД – червону стрічку. Візуалізація теми (Додаток 6.1).

Сьогодні на мені червона стрічка. Таку ж стрічку ви побачите на перехожих на вулиці, у ведучих телепередач на екранах телевізорів. Червоні стрічки носять небайдужі люди, як символ солідарності та підтримки людей з ВІЛ/СНІДом.

Історія символу.

У 1991 р. відомий американський художник Франк Мур, який був ВІЛ-інфікованим, побачив, що сусідська сім'я носить жовті стрічки – на знак надії, що їх донька-військовослужбовець благополучно повернеться з війни. Стрічка складалася так, що нагадувала перевернуту літеру «V» (вікторія) – перемога. Франк Мур використав червоний колір – колір крові і вирішив використати такий символ для підтримки і розуміння людей з ВІЛ/СНІДом.

5. Висновок.

Знаючи, яку небезпеку несе ВІЛ/СНІД, знаючи шляхи зараження ВІЛ і якими шляхами ВІЛ-інфекція не передається, зможу дотримуватися правил здорового способу життя і толерантно ставитися до ВІЛ-позитивних людей.

Заняття 7

Тема: Право дитини на безпечне життя. Захист дітей від викрадення та продажу.

Мета:

- закріпити знання дітей про основні положення Конвенції ООН про права дитини;
- вчити дітей правилам власної безпеки;
- ознайомити з поняттям «кіднепінг»;
- вчити розпізнавати життєві ситуації, які несуть загрозу життю та здоров'ю;
- закріпити знання про контакти рятувальних служб;
- розвивати уважність та спостережливість.

План заняття

1. Привітання учнів. Вправа «Щоденник настроїв». Вправа «Квадрат емоцій».
2. Інформаційне повідомлення «Безпека – це...».
3. Гра «Статтями Конвенції ООН про права дитини».
4. Рухова гра «Квіточка».
5. Бесіда «За мотивами казок».
6. Важлива інформація «Телефони служб порятунку».
7. Вправа на релаксацію «П'ять поверхів».
8. Вправа «Безпечне місце. Безпечні люди».
9. Гра «Мої правила безпечної поведінки».
10. Висновок.

Хід заняття

1. Привітання учнів.

Мета: створити доброзичливу атмосферу, викликати позитивні почуття та емоції, створити сприятливу психологічну атмосферу.

Посміхнись сусіду по парті, підморгни психологу, помахай долонькою найкращому другу.

Вправа «Щоденник настроїв» (Додаток 1).

Мета: формувати вміння усвідомлювати свій емоційний стан й вміння

виражати його словами.

Вправа «Квадрат емоцій».

Мета: встановити позитивний емоційний контакт, зняти емоційне напруження.

У зошитах: 1) відмітьте свій сьогоднішній настрій; 2) розфарбуйте квадрат емоцій кольорами, які відповідають вашому сьогоднішньому стану.

2. Інформаційне повідомлення «Безпека – це...».

Мета: актуалізувати знання дітей, що є опорними, для роботи з новою інформацією. Візуалізація теми (Додаток 7).

Дитинство – це період розвитку людини до досягнення нею повноліття.

– До якого віку, за законом, ви вважаєтесь дитиною?

– Відповіді дітей: до 18 років.

– До досягнення повноліття дітям необхідні захист, турбота, піклування, щоб розвиватись і зростати у безпеці.

Метод «Мікрофон» (діти використовують власну ручку або олівець).

– Що потрібно кожній дитині, щоб розвиватись і зростати у безпеці?

Відповіді дітей: дім, батьки, гроші, телефон, одяг, любов, здоров'я, друзі, впевненість, знання...

– Отже, **безпека** – це відсутність загроз життєво важливим інтересам людини: її життю, здоров'ю і добробуту.

(Можна виставити на екран, на дошку або зачитати).

– Які закони захищають дитину?

Відповіді дітей: Конституція України, Конвенція ООН про права дитини.

