



# Зростаємо в демократії змалку:

**14 карток для розвитку вмінь,  
необхідних впродовж життя**

Комплект матеріалів для педагогів закладів дошкільної освіти

THE EUROPEAN  
WERGELAND  
CENTRE



МІНІСТЕРСТВО  
ОСВІТИ І НАУКИ  
УКРАЇНИ



**Norway**



ВСЕУКРАЇНСЬКИЙ ФОНД  
«КРОК ЗА КРОКОМ»

Методичні матеріали створено в рамках програми “Демократична школа: освіта для демократичної стійкості”, що реалізується Європейським центром ім. Вергеланда (Норвегія) та Міністерством освіти і науки України у партнерстві з БО “Центр освітніх ініціатив”, ВФ “Крок за кроком”, БФ savED та освітньою програмою “Крок за кроком” (Молдова) за фінансової підтримки Норвегії.



Матеріали ліцензовано на умовах [Ліцензії Creative Commons Із Зазначенням Авторства – Некомерційна 4.0 Міжнародна](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

## ПЕРЕДМОВА

Виховання громадян починається з раннього дитинства. Змалечку діти спостерігають і навчаються на прикладі дорослих, які стають для них рольовими моделями. Дитина, що зростає в сприятливому середовищі, переймає його цінності, поведінку, висловлювання, жести, вчиться не бути байдужою, брати на себе відповідальність і приймати активну участь. Рольовими моделями є дорослі з найближчого оточення, а отже і педагоги дошкільних навчальних закладів.

Важливо з раннього віку говорити з дітьми про цінності культури демократії, адже різноманіття світу, поглядів, культур та досвіду спонукає до пошуку шляхів мирного співіснування з повагою до відмінностей. Усвідомлення важливості та цінності різноманіття, а також забезпечення участі кожного у житті садка допоможе дітям краще розуміти суспільство та світ, у якому вони живуть.

Робота вихователя має велике значення для малюків, їхніх родин та для всього суспільства. **Вихователі щодня роблять надважливу справу — доглядають, виховують та розвивають маленьких хлопчиків і дівчаток — юних громадян нашої країни.** Їхня турбота, увага, поради, підтримка, тепло і любов скеровують, закладають основи базових умінь і навичок маленьких особистостей. Педагоги знають, що мають знати й уміти діти в результаті навчання, проте важливо також звертати увагу, в який спосіб відбувається навчання. Адже цінності залишаються лише теоретичними і декларативними, якщо не будуть щодня застосовані на практиці. Цінності — це не лише про те, ЩО ми формуємо, а й про те, ЯК ми це робимо.

Саме у садочку формуються цінності демократії, соціальні та громадянські компетентності дітей. Тому практика педагога має бути спрямована на задоволення потреби кожної дитини в догляді, безпеці, відчутті приналежності й повазі, на наданні можливості дітям брати активну участь у спільноті. Дитячі садки можуть сприяти розвитку демократичних цінностей та важливих життєвих умінь — дбати про себе, вчити цінувати різноманіття, виявляти повагу, допомагати іншим, критично мислити, вирішувати конфлікти.

Комплект матеріалів **«Зростаємо в демократії змалку: 14 карток для розвитку вмінь, необхідних впродовж життя»** розроблено для педагогів закладів дошкільної освіти і складається з методичних рекомендацій щодо формування компетентностей для культури демократії, а також низку активностей для опанування умінь, що стануть дітям в нагоді впродовж життя.



## ЯК ВИХОВУВАТИ ЦІННОСТІ ТА ФОРМУВАТИ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДЛЯ КУЛЬТУРИ ДЕМОКРАТІЇ У ДИТЯЧОМУ САДОЧКУ


Коли говоримо про суспільство, в якому нам було б комфортно жити, мабуть у кожного з'являються різні думки, що мало би бути у такій спільноті. Хтось пригадає поїздки у інші країни, де ми спостерігали як люди **з повагою** взаємодіють між собою, реагують одне на одного в транспорті чи магазині, як питають допомоги, відстоюють свої кордони, беруть відповідальність. А хтось проаналізує, що хорошого маємо в себе вдома, що варто плекати та передавати майбутнім поколінням. Насправді суспільство, частиною якого ми б хотіли бути і яке описали вище, і є демократичною спільнотою, в якій хочеться жити, де кожен і кожна важливі, можуть вільно робити свій вибір, брати участь відповідно до своїх можливостей, де панує доброзичливе ставлення, де поважають усіх від малого до великого. Суспільство, звісно, розвивається і змінюється, і кожному треба докладати зусиль, аби спільно творити середовище, куди хочеться повертатися, і де можна злагоджено жити в багатоманітному світі.

Наймолодші члени суспільства, діти, поступово знайомляться зі світом і першим етапом та місцем зустрічі з іншими “чужими” дорослими і дітьми є дитячий садочок. Через знайомство з новими людьми діти отримують розуміння що таке суспільство, держава і світ. Тож саме від середовища, в якому зростають наші діти, великою мірою залежать цінності, ставлення, навички та знання дитини.

Коли в дитячому садку поважають права і свободи всіх дітей незалежно від статі, стану здоров'я, етнічного і соціального походження, мови, релігії, політичних або ж інших переконань — діти усвідомлюють **цінність людської гідності**.

Коли в дитячому садку заохочують **взаємоповагу**, сприяють **рівному** ставленню, а також запобігають проявам **дискримінаційної поведінки** — формується **цінність культурного різноманіття**. Саме у дитячому садку виховується **цінність демократії, справедливості, рівності**, коли дітей заохочують відкрито проговорювати проблеми, що виникають, та спільно шукати способи їх розв'язання. Діти разом із вихователями створюють і дотримуються правил поведінки в групі, у яких відображаються цінності **демократії, справедливості та рівності**.

Навчання демократії можна впроваджувати, опираючись на три підходи, описані в Хартії освіти для демократичного громадянства і прав людини Ради Європи ([Хартії для всіх](#)). Навчання **ПРО** демократію допомагає зрозуміти наші права і принципи демократії. Навчання **ЧЕРЕЗ** — проживати наші права і принципи демократії через досвід повсякденної взаємодії. Це дає змогу отримати власний досвід життя в демократичних умовах: з усвідомленням власної гідності й повагою до інших, з можливістю вільно висловлюватися й робити вибір, з відповідальним ставленням до себе та до інших. Навчання **ДЛЯ** — це реалізація прав і принципів демократії на практиці, а також можливість захистити свої права у разі їх порушення.



В громадянській освіті довело свою ефективність [навчання через досвід](#), яке дає змогу не лише теоретично вивчати демократію й права людини, а й практикувати цей досвід. Результати такого навчання щоразу будуть унікальні, оскільки формуються на основі власного досвіду кожної групи та кожної людини. Засвоюється саме те, що є найбільш актуальним на даний момент. Навчання через досвід розвиває основні компетентності: незалежність, відповідальність за власні результати навчання, міжособистісне порозуміння.

Для розвитку демократичного суспільства необхідно впроваджувати [громадянську освіту](#) на різних рівнях, а над формуванням демократичних компетентностей треба починати працювати з раннього віку. Саме через освіту можна залучати дорослих і дітей до розвитку суспільства на основі цінностей. Це постійний процес, що триває впродовж життя.

### **Як це перегукується з українським та міжнародним освітнім законодавством?**

В Україні, як і в інших демократичних країнах, громадянська освіта є важливою складовою державної політики у сфері освіти. Держава створює умови для формування громадянських компетентностей та усвідомлення цінностей громадянського (вільного демократичного) суспільства, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина ([Закон України “Про освіту”](#), [Закон України “Про дошкільну освіту”](#)).

У затвердженому 26 листопада 2025 року [Державному стандарті дошкільної освіти](#) серед результатів навчання згадані знання, уміння та цінності та компетентності (динамічна комбінація знань, умінь, навичок, способів мислення, цінностей, особистісних якостей, що визначає здатність дитини успішно соціалізуватися і здобувати освіту). Документ також визначає **соціальну та громадянську компетентності**. Вони передбачають опанування культури демократії, усвідомлення ідей справедливості, прав і свобод людини, рівності та недискримінації, толерантності, культурного розмаїття різних народів та ідентифікацію себе як громадянина України; уміння взаємодіяти з іншими, дотримуватися правил, взаємодіяти в різних спільнотах; дбайливо ставитись до навколишнього середовища.

Усвідомлення зв'язку між діями та цінностями — це важливий практичний крок до якісних змін в системі дошкільної освіти. Педагоги закладів дошкільної освіти мають формувати у дітей уміння взаємодіяти між собою та з дорослими, виховувати повагу до прав людини, формувати [українську національну та громадянську ідентичність](#) на основі демократичних цінностей. Ми говоримо про цінності, оскільки вони визначають як повсякденну поведінку людини так і її світогляд в цілому. Цінності впливають на те, як ми формуємо і застосовуємо знання і уміння. Цінності є складовою частиною компетентностей. Компетентності формуються не лише завдяки навчальним діяльностям але і завдяки середовищу, в якому відбувається навчання. Наприклад, саме цінності будуть визначати чи навчатись діти допомагати одне одному, долати виклики і труднощі, розуміти, пояснювати та справлятися з власними емоціями, ставати самозарадними, розуміти свої потреби та потреби і особливості інших людей довкола.

Рада Європи, міжнародна організація 46 держав-членів, які визнають принцип верховенства права і гарантують основні права людини й свободи для своїх громадян, працює серед іншого з тематикою громадянської освіти, створюючи рекомендації для країн-членів та методичні й навчальні матеріали. Україна, як член РЄ з 1995 року, бере участь у формуванні європейських політик та має можливість використовувати стандарти й підходи Ради Європи у національному законодавстві.

У 2016 році Рада Європи на основі широких консультацій і апробації створила модель **Рамки компетентностей для культури демократії**: [Том 1](#); [Том 2](#); [Том 3](#) (Рамка КДК), що пояснює, які навички потрібні людині, щоб відчувати свою належність до демократичного суспільства, і зробити власний позитивний внесок у нього. Рамку КДК можна використовувати на всіх рівнях освіти, у тому числі і в дошкільній.



У 2021 році на основі Рамки компетентностей для культури демократії було створено [Дескриптори компетентностей для культури демократії для дітей до 10 років](#), що використовуються для розробки, впровадження та оцінювання ефективності навчальних програм і навчальної діяльності дітей віком до 10 років. Дескриптори компетентностей — це твердження, які використовуються для опису поведінки, що свідчить про досягнення певного рівня оволодіння конкретною компетентністю. Щоб дескриптори можна було використовувати для розробки навчальних програм, для викладання, навчання й оцінювання, їх формулюють як результати навчання.



Плекати культуру демократії у своєму садочку ми можемо через цінності, які мають бути відображені в різних елементах змісту навчальних планів і програм, у формах і методах роботи з дітьми, у взаємодії дітей з дітьми і дорослих з дорослими, у співпраці дітей і дорослих між собою. Цінностями ми керуємося завжди і скрізь, у всіх діях і процесах, що відбуваються в садку: під час їжі, заняття, гри, прогулянки, взаємодії з дітьми і дорослими, ранкової зустрічі чи прощання ввечері.

**Ми створили ці матеріали для того, щоб підтримати і допомогти якнайкраще реалізовувати ваші повсякденні завдання, “прокласти місточок” між українським та міжнародним законодавством і щоденною роботою педагогів у дитячому садку.**

### Рекомендації до використання та структура карток

Набір карток допоможе формувати демократичні цінності усіх учасників освітнього процесу: від педагогів до наймолодших дітей. Вихователь демонструє повагу до дітей та моделює своїм прикладом бажану поведінку. Натомість, якщо педагог має упередження, чи порівнює дітей між собою, зміст навчання буде суперечити тому, що діти спостерігають. Наприклад, замість поширеної фрази: “Скажи МЕНІ будь ласка” краще спонукати дітей до діалогу: “Дуже цікаво, розкажи про це більше”. Тоді дитина відчуває, що розповідає усім, а не лише “головній людині” – вихователю. Таких речей дорослі часто не помічають і не задумуються, який вплив це має на дітей. Кожна людина має відчувати, що вона є важливою для всієї групи, і ми усі рівні.

У дошкільному віці закладаються і формуються усі життєво необхідні вміння й навички людини. Завдання дитячого садка — сприяти розвитку базових умінь, котрі знадобляться дитині на щодень, у найрізноманітніших ситуаціях. [Державний стандарт дошкільної освіти](#) також зосереджується на ключових компетентностях та виокремлює спільні вміння, властиві для усіх компетентностей.

Ми обрали кілька основних умінь, які перегукуються з зазначеними в держстандарті та які вважаємо важливими для розвитку громадянської компетентності:

- 1) дбати про себе та розуміти власні потреби;
- 2) робити вибір;
- 3) підтримувати розмову;
- 4) вільно висловлюватися і поважати думку іншого;
- 5) слухати і спостерігати;
- 6) розуміти і називати власні емоції та емоції інших людей;
- 7) проявляти інтерес до стану інших людей;
- 8) взаємодіяти з іншими дітьми;
- 9) помічати, кому потрібна допомога;
- 10) критично мислити;
- 11) вирішувати конфлікти;
- 12) бачити і цінувати різноманіття;
- 13) берегти природні ресурси.



Методичний комплект містить 14 структурованих карток, які описують покроковий алгоритм роботи вихователя з дітьми, спрямованої на розвиток того чи іншого уміння. Кожна картка описує сценарій заняття і пропонує низку ресурсів для роботи протягом тижня.

**1 картка**  
**Уміння** \_\_\_\_\_

Впродовж тижня розвиватимемо такі компетентності:

Цінності	Ставлення	Уміння	Знання та критичне розуміння

**Завдання для вихователя**  
**Очікувані навчальні результати**  
**Необхідні матеріали:**

**Крок 1. ЗУСТРІЧ У КОЛІ (20 хв.)**  
**Мета:** створити атмосферу, щоб діти почувалися комфортно, налаштувалися на спілкування, мали можливість фантазувати й обирати. Заохочуйте кожну відповідь.  
**Обговорення історії в колі**  
**Запитайте дітей та обговоріть:**  
Формулюємо “Правила в наплічник” разом з дітьми.

**Крок 2. ГРА (15 хв.)**  
**Запитайте дітей та обговоріть:**

**Крок 3. ОРГАНІЗОВАНА ДІЯЛЬНІСТЬ У ГРУПАХ (20 хв.)**  
**Запитайте дітей та обговоріть:**

**Рекомендації та додаткові ресурси на тиждень**

1. **Говоріть з дітьми про важливість озвучувати власні потреби.**
2. **Давайте дітям прості завдання, які допоможуть їм вчитися піклуватися про себе.**
3. **Заохочуйте до спільної діяльності та обговорення.**  
Обговоріть вірш  
Прочитайте та обговоріть дитячу
4. **Залучайте до активностей інших дорослих та батьків.**

У кожній картці зазначено назву уміння, над формуванням якого працюватимуть діти і вихователі; перелік компетентностей, над якими працюємо (на основі Рамки КДК); завдання для вихователів, очікувані навчальні результати, необхідні матеріали, опис сценарію заняття (крок 1 — зустріч у колі, обговорення історії в колі, запитання для рефлексії, “правила в наплічник”; крок 2 — гра на вибір, запитання для обговорення; крок 3 — організована діяльність у групах, запитання для обговорення; рекомендації на тиждень, що містять поради для вихователя для групової й індивідуальної роботи з дітьми й залучення батьків та родин дітей) (див. схему).

Очікувані навчальні результати описані на основі [Дескрипторів компетентностей для культури демократії для дітей до 10 років](#).

## Крок 1. ЗУСТРІЧ У КОЛІ

Коло — потужний інструмент для розвитку спільноти. У колі неможливо виокремити «головного», всі перебувають у рівних умовах, що об’єднує групу, відтак це максимально «демократична» фігура. Таке розміщення учасників забезпечує свободу рухів і дає змогу добре чути і бачити одне одного. Зустріч у колі дає кожній дитині відчуття приналежності до спільноти.

### Обговорення історії в колі

Кожна картка містить історію, яка підсилює формування вмінь даної картки. Історії базуються на реальних ситуаціях, що можуть трапитися з дітьми.



