

Урок #Не_цькуй

Мета: ознайомити учнів і учениць із поняттям «цькування»; розказати про види цькування й наслідки; попередити виникнення булінгу в освітньому середовищі; розвивати вміння пошуку шляхів виходу зі складної ситуації; формувати навички відповідальної та безпечної поведінки; виховувати почуття емпатії та переживання до дитини, яка зазнає насильства.

Хід уроку

1. Вправа «Банка життя»

Ставимо на стіл велику скляну банку.

Сьогодні ми хотіли б поговорити з вами про життя. Що ви можете сказати про цю банку? (учні починають давати відповіді. Наприклад: «Вона порожня» або «вона скляна» і т. д.)

Далі дістаємо з-під столу мішок із великими мушлями й починаємо вкладати їх у банку доти, доки вони не заповнять її до самого верху.

- А тепер що ви можете сказати про цю банку?

Далі дістаємо пакет із горохом і засипаємо його також. Горох заповнив простір між мушлями.

- А тепер?

Тоді дістаємо пакет із піском, його теж засипаємо в банку. Через якийсь час у банці не залишилося вільного простору. Тоді витягаємо пляшку води і вливаємо її в банку.

- А от тепер банка повна!

Тож зараз я буду пояснювати вам, що щойно відбулося. Банка – це наше життя. Мушлі – це найважливіші речі в нашому житті, це наша родина, це наші діти, наші кохані – все те, що має для нас величезне значення.

Горох – це речі, не настільки значимі для нас, це може бути дорогий костюм або машина тощо.

Пісок – це все найдрібніше й незначне в нашому житті, всі ті дрібні проблеми, які супроводжують нас впродовж усіх прожитих днів.

Якби ми спочатку засипали у банку пісок, то в неї уже не помістилися б ані горох, ані камені. Ніколи не дозволяйте різній дрібноті заповнювати ваше життя, закриваючи вам очі на значно важливіші речі.

- А що ж означає вода?

- Наскільки б ваше життя не було заповнене, завжди є трішки місця для байдикування. Незважаючи ні на які проблеми, точно знайдеться час на те, щоб розслабитися й відпочити!

Вправа-знайомство «Відкриємо серце один одному»

Кожен гравець отримує жетон у формі сердечка, на якому він пише своє ім'я. Ведучий йде з капелюхом по колу. Гравці голосно називають свої імена і опускають сердечко у капелюх. Завдання гравців: витягнути з капелюха сердечко, прочитати ім'я і віддати його хазяїну.

Запитайте у дітей, що таке цькування на їхню думку (ідеї, думки можна зафіксувати на онлайн-дошці <https://uk.padlet.com> або створити хмарину слів на сайті <https://www.mentimeter.com/>).

- ✓ Зачитайте з презентації визначення «цькування»
- ✓ Розкажіть про види цькування:
 - **фізичний** (штовхання, підніжки, зачіпання, бійки, стусани, ляпаси, нанесення тілесних пошкоджень);
 - **психологічний** (принизливі погляди, жести, образливі рухи тіла, міміка обличчя, поширення образливих чуток, ізоляція, ігнорування, погрози, жарти, маніпуляції, шантаж);
 - **економічний** (крадіжки, пошкодження чи знищення одягу та інших особистих речей, вимагання грошей);
 - **сексуальний** (принизливі погляди, жести, образливі рухи тіла, прізвиська та образи сексуального характеру, зйомки у переодягальнях, поширення образливих чуток, сексуальні погрози, жарти);
 - **кібербулінг** (приниження за допомогою мобільних телефонів, Інтернету, інших електронних пристроїв).
- ✓ Створіть дерево ідей «Як побороти/уникнути цькування»
- ✓ Для дітей молодшої ланки: перегляньте мультик <https://is.gd/qEuQ2i>
- ✓ Дайте відповіді на запитання:
 - Якою була пташка, яка приєдналася до зграї?
 - Чому інші птахи не сприймають «новеньку» пташку?
 - Що робили інші пташки, коли побачили «новеньку»?
 - Як себе поводи́ла «новенька»?
 - Що трапилося у кінці?
 - Як себе почували пташки, коли у них не стало пір'я?
 - Які висновки ти зробив/зробила, після перегляду мультику?
- ✓ Дітям середньої та старшої ланки запропонуйте заповнити анкету «Давай знайомитись», «Сторінка відвертості».
- ✓ Увімкніть (створіть флешмоб) руханку від Анни Домніч, запропонуйте дітям повторити рухи або ж просто порухатися.
- ✓ На сторінці 9 запропонуйте вправу «Скріпочка». Для цього роздайте учням і ученицям скріпочку.