Відповідно до положень Конвенції ООН про права дитини 26 квітня 2001 року в Україні було прийнято Закон «Про охорону дитинства». Його мета забезпечити права дитини на життя, освіту, охорону здоров'я та соціальний захист.

3. Гра «Статтями конвенції ООН про права дитини».

Мета: закріпити рівень знань дитини статей Конвенції ООН про права

дитини.

Хід гри: пропоную дітям розглянути плакат з піктограмами про права дитини. Показую на позначення (піктограму), а діти називають право: (Візуалізація (Додаток 5.1)

- Всі діти мають право на любов і піклування.
- Всі діти є рівними у своїх правах.
- Всі діти мають право на освіту.
- Всі діти мають право на медичну допомогу.
- Всі діти мають право на повноцінне харчування.
- Жодна дитина не повинна стати жертвою війни або насильства.
- Жодна дитина не повинна бути скривдженою або зневаженою.
- Жодна дитина не повинна бути викраденою або проданою.

Кожна дитина має право на захист від викрадення та продажу – стаття 35 Конвенції ООН про права дитини. Візуалізація (Додаток 7). Обов'язки батьків і держави – запобігти викраденню дітей, торгівлі дітьми та їх контрабанді.

Викрадення дітей називають кіднепінгом.

– Запишіть це слово у зошит.

З англійської: kid – «дитина», нар - «вирвати з рук».

4. Рухова гра «Квіточка».

Мета: зняти емоційне напруження, забезпечити позитивний настрій.

Хід гри: діти присідають, руки притиснуті до грудей.

– Маленьке зернятко квіточки поклали в родючий ґрунт. Дощик поливає.

Сонечко зігріває своїми ніжними променями. Квіточка проростає...

Діти повільно піднімаються, встають рівно, потім – навшпиньки, піднімають руки над головою і опускають до низу.

– Найпрекрасніша, найкрасивіша, найщасливіша квіточка розквітла.

5. Бесіда «За мотивами казок».

Мета: актуалізувати знання дітей щодо казок, спонукати інтерес аналізувати казки та встановлювати причинно-наслідкові зв'язки.

– Переді мною добірка дитячих казок з нашої шкільної бібліотеки. Зміст цих казок відомий вам з самого дитинства. Батьки, бабусі, дідусі, вихователі в

садочку ознайомлювали вас із змістом цих казок, щоб захистити від викрадення і продажу.

Демонстрація і короткий опис змісту казок.

«Гуси лебеді» – гуси викрали хлопчика, якого батьки залишили без нагляду.

«Івасик-Телесик» – Баба-Яга викрала хлопчика, хитрістю заманивши в пастку.

«Гензель і Гретель» – діти потрапили в пастку до злої відьми.

«Білосніжка» – дівчинка взяла від незнайомки отруєне яблуко.

«Снігова королева» – викрала Герду з вулиці.

В усіх казках злочинці були жорстоко покарані.

У наш час за викрадення та неправомірне поводження з дітьми злочинці несуть суворе покарання.

6. Важлива інформація «Телефони служб порятунку».

Мета: закріпити і систематизувати в пам'яті знання про номери виклику служб порятунку.

На дошці записую 101, 102, 103, 104.

– Що означають ці цифри? Запишіть у зошит.

101 – пожежна допомога.

102 – поліція.

103 – швидка медична допомога.

104 – служба газу.

Це номери телефону рятувальних служб, які миттю примчать на допомогу в небезпечних ситуаціях, де є загроза життю чи здоров'ю людей. А ще є номер громадської організації Ла Страда-Україна 0800500225 або 116111 – національна дитяча «гаряча лінія» з питань запобігання торгівлі, викраденню та захисту прав дітей.

7. Вправа на релаксацію «П'ять поверхів».

Мета: стабілізувати психоемоційний стан дітей, формувати почуття безпеки і захищеності.