## Запитайте дітей та обговоріть

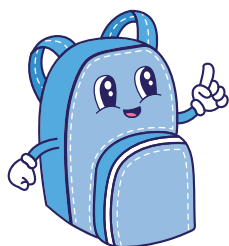
Цей блок є наскрізним для усіх карток і активностей. Запропоновані запитання для обговорення з дітьми для особистої рефлексії всіх залучених та для групової рефлексії (дебрифінгу). Вихователеві важливо не просто пропонувати різні цікаві активності, а наперед продумувати, яких результатів хочемо досягнути і які теми для обговорення обрати. Важливо дати дітям час подумати і створити можливість висловитися всім, хто хоче. Ставте дітям відкриті запитання, які допомагають їм мислити, аналізувати й формулювати власні ідеї. Не давайте готові відповіді замість дітей і не знецінюйте жодної думки. Діти можуть очікувати, що дорослий скаже їм, як має бути правильно, але завдання вихователя — вислуховувати всіх і вчити робити власні висновки.

Такий підхід дозволяє поєднати безпосередній досвід з рефлексією, спирається на попередні знання та досвід, потребує активного залучення та заохочує співпрацю й обмін ідеями — те, що ми називаємо навчанням через досвід.

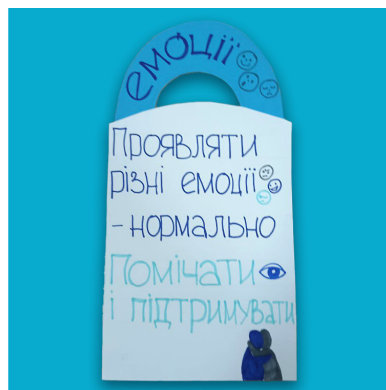
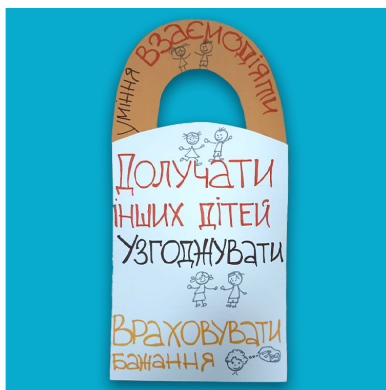
**Рефлексія** — це коли людина обмірковує власний досвід: що я робив/робила, що відчував/відчувала, що зрозумів/зрозуміла, чого навчився/навчилась. Тобто це внутрішній процес осмислення себе і свого досвіду.

**Дебрифінг** — колективне обговорення досвіду групи. Це спільне обговорення того, що відбулося під час гри, заняття. Учасники разом діляться враженнями, говорять, що вдалося, що було складно, що можна змінити наступного разу.

## Формулюємо “Правила в наплічник” разом з дітьми



Кожна історія та її обговорення підводять групу до переліку важливих висновків чи правил, які ми разом створюємо і приймаємо. Діти краще дотримуються правил, до створення яких були активно залучені. Ми умовно назвали їх “правила в наплічник”, який кожна дитина несе з собою впродовж життя, адже віримо, що вони часто ставатимуть у нагоді.



Приклади оформлення правил



## Крок 2. ГРА НА ВИБІР

Гра — провідна діяльність дитини і навчання дітей молодшого віку відбувається насамперед через гру. У кожній картці ми пропонуємо одну чи декілька ігор на вибір (з урахуванням віку, попереднього досвіду, інтересів і можливостей дітей), щоб занурити дитину у тематику зустрічі та підсилити формування певного уміння.



## Крок 3. ОРГАНІЗОВАНА ДІЯЛЬНІСТЬ У ГРУПАХ

Робота в малих групах дає більше можливостей комунікувати і дозволяє навчитися взаємодіяти з різними дітьми. Для цього потрібно слідкувати, щоб групи були щоразу різними. Так діти вчаться домовлятися, працювати в команді, обговорювати й обирати ідеї для спільної роботи, слухати і чути одне одного. Намагайтесь використовувати різноманітні способи об'єднання дітей у групи, адже це також сприяє прийняттю різноманітності й підсилює інтерес дітей до спільної діяльності. Коли доречно, пропонуйте дітям роботу у різних осередках та локаціях. Заздалегідь підготуйте середовище групи або локації для групової роботи. Використовуйте різні доступні можливості: майданчик чи пісочницю на прогулянці, осередки діяльності в групі.

## Рекомендації та додаткові ресурси на тиждень

У цьому блоці ми пропонуємо можливості для індивідуальної роботи з кожною дитиною, оскільки не всі діти можуть бути однаково активними, а також варіанти роботи в малих групах або в спільному колі.

Виховання дитини раннього віку відбувається у тісній співпраці вихователів та батьків. Тому важливо підтримувати залученість родин дітей до того, що відбувається у садку, інформуючи про тему, над якою зараз працюєте, та надаючи додаткові ресурси для спільного обговорення. Цінно коли дитина пропонує батькам зробити щось разом, запитати та дізнатися щось нове про дитинство близьких — це завжди цікаво. Такі розмови зближують і допомагають краще пізнати одне одного.



## Посилання:

Хартія Ради Європи з освіти для демократичного громадянства і прав людини (Хартія для всіх): [www.schools-for-democracy.org/biblioteka/ofitsiini-dokumenty-rady-yevropy/khartiya-dlya-vsikh](http://www.schools-for-democracy.org/biblioteka/ofitsiini-dokumenty-rady-yevropy/khartiya-dlya-vsikh)

Навчання через досвід — “Через творчість і гру до культури демократії”:  
[www.schools-for-democracy.org/biblioteka/publikatsii-vydani-v-ramkakh-prohramy/chez-tvorchist-i-hru-do-kultury-demokratii](http://www.schools-for-democracy.org/biblioteka/publikatsii-vydani-v-ramkakh-prohramy/chez-tvorchist-i-hru-do-kultury-demokratii)

Знайомство з освітою для демократичного громадянства і прав людини:  
[www.youtube.com/watch?v=dLa98nCSdP8](http://www.youtube.com/watch?v=dLa98nCSdP8)

Закон України “Про освіту”: [zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#n66](http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#n66)

Закон України “Про дошкільну освіту”: [zakon.rada.gov.ua/laws/show/3788-20#top](http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3788-20#top)

Державний стандарт дошкільної освіти: [www.kmu.gov.ua/npas/pro-zatverdzhennia-derzhavnoho-standartu-doshkilnoi-osvity-1557-261125](http://www.kmu.gov.ua/npas/pro-zatverdzhennia-derzhavnoho-standartu-doshkilnoi-osvity-1557-261125)

Закон України “Про основні засади державної політики у сфері утвердження української національної та громадянської ідентичності”:  
[zakon.rada.gov.ua/laws/show/2834-20#Text](http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2834-20#Text)

Рамка компетентностей для культури демократії Ради Європи:

Том 1. Контекст, концепції та модель:

[www.schools-for-democracy.org/biblioteka/ofitsiini-dokumenty-rady-yevropy/ramka-kompetentnostej-dlya-kulturi-demokratiji-2](http://www.schools-for-democracy.org/biblioteka/ofitsiini-dokumenty-rady-yevropy/ramka-kompetentnostej-dlya-kulturi-demokratiji-2)

Том 2. Дескриптори компетентностей для культури демократії:

[www.schools-for-democracy.org/biblioteka/ofitsiini-dokumenty-rady-yevropy/ramka-kompetentnostej-dlya-kulturi-demokratiji](http://www.schools-for-democracy.org/biblioteka/ofitsiini-dokumenty-rady-yevropy/ramka-kompetentnostej-dlya-kulturi-demokratiji)

Том 3. Рекомендації щодо впровадження:

[www.schools-for-democracy.org/biblioteka/ofitsiini-dokumenty-rady-yevropy/ramka-kompetentnostej-do-kulturi-demokratiji](http://www.schools-for-democracy.org/biblioteka/ofitsiini-dokumenty-rady-yevropy/ramka-kompetentnostej-do-kulturi-demokratiji)

Дескриптори компетентностей для культури демократії для дітей до 10 років:

[www.schools-for-democracy.org/biblioteka/ofitsiini-dokumenty-rady-yevropy/deskriptori-kompetentnostej-dlya-kulturi-demokratiji-dlya-ditej-do-10-rokiv](http://www.schools-for-democracy.org/biblioteka/ofitsiini-dokumenty-rady-yevropy/deskriptori-kompetentnostej-dlya-kulturi-demokratiji-dlya-ditej-do-10-rokiv)



# 1

## картка

# Уміння дбати про себе та розуміти власні потреби

**Уміння дбати про себе та розуміти власні потреби** — ключові вміння людини, які не лише забезпечують життєстійкість, добре самопочуття та здоров'я, а й допомагають вибудувати ефективну взаємодію з іншими з урахуванням їхніх потреб. Важливо вчити дітей розуміти власні потреби, задовольняти їх самостійно, чи з допомогою. Необхідно навчити дітей, що нормально, в разі потреби, звертатися за допомогою до дорослого, яким вони довіряють. Діти можуть учитися, розвиватися, досліджувати світ лише тоді, коли всі їхні базові потреби задоволені.



Впродовж тижня розвиватимемо такі компетентності:

Цінності	Ставлення	Уміння	Знання та критичне розуміння
Повага до людської гідності	Упевненість у собі	Уміння слухати та спостерігати	Знання самого себе та критична самооцінка

[“Рамка компетентностей для культури демократії”](#)

## Завдання для вихователя

- Вчити дітей дослухатися до своїх потреб
- Вчити говорити про свої потреби
- Вчити дбати про себе, своє здоров'я

## Очікувані навчальні результати

- Висловлює думку, що права дітей потрібно поважати і захищати
- Висловлює переконання, що може виконати заплановану діяльність
- Уважно прислухається до різних думок
- Може описати власні цінності та переконання

**Необхідні матеріали:** мішечок для пазлів, [малюнки](#) для пазлів (по 2 копії), телефон для музичного супроводу, [комплект карток із зображеннями їжі](#), [картки з зображеннями різних ситуацій](#).



## Крок 1. **ЗУСТРІЧ У КОЛІ** (20 хв.)

**Мета:** створити атмосферу, щоб діти почувалися комфортно, налаштувалися на спілкування, мали можливість фантазувати й обирати. Заохочуйте кожну відповідь.

1. Попросіть дітей сісти в коло.
2. Виберіть спосіб привітання з дітьми (наприклад, вітаючись, сьогодні ми будемо передавати “обійманці”) “Доброго дня, Гнатику!” І обійнять.
3. Запитайте дітей, який у них сьогодні настрій. Запропонуйте обрати його колір і по черзі поділитися своєю фантазією.



### Обговорення історії в колі

Світило сонечко і день був дуже теплим. Соломія з мамою відпочивали біля річки. Дівчинка дуже любила купатися, пірнати і будувати замки з піску, тому охоче бавилася у воді. Мама вже кілька разів гукала донечку погрітися на березі, але дівчинка відмовлялася, бо їй хотілося завершити вежу і прикрасити її біленькими камінцями. Соломія відчула, що змерзла. Руки стали холодними, губи тремтіли й не слухалися. Дівчинка думала, чи варто послухати маму і вийти з води, хоч їй ще так кортіло продовжити гру.

### Запитайте дітей та обговоріть:

- Чому Соломія вагалася, чи послухати маму?
- Що б відбулося, якби вона сказала, що змерзла? Що сталося б, якби вона продовжила гратися?
- Чи траплялися з вами схожі ситуації? Що ви робили? Як діяли?
- Що б ви зробили на місці Соломії?



Формулюємо **“Правила в наплічник”** разом з дітьми:

- Дуже важливо дбати про себе і про своє здоров'я.
- Дослухатися та розуміти свої потреби.
- Звертатися за допомогою до дорослих, коли погано себе відчуваєш або щось турбує.

## Крок 2. ГРА НА ВИБІР (15 хв)



Увімкніть музику (можна використати цю [пісню-руханку](#)) і запросіть дітей хаотично рухатися по кімнаті. Коли музика зупиняється – це сигнал “стоп”. Попросіть кількох дітей назвати свої потреби чи бажання впродовж дня: “Чого тобі хочеться сьогодні?” Наприклад, обійнятися, хочу пити, піти в туалет, спати, їсти, відпочити, тощо. Вмикайте й вимикайте музику кілька разів, поки всі діти не висловляться.

### Підведіть підсумок:

Кожна людина має потреби. Їх треба вміти розрізняти й називати. Деякі потреби ми можемо задовольнити самостійно, а для інших знадобиться допомога. Іноді нам дуже хочеться, щоб хтось здогадався про наші бажання, але ніхто не вміє читати думки інших. Тому дуже важливо казати про свої потреби й бажання вголос.

### Запитайте дітей та обговоріть:

- Чи було важко чи легко назвати свої потреби?
- Чому важливо говорити про свої потреби?
- Як ми можемо дізнатися про потреби інших?
- Чому нам важливо знати про потреби інших?

## Крок 3. ОРГАНІЗОВАНА ДІЯЛЬНІСТЬ У ГРУПАХ (20 хв.)



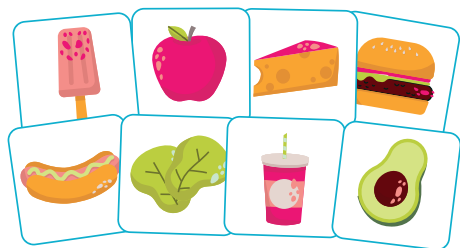
Роздрукуйте 2 малюнки до теми здорове харчування по 2 екземпляри кожного, або скористайтесь [заготовкою](#). Один примірник малюнка розріжте на частини як пазл і покладіть у мішечок. Важливо, щоб кількість частинок пазла відповідала кількості дітей у групі. Другий примірник покладіть на стіл (кожен на окремий столик для групи), він буде підказкою, щоб діти могли знайти свою групу.

Допоможіть дітям дістати з мішечка частини пазла та об'єднатися з іншими, щоб скласти з пазлів малюнок. Покажіть малюнки-підказки на столах.

Запросіть дітей сісти за столиком, де вони склали свій малюнок. Таким чином діти об'єднуються у дві малі групи для спільної роботи.

### Робота в малих групах.

1. Розкажіть, що турбота про себе та своє здоров'я залежить також від того, як ми харчуємось. З їжі ми беремо всі поживні речовини, необхідні для росту й розвитку. Їжа поділяється на “здорову”, завдяки якій ми ростемо й міцніємо, та “нездорову”, яка має гарний вигляд, “кличе” з реклами, манить ароматом, але зовсім не зміцнює наше тіло (шоколадки, цукерки, сухарики, чіпси, газована вода тощо). Важливо спочатку поїсти здорово, а тоді можна вживати їжу заради задоволення. Але небагато і не надто часто, щоб не болів животик і не нашкодити зубам.



Підготуйте набір карток з зображенням різноманітних товарів, овочів, фруктів, солодощів, напоїв. Запропонуйте дітям розсортувати їжу на здорову і нездорову й пояснити свій вибір. Зверніть увагу, щоб кожна дитина у підгрупі могла висловити власну думку.

2. Роздайте дітям картки з зображеннями різних ситуацій. Попросіть їх розповісти що там зображено і пояснити як це пов'язано з турботою про себе, свою родину чи довкілля, або ж як ця ситуація загрожує безпеці (коли це доречно).

**Зробіть разом руханку** “До сонечка”, промовляючи слова:

До сонечка потягуємося – воно силою нас наповнює (піднімаємо ручки),  
Земля нас зміцнює (стукаємо ніжками по землі),  
Силу здоров'я вдихаємо, а видихаючи, усе зайве відпускаємо (вдихаємо і видихаємо).

Запитайте, чи хтось з дітей хоче спробувати провести руханку у ролі ведучого.

**Або запропонуйте вивчити пісню “Бедрик”**, щоб порухатися разом.

**Запитайте дітей та обговоріть:**

Попросіть кожну групу розповісти про свою роботу.

- Як ви зараз почуваетесь?
- Як вам працювалося в команді?
- Що ви дізналися нового про їжу?
- Що ви дізнались нового про власну безпеку?
- Як ви сьогодні подбали про себе і про свої потреби?

## Рекомендації та додаткові ресурси на тиждень

1

**Говоріть з дітьми про важливість озвучувати власні потреби.**

Моделюйте цю навичку власними висловлюваннями про потреби.

Наприклад: Після гучного дня в садочку, мені хочеться іноді побути на самоті у тиші.