Казка про Скріпку

(Інструкція: під час розповіді, з канцелярської скріпки роблять певні фігурки)

1. Жила-була дівчинка-скріпочка. Вона була дуже життєрадісна, весела, товариська дівчинка. (Просто скріпка)
2. Одного разу однокласники дали їй образливе прізвисько. І у неї виникло запитання «Чому?». (Знак питання)
3. Іншого разу вона знайшла свій портфель в шкільному туалеті і дуже засмутилася. (нижня посмішка)

4. Після закінчення уроків скрипочка вийшла погуляти на подвір'я, де інші дівчата почали чіплятися до неї, ображати та дали їй стусана (Знак оклику). І скрипочка подумала, що їй робити? Хто її захистить? (Знак питання)

5. Але, все рівно, вона часто згадує той момент, коли її ніхто не ображав і хоче, щоб все була як раніше (зробити смайлік)

Обговорення

Можемо ми повернути Скрипку в попередній стан?

Чому ні? Як вплинули прояви насильства на стан Скрипки?

✓ Вправа «Все в твоїх руках»

Ця історія трапилась дуже давно у старовинному місті, де мешкав один мудрець. Слава про його мудрість розійшлася далеко за межі міста. Та жив у тому місті один чоловік, який заздрив славі мудреця. І от вирішив він придумати таке запитання, щоб мудрець не зміг на нього відповісти. Пішов чоловік на узлісся, спіймав метелика, заховав його в долонях і подумав: «Спитаю я в мудреця: скажи, о наймудріший, який метелик у мене в руках — живий чи мертвий?». Якщо він скаже «живий», я стисну долоні, і метелик помре; а якщо скаже «мертвий», я розкрию долоні, і метелик полетить. Ось тоді всі зрозуміють, хто з нас розумніший.

Так усе і сталося. Зловивши метелика, лихий чоловік попрямував до мудреця і запитав у нього: «Який метелик у мене, о наймудріший, живий чи мертвий?». І мудрець, який і насправді був дуже розумною людиною, відповів: «Усе у твоїх руках, чоловіче».

Отже, друзі, як ви гадаєте, що мав на увазі мудрець, коли так відповів чоловікові?

Учні відповідають: «Що від самої людини залежить, житиме метелик чи помре».

Але в цих мудрих словах є ще один зміст: від людини залежить, чого у світі стане більше — добра чи зла, як вона ставитиметься до інших добре чи погано.

Нам подобається, коли нас люблять, поведуться з нами чемно, звертаються до нас на ім'я, особливо на лагідне. А які відчуття у вас виникають, коли вас або когось з вашого оточення називають на прізвисько, принижують ?

✓ Запропонуйте ознайомитись з історіями цькування відомих людей (ст.4-6), наголосіть, що кожний і кожна може стати жертвою цькування не залежно від віку, статі, фінансового статусу.

✓ На сторінці 10 ворк буку запропонуйте учням та ученицям прослухати або зачитати історію, дайте відповіді на питання:

- Вид булінгу?
- Хто цькує?
- Хто став/стала жертвою цькування?
- Наслідки цькування для дитини?
- Дай пораду Єві.

✓ Запропонуйте школярам та школяркам «оживити» булінг. Створіть власну історію, оповідання, казку, де головним героєм стане Булінг. Ознайомте

учнів та учениць з оповіданням «Стоп Булінг» учениці 7 класу – Євтушенко Аліни. Зробіть виставку історій в класі. Свої історії напишіть на аркуші #не цькуй (ст.11).

- ✓ Пограйте в гру «Життєвий бумеранг». Існує такий вислів: «Життя – це бумеранг». Тож усім хто ображає, цькує, знущається, усе повернеться. Намалюйте на аркуші бумеранг-повернення. Розфарбуйте його, напишіть будь-що.
- ✓ На аркуші намалюйте уявну сторінку соціальної мережі «Інстаграм», створіть уявний допис про цькування (випадок із життя, звернення до кривдників/кривдниць, або ставлення до цього явища).
- ✓ Ознайомте учнів та учениць із антибулінговим глосарієм.
- ✓ Запропонуйте дітям пройти антибулінгові курси.
- ✓ Пройдіть тестування у застосунку «Kahoot»
<https://create.kahoot.it/share/d8a7c689-ab40-4f56-9557-eb199d8c9c1a>
- ✓ Попросіть дітей підбити підсумки уроку:
 - Які висновки ви зробили?
 - Що найбільше сподобалося?

За бажанням у кінці роздрукуйте й подаруйте закладки.