– Сядьте зручно і закрийте очі. Зробіть три глибоких вдихи і видихи... Уявіть собі, що ви стоїте перед дверима ліфта. Ви натискаєте на кнопку і

викликаєте ліфт... Двері відчиняються, ви заходите в кабінку. Поряд з кнопками для виклику поверхів ви бачите п'ять табличок. На першій написано «Класна кімната» (це наш клас), на другій – «Чудове місце для відпочинку», на третій – «Приємна розумна людина, з якою можна добре поспілкуватися». На четвертій табличці написано «Дивовижна пригода», на п'ятій «Зустріч з другом, якого ти давно не бачив». Виберіть поверх, на який вам найбільше хотілося б потрапити, і натисніть на кнопку. Стежте за тим, як повільно зачиняються двері ліфта, і намагайтесь відчувати, як він повільно їде до вибраного вами поверху... Ось ви вже приїхали, і двері повільно розсуваються. Вийдіть з ліфта і озирніться довкола. Робіть те, що вам хочеться тут робити. У вас є близько хвилини, але у вашій уяві пройде набагато більше часу. Його буде достатньо, що ви встигли зробити те, що запланували (1 хвилина). Настав час повертатися назад. Попрощайтесь із цим місцем і зі всіма, кого ви тут зустріли. Зайдіть у ліфт і ще раз погляньте на те місце, де ви тільки що побували. Тепер усі натисніть кнопку, біля якої написано «Класна кімната». Подивіться, як повільно зачиняються двері, і ліфт повільно опускається донизу. Після того, як він зупиниться, потягніться, випряміться, відкрийте очі і опиніться разом з нами у класі.

8. Вправа «Безпечне місце. Безпечні люди».

Мета: формувати почуття безпеки і захищеності, стабілізувати психоемоційний стан дітей.

1. Психолог просить дітей записати у зошити місце або декілька місць, де вони відчувають безпеку.

2. Запишіть людей, поряд з якими ви є захищеними, які є для вас надійною опорою і підтримкою в будь-яких ситуаціях.

Відповіді дітей:

– дім, школа, у бабусі, у друзів...

– батьки, бабуся, вчитель, хресні, друзі...

9. Гра «Мої правила безпечної поведінки».

Мета: закріпити правила власної безпечної поведінки, вчити обирати правильну модель поведінки.

Використовуємо олівець червоного кольору для відповіді «Ні», олівець

зеленого кольору для відповіді «Так».

1. Візьму від незнайомців цукерку!
2. Візьму цукерку від свого товариша!
3. Сяду в машину до незнайомих людей!
4. Впущу в дім людину, яка мені незнайома!
5. Гратимусь з небезпечними предметами!
6. Ніколи не братиму в руки шприци й інші блискучі предмети на вулиці!
7. Гратимусь до ночі на вулиці!

10. Висновок.

Знаючи основні статті Конвенції ООН про права дитини, основні правила власної безпеки, телефони рятувальних служб, зможу захистити себе і інших від жорстокого поводження, викрадення та продажу.

Заняття 8

Тема: Здоров'я. Складові здоров'я. Психічне здоров'я. 7 квітня – Всесвітній день здоров'я. 10 жовтня – Всесвітній день психічного здоров'я.

Мета:

- поглибити знання дітей про складові здоров'я;
- формування навички здорового способу життя та безпечної поведінки;
- вчити дбати про свій фізичний і психічний стан;
- формувати адекватну самооцінку.

Обладнання: мультимедійна дошка, фліпчартерна дошка, маркери, ватман, робочі зошити для занять з психологом, кольорові олівці, кубики лего.

План заняття:

1. Привітання учнів. Вправа «Щоденник настроїв». Вправа «Квадрат емоцій».
2. Інформаційна бесіда «Здоров'я – це ...».
3. Метод «Мозковий штурм».
4. Вправа «Піраміда здоров'я».
5. Інформаційне повідомлення «Психічне здоров'я – це ...».
6. Вправа «Темні і світлі торбинки».
7. Вправа «Перетворюємо негативне мислення на позитивне».
8. Висновок.

Хід заняття

1. Привітання учнів.