Що ми можемо зробити у нас в групі, коли хтось хоче побути в тиші? (розмовляти тихіше, запропонувати піти в куточок усамітнення і побути на самоті).

Іноді так важко опанувати свої емоції. Мені просто треба зупинитися і зробити глибокий вдих і видих, і повторити так декілька разів. Тому я знаю як з цим впоратися.

Коли мені сумно, я згадую собі про приємні моменти, вмикаю музику чи беру улюблену книжку.

## 2 **Давайте дітям прості завдання, які допоможуть їм вчитися піклуватися про себе.**

Нагадуйте дітям про важливість гігієни: чистити зубки двічі на день, вмиватися, стригти нігті, мити руки, витирати носа хустинкою при нежитю.

Запитуйте: що корисного ти сьогодні зробив/-ла (як потурбувався про своє тіло)?

Яку здорову їжу ти любиш? Коли варто мити руки? Скільки разів на день чистимо зуби? Покажи якусь спортивну вправу/рух.



## 3 **Заохочуйте до спільної діяльності та обговорення.**

Пропонуйте дітям говорити про потреби як у садочку, так і вдома з батьками. Запропонуйте їм «навчити дорослих» говорити про власні потреби і дбати про себе.

### **Обговоріть вірш “Хатка”**

Петро Сорока (Улюблені вірші -3, Абабагаламага, 2018).

Равлик-син прийшов до татка:

— Затісна у мене хатка,  
Якщо виросту ще трішки,  
то не влізуть в неї ріжки.  
Глянув батько на хатинку:  
— Не журися, любий синку,  
Бо не тільки ти ростеш —  
Підростає хатка теж.



Запропонуйте переглянути [мультик](#) «Головне — що всередині» про здорові харчові звички.

Прочитайте та обговоріть дитячу книжку Еріка Карла «Дуже голодна гусениця», яка популярна серед дітей у цілому світі.

## 4 **Залучайте до активностей інших дорослих та батьків**

Розкажіть батькам, що зараз в групі ви працюєте над умінням дбати про себе. Попросіть вдома теж приділити увагу цій темі. Обговорюйте в сім'ї, як кожен і кожна з вас турбувалися про себе сьогодні: чистили зуби, робили зарядку, пили досталь води, відпочивали, спали.



# 2 картка

## Уміння дбати про себе: роль води в житті людини

Цього тижня ми продовжимо працювати над формуванням у дітей уміння дбати про себе і пропонуємо це розглянути на прикладі значення води у житті людини. Що для нас означає вода, навіщо вона? Де і коли її використовують люди?

**Примітка для вихователя:** пам'ятайте про важливість підтримання водного балансу в організмі людини. Нагадуйте дітям пити воду впродовж дня. Діти мають знати, де в групі є вода і мати можливість у будь-який час втамувати спрагу.



Впродовж тижня розвиватимемо такі компетентності:

Цінності	Ставлення	Уміння	Знання та критичне розуміння
Повага до людської гідності та прав людини	Упевненість у собі	Уміння слухати та спостерігати	Знання самого себе та критична самооцінка

[“Рамка компетентностей для культури демократії”](#)

### Завдання для вихователя

- Формувати вміння дітей дбати про себе
- Учити дітей дбати про власне здоров'я
- Пояснити користь води та вчити дітей пити воду

### Очікувані навчальні результати

- Висловлює думку, що права дітей потрібно поважати і захищати
- Висловлює переконання, що може виконати заплановану діяльність
- Уважно прислухається до різних думок
- Може описати власні цінності та переконання

**Необхідні матеріали:** кілька ложок, різний посуд (чашка, 3 склянки), вода, яйце, сіль, цукор, пісок, акварель або гуаш, трубочки для коктейлю, одноразові ложки, паперові стаканчики, кольорові аркуші паперу, цвяхи, пінопласт, папір, дерев'яний кубик.



## Крок 1. ЗУСТРІЧ У КОЛІ (20 хв.)

**Мета:** створити атмосферу, щоб діти почувалися комфортно, налаштувалися на спілкування, мали можливість фантазувати й обирати. Заохочуйте кожну відповідь.

1. Попросіть дітей сісти в коло.
2. Візьміть маленьку пляшечку води (можете її розмалювати, намалювати посмішку) і запропонуйте дітям, передаючи пляшечку по колу, назвати по одній властивості води. Допомагайте їм підказками чи запитаннями “Яка вода може бути? (корисна, чиста, брудна, солодка, солоня, кольорова); Для чого ми використовуємо воду?”



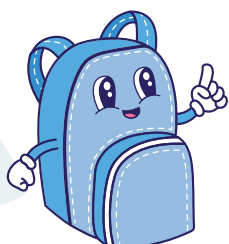
3. Запитайте дітей: що цікавого ви знаєте про воду? Чому людина і все живе не можуть прожити без води?

### Обговорення історії в колі

Одного сонячного дня діти грали на майданчику. Софія, Даринка та Єгор грали в кафе у пісочниці. Діти розділили завдання між собою, готуючись до відкриття — Єгор готував смачні піци, Софія накривала на столи і варила компот, а Даринка місила тісто для тістечок. Решта групи були запрошені на свято і чекали, катаючись на гойдалках. Діти не помітили як швидко минав час, бо захопилися грою. Раптом Софія зблідла і присіла — в неї запаморочилось у голові. Єгор запитав що сталося і чому дівчинка не продовжує грати в кафе. Софія прошепотіла «Я дуже хочу пити...»

### Запитайте дітей та обговоріть:

- Чому Софія стало зле?
- Чи були у вас схожі ситуації? Як ви зарадили собі у цій ситуації?
- Що б ви порадили Софії?
- Хто міг би їй допомогти?
- Чому важливо дбати про себе?
- Чому важливо говорити про свої потреби?
- Чому важливо пити воду?



Формулюємо **“Правила в наплічник”** разом з дітьми:

- Важливо дбати про свої потреби
- Пити воду необхідно впродовж усього дня
- Важливо говорити іншим про свої потреби

## Крок 2. ГРА “Я ХОЧУ” (15 хв.)



Запропонуйте кожній дитині обрати собі одну тварину чи ляльку і по черзі від імені іграшки сказати про потреби тіла: “Я хочу”. Наприклад: “Я Ведмедик. Я хочу пити улюблений молочний коктейль”, “Я, Барбі, хочу з’їсти яблуко” (спати, бігати, відпочивати, спілкуватися, побути наодинці, мріяти).

### Запитайте дітей та обговоріть:

- Як можна дізнатися, чого потребує інша людина?
- Чи всі висловлені бажання дітей батьки/дорослі повинні задовольняти?
- Чому важливо говорити про свої потреби?
- Чому нам важливо знати про потреби інших?



### Підведіть підсумок:

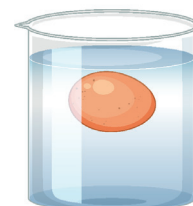
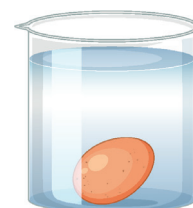
Кожна людина має потреби. Їх треба вміти розрізнати й називати. Деякі потреби ми можемо задовольнити самостійно, а для інших знадобиться допомога. Іноді нам дуже хочеться, щоб хтось здогадався про наші бажання, але ніхто не вміє читати думки інших. Тому дуже важливо казати про свої потреби й бажання вголос.

## Крок 3. ОРГАНІЗОВАНА ДІЯЛЬНІСТЬ У ГРУПАХ (20 хв.)



Об’єднайте дітей у три групи і запропонуйте їм різні активності з водою:

- **група 1** — дізнатися, по скільки ложок води вміщується в різних посудинах (чашка, склянка) Визначити, де більше, а де менше?
- **група 2** — провести експеримент з яйцем. Підготуйте 2 склянки з водою і запропонуйте дітям в одній з них розчинити 4 ложки солі. Запропонуйте опустити яйце в чисту воду, потім в солону і поспостерігати, що відбувається. Можна ще додати у інші склянки цукор, пісок, підфарбувати воду аквареллю.
- **група 3** — визначити, які матеріали тонуть, а які ні. Налийте в склянку води і запропонуйте опускати у воду різні речі: цвяхи, пінопласт, папір, дерев’яний кубик.





## Запитайте дітей та обговоріть:

- ▶ Які у вас враження від експериментів?
- ▶ Що нового ви дізналися про воду, коли проводили експерименти?
- ▶ Як змінюються властивості води, якщо додати щось до неї?
- ▶ Чи можна пити воду, яку ми використовували для експериментів? Чому?

**Підведіть підсумки роботи всіх груп.** Використовуйте позитивне підкріплення: я бачила, як вам вдалося ....., я щиро раділа, коли ви ..., мені дуже сподобалося як ви ... Наголосіть на тому, що вода є дуже важливою у житті людини. Воду використовують у побуті (купаються, миють посуд, прибирають...). Воду використовують для виробництва різних речей: паперу, тканини... Організм людини на 50-80% складається з води. У малих дітей цей відсоток вищий, а у літніх людей — нижчий. Вода є важливою складовою всіх тканин і органів тіла, і бере участь у багатьох фізіологічних процесах. Кожній людині дуже важливо дотримуватися питного режиму протягом дня, дбати про себе і своє здоров'я.

## Рекомендації та додаткові ресурси на тиждень

Цього тижня продовжуйте говорити з дітьми про важливість дбати про себе (їсти, пити, спати, дбати про фізичне здоров'я).

### 1 Знайдіть час, щоб поговорити з кожною дитиною про навичку дбати про себе.

Запитуйте дітей: Що хорошого ти сьогодні для себе зробив? Як ти сьогодні подбала про себе? За що ти сьогодні можеш сказати собі "Молодець!" або "Я задоволена/задоволений собою, бо мені вдалося...". За що ти сьогодні можеш сказати собі "Дякую!".

При нагоді поговоріть також про купання в річці, поїздки в аквапарк чи на море, миття посуду, поливання саду-городу разом з дорослими тощо.

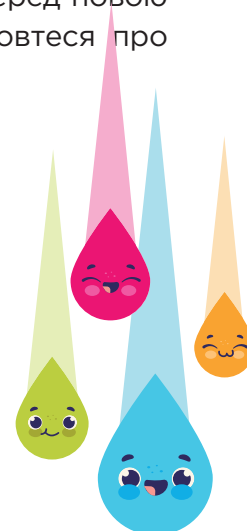
### 2 Давайте дітям прості завдання, які допоможуть їм вчитися піклуватися про себе та інших.

Попросіть когось з дітей всім у групі нагадати втамовувати спрагу перед новою діяльністю. Доручіть іншій дитині принести склянки до обіду. Домовтеся про правило — після прогулянки всі по черзі миють руки.

### 3 Заохочуйте до спільної діяльності та обговорення.

#### Гра "Перегони кольорових крапель"

Об'єднайте дітей у пари й роздайте їм по аркушу паперу з накресленою стартовою лінією. Запропонуйте поставити на лінії великі кольорові краплі (бажано різного кольору). Дайте кожній дитині трубочку для коктейлю й запропонуйте дмухати на свою краплю, рухаючи її вперед, щоб досягнути протилежного краю аркуша.



Такі “перегони” дозволяють не лише позмагатися і весело провести час з іншими дітьми, а й дослідити властивості води, продемонструвати, як можна бавитися з нею. Кожна дитина зможе відчути задоволення від виконання завдання, похвалити себе й порадіти за себе і за друзів. Проведіть рефлексію після активності.

### Гра “Пантоміма”

Запропонуйте дітям пограти в пантоміму, де ви (а потім діти по черзі) показуєте якусь дію, що стосується теми піклування про себе. Вихователька шепоче одній дитині на вушко назву дії (наприклад, чистити зуби, мити руки, їсти, обійнятися, одягатися, спати, гратися з іграшкою, робити зарядку, бігати, пити, сходити в туалет, причесатися, помити личко, взуватися, одягнути рукавиці чи шапку), дитина показує. Усі інші відгадують, що це за дія. Наступну дію показує інша дитина. По завершенню активності проведіть обговорення.

### Гра “Мій екран турботи»

Зробіть разом з дітьми екран турботи — на великому аркуші в стовпчику по вертикалі напишіть імена/фото всіх дітей в групі, зверху в горизонтальному рядку пропишіть, або краще додайте малюнки — дії, пов’язані з турботою про себе (чистити зуби, вмиватися, мити руки, робити зарядку, спати, пити воду...). Нехай діти клеять наклейки/ставлять позначки навпроти тієї активності, яку вони виконали впродовж дня.

**Інший варіант цієї активності** — зробити окремий аркуш для кожної дитини, де вона щодня відмічатиме свої корисні дії. Тоді замість імен дітей можна вписати дні тижня.

Або запропонуйте батькам разом з дитиною вести такий календар для всієї родини.

**Запропонуйте вивчити і заспівати разом** [“Пісню про ванну”](#) з каналу “Веселі дитячі пісні — з любов’ю до дітей” або послухайте пісню [“Про ранкову рутину кота Коте”](#).

## 4 Залучайте до активностей інших дорослих та батьків

Розкажіть батькам, що зараз в групі ви продовжуєте працювати над умінням дбати про себе та роллю води в житті людини. Попросіть дітей поговорити вдома з батьками про користь і властивості води та запропонуйте створення сімейного ритуалу: нагадувати собі й іншим пити воду. Наприклад, випивати склянку води відразу після того, як почистили зуби або зняли піжами.

Нехай діти розкажуть у колі, як у їхніх родинах турбуються про себе.



# 3 картка

## Уміння робити вибір



**Уміння обирати** є надзвичайно важливим у житті людини. Якщо подумати, то кожен і кожна з нас робить вибір безліч разів навіть впродовж одного дня. Можливість обирати свій спосіб, свій варіант і робить нас тими, ким ми є, — відмінними від інших, унікальними особистостями.

У садочку ми навчаємо дітей найпростішого — обирати книжку чи іграшку, одяг, активності, поступово переходячи до складніших речей, як то вибір певної моделі поведінки. Кожна людина має навчитися приймати рішення і брати на себе відповідальність, не боятися нового досвіду, не боятися помилятися, приймати наслідки свого вибору.

### Впродовж тижня розвиватимемо такі компетентності:

Цінності	Ставлення	Уміння	Знання та критичне розуміння
Повага до людської гідності та прав людини	Громадянська свідомість Упевненість у собі	Аналітичне та критичне мислення Уміння слухати та спостерігати Гнучкість та вміння адаптуватися	Знання самого себе та критична самооцінка

[“Рамка компетентностей для культури демократії”](#)

### Завдання для вихователя

- ▶ Вчити обирати матеріали, з якими хочеться працювати
- ▶ Вчити обирати для себе активність
- ▶ Вчити обирати модель поведінки (усвідомлена дія, що ґрунтується на усвідомленні причинно-наслідкових зв'язків)

### Очікувані навчальні результати

- ▶ Відстоює думку, що до кожної людини слід ставитися гуманно та з повагою до її гідності.
- ▶ Висловлює переконання, що може виконати заплановану діяльність.
- ▶ Бере участь у процесі ухвалення рішень стосовно питань, інтересів та спільного блага для громади.
- ▶ Може роздумувати над минулим досвідом
- ▶ Уважно прислухається до різних думок.
- ▶ Може змінювати свої рішення, якщо їх наслідки вимагають цього
- ▶ Може описати власні цінності та переконання.

**Необхідні матеріали:** картки з зображеннями різних речей: пляшечка з водою, серветки, ліхтарик, книжка, іграшка, панاما, куртка, телевізор, шафа, подушка, гра, олівці... та наплічники (попросіть батьків, щоб у кожної дитини був рюкзачок з собою), роздруківки лабіринтів та бінго.

## Крок 1. ЗУСТРІЧ У КОЛІ (20 хв.)

**Мета:** створити атмосферу, щоб діти почувалися комфортно, налаштувалися на спілкування, мали можливість фантазувати й обирати. Заохочуйте кожну відповідь.

1. Попросіть дітей сісти в коло.
2. Оберіть, у який спосіб будете вітатися з дітьми сьогодні (наприклад, вітаючись, будемо передавати по колу підморгування) “Добрий день, Наталочко!”, “Привіт, Андрію”. І підморгнути.