Мета: створити доброзичливу атмосферу, викликати позитивні почуття та емоції, створити сприятливу психологічну атмосферу.

Посміхнись сусіду по парті, підморгни психологу, помахай долонькою найкращому другу.

Вправа «Щоденник настроїв» (Додаток 1).

Мета: формувати вміння усвідомлювати свій емоційний стан й вміння виражати його словами.

Вправа «Квадрат емоцій».

Мета: встановити позитивний емоційний контакт, зняти емоційне напруження.

У зошитах: 1) відмітьте свій сьогоднішній настрій; 2) розфарбуйте квадрат емоцій кольорами, які відповідають вашому сьогоднішньому стану.

2. Інформаційна бесіда «Здоров'я – це ...» .

Мета: ознайомити зі змістом слова «здоров'я», організувати засвоєння нового матеріалу через діалог вчителя з учнями. Візуалізація (Додаток 8.1).

- Яке свято у вашому житті ви дуже любляєте?
- Відповідь дітей: День народження.
- Чому?
- Відповідь дітей: отримуємо багато подарунків і щирих привітань. Вітаючи, люди завжди бажають: міцного здоров'я, щастя, радості, добра...
- Що ж є найціннішим і найважливішим для щасливого життя кожної людини?
- Відповіді дітей: Здоров'я.

Візуалізація (Додаток 8.2).

- Діти, а що означає бути здоровим (Метод «Мікрофон» – діти використовують власну ручку)?
- Відповіді дітей: бути веселим. Ходити на плавання. Коли нічого не болить. Коли нема температури. Коли ми спритні.
- Діти, а чи є серед вас такі, які ніколи не хворіли? Напевно, ні!

3. Метод «Мозковий штурм».

Мета: розвивати вміння аналізувати і приймати правильні рішення.

Уявіть собі, що ви опинилися на перехресті трьох доріг. Посередині стоїть стовп з напрямками доріг і надписом: «Направо підеш – скарб знайдеш, а здоров'я втратиш. Наліво підеш – мішок грошей знайдеш, а половину здоров'я втратиш. Прямо підеш – багатство не знайдеш, але здоров'я збережеш». Яким шляхом ви підете? Чому?

Висновок: здоров'я – скарб, який дарує людині природа. Здоров'я дитини – багатство родини. Здоров'я – це щасливе і повноцінне життя. Здоров'я – це квітка, що може змінювати своє забарвлення, свою форму і розміри залежно від

впливу на неї різних чинників.

Які ж чинники можуть вплинути на здоров'я: поведінка, шкідливі звички.

4. Вправа «Піраміда здоров'я».

Мета: вчити усвідомлювати вплив поведінки і звичок на здоров'я.

Малюю на дошці піраміду, яка складається з багатьох цеглин (можна леґо). Кожна цеглинка – це наш міцний фундамент, наша опора, наше здоров'я, наша непохитність і щастя. А тепер давайте спільно називати чинники, які можуть зашкодити здоров'ю.

Діти називають, а ведучий витирає по одній «цеглинці».

Відповіді дітей: бійки – фізичний біль; не слухати батьків і виходити на вулицю в холодну погоду роздягненим – простуда; пити холодну воду – буде боліти горло; не чистити зуби – доведеться йти до стоматолога; довго грати в телефоні або комп'ютері – погіршити зір; їсти шкідливу їжу – болітиме шлунок.

Наша піраміда здоров'я вже не така міцна, як була на початку. Поганою поведінкою і шкідливими звичками ми можемо завдати непоправну шкоду здоров'ю. І навпаки обдуманною поведінкою і корисними звичками ми зміцнюємо своє здоров'я.

5. Інформаційне повідомлення «Психічне здоров'я – це ...».

Мета: ознайомити дітей із поняттям психічного здоров'я як складової здоров'я. Візуалізація теми (Додаток 8.3).

Життєво важливим напрямком життя людини є психічне здоров'я. Психічне здоров'я – це здатність міркувати, проявляти емоції, її спілкуватися один з одним, отримувати задоволення від життя. Психічно здорова людина – щаслива людина.

6. Вправа «Темні і світлі торбинки».

Мета: вчити розрізняти позитивні і негативні емоції, добро і зло, вчити усвідомленню життєвих цінностей.

На фліпчартерній дошці прикріплюю вирізані з паперу «дві торбинки» – темну і світлу. На смужках паперу написані негативні і позитивні риси. Зачитую, а діти прикріплюють магнітом до тієї торбинки, якій вони відповідають.

«Темна торбинка»	«Світла торбинка»
------------------	-------------------

злість	добро
пихатість	чуйність
грубість	турботливість
агресивність	охайність
невпевненість	милосердність
лють	уважність
гнів	співчутливість
образа	працьовитість
дратівливість	

7. Вправа «Перетворюємо негативне мислення на позитивне».

Мета: вчити дітей мислити позитивно, позбуватися тривоги і контролювати свої емоції, вчити бачити і сприймати прекрасне в житті, природі, мистецтві.

Хід вправи: зачитую фразу з негативним твердженням, а діти це твердження перетворюють в позитивне.

Я ніколи не буду щасливим!	Я щасливий!
У моєму житті нема нічого хорошого!	В мене хороші друзі, вірний собака, улюблений котик.
Я погано напишу контрольну!	Я справлюсь з завданням!
Погана погода!	Погода така, що хочеться мріяти і малювати! Неповторна погода!
У мене нема друзів!	Я маю хороших і справжніх друзів!
Погана музика!	Чудова мелодія!

8. Висновок. Знаходьте в усьому позитив!

Будьте відкриті для спілкування !

Вибачайте і забувайте образи!

Хваліть себе!

Список використаних джерел

1. Важлива інформація для допитливих підлітків та молоді. – 24 с.
2. Вивчаємо права дитини. Уроки громадянської освіти. Інтерактивні методики / О.Ю. Іщук, Н.В. Назаренко. – Харків: Оберіг, 2010. – 112 с.
3. Всеосвіта. – [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <https://vseosvita.ua>
4. Групова психокорекція у роботі з молодшими школярами (психологічний супровід особистісного становлення молодших школярів): метод. посіб. для студ. вищ. навч. пед. закл. / Н.М. Пеньковська. – Тернопіль: ТНПУ, 2006. – 116 с.
5. Заняття із психологічного розвитку для молодших школярів / Наталія Сидоренко. – Київ: Редакції загальнопед. газет, 2013. – 128 с.
6. Запобігання торгівлі людьми та експлуатації людей: навч.-метод. посібник / К.Б. Левченко, О.А. Удалова, І.М. Трубавіна та ін.; заг. ред. К.Б. Левченко та О.А. Удалової. – Київ: Юрисконсульт, 2006. – 210 с.
7. Захист прав дитини в системі освіти. – [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: <http://old.la-strada.org.ua> › uscp_mod_library_view_286
8. Інструкція протидії булінгу для батьків / Інга Кузнєцова, Юлія Паршутіна. – Кропивницький: ГО БАТЬКІВСЬКА РАДА КРОПИВНИЦЬКОГО, 2021. – 18 с.
9. Інструкція протидії булінгу для вчителів / Інга Кузнєцова, Юлія Паршутіна. – Кропивницький: ГО БАТЬКІВСЬКА РАДА КРОПИВНИЦЬКОГО, 2021. – 18 с.
10. Інформація, погляди, світогляд: інформаційно-освітній журнал. – Київ: Інфосвіт, 2008. – № 12. – 24 с.
11. Конвенція ООН про права дитини, 2006. – 32 с.
12. Конституція України. – Харків: ФОЛІО, 2006. – 48 с.
13. Конституція України для школярів: подарункове видання. – Київ: Право, 1998. – 64 с.