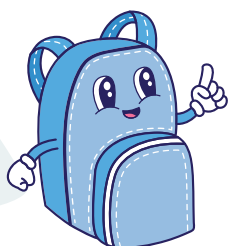
3. Запропонуйте пофантазувати разом. Запитайте, в який спосіб діти добралися чи прибули у садочок сьогодні. Розпочніть із себе. Наприклад: “Я до вас поспішала на хмарині!” “А ти як, Оксано?”. Нехай висловиться кожна дитина по черзі.

## Обговорення історії в колі

Михайлик та Орест — кращі друзі. Хлопці дуже любили фантазувати, їм завжди було цікаво щось вигадувати нове. Якось Михайлик вдосконалював новий трюк, щоб подолати уявного змія. Він так захопився, що не помітив Ореста, який підійшов ззаду, і ненароком сильно штовхнув його. Орестові стало боляче, він заплакав і сильно образився. Конфлікт, здавалося, був неминучим. Михайликові було прикро, але не хотілося просити вибачення. Адже він штовхнув Ореста ненавмисно.

## Запитайте дітей та обговоріть:

- Чому Орест образився? Чому Михайлик не хотів вибачитися?
- Чи траплялися з вами схожі ситуації? Що ви відчували? Що ви робили в той момент?
- Що б ви порадили зробити Оресту?
- Що б ви зробили на місці Михайлика?



Формулюємо **“Правила в наплічник”** разом з дітьми:

- У нас завжди є вибір. Ми можемо обирати, що робити, а що не робити.
- Важливо думати про наслідки наших дій.

## Крок 2. ГРА (15 хв.)



Наступні активності можна запланувати як індивідуальне завдання для кожного/ї, або за вибором вихователя об'єднати дітей по групах.

### Гра “Збираємо валізу в подорож”

Запропонуйте дітям поміркувати, куди б вони хотіли б подорожувати. Для гри їм знадобляться рюкзачки (попросіть їх заздалегіть принести з дому) та дитячі речі (картки з зображеннями) на стільчику. Запропонуйте дітям обрати, які речі вони візьмуть із собою в подорож (нехай складуть ці речі в рюкзак). Далі нехай поміркують над тим, чого ще не вистачає. На стільчик кожній дитині перед початком гри покладіть декілька зображень “зайвих” речей.

#### Запитайте дітей та обговоріть:

- Як ви почувалися, коли збиралися в дорогу?
- Що було легко обрати?
- Чи доводилося змінювати вибір? Чому?



### Гра “Мандри”

У різних куточках кімнати розмістіть малюнки: повітряна куля, космічний корабель, автобус, потяг, велосипед, літак, автомобіль.

Запропонуйте дітям обрати, яким видом транспорту вони б хотіли подорожувати. Коли діти об'єднуються у групи за видами транспорту, нехай поміркують над тим, що їм знадобиться в подорожі (підготуйте для цього картки з зображеннями).

### Гра “Лабіринт”

Роздрукуйте запропоновані [заготовки лабіринтів](#). Підберіть необхідну кількість малюнків та складність (відповідно до віку). В зручному місці покладіть лабіринти і попросіть дітей обрати по одному малюнку. Дайте дітям олівці чи ручки, щоб виконати завдання і вийти з лабіринту.

## Крок 3. ОРГАНІЗОВАНА ДІЯЛЬНІСТЬ У ГРУПАХ (20 хв.)



Скажіть, що зараз ми будемо щось малювати/клеїти/вирізати, працюючи у групах. Підготуйте відповідні матеріали для роботи.

- Оберіть собі команду, станьте по двоє чи троє
- Оберіть матеріали, з якими хочете працювати
- Придумайте що б ви хотіли намалювати разом
- Назвіть свій малюнок

Готові картини розмістіть на стіні чи дошці, створивши “галерею”.

Запитайте дітей як називається їхня робота, про що говорили і як обирали, що намалювати



## Рекомендації та додаткові ресурси на тиждень

### 1 Упродовж тижня знайдіть час, щоб поговорити з кожною дитиною про навичку обирати

Запитуйте дітей: Чи доводилось тобі сьогодні щось обирати? Чи траплялося таке, що ти змінював/-ла свій вибір? Від чого це залежало? Як тиобираєш ігри для себе та друзів? Хто у вас в сім'ї обирає, що тобі одягати в садочок?

Пропонуйте дітям різні ситуації, ставлячи запитання: “А що зробив би супергерой? А що зробив би лиходій? А що зробив би твій друг? А що ти зробила б чи зробив би?”.

### 2 Давайте дітям прості завдання, які допоможуть їм вчитися робити вибір

Пропонуйте обирати:

- ▶ матеріали, з якими діти працюють
- ▶ осередки діяльності
- ▶ реалізувати власний задум в грі, в творчих роботах

Навчайте дітей обирати, пропонуючи два варіанти на вибір: “Ти візьмеш на прогулянку машинку чи м'яч?”, “Одягнеш сьогодні червону футболку чи жовту?”, “Будеш яблуко чи грушу?” тощо.

### 3 Заохочуйте до спільної діяльності та обговорення

В осередках діяльності плануйте варіанти вправ для вибору дітьми. Наприклад, в осередку творчості: “Ви можете намалювати або виготовити аплікацію. Оберіть, що саме ви хотіли б зобразити”. В бібліотеці дитина може обрати книжку для себе; читати її самостійно, з кимось з інших дітей або просити виховательку почитати.

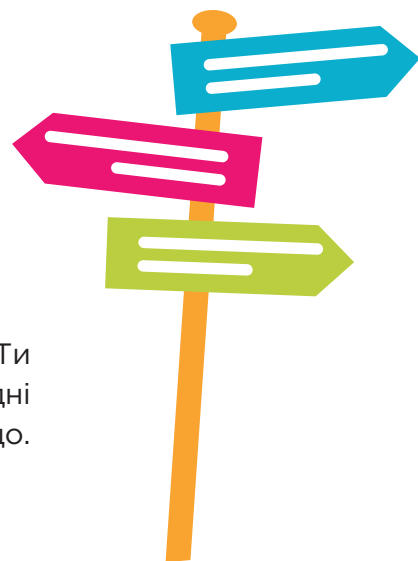
На вулиці запропонуйте дітям пограти в гру [“Бінго”](#). Оберіть та роздрукуйте варіант відповідно до пори року. Кількість копій має відповідати кількості дітей у групі. Завдання: знайти всі зображені елементи в одному рядочку по горизонталі чи вертикалі під час прогулянки. Хто впорався першим голосно вигукує “Бінго!”.

Обговоріть: Як обирали, що шукатимуть спершу? Які враження у дітей від спостереження за природою? Що по дорозі зустріли найцікавіше? Чи допомагали одне одному чи працювали поодиноці?

Перегляньте разом та обговоріть [відео про “Вибір”](#).

### 4 Залучайте до активностей інших дорослих та батьків

Розкажіть батькам, що зараз в групі ви працюєте над умінням робити вибір. **Навчайте дитину запитувати: “Чи можна я оберу?”**, як в садочку так і вдома, долучаючись в такий спосіб до повсякденних справ. Наприклад, “Можна я оберу, що готуватимемо на вечерю, який хліб купимо в крамниці, в який парк підемо гуляти”.



# 4 картка

## Уміння підтримувати розмову



Людина — соціальна істота, яка використовує спілкування не лише для передачі інформації, а й для задоволення від взаємодії з іншими людьми. Уміння підтримувати розмову — важлива навичка, яка допомагає дітям дружити, домовлятися, ініціювати діалог, ставити запитання, висловлювати свої думки й уважно слухати інших. Спілкуючись, діти вчать поважати співрозмовника, розвивають мовлення, мислення та впевненість у собі. Це вміння дитина буде розвивати й використовувати протягом усього життя.

**Впродовж тижня розвиватимемо такі компетентності:**

Цінності	Ставлення	Уміння	Знання та критичне розуміння
Повага до людської гідності та прав людини Визнання цінності культурного різноманіття	Відкритість до інших культур, переконань та відмінних світоглядів і практик Повага	Уміння слухати та спостерігати Емпатія Мовні, комунікативні вміння та багатомовність	Знання та критичне розуміння мови й особливостей спілкування

*“Рамка компетентностей для культури демократії”*

### Завдання для вихователя

- ▶ Вчити дітей прийомам активного слухання
- ▶ Формувати вміння підтримувати розмову
- ▶ Вчити ставити запитання на тему розмови

### Очікувані навчальні результати

- ▶ Відстоює думку, що до кожної людини слід ставитися гуманно та з повагою до її гідності
- ▶ Висловлює думку про те, що люди повинні цінувати і поважати усі мови, якими розмовляють інші
- ▶ Виявляє готовність взаємодіяти з людьми, які сприймаються як інші
- ▶ Дає можливість іншим висловлювати свою думку
- ▶ Показує мовою тіла, що він/вона слухає
- ▶ Висловлює співчуття тим людям, яким щастить менше, ніж йому/їй
- ▶ Може пояснити, як тон голосу, візуальний контакт та мова тіла допомагають під час спілкування

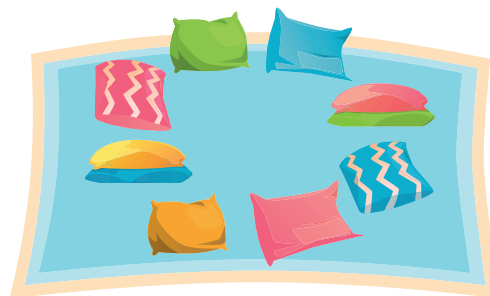
**Необхідні матеріали:** тематичні картинки для вибору тем розмови (по 2 картки з кожної теми “транспорт”, “будівлі”, “тварини”, “рослини” тощо), мішечок для карток/іграшок, дрібні іграшки.

## Крок 1. ЗУСТРІЧ У КОЛІ (20 хв.)



**Мета:** створити атмосферу, щоб діти почувалися комфортно, налаштувалися на спілкування, мали можливість фантазувати й обирати. Заохочуйте кожну відповідь.

1. Попросіть дітей сісти в коло.
2. Оберіть у який спосіб будете вітатися з дітьми сьогодні (наприклад: піднятися, і по черзі привітатися із сусідом будь-якою частиною тіла (ліктем, п'яткою, коліном, спинками, тощо).



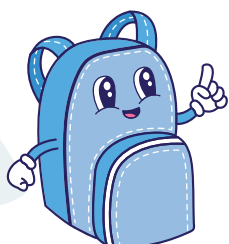
3. В центрі кола на підлозі покладіть зображення з картками і попросіть кожну дитину обрати для себе картку, яка подобається. Попросіть дітей сказати, що зображено на картці, чому їм подобається ця картка, та що на ній зображено і що можна про це розповісти. Вихователь розпочинає, показуючи свою картку, розповідає про неї (наприклад, книжка, бо у ній гарні малюнки) і передає слово дитині поруч, називаючи її ім'я. Стежте за тим, щоб ланцюжок не зупинявся.

### Обговорення історії в колі

В понеділок після довгих вихідних діти поспішали в садок, щоб розповісти одне одному, чим вони займалися і що цікавого робили. Галя розповідала, що була в бабусі в селі, і годувала каченят та кішку. Інші діти підхопили тему і ділилися історіями про своїх домашніх тварин. Сергій не міг дочекатися, щоб розказати, що старший брат навчив його кататися на велосипеді, і кілька разів намагався вступити в розмову зі словами "А я знаєте що?" Інші теж кортіло поділитися, що в неї була в гостях сестричка і привезла солодощі та подарунки. Вона питала "Можна я щось скажу?" Проте жвава розмова про тварин захопила дітей, вони нічого не чули і не звертали увагу на друзів.

### Запитайте дітей та обговоріть:

- Чому діти не слухали Сергія й Інну?
- Чи були у вас ситуації, коли ви розповідали щось, а вас не слухали, або перебивали? Що ви відчували в цей момент? Як ви діяли, що робили?
- Чому важливо не перебивати інших?
- Що треба було зробити дітям, щоб усі могли висловитися?



Формулюємо **"Правила в наплічник"** разом з дітьми:

- Коли хтось говорить, ми не перебиваємо і уважно слухаємо
- Якщо хтось хоче щось сказати, можна запитати про це
- Говоримо по черзі, а не одночасно
- Запитуйте, якщо щось зацікавило чи було незрозуміло.

## Крок 2. ГРА “ЛОВЦІ СЛОНІВ” (15 хв.)



Попросіть дітей сісти в коло. Скажіть, що діти мають упіймати слово “слон”. Як тільки почують його, треба плеснути в долоні. Потренуйтеся разом з дітьми, як ловити “слона” оплесками.

Зачитайте назви різних тварин, серед яких іноді називайте слово “слон”: зайчик, крокодил, ведмідь, слон, лисиця, крокодил, їжак, кенгуру, слон, вовк, бегемот, кабан, слон, коза, зайчик, антилопа, верблюд, слон, білка. Якщо діти готові самостійно проводити гру — дитина, яка “впіймала” слона, стає ведучим.



Ускладнюйте завдання, промовляючи назви тварин з прикметниками, які їх характеризують. Домовтеся, якого слона будуть ловити діти (сірого, рожевого чи всіх слонів): сірий зайчик, зелений крокодил, білий зайчик, темний крокодил, бурий ведмідь, рожевий слон, руда лисиця, злий крокодил, колючий їжак, блакитний кенгуру, сірий слон, сірий вовк, сірий бегемот, дикий кабан, сірий слон, плямиста коза, білий ведмідь, маленький зайчик, швидка антилопа, двогорбий верблюд, великий слон, руда білка. Підтримуйте дітей, коли вони помиляються, активізуйте дітей, які малоактивні.

### Запитайте дітей та обговоріть:

- Що допомагало уважно слухати і «зловити слона»?
- Чому важливо слухати співрозмовника?

### Гра “Запитання” (15 хв)

Оберіть кілька тематичних картинок (“транспорт”, “будівлі”, “тварини”, “рослини”). Покажіть одну картку дітям і попросіть поставити до неї запитання. Що ви можете запитати? Наприклад: Що тут зображено? — Коза. Коза якого кольору? — Сірого. Коза точно не зелена? — Ні. В кози є роги? — Немає. Це коза чи козенятко? — Коза.

Повторіть кілька разів з різними картками.

Під час вправи можна допомагати дітям, ставити уточнюючі запитання. Проте основне завдання — навчитися ставити запитання і ці запитання можуть бути будь-які. Так вчимо змалку, що неправильних запитань не буває і загалом питати — це добре.

### Запитайте дітей та обговоріть:

- Чи легко було придумувати, що можна запитати? Чому?
- До якої картки було найбільше питань?





### Крок 3. **ОРГАНІЗОВАНА ДІЯЛЬНІСТЬ У ГРУПАХ (20 хв.)**

Об'єднайте дітей по парах і дайте кожному витягнути з мішечка картинку/дрібну іграшку. Попросіть дітей пофантазувати і придумати разом історію про ці дві картинки/іграшки.

По завершенню роботи груп (10 хв), хай кожна пара коротко презентує свою історію в спільному колі. Інші діти слухають і задають питання до історії.

## Рекомендації та додаткові ресурси на тиждень

### **1 Упродовж тижня знайдіть час, щоб поговорити з кожною дитиною про вміння підтримувати розмову**

Про що розповідали тобі друзі? Що тебе найбільше зацікавило?

Про що ти розповідав/-ла друзям? Чи слухали тебе інші? Як ти зрозумів/-ла, що тебе уважно слухають?

Чи були випадки, що тебе не слухали? Що ти робив/-ла у цій ситуації?

### **2 Давайте дітям прості завдання, які допоможуть їм вчитися підтримувати розмову**

- Запитай у двох дітей, чи подобається їм погода сьогодні. Постав уточнювальне запитання “Чому (не) подобається така погода?”
- Запитай у 2-3 дітей про що вони б хотіли поговорити. Якщо почуєш цікаву для себе тему — підтримай розмову. Якщо ні, то вчимося коректно відповідати, наприклад: вибач, я не дуже люблю казки, я хочу поговорити про тварин чи подорожі. А ти любиш мандрувати?
- Розкажи, хто з дітей розповідав тобі щось цікаве сьогодні? Про що тобі хотілось би дізнатися більше?