14. Корекційно-розвиткова програма формування стійкості до стресу в дітей дошкільного віку та школярів «Безпечний простір»: навчально-методичний посіб. – Київ: НаУКМА, ГЛПФ Медіа, 2017. – С. 66-71.
15. Медико-психологічний супровід учнів початкової школи в межах науково-педагогічного проекту «Інтелект України»: посібник / О.О. Щербакова, Г.М. Даниленко, О.Г. Авдієвська. – Харків: ДУ ІОЗДП НАМН, 2019. – 446 с.
16. Нова українська школа: poradnik vихователю групи продовженого дня у закладах загальної середньої освіти: навч.-метод. посібник / Г.І. Дмитрів та ін. – Львів: Світ, 2019. – 224 с.
17. Нова українська школа: poradnik для вчителя / за заг. ред. Н.М. Бібік. – Київ: Літера ЛТД, 2018. – 160 с.
18. Особливості виховання толерантності у дітей молодшого шкільного віку. Нові технології навчання: наук.-метод. зб. / Інститут інноваційних технологій і змісту освіти МОН України. – Київ: 2014. – Вип. 82, Част.1.
19. Охорона здоров'я дітей та підлітків: український міжвідомчий збірник / Н.В. Багацька та ін. – Харків: ДУ ІОЗДП НАМН, 2019. – 104 с.
20. Практична психологія у початковій школі / Упоряд. О.А. Атемасова. – Харків: Ранок, 2010. – 160 с.
21. Проблеми розвитку та корекція емоційної сфери молодших школярів / Упоряд. О.А. Атемасова. – Харків: Ранок, 2010. – 176 с.
22. **Протидія булінгу в закладі освіти: системний підхід. Методичний посібник.** / Андрєєнкова В.Л., Мельничук В.О., Калашник О.А. – К.: ТОВ «Агентство «Україна», 2019. – 132 с.
23. Робота в групах. – [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: https://edera.gitbook.io/glossary/kritichne-mislennya/robota_v_hrupakh
24. Рольова гра. – [Електронний ресурс] – Режим доступу до ресурсу: https://uk.wikipedia.org/wiki/Рольова_гра.
25. Словник основних термінів і понять з превентивного виховання / Під заг. ред. В.М. Оржеховської. – Тернопіль: Терно-граф, 2008. – 200 с.

26. СНІД – глобальна проблема людства / О. Петенко. – Тернопіль: Тернопільський обласний центр соціальних служб для молоді, 2003. – 36 с.
27. Права человека и культура мира: проблемы обучения и воспитания / Под ред. Э. Клевена, И. Ингландер, А. Халворсен. Пер. с англ. О.П. Рябкова, Р.С. Трохиной. Ред. русск. издания Э.С. Соколова. – Москва: АИРО-XX, 1999. – 248 с.
28. Практический психолог в школе: лекции, консультирование, тренинги / Н. Самоукина. – Москва: ИНТОР, 1997. – 192 с.
29. Структурно-функциональная организация процессов принятия групповых решений // Вопросы психологии. – 2004. – №1.

ДОДАТКИ

Вправа «Щоденник настроїв»

Мета: підсилити увагу до своїх емоцій, настрою, усвідомлювати свій емоційний стан й уміння виразити його словами.

Вправа «Щоденник настроїв»

Як ви себе сьогодні відчуваєте?

Намалюйте смайлик у щоденнику настроїв.



— веселий, радісний настрій;

— трошки сумно, хочеться поговорити,
подумати про що-небудь;

— сумно й нудно, хочеться плакати.

Вправа «Квадрат емоцій»

Мета: встановлення емоційного контакту, зняття емоційного напруження.

Вправа «Квадрат емоцій»

Перед кожним із вас лежить аркуш паперу та кольорові олівці. На аркуші намалюйте квадрат. Вам потрібно в цьому квадраті кольоровим олівцем зобразити ваш стан, тобто те, що ви в цей момент відчуваєте.

Якщо ваш стан не можна намалювати одним кольором, то розділіть квадрат на кілька частин і зафарбуйте його олівцями різних кольорів.