### **3 Заохочуйте дітей до спільної діяльності та обговорення**

Під час ранкового кола запропонуйте активність – придумуємо спільну історію. Вихователька починає історію, обираючи головного героя. Далі кожна дитина додає по одному реченню, слухаючи, що було вже сказано і доповнюючи й придумуючи нові пригоди даного героя. Ця вправа кожного разу виходить непередбачуваною, цікавою і захоплюючою.

### **4 Залучайте до активностей інших дорослих та батьків**

Розкажіть батькам, що зараз в групі ви працюєте над умінням слухати і підтримувати розмову. Попросіть батьків вдома теж зосередити увагу на цій темі. Наприклад, запропонуйте щовечора розповідати одне одному про свій день у садочку та на роботі. Нагадайте батькам правила ефективного спілкування і про важливість використовувати в розмові з дитиною фрази, які спонукають ділитися ідеями та почуттями; задавати відкриті запитання.

# 5 картка

## Уміння вільно висловлюватися, поважати думку іншого

Уміння висловлюватися — це не лише вміння говорити, а здатність передати свої думки так, щоб тебе зрозуміли. Важливо, щоб дитина знала: моя думка важлива, що я маю право сказати, що відчуваю, чого хочу, що мене турбує. Це основа впевненості в собі та самоповаги. Тоді як повага до думки іншого — це вміння чути і приймати, навіть якщо хтось думає інакше — допомагає дітям жити в злагоді, не сваритися, домовлятися й дружити.

А ще ці навички тісно пов'язані з мисленням, мовленням, емоційним розвитком і співчуттям.

Важливо заохочувати дітей ділитися своїми думками, вчити слухати одне одного без насмішок і образ, ставити відкриті запитання: “А як ти думаєш?”, “Що ти пропонуєш?”, не перебивати й не знецінювати слова інших. Коли ми створюємо в групі простір, де кожного чують, діти вчаться не боятися бути собою й поважати інших.



Впродовж тижня розвиватимемо такі компетентності:

Цінності	Ставлення	Уміння	Знання та критичне розуміння
Визнання цінності культурного різноманіття	Повага Громадянська свідомість	Уміння слухати та спостерігати Гнучкість та вміння адаптуватись Мовні, комунікативні вміння та багатомовність	Знання та критичне розуміння мови й особливостей спілкування

[“Рамка компетентностей для культури демократії”](#)

### Завдання для вихователя

- Створювати умови для вільного висловлення думок
- Формувати повагу до думки іншого
- Розвивати вміння активно слухати іншого та формулювати запитання
- Вчити спостерігати за обговоренням та думками інших людей



## Очікувані навчальні результати

- Висловлює думку про те, що слід сприяти комунікації та діалогу між людьми різного культурного походження
- Дає можливість іншим висловлювати свою думку
- Бере на себе зобов'язання не залишатися осторонь, коли порушують права та гідність інших людей
- Уважно прислухається до різних думок
- Змінює свою думку, якщо йому/їй подали раціональне обґрунтування для цього
- Ставить такі запитання, що вказують на розуміння позицій інших людей

**Необхідні матеріали:** іграшковий мікрофон, напис “крісло автора”, папір для малювання, скотч, фломастери, маркери.

### Крок 1. ЗУСТРІЧ У КОЛІ (20 хв.)



**Мета:** створити атмосферу, щоб діти почувалися комфортно, налаштувалися на спілкування, мали можливість фантазувати й обирати. Заохочуйте кожну відповідь.

1. Попросіть дітей сісти в коло.
2. Запропонуйте дітям самостійно обрати привітання і привітатись з сусідом зліва (наприклад: хтось може казати “привіт” і усміхнутись, інша дитина каже “я рада бачити тебе” і обіймає сусіда чи сусідку). Нагадуйте дітям питати дозволу, перш ніж обіймати когось.
3. Покажіть дітям мікрофон і запитайте, де і як люди його використовують. Передайте мікрофон дітям, щоб почути відповіді.
4. Нагадайте групі правило “Слухати одне одного”.



### Обговорення історії в колі

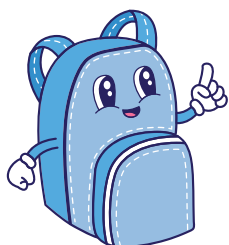
У одному далекому-далекому королівстві жив добрий король. А разом із ним — багато різних людей: і пекарі, і музиканти, і малярі, і навіть одна весела бабуся, яка вміла варити найсмачніший суп у світі! У цьому королівстві були правила, за якими всі жили. Але це були не просто правила. Їх вигадували разом: і король, і жителі. Усі сиділи, думали, що зробити, щоб усім було зручно, безпечно й весело.

Щонеділі після обіду всі збиралися на велику площу — майже як у нас у групі коло чи загальне обговорення. Там кожен міг сказати, що думає. Хтось казав: “Мені сумно, що вулиця темна — давайте повісимо більше ліхтарів”. Хтось казав: “А давайте зробимо свято повітряних куль!” Ці зустрічі називалися “вільний мікрофон”. Це коли кожна людина може вільно говорити, а всі інші її слухають.

Король слухав уважно, питав, перепитував, іноді казав: “Цікава думка! А як це зробити краще?” І завжди перевіряв: “Це точно правда?” — бо хотів, щоб усі були чесними. Усі в королівстві були радісні й спокійні, бо знали: їхню думку чують, поважають, з ними радяться. І так у королівстві ставало ще краще жити.

### Запитайте дітей та обговоріть:

- Чому зустрічі називали “вільний мікрофон”? Чому королю важливо було чути усіх жителів? До яких змін це привело в королівстві?
- Чи траплялись із вами ситуації, коли ви хотіли висловити свою думку, а вас не слухали? Що ви при цьому відчували? У яких випадках ви розумієте, що вас слухають?
- Яким би було життя людей, якби вони не мали права вільно висловлюватися? Яким би було життя людей, якби король вирішував усе сам і нікого не слухав?



Формулюємо **“Правила в наплічник”** разом з дітьми:

- Кожна людина має право вільно висловлювати власну думку.
- Кожна людина має право бути почутою.
- Коли ми уважно слухаємо одне одного, ставимо запитання — це допомагає нам порозумітися і зберегти зв'язок між нами.

### Крок 2. **ГРА “ЗАЙМИ ПОЗИЦІЮ І ВИСЛОВИ СВОЮ ДУМКУ”** (15 хв.)



Зберіть дітей у просторі для зустрічей та зачитайте твердження (наприклад: “Їсти морозиво — корисно”, “Було б добре, щоб цілий рік було літо”, “Їсти печиво з підлоги — це правильно”, “Краще з друзями пограти в комп'ютерні ігри, аніж гуляти надворі”, “Цукерки — це найкраща їжа”, “Я завжди дотримуюсь правил гігієни”, “Комп'ютерні ігри — це цікаво”, “Кричати на співрозмовника — це нормально”, “Краще бавитись самому, ніж із друзями”, “Переходити дорогу можна де захочеш”, “Домашні улюбленці можуть спати в ліжку”, “Було б добре, якби не було ніяких правил” та ін.)

Після кожного твердження діти мають обрати відповідь, ставши біля папірця з відповідним написом: “Так/+”, або “Ні/-”. Коли діти оберуть позицію, дайте їм можливість коротко пояснити свій вибір (за бажанням). Потім зачитайте наступне твердження. Звертайте увагу на те, як діти висловлюються та чи слухають їх інші.

### Запитайте дітей та обговоріть:

- На які твердження вам було легко відповідати?
- Які рішення було прийняти важко?
- До яких тверджень у вас були сумніви і чому?
- Чому важливо слухати і поважати вибір інших?





Ми з вами почули багато різних думок і побачили, що навіть на звичайні речі можна дивитися по-різному. Деколи було легко вирішити, з чим ви погоджуєтесь, а деколи — ні. Це нормально — думати, сумніватися, шукати свої відповіді. У житті ми часто чуємо різні твердження — від друзів, дорослих, з телевізора або з інтернету. Але важливо не просто вірити у все, що чуєш, а думати самостійно, ставити запитання: Чи це правда? Чи я з цим згоден/згодна? Чи це добре для мене та інших?

### **Вправа “Крісло автора”**

“Крісло автора” — це педагогічна технологія, яка допомагає дітям вільно висловлюватися, презентувати свої думки й ідеї, відчувати впевненість у собі, а також вчитися слухати інших і поважати думку кожного. Це особливе місце, де дитина стає автором і може поділитися з групою чимось важливим — своєю розповіддю, спогадом, казкою, віршем, ідеєю чи навіть проблемою.

Підготуйте “крісло” — візьміть будь-який стілець, задекоруйте тканиною, прикріпіть напис “Крісло автора”. Домовтеся про правила групи під час активності: говорить лише автор, усі слухають уважно. Після виступу можна поставити запитання чи поаплодувати.

Запросіть дітей ставати авторами. Запропонуйте дітям тему для вільного висловлювання, — це може бути основна тема дня/тижня/місяця. Наприклад: “Наш домашній улюбленець...”, “Найбільше я люблю гуляти...”, “Сьогодні я побачила красиву квітку...”, “Моя улюблена іграшка...”.

### **Запитайте дітей та обговоріть:**

- Як ти почувався/-лася, коли розповідав/-ла свою історію, а всі уважно слухали?
- Які запитання твоїх друзів тобі сподобались?
- Що тобі більше подобається: говорити чи слухати інших? Чому?

### **Крок 3. ОРГАНІЗОВАНА ДІЯЛЬНІСТЬ У ГРУПАХ (20 хв.)**



Запропонуйте дітям у парах вільне малювання до теми, яка вивчається у групі. Діти мають обговорити й погодити: що вони будуть малювати, хто що малює, на якій частині аркуша малює кожен.

1. Під час цієї діяльності запитуйте у дітей, що вони малюють, чи вони про це домовлялись-погоджували.
2. По завершенню малюнки кожної пари розмістіть на видному місці і запитайте у дітей:

### **Запитайте дітей та обговоріть:**

- Як вам вдалося домовитися, що малювати?
- Чи вдалося намалювати задумане? Що вам допомогло?
- Як ти себе почував/-ла, коли інша дитина дослухалася або не дослухалася до твоїх ідей та пропозицій?



## Рекомендації та додаткові ресурси на тиждень

### 1 Упродовж тижня знайдіть час, щоб поговорити з кожною дитиною про вміння вільно висловлюватися, поважати думку інших

- ▶ Чи мав/мала ти можливість сьогодні розповісти щось про себе чи якусь історію друзям?
- ▶ Кому ти розповідав/-ла? (рідним, в групі, кільком дітям чи комусь одному?)
- ▶ Чи запам'ятав/-ла ти хто сьогодні розповідав історію на кріслі автора та про що була історія?
- ▶ Кого тобі було цікаво послухати сьогодні та чому? Чи з усіма думками ти погоджувався/-лась? Як ти почувався/-лась, коли думка іншого відрізнялась від твоєї та що ти робив/-ла)?

### 2 Давайте дітям прості завдання, які допоможуть їм вчитися вільно висловлюватись і поважати думку інших

Протягом тижня використовуйте практику “Крісло автора”, коли буде доречно. Для обговорення ви можете пропонувати дітям тему, яка вивчається в групі або теми, зініційовані дітьми. Заохочуйте дітей практикувати навички активного слухання та не забувайте про обговорення після вправ.

### 3 Заохочуйте дітей до спільної діяльності та обговорення

Для цього можна використовувати метод “Мікрофон”, інтерв'ю, опитування чи інші техніки, що підходять у тій чи іншій ситуації.

Звертайте увагу на особливості висловлювання дітей, їхні почуття, емоції, у тому числі, коли їхні думки розходяться з думками інших чи вони з чимось не погоджуються.



При нагоді скористайтесь ілюстраціями з будь-якої книжки “Вімельбух” або [заготовками](#).

Переглядайте з дітьми малюнки або картини й обговорюйте:

- ▶ Що ти бачиш?
- ▶ Що тут могло статися?
- ▶ Чи траплялися з тобою подібні ситуації?

### 4 Залучайте до активностей інших дорослих та батьків

Повідомте батькам, що ми в садочку створюємо умови й можливості, щоб діти набували вміння висловлюватися та поважати думку іншого.

Нижче подані короткі твердження, які можна розглянути з дітьми. Роздайте їх дітям і попросіть обговорити вдома разом з батьками. Наступного дня можемо запропонувати поділитися результатами в групі за бажанням.

Іноді мені буває страшно говорити вголос. Пригадайте коли таке траплялося? Які були обставини? Чи був поруч хтось знайомий з дорослих?

Мій сусід любить зранку ганяти м'яча у своєму подвір'ї. Я люблю поспати і не люблю футбол. Якщо чесно, то мені заважає гупіт м'яча, але я поважаю бажання інших і щільно закриваю вікна. Пригадайте чи траплялося схоже з вами?



Я сьогодні посміхалась/посміхався, коли .....Пригадайте що викликало у вас позитивні емоції.

## Поради для батьків

Спілкуючись із дитиною, пам'ятайте, що ви у дитинстві також хотіли, щоб батьки/родичі/дорослі вас чули і давали можливість висловити свою думку. Радимо приділяти цьому увагу і в родинному спілкуванні. Ось кілька простих порад на допомогу:

- ▶ Слухайте, що дитина говорить вам, і реагуйте на те, що вона говорить.
- ▶ Опускайтесь на рівень очей дитини (присідайте/сідайте на низький стілець чи на підлогу), коли говорите з нею.
- ▶ Враховуйте думки дитини в сімейному плануванні. Наприклад, розмірковуючи над ідеями проведення вихідного дня чи родинного свята.
- ▶ Задавайте дитині питання на різні теми, щоб почути її досвід, думки, варіанти рішення.
- ▶ Поважайте думки дитини, які вона висловлює: використовуйте ідеї та пропозиції, відзначайте її внесок, давайте можливість впливати на прийняття рішення.



# 6 картка

## Уміння слухати і спостерігати

Уміння слухати і спостерігати тісно пов'язано з темою попередньої картки — вміння вільно висловлюватися, поважати думку іншого. Щоб дитина вільно висловлювалася, брала участь в обговореннях і прийняті рішень, необхідно її чути. Дитина відчуває себе важливим членом спільноти, коли її слухають і враховують її ідеї. Уміння слухати і спостерігати розвиває уважність до деталей, інтерес до навколишнього світу, здатність помічати зміни, закономірності, зв'язки між речами. Ці навички допомагають нам краще розуміти себе, світ, інших людей, а також помічати почуття й потреби інших, підтримувати діалог, не перебивати, чекати своєї черги.

Впродовж тижня розвиватимемо такі компетентності:

Цінності	Ставлення	Уміння	Знання та критичне розуміння
Повага до людської гідності та прав людини	Відкритість до інших культур, переконань та відмінних світоглядів і практик Повага	Уміння слухати та спостерігати Емпатія Мовні, комунікативні вміння та багатомовність	Знання та критичне розуміння світу

[“Рамка компетентностей для культури демократії”](#)

### Завдання для вихователя

- Учити дітей спостерігати за оточенням, запам'ятовувати, слухати
- Формувати вміння долучатися до обговорення

### Очікувані навчальні результати

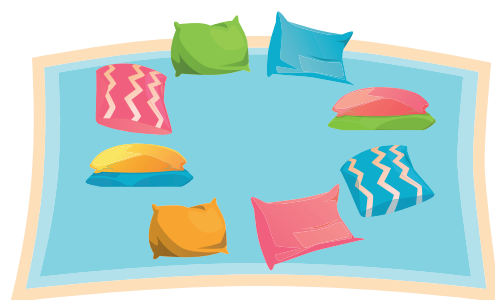
- Висловлює думку, що права людини потрібно завжди захищати і поважати
- Виявляє готовність взаємодіяти з людьми, які сприймаються як інші
- Дає можливість іншим висловлювати свою думку
- Уважно прислухається до різних думок
- Може уважно слухати, щоб розшифрувати наміри іншої людини та значення, яке вона надає комунікації
- Спостерігає за мовою тіла інших людей, щоб краще зрозуміти, що вони намагаються сказати
- Демонструє здатність зрозуміти, що думають інші люди в конкретній ситуації
- Здатен/-на розпізнати різні способи спілкування, що використовуються принаймні в одній з інших соціальних груп чи культур
- Може пояснити, чому кожна людина несе відповідальність за дотримання прав людини

**Необхідні матеріали:** кілька аркушів паперу, маркер, 5-7 предметів (іграшки, малюнки), пристрій для прослуховування музики, м'ячик, різне насіння, контейнери з землею, поливалки, маленькі лопатки, мікроскоп/лупа, малярний скотч.

## Крок 1. ЗУСТРІЧ У КОЛІ (20 хв.)

**Мета:** створити атмосферу, щоб діти почувалися комфортно, налаштувалися на спілкування, мали можливість фантазувати й обирати. Заохочуйте кожну відповідь.

1. Попросіть дітей сісти в коло.
2. Розпочніть із привітання: запропонуйте дітям вітатися по колу, подаючи ручки і передаючи одне одному побажання. Попросіть дітей уважно слухати друзів і старатися не повторювати побажань, які вже звучали. Наприклад: “Доброго ранку, Аліно, бажаю, щоб твій день сьогодні був чудовим!” “Доброго ранку, Богдане, бажаю, щоб ми сьогодні гарно бавились!”
3. Підготуйте для себе кілька аркушів паперу та маркер. Попросіть дітей пригадати в деталях, що вони бачили сьогодні зранку дорогою до садочка (дощ, червону машину, білого песика, який гуляв у дворі, квіти біля дому, як хтось вивішував на балконі прання...). Важливо, щоб діти намагалися пригадати деталі (не просто машину, а якого вона кольору; не лише песика, а нехай спробують описати його). Фіксуйте та схематично проілюструйте те, що розповідають діти по черзі. А після цього, покажіть малюнки і запитайте хто саме з дітей це розповідав. Якщо немає змоги проілюструвати, то пригадайте усно: ви називаєте ситуацію, а діти пригадують, хто саме про це розповідав.



## Обговорення історії в колі

Мартуся та Яринка бавилися в саду. Раптом Мартуся захоплено вигукнула: “Ого! Дивись!”. Яринка підбігла до подруги, яка схилилася над розквітлим жовтим тюльпаном.

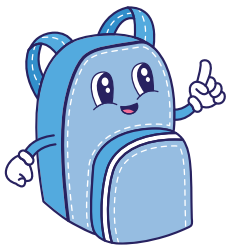
Дівчатка, затамувавши подих, спостерігали, як волохата комаха ворушить лапками, та слухали її миле дзижчання. “Я ще ніколи не бачила такої великої мухи!” — сказала Мартуся.

“Це не муха, це — джміль, — відповіла Яринка. — Ми вчора бачили такого з татом на нашій вишні. Тато розповідав, що джміль збирає своїм хоботком нектар і запилює квіти. Бачиш, він великий і значно більший за муху чи бджолу”. Дівчатка почали зазирати в інші квіти, сподіваючись і в них знайти інших комах. Раптом на стеблі квітки побачили іншу дивовижну комашку з прозорими крильцями і

довгим тоненьким тулубом. Дівчатка захоплено спостерігали за комахою. Подруги захотіли дізнатися, що це за комаха.

### Запитайте дітей та обговоріть:

- Кого побачила Мартуся між пелюстками квітів?
- Чи знала дівчинка, яка це комашка? Що розповіла їй Яринка? Як ви думаєте, чи Яринка була уважною, коли тато розповідав про джмеля?
- Чи був у вас досвід, коли ви щось побачили цікаве і вам дуже хотілося поспостерігати за цим? Пригадайте, що це було?
- Як ви думаєте, як дівчата могли б більше дізнатися про комаху, яку вони знайшли?



Формулюємо **“Правила в наплічник”** разом з дітьми:

- Важливо спостерігати за тим, що відбувається довкола, дізнаватися більше про довкілля.
- Важливо дбати про довкілля.

## Крок 2. **ГРА НА ВИБІР** (15 хв.)

### Гра “Запам’ятай предмет”

Розкладіть перед дітьми 5-7 предметів. Попросіть запам’ятати що це за предмети і в якому порядку вони розташовані (1 хв.). Після цього попросіть дітей відвернутись чи закрити очі. Заберіть 1 предмет або переставте 2-3 предмети місцями. Запитайте дітей якого предмета не вистачає або попросіть розставити предмети на свої місця.

### Гра “Повторюємо рухи”

Попросіть дітей по черзі показувати рухи, а решту групи — відтворити їх. Цю вправу гарно проводити під музику. Цю гру можна проводити і як веселу зарядку, і як вправу, пов’язану з умінням спостерігати.

### Гра “Слова до теми”

Кидаючи одне одному по черзі м’ячик, діти називають слово до теми, яка вивчається (наприклад, назви тварин лісу, повітряний транспорт, кольори). Важливо, щоб діти уважно слухали і не повторювали слова, які вже було сказано.

### Запитайте дітей та обговоріть:

- Що допомагало виконувати завдання?
- Які були труднощі?
- Чому важливо спостерігати і слухати?





## Крок 3. ОРГАНІЗОВАНА ДІЯЛЬНІСТЬ У ГРУПАХ (20 хв.)



### 1. Вирощуємо рослини.

Попросіть дітей принести з дому різне насіння або цибулини (наприклад: квасоля, горох, біб, соняшник, цибулина). Разом дослідіть які бувають різні насінини і посадіть спільну грядку в контейнер. Підпишіть або наклейте малюнок де і що саме ростиме. Спостерігайте разом за ростом рослин, та дбайте про них.

#### Запитайте дітей та обговоріть:

1. Які зміни ви помітили в рослинах?
2. Завдяки чому ростуть рослинки?
3. Чи всі рослини однакові? Чим вони відрізняються?
4. Чому важливо вміти спостерігати за тим, що ми бачимо довкола?

А поки рослини зростають, можна почитати [“Ясоччину грядку”](#) або заспівати пісню [“Ходить гарбуз по городу”](#).

**2. Досліджуємо під мікроскопом або лупою** листочок чи квітку, або будь-який предмет. Попросіть дітей описати, що вони бачать. Нехай спробують пригадати, де могли це бачити.



## Рекомендації та додаткові ресурси на тиждень

### 1 Упродовж тижня знайдіть час, щоб поговорити з кожною дитиною про вміння слухати й спостерігати

- Пригадай, про що сьогодні розповідали на ранковій зустрічі?
- Що з почутого було для тебе найцікавішим?
- З ким ти грався/лася сьогодні?
- Якими іграшками (яку гру) ви грали?
- Про що ви розмовляли/домовлялися?
- Чи ти помітив/ла, хто з дітей сьогодні був сумний/а?
- Чи підійшов/ла, щоб його/її розрадити?

### 2 Давайте дітям прості завдання, які допоможуть їм вчитися слухати й спостерігати

Запронуйте дітям спільно слухати звуки довкілля: “Що ми чуємо?”, “Звідки цей звук?”, Як звучить дощ? Свище вітер, шарудить листя, співають пташки, м'явчать сусідські коти тощо.

Пограйте з дітьми в гру **“Австралійський дощ”** (подаємо [приклад відео](#)). Як проводити гру: Діти сидять або стоять у колі. Вихователька пропонує разом створювати звук дощу. Усе відбувається за інструкціями ведучої, а кожна дитина повторює за нею. Рухи змінюються поступово, створюючи ефект посилення та згасання дощу.



Приблизна послідовність: Потирання долонь (легкий шелест — починається дощик). Плескання по долонях (краплі стають сильнішими). Плескання по стегнах (злива посилюється). Тупання ногами (гроза, найсильніша фаза). І потім у зворотному порядку: знову плескання по стегнах — по долонях — потирання — тиша.

## 3

### Заохочуйте дітей до спільної діяльності та обговорення

#### Гра “Мої сусіди”

Запропонуйте дітям зібратися в колі й уважно подивитися, хто де сидить. Тоді нехай усі діти встануть і займуть зовсім інші місця. Спробуйте пригадати, хто біля кого сидів. Хто сидів праворуч від тебе? А хто ліворуч? Якщо котрась дитина не може пригадати, нехай інші діти їй допоможуть.

#### Гра “Я помітив (ла)” на уважність

Візьміть малярський скотч і приклейте горизонтально смужку, на якій зобразить різні символи.



Поверх кожного символу приклейте вертикально невеликий шматок скотчу з тим самим символом. Вихователь «ховає» вертикальні смужки, приклеюючи їх у різних куточках групи. Тоді пояснює дітям завдання — зібрати всі малюнки з символами і приклеїти на їхні місця.

## 4

### Залучайте до активностей інших дорослих та батьків

Розкажіть батькам, що зараз в групі ви працюєте над умінням слухати і спостерігати. Попросіть вдома теж приділити увагу цій темі. Продовжуйте вечорами розповідати одне одному про свій день у садочку та на роботі. Йдучи на прогулянку в парк або будучи за містом, слухайте з дитиною звуки природи, спостерігайте за рослинками, комашками, пташками. Грайте в ігри на уважність та спостережливість і обговорюйте те, що ви чули або бачили.



# 7

## картка

# Уміння розуміти і називати власні емоції та емоції інших людей

Емоції — це “мова”, якою люди говорять про те, що для них важливо. Навчившись розуміти цю мову, дитині легше жити у світі людей. Коли дитина розуміє, що вона відчуває, і вміє назвати свою емоцію словами, вона краще справляється зі своїми почуттями. Замість того щоб кричати чи плакати, вона може сказати: “Я злюся”, “Мені сумно”, “Я радію”. Це перший крок до саморегуляції: дитина починає не лише відчувати, а й усвідомлювати свої емоції, а отже — керувати ними. Коли дитина помічає, що інша людина засмучена, злякалася чи радіє, вона вчиться бути уважною, доброзичливою, підтримуючою. Це — основа емпатії, турботи про себе й про інших, уміння співпрацювати й конструктивно вирішувати конфлікти.

**Впродовж тижня розвиватимемо такі компетентності:**

Цінності	Ставлення	Уміння	Знання та критичне розуміння
Повага до людської гідності та прав людини	Повага Впевненість у собі	Уміння слухати та спостерігати Емпатія Мовні, комунікативні вміння та багатомовність	Знання самого себе та критична самооцінка

[“Рамка компетентностей для культури демократії”](#)

## Завдання для вихователя

- Навчити розуміти та називати власні емоції
- Сформувані вміння помічати та розуміти емоції інших людей
- Навчити через творчість передавати свої емоції

## Очікувані навчальні результати

- Висловлює думку, що права людини потрібно завжди захищати і поважати
- Виявляє шанобливе ставлення до інших людей, що відрізняються від нього/неї
- Висловлює переконання у своїй здатності зрозуміти проблеми
- Запам’ятовує деталі поведінки інших людей
- Може описати емоції, почуття та потреби інших людей
- Використовує мову тіла, щоби посилити те, що хоче сказати
- Може описати власні цінності та переконання



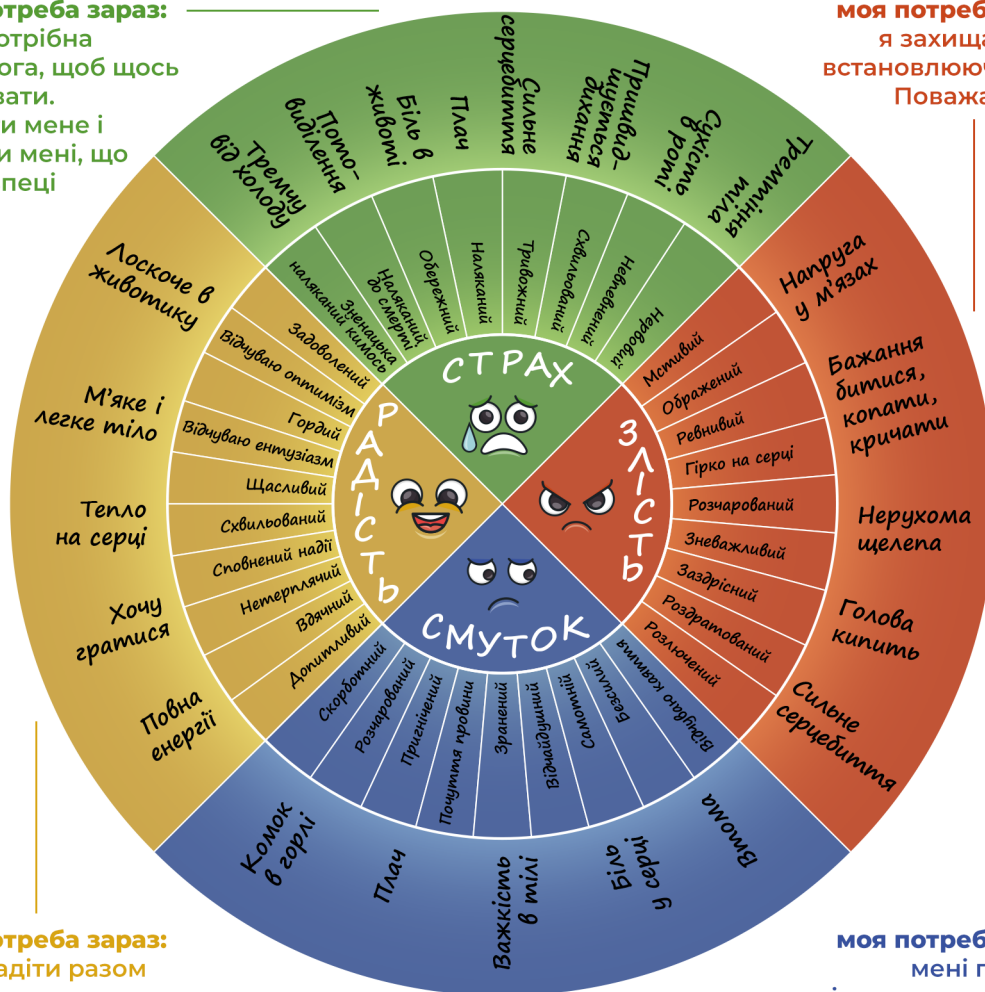
**Необхідні матеріали:** картки з емоціями, мішечок для карток з емоціями, м'ячик, матеріали для малювання, матеріали для створення колажу.

## Колесо емоцій

НОРВЕЗЬКА ПСИХОЛОГІНЯ ШАРЛОТТА М'ЕЛЬДЕ ПРОПОНУЄ АДАПТОВАНУ ВЕРСІЮ КОЛЕСА ПОЧУТТІВ ГЛОРІЇ ВІЛКОКС У СВОЇЙ КНИЗІ «ФЕЛІКС ЗНАЙОМИТЬСЯ З ЕМОЦІЯМИ» (2024)

**моя потреба зараз:**  
мені потрібна  
допомога, щоб щось  
опанувати.  
Захисти мене і  
покажи мені, що  
я в безпеці

**моя потреба зараз:**  
я захищаю себе,  
встановлюючи межі.  
Поважай мене!



**моя потреба зараз:**  
хочу радіти разом  
з тобою

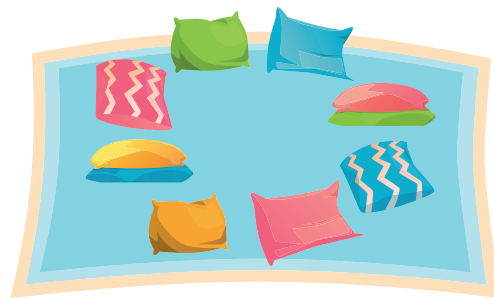
**моя потреба зараз:**  
мені потрібна  
підтримка та турбота

## Крок 1. ЗУСТРІЧ У КОЛІ (20 хв.)

**Мета:** створити атмосферу, щоб діти почувалися комфортно, налаштувалися на спілкування, мали можливість фантазувати й обирати. Заохочуйте кожну відповідь.



1. Попросіть дітей сісти в коло і запропонуйте вибрати картку з емоціями з екрану емоцій, яка відповідає їхньому настрою.
2. Запропонуйте дітям подивитись на картки емоцій, які обрали сусіди праворуч і ліворуч, запитати одне одного, як справи і як настрої сьогодні (Який настрої? Чому?). Можливо хтось сьогодні потребує підтримки, побажань, хтось з дітей може сказати, що хоче обіймів чи компліментів. А якась дитина хоче розділити свою радість з іншими.