-  червоний — активні, наполегливі, врівноважені, розумні діти;
-  зелений — мудрі, творчі, винахідливі;
-  синій — хоробрі, енергійні, активні, неспокійні, рухливі;
-  жовтий — чуттєві, доброзичливі, емоційні, оптимісти;
-  фіолетовий — загадкові, таємничі;
-  білий — відкриті, енергійні, щирі, готові до нових починань;
-  чорний — ображені, лякливі, відчувають провину, сумні, втомлені.



3.1

БУЛІНГ— це агресивна поведінка, що зазвичай повторюється. Вона має за мету завдати шкоду, викликати страх або тривогу, або ж створити негативне середовище у для іншої особи. Булінг виникає у ситуації, в якій існує реальний чи уявний дисбаланс сил.



3.2



3.3



ПОРАДИ УЧНЯМ, ЯКІ СТАЛИ ЖЕРТВАМ БУЛІНГУ

- Зберігай спокій.
- Розкажи дорослому, якому довіряєш:
 - Батькам
 - Класному керівнику
 - Викладачу
 - Директору
- Звернися до психолога у навчальному закладі
- Напиши про свою проблему та вкинь до скриньки довіри, яка є у навчальному закладі
- Поговори про це із своїми братами чи сестрами, або з друзями, щоб тобі не здавалося, що ти самотній.

ЗУПИНИМО БУЛІНГ РАЗОМ!



**ЗАХИЩАЙ СВОЇ ПРАВА
РАЗОМ З МІН'ЮСТОМ!**



ПРАВА ДИТИНИ



Усі діти є рівні у правах, ніхто не повинен їх порушувати



Усі діти мають право на отримання інформації



Усі діти мають право на повноцінне харчування



Усі діти мають право на медичну допомогу



Усі діти мають право на отримання освіти



Жодна дитина не повинна бути примусово залучена до праці



Жодна дитина не повинна бути жертвою насильства



Кожна дитина має право на любов і спілкування



Усі діти мають право на отримання інформації



Усі діти мають право на відпочинок і дозволя



Особлива турбота дітям без сімей



Особлива турбота дітям-біженцям

stzp.com.ua

5.2



5.3

**При порушенні прав дитини
звертайтеся:**



Дитяча лінія: 116 111
або **0 800 500225**
(з 12:00 до 16:00)

**Гаряча телефонна лінія
щодо булінгу 116 000**

**Гаряча лінія
з питань запобігання
насилъству: 0 800 500 33 50**
або **116 123**

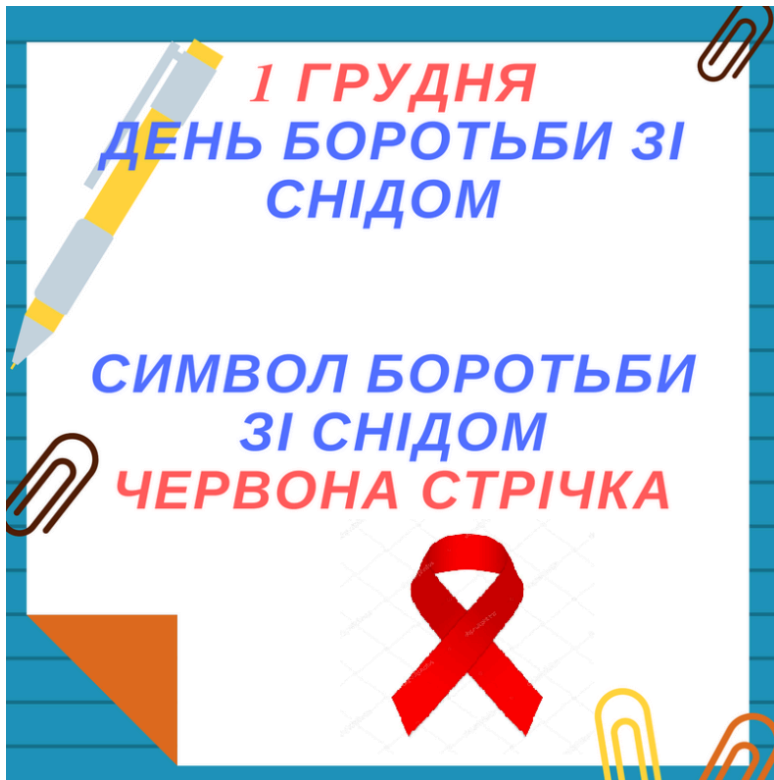
**Уповноважений Верховної Ради з прав людини
0-800-50-17-20**