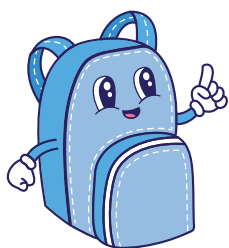


## Обговорення історії в колі

Одного разу діти грали на подвір'ї. Платон, Поліна та Святослав бавились машинками. Раптом до них підбігла Єва, яка теж хотіла кермувати трактором: "Можна з вами?" Але друзі були зайняті і не звернули уваги на неї. Не довго думаючи, Єва вихопила машинку в Платона і побігла з нею геть. Хлопчик розлютився, почав плакати і кричати. Він намагався наздогнати дівчинку, і було помітно, як він стискав свої кулаки.

### Запитайте дітей та обговоріть:

- Чому Платон розлютився? Чому він стиснув кулаки?
- Чи траплялися ситуації, які вас дуже злили? Що саме сталося?
- Як почувала себе Єва?
- Що б ви зробили на її місці?
- Що б змінилося, якби друзі звернули увагу на Єву й запросили до гри?
- Що б ви порадили дітям з цієї історії?



Формулюємо **"Правила в наплічник"** разом з дітьми:

- Важливо навчитися розпізнавати свої емоції і називати їх: "Я злюся", "Я сумую", "Я радію", "Мені страшно/Я боюся".
- Важливо помічати емоції інших людей і реагувати на них.
- Треба вчитися домовлятися словами, а не кулаками.

## Крок 2. **ГРА** (15 хв.)

### Оберіть вправу та проведіть її з дітьми (на вибір)

#### Гра "Собачки"

Попросіть дітей уявити себе собачками. Запропонуйте "собачкам" привітатися, виляючи хвостиками. Потім перетворитися на "злих собак", що гарчать одна на одну, і нарешті знову на "добрих собак", що приносять та знайомляться. На завершення попросіть знову стати дітьми і поплескати себе долонями по всьому тілу.

Запитайте у ролі яких собачок, добрих чи злих, діти почувалися краще? Чому?





## Гра “Емоції”

Покладіть у мішечок картки з емоціями і запропонуйте дітям по черзі дістати одну картку. Попросіть подивитися й назвати, яка емоція зображена на картці. Запропонуйте дітям продовжити речення: “Я сумую, коли...”, “Я злюся, коли...”, “Я боюся, коли...”, “Я радію, коли...”.

Чи у всіх людей емоції бувають однаковими? Чи можемо ми по-різному відчувати і проявляти однакові емоції? Чому?

## Гра “Передай емоцію”

Ведучий, називаючи емоцію, кидає м’ячик. Хто впіймав, демонструє цю емоцію і далі називає іншу емоцію, кидаючи м’яч іншій дитині.



## Запитайте дітей та обговоріть:

- Чи буває складно зрозуміти що саме відчуваєте? (Інколи відчуваєте щось усередині, але не розумієте що саме?)
- Чи легко вам назвати свої емоції? Чи буває, що почуття ніби переплутались? Чому?
- Чому важливо розуміти свої емоції? Чому важливо говорити іншим про свої емоції?



## Крок 3. ОРГАНІЗОВАНА ДІЯЛЬНІСТЬ У ГРУПАХ (60 хв.)

1. Попросіть кожну дитину намалювати малюнок “Мій настрій зараз”.
2. Об’єднайте дітей у малі групи (по 3-5 дітей).
3. Дайте завдання кожній групі створити колаж “Калейдоскоп настрою” зі своїх малюнків та інших додаткових матеріалів.
4. Разом з дітьми розмістіть колажі на видному місці.

## Запитайте дітей та обговоріть:

- Які емоції після спільної роботи?
- Розкажіть, як вам працювалося в групі? Що допомогло створити спільний колаж?
- Як ви домовлялися, що і як робити?
- Що вам найбільше запам’яталося з того, чим ви займалися?

## Рекомендації та додаткові ресурси на тиждень

# 1

**Упродовж тижня знайдіть час, щоб поговорити з кожною дитиною про уміння розуміти і називати власні емоції та емоції інших людей**

Говоріть з дітьми про почуття і нагадуйте, що всі емоції потрібні і відчувати їх нормально. Час від часу усі люди сумують, тривожаться, переживають, бояться, гніваються, бентежаться, радіють.



Дітям буває складно зрозуміти, що з ними відбувається. Тому важливо змалку вчитися проживати власні емоції, називати їх, розуміти й давати з ними раду. Пропонуємо переглянути мультфільм [“Альфред і тінь”](#) від Інституту психологічної допомоги та Норвезького інституту терапії з фокусом на емоції. Нехай він допоможе краще зрозуміти себе і навколишніх людей. Сподіваємося, прості пояснення стануть у нагоді в професійному та повсякденному житті.

## 2 **Давайте дітям прості завдання, які допоможуть їм вчитися розуміти й називати емоції**

Найпростіший це можна зробити запровадивши рутину щоденного заповнення дітьми екрану емоцій. Так діти самостійно можуть обирати як вони себе почувають впродовж дня, а дорослі можуть підтримати і допомогти підібрати правильні слова, щоб описати різні емоційні стани.

- Як ще дорослі можуть допомогти дітям?
- Називати емоції вголос: “Ти зараз засмутився, бо гра закінчилась”
- Показувати приклад: “Я трішки хвилююсь, бо ми йдемо в нове місце”

Це допоможе зменшити прояви агресії та істерик, надасть більше впевненості й довіри до дорослого поруч, покращить спілкування з іншими дітьми та дорослими.

Що робити, щоб допомогти дитині розібратися зі своїми почуттями? Поради дають Адель Фабер та Елейн Мазліш у свої книзі “Як говорити, щоб діти слухали, та як слухати, щоб діти говорили”(2021):

- Вислухайте дитину уважно.
- Розділіть його/її почуття (можете використовувати слова “так...”, “хм”, “зрозуміло”).
- Назвіть почуття дитини (“Ти розчарований”, “Ти злишся”).
- Покажіть, що вам зрозуміло бажання дитини, подаруйте бажане у фантазії (“Я б хотів, щоб зараз перед тобою з’явився спілий банан”).
- Важливо приймати всі почуття дитини. Звісно, якщо є потреба, то необхідно обмежувати деякі дії чи зупинити агресію (“Я бачу, що ти злишся, бо Михайлик довго грається з лего. Скажи йому про це словами, а не кулаками”).

Іноді малюки бувають настільки фрустровані, що не можуть опанувати свої емоції, і вони падають на землю, кричать і б’ються в істериці. З одного боку, експерти радять просто бути поруч і показати в такий спосіб дитині, що я тебе не кидаю і тут, якщо потрібна допомога. З іншого боку, можна спробувати активний спосіб допомоги. Коли у дитини вирують емоції дайте їй ручку і блокнот і попросіть “Покажи як сильно ти злишся. Намалюй картинку того, що ти відчуваєш”. Можна використовувати стільки аркушів, скільки знадобиться, щоб бурхливі емоції вщухли.



# 3

## Заохочуйте дітей до спільної діяльності та обговорення

Рекомендуємо прочитати і обговорити з дітьми комплект із чотирьох книг **“Емоції Гастона”**, де герой сумує, соромиться, шаленіє, радіє.

Упродовж дня (на занятті, після прогулянки, у колі, в осередках діяльності) обговорюйте емоційний стан дітей, називаючи свої емоції. Можете при цьому використовувати:

- ▶ Картки емоцій (для кожної дитини окремо).
- ▶ Великі зображення карток емоцій (смайлик, що радіє, сумує, злиться, боїться). Роздайте дітям прищипки і попросіть прищепити на відповідній картці, яка відповідає їхній емоції.

Якщо немає під рукою інших матеріалів, можна застосувати “Термометр настрою”. Домовтесь з дітьми про правила: палець вгору 👉 — радість, палець вниз 👇 — сум, вбік 🤔 — спокій, долонька 🖐️ — злість.



# 4

## Залучайте до активностей інших дорослих та батьків

Розкажіть батькам, що зараз в групі ви працюєте над умінням розуміти і називати власні емоції, емоції інших людей. Запропонуйте дітям, коли вони ввечері будуть читати книжку чи дивитися мультфільм разом із батьками, спостерігати за героями твору, подумати і назвати емоції головних героїв.

Під час проведення кола наступного дня запропонуйте дітям поділитися досвідом:

- ▶ яку книгу (чи мультфільм) переглядали з батьками?
- ▶ які емоції демонстрували герої творів?

До прикладу, рекомендуємо для перегляду вдома з батьками мультфільм [“Думками навиворіт”](#) (2015) та [“Думками навиворіт 2”](#) (2024).



# 8 картка

## Проявляє цікавість до стану інших людей, помічає емоції

Уміння помічати, як почувуються інші люди, є основою емпатії. Коли дитина звертає увагу: “Вона сумує”, “Він радіє”, “Йому, здається, боляче”, вона вчиться співчувати, підтримувати, не завдавати болю. Діти, які цікавляться станом інших, краще ладнають з однолітками, менше сваряться, легше працюють у парі чи в групі. Вони не лише беруть, а й дають — увагу, допомогу, добре слово.

Коли дитина запитує: “Чому він засмутився?”, вона аналізує, робить висновки, розвиває вміння бачити не лише зовнішнє, а й внутрішній стан людини. Це глибокий рівень розуміння світу.



Впродовж тижня розвиватимемо такі компетентності:

Цінності	Ставлення	Уміння	Знання та критичне розуміння
Повага до людської гідності та прав людини	Відкритість до інших культур, переконань та відмінних світоглядів і практик Повага	Уміння слухати та спостерігати Емпатія Мовні, комунікативні вміння та багатомовність	Знання самого себе та критична самооцінка

[“Рамка компетентностей для культури демократії”](#)

### Завдання для вихователя

- Сформувати вміння помічати, розуміти та називати емоції інших людей
- Навчити технікам стабілізації чи заспокоєння
- Навчити дітей підтримувати одне одного

### Очікувані навчальні результати

- Відстоює думку, що до кожної людини слід ставитися гуманно та з повагою до її гідності
- Виявляє цікавість щодо інших переконань та культурної приналежності
- Виявляє шанобливе ставлення до інших людей, що відрізняються від нього/неї
- Спостерігає за мовою тіла інших людей, щоб краще зрозуміти, що вони намагаються сказати



- Може описати емоції, почуття та потреби інших людей
- Може коригувати власну мовну та комунікативну поведінку, щоб відповідати стилю комунікації, притаманному його/її співрозмовнику
- Може описати власні цінності та переконання

**Необхідні матеріали:** музика до різних емоцій, декілька обручів (2-3), аркуші кольорового паперу на кожну дитину, мішечки, паперові стаканчики, “Чарівна скринька” (коробка для відреагування гніву), клей, великий білий аркуш.

## Крок 1. ЗУСТРІЧ У КОЛІ (20 хв.)



**Мета:** створити атмосферу, щоб діти почувалися комфортно, налаштувалися на спілкування, мали можливість фантазувати й обирати. Заохочуйте кожну відповідь.

1. Попросіть дітей сісти в коло.
2. Запропонуйте по колу привітатися мізинчиками, проговорюючи побажання на день. Наприклад, “Хочу сьогодні сонечка”, “Хочу щось смачненьке сьогодні”.



## Обговорення історії в колі

Улянка підстрибом забігла до кухні, щоб показати свого нового метелика. Але раптом дівчинка помітила, що її мама була дуже засмучена. “Що сталося?” – запитала вона. Мама відповіла, що отримала повідомлення від бабусі: “Бабуся захворіла і не зможе до нас зараз приїхати”. Улянка обійняла маму і сказала: “Давай ми для бабусі метелика зробимо і надішлемо їй разом з ліками та вітамінками. Вона скоро одужає і приїде до нас у гості”.

## Запитайте дітей та обговоріть:

- Чому мама була засмучена? Як відреагувала Улянка?
- Як ми можемо зрозуміти, що людина засмучена? Чи можемо ми це побачити? А коли вона радісна? Сердита?
- Чому важливо помічати емоції інших людей?



Формулюємо **“Правила в наплічник”** разом з дітьми:

- Переживати різні емоції — це нормально
- Треба проявляти цікавість до стану інших людей, щоб підтримати і допомогти тим, хто цього потребує. Це допомагає краще розуміти одне одного.

## Крок 2. ГРА

### Гра “Чарівний обруч” (15 хв.)

Розташуйте хаотично 2-3 обручі на підлозі. Поясніть дітям, що зараз вони будуть під музику рухатися по кімнаті. Обручі чарівні, і кожен, хто зупиниться в обручі, перетвориться на тваринку. Коли музика зупиняється, а хтось із дітей опиняється в обручах, вихователька дає завдання: покажіть веселого цуцика, злу пантеру, сумного зайчика, здивовану кізочку, сонного ведмедя, голодного вовка тощо.

### Гра “Затанцюй емоцію” (15 хв.)

Запропонуйте дітям затанцювати емоцію під відповідну музику, оголошуючи “Танок радості”, “Танок смутку”, “Танок злості”, “Танок щастя”.

#### Запитайте дітей та обговоріть:

- Чи важко було показувати ту чи іншу емоцію?
- Які емоції ви ще знаєте?
- Що допомагає вам заспокоїтися, коли відчуваєте сильні емоції?



## Крок 3. ОРГАНІЗОВАНА ДІЯЛЬНІСТЬ У ГРУПАХ (20 хв.)

1. Нагадайте дітям, що емоції бувають різними і відчувати їх нормально. Деякі з них буває важко вгамувати чи впоратися з ними, а інші є більш приємними і бажаними для нас. Кожна емоція є важливою, і злість так само. Коли я злюся, це не означає, що я поганий(а). Злитися нормально, але не можна завдавати шкоди собі чи комусь.
2. Проведіть разом у колі вправу “Чарівна скринька” для відреагування гніву. Візьміть скриньку і покладіть у неї мішечки (паперові, з тканини чи целофану), паперові стаканчики, кольорові аркуші.

Розкажіть, що це “Чарівна скринька”, яка містить речі-помічники, які допомагають справлятися з гнівом. Коли ми дуже розгнівані, гнів можна викричати в чарівний мішечок, паперовий стаканчик чи порвати папір.

Запропонуйте дітям пригадати ситуацію, яка їх розізлила. Роздайте кольоровий папір і попросіть порвати його на клаптики, щоб позбутися гніву. Робіть цю вправу разом із дітьми, показуючи приклад. Після цього візьміть великий білий аркуш і клей та запропонуйте створити спільний колаж із паперових клаптиків. Поверніться в коло і роздивіться разом із дітьми колаж. Домовтеся, де буде висіти спільний колаж.

Запитайте дітей як їм працювалося? Як вони зараз почуваються?



## Рекомендації та додаткові ресурси на тиждень

# 1

**Упродовж тижня знайдіть час, щоб поговорити з кожною дитиною про розуміння стану інших людей.**

- ▶ Застосовуйте впродовж дня картки емоцій, щоб перевірити, як діти себе відчувають. Мотивуйте їх прислухатися до власного стану та називати його.
- ▶ Запитуйте у відповідних ситуаціях: Чому ти злишся? Чому ти сумуєш? Що було таке смішне чи веселе?
- ▶ Обговорюйте почуття персонажів казок: “А як ти думаєш, як себе відчуває зайчик?”
- ▶ Ставте дітям запитання: “Що, на твою думку, зараз відчуває Марко?”, “Як можна допомогти?”
- ▶ Заохочуйте добрі жести: “Ти помітив, що вона засмутилась — дякую, що підійшов”

# 2

**Давайте дітям прості завдання, які допоможуть їм вчитися проявляти цікавість до стану інших людей, розуміти емоції.**

Важливо навчати дітей помічати стан інших людей і запитувати чи говорити слова підтримки:

- ▶ Як в тебе справи? Що сталося? Як я можу тобі допомогти? Можна тебе обійняти?
- ▶ Давай полічимо до п'яти (коли інша дитина гнівається чи налякана)
- ▶ Ти впораєшся, просто спробуй (коли дитина боїться чи хвилюється)
- ▶ Ходімо покричимо в мішечок, що в чарівній скриньці (коли діти гніваються)
- ▶ Давай разом пошматуємо папір на клаптики (коли діти гніваються)
- ▶ Ходімо з нами пограємо разом (коли хтось сумує)

# 3

**Заохочуйте до спільної діяльності та обговорення.**

Прочитайте та обговоріть разом **“Понурий віршик”** Романа Скиби (Улюблені вірші-3 с.22).