**Уповноважений з прав дитини
при Президенті України Микола Кулеба:**
children@apu.gov.ua
Mykola.Kuleba@apu.gov.ua

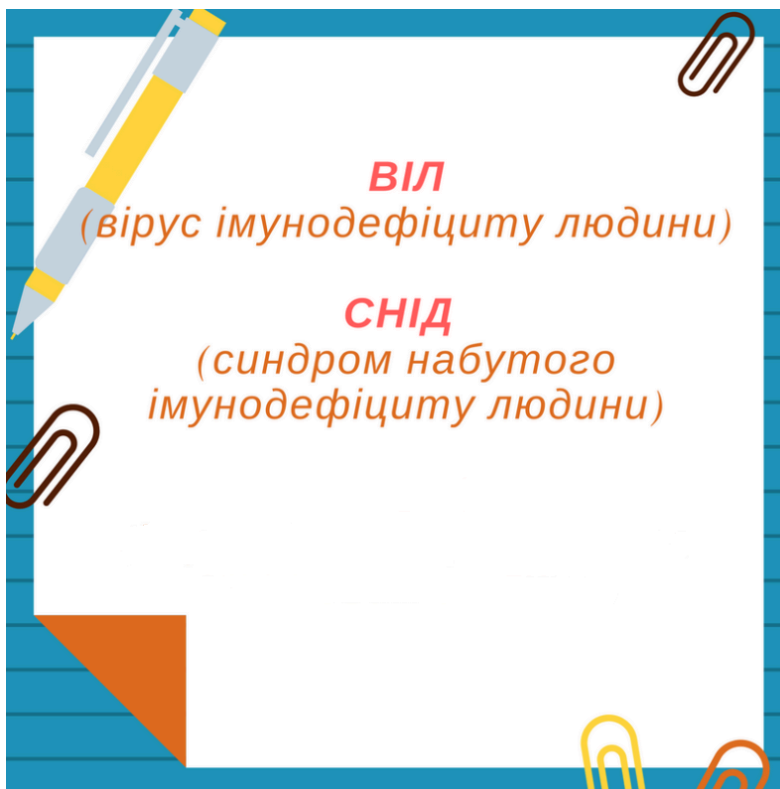
телефон – **044 255 76 75**



6.1



6.2





8.1



8.2





10
ЖОВТНЯ

World Mental
Health Day

**Всесвітній
день
психічного
здоров'я**

Додаток 9

Відеоматеріали

1. Відео про булінг «Не здавайся».	https://www.youtube.com/watch?v=ay4plrMK-rM
2. Відео булінг .	https://www.youtube.com/watch?v=YyDJafzuUK4
3. Діти діляться сніданком. Соціальний ролик .	https://www.youtube.com/watch?v=dYkzqPOHHZE
4. Конвенція про права дитини.	https://www.youtube.com/watch?v=2_5TKgumi_4
5. Соціальний ролик – викрадення дітей.	https://www.youtube.com/watch?v=kuTcr1LvHY
6. Толерантність « Тамара».	https://www.youtube.com/watch?v=nCOawIqi3Z0
7. Толерантність «Подарунок».	https://www.youtube.com/watch?v=8B3PBCLpRMo&t=15s
8. Відео пояснення про толерантність.	https://www.youtube.com/watch?v=QvNBpjh-WQ8
9. Притча «Мудрець і метелик»	https://www.youtube.com/watch?v=rcSF56wp0Sg
10. Права дитини .	https://www.youtube.com/watch?v=ewwyvNYj5Vk