Плаче свинка у калюжі,  
Бо до неї всі байдужі.  
Кролик свинці дав морквинку,  
та вона не тішить свинку.  
Плаче свинка — все намарно.  
Всюди сум і в небі хмарно.  
Двоє добрих мишеняток  
Їй відсипали зерняток.  
Цапик Буць притяг із клуні  
Бурячків для свинки Хруні.  
Плаче свинка — сльози градом,  
І нема на то розради,  
Бо чомусь ніхто на світі  
Не дарує свинкам квітів.



Перегляньте і обговоріть мультфільм [“Як тракторець молодець поле орав”](#).

# 4

## Залучайте до активностей інших дорослих та батьків

Розкажіть батькам, що зараз ви працюєте над темою емоцій, зокрема розумінням і цікавістю до стану інших людей. Попросіть вдома теж приділити увагу цій темі.



Запропонуйте запитувати дітей про перебіг дня і про їхні емоції — що їх сьогодні розвеселило, що засмутило. Батьки також можуть розповідати про свої емоції впродовж дня. Важливо запитувати одне одного “Як ти?”.

Рекомендуємо для перегляду вдома з батьками мультфільм [“Думками навиворіт”](#) (2015) та [“Думками навиворіт 2”](#) (2024).

Також можна прочитати й обговорити книжку Оксани Давидової [“Що всередині?”](#)



# 9 картка

## Уміння взаємодіяти з іншими дітьми

Дитина не народжується з умінням дружити, ділитися чи домовлятися. Всього цього вона вчиться поступово. Взаємодія з іншими стосується не лише спільних ігор, але й розвиває соціальний, емоційний й мовленнєвий інтелект. Через взаємодію діти вчаться тому, що не можна навчити словами — доброзичливості, терпеливості, гнучкості.

Взаємодіючи з однолітками, дитина проявляє активність, розвиває позитивну самооцінку, стає більш незалежною, обирає, чи ділитись іграшками, думками та ідеями. У взаємодії з іншими дитина навчається проявляти повагу, та відчуває повагу до себе, а відтак формується відчуття приналежності до групи.



**Впродовж тижня розвиватимемо такі компетентності:**

Цінності	Ставлення	Уміння	Знання та критичне розуміння
Визнання цінності культурного різноманіття	Відкритість до інших культур, переконань та відмінних світоглядів і практик Повага Відповідальність Впевненість у собі	Уміння слухати та спостерігати Гнучкість та вміння адаптуватися Уміння співпрацювати	Знання та критичне розуміння мови й особливостей спілкування

*“Рамка компетентностей для культури демократії”*

### Завдання для вихователя

- Навчити ініціювати гру чи спільну діяльність
- Навчити долучатися до спільного задуму, пропонуючи своє бачення й ідеї
- Навчити ввічливо відмовляти, якщо дитина не хоче приєднатися до гри чи діяльності
- Навчити приймати іншу думку, відмінну від своєї власної



## Очікувані навчальні результати

- Висловлює думку, що культурне різноманіття потрібно сприймати позитивно та цінувати
- Виявляє інтерес до зустрічей із людьми з іншими цінностями, звичаями та поведінкою
- Виявляє шанобливе ставлення до інших людей, що відрізняються від нього/неї
- Просить вибачення, якщо образив/ла чиїсь почуття
- Висловлює переконання у своїй здатності зрозуміти проблеми
- Уважно прислухається до різних думок
- Пристосовується до нових людей, місць або ситуацій
- Здатен/-на ефективно та з повагою працювати з іншими людьми
- Може пояснити, як тон голосу, візуальний контакт та мова тіла допомагають під час спілкування

**Необхідні матеріали:** тарілки, картки з цифрами, кульки/м'ячі, коробка для кульок/м'ячів, прищіпки 3-4 кольорів, набори камінців різного кольору і форми — 30 шт. (варіанти: камінці для декору), папір для малювання, маркери, фломастери.

### Крок 1. **ЗУСТРІЧ У КОЛІ** (20 хв.)



**Мета:** створити атмосферу, щоб діти почувалися комфортно, налаштувалися на спілкування, мали можливість фантазувати й обирати. Заохочуйте кожну відповідь.

1. Попросіть дітей сісти в коло.
2. Попросіть дітей сісти в коло. Привітайтеся в колі, передаючи жест “тримай п'ять” сусідові (наприклад, “Привіт, Андрію, вітаю тебе!” і жест “тримай п'ять”).
3. Пограйте з дітьми в “Слова та дії”. Дорослий рахує до трьох. На рахунок 1-2 діти швидко рухаються по кімнаті. На рахунок 3 обирають собі партнера для виконання наступної дії, яку озвучує й показує вихователь. Наприклад: 3 — узятися за руки і разом пострибати. 1-2 — діти рухаються, на 3 обирають уже іншого партнера. 3 — Обійняти долоньками вуха одне одного.
4. Після кількох повторень можете запропонувати комусь із дітей побути ведучим.

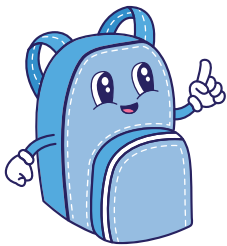


## Обговорення історії в колі

Данило, Олексій та Кирило грали разом у дворі. Данило запропонував друзям побудувати будиночок: “Може, в ньому захоче оселитися їжачок, якого ми тут бачили ввечері”. Він якраз знайшов за кущем підходящі дощечки. Олексій охоче погодився приєднатися і попросив у дідуса цвяхи й молоток, щоб збивати дошки. Хлопці захоплено взялися до роботи. Данило підбирав дошки, Олексійко вправно орудував молотком і цвяхами. Кирило теж кликали, але він розгубився, бо ніколи не тримав в руках справжній молоток і не знав, що йому робити. Він сказав, що йому не цікаво, й пішов кататися на каруселі. Данило й Олексій раділи, який гарний вийшов у них будиночок. Кирило не підійшов до друзів, а сумно дивився збоку. Йому було самотньо і боляче.

### Запитайте дітей та обговоріть:

- Що робили хлопці у дворі?
- Як ви думаєте, чому Кирило залишився осторонь?
- Чи траплялися з вами ситуації, коли вас запрошували погратися разом, а ви не знали, що вам робити? Як ви з цим справлялися?
- Що мали зробити хлопці, щоб усі долучилися до будівництва?
- Як би відбувалися події, якби діти одразу домовилися, хто що буде робити?



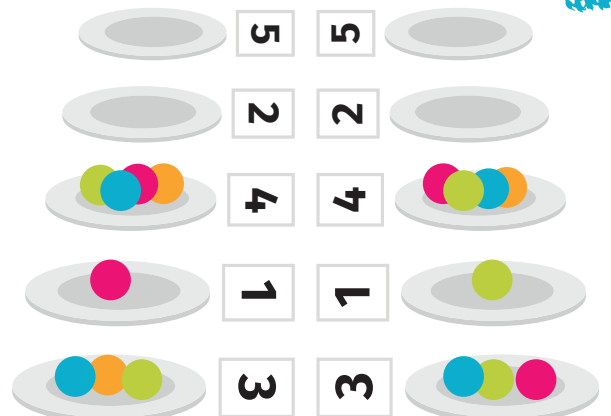
Формулюємо **“Правила в наплічник”** разом з дітьми:

- Важливо вміти долучати інших дітей до спільної діяльності.
- Необхідно дбати, щоб усі діти були залучені до спільних активностей, бо це дає нам відчуття приналежності до спільноти.
- Під час спільної роботи чи гри важливо узгоджувати, хто і що хоче й буде робити.
- Важливо враховувати бажання кожної дитини й не змушувати, якщо вона не хоче.

## Крок 2. ГРА “КУЛІ” (15 хв.)

Виберіть двох дітей з групи і попросіть їх обрати по одній дитині в свою команду. Обрана дитина запрошує ще двох. Продовжуйте, доки всі діти долучаться до команд.

Проведіть командну естафету. Розкладіть на столиках тарілки, над якими розташуйте картки з цифрами. Покладіть велику коробку з кульками/м'ячами. Завдання дітей: обрати відповідну кількість кульок і покласти їх на тарілки. Заохочуйте дітей підтримувати одне одного і допомагати при потребі.





### Запитайте дітей та обговоріть:

- ▶ Як ви себе почуваєте?
- ▶ Як працювалося разом?
- ▶ Як ви допомагали одне одному?
- ▶ Чи виникали якісь труднощі?

### Крок 3. ОРГАНІЗОВАНА ДІЯЛЬНІСТЬ У ГРУПАХ (20 хв.)



1. У коробку чи мішечок покладіть прищіпки 3-4 кольорів. Попросіть дітей дістати по одній кольоровій прищіпці і сісти за столик, на якому вже лежить прищепка такого самого кольору. Таким чином утворяться малі групи.
2. Скажіть дітям, що зараз вони робитимуть спільний колаж з камінців. Поясніть і продемонструйте, що камінці можна використовувати по-різному: їх можна обводити і розфарбовувати; розкладати і домальовувати якийсь образ; створювати образи з обведених камінців. Нехай діти розглянуть камінці, оберуть кілька для себе, придумують і обговорять, що хотіли б домалювати, розфарбувати, які образи створити.

Зверніть увагу, як діти спілкуються в малих групах: чи слухають одне одного, чи до всіх ідей дослухаються, як домовляються і приймають рішення (у разі потреби допомагайте їм).

На завершення роботи презентуйте галерею “Мінісад камінців”, яку створили діти. Заохочуйте підходити і розглядати картини інших груп, запитувати, якщо щось цікавить.

### Рекомендації та додаткові ресурси на тиждень

#### **1 Упродовж тижня знайдіть час, щоб поговорити з кожною дитиною про вміння взаємодіяти з іншими дітьми.**

Говоріть з дітьми і показуйте приклад: “Можна з вами?”. Запитуйте сором'язливих дітей, чи знають вони, що можна просто запитати так у інших, якщо хочуть теж гратися з ними. Також всі діти в групі повинні вчитися цінувати свою спільноту і кожну дитину у групі, бо всі тут важливі і ми всім тут раді. Коли когось бракує, наша група вже буде іншою.

Звичайно, якщо хтось з дітей не хоче зараз грати в ляльки, бо хоче відпочити у куточку усамітнення, нормально буде відмовити друзям. Треба вчити дітей, як можна відповісти, коли не хочемо чогось робити: “Вибач, але я хочу зараз...”, “Ні, не зараз...”, “Можливо пізніше...”. Поясніть дітям, що всі діти різні і всі мають різні бажання, потреби чи інтереси і це потрібно поважати і розуміти.

Варто обговорити, як НЕ треба запрошувати інших дітей до спільної справи або гри, адже це може образити або завдати болю: не кричати на вухо, не смикати за рукав, не штовхати, не примушувати й не ображатися, якщо хтось не хоче або не може долучитися.

## 2

### Давайте дітям прості завдання, які допоможуть їм вчитися взаємодіяти з іншими дітьми.

Завдання дорослих — допомогти дітям відчувати свою приналежність до спільноти, створити таке демократичне середовище, де кожна дитина може вільно виражати себе, відчувати повагу, власну цінність та унікальність.

Створюйте ситуації співпраці: парні й групові ігри, спільне малювання чи будівництво. Підтримуйте дітей, які соромляться або не впевнені у собі. Будьте посередником, якщо виникають непорозуміння чи конфлікти: не вирішуйте за дітей, але допомагайте домовитися. Заохочуйте позитивну взаємодію, наводячи конкретні приклади: “Мені сподобалось, як ви гралися разом і домовились про чергу!”.

Що дає дитині вміння взаємодіяти?

#### Розвиток мовлення:

дитина починає більше говорити, ставити запитання, відповідати, домовлятися.

#### Уміння розв'язувати проблеми:

у грі виникають конфлікти — це шанс навчитися знаходити спільне рішення.

#### Емпатія й турбота:

дитина помічає емоції інших, учиться допомагати й підтримувати.

#### Командна робота:

дитина вчиться працювати разом — ділити матеріали, чекати черги, виконувати спільне завдання.



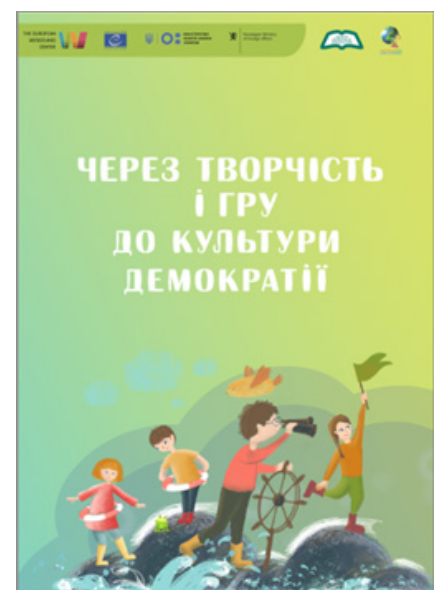
## 3

### Заохочуйте дітей до спільної діяльності та обговорення.

Пам'ятайте, що взаємодія між дітьми відбувається постійно, як під час запланованих активностей, так і під час рутинних справ. Заохочуйте привітне спілкування та показуйте приклад під час прийому їжі: “Передайте, будь ласка, сіль”, “Можна мені ще соку?” чи під час збору на прогулянку: “Допоможіть мені зацепити куртку, будь ласка”, “Наталю, тобі потрібна допомога зі шнурками?”.

Можна підібрати командні ігри на розвиток взаємодії та співпраці з серії відео [“Через творчість і гру до культури демократії”](#). Ця підбірка активностей від Програми “Демократична школа” підходить для дітей різного віку і допомагає командотворенню, розвитку відчуття приналежності до групи, розвитку емпатії та відповідальності.

Прочитайте з дітьми і обговоріть книжку Галини Ткачук [“Моя найтихіша книжка”](#) або перегляньте та обговоріть мультфільм [“Тракторець молодець і пихатий човен”](#).



# 4

## Залучайте до активностей інших дорослих та батьків.

Розкажіть батькам, що зараз в групі ви працюєте над умінням взаємодіяти з іншими дітьми.

Розвиваючи у дітей уміння взаємодіяти з іншими, ми даємо їм цінний інструмент для життя, який допоможе їм будувати міцні стосунки, почуватися впевнено та бути щасливими.

Попросіть вдома теж приділити увагу цій темі.

Моделюйте бажану поведінку. Діти вчаться, наслідуючи дорослих. Показуйте прикладом, як потрібно бути ввічливим, ділитися, слухати інших і висловлювати свої думки. Використовуйте слова “будь ласка”, “дякую”, “вибач”.

Розігруйте соціальні ситуації. За допомогою іграшок або лялькового театру можна програти різні ситуації (наприклад, як попросити іграшку, як поділитися, як запропонувати допомогу). Це допоможе дитині краще зрозуміти соціальні правила.

Хваліть за успіхи. Відзначайте навіть невеликі кроки, які дитина робить у покращенні взаємодії. “Молодець, що ти поділився іграшкою!”, “Я бачив, як ти втішив Маринку, це дуже добре”.

Будьте опорою. Запевніть дитину, що ви завжди поруч, щоб підтримати її, вислухати та допомогти.

Запропонуйте батькам разом з дітьми переглядати й обговорювати [мультфільми про тракторця та його друзів](#).



# 10 картка

## Уміння помічати, кому потрібна допомога

Уміння помічати, кому потрібна допомога, формується у процесі взаємодії з іншими людьми. Уважність до інших розвиває доброзичливість, турботу й відповідальність. Коли дитина вчиться помічати, що хтось сумує або потребує підтримки, то вона розуміє потреби іншої людини, а не лише свої. Це вміння розвиває емпатію (дитина вчиться співпереживати, розуміти, як почуваються інші), сприяє комунікації (діти починають більше спілкуватися, пропонувати допомогу, підтримку), зміцнює згуртованість у групі, формує моральні цінності.

Впродовж тижня розвиватимемо такі компетентності:

Цінності	Ставлення	Уміння	Знання та критичне розуміння
Повага до людської гідності та прав людини	Громадянська свідомість	Уміння слухати та спостерігати Емпатія Уміння співпрацювати	Знання самого себе та критична самооцінка

[“Рамка компетентностей для культури демократії”](#)

### Завдання для вихователя

- ▶ Створити умови, щоб кожна дитина почувалася важливою у спільноті, з повагою й розумінням ставилася до членів спільноти
- ▶ Навчити пропонувати допомогу, підтримувати, підбадьорювати інших
- ▶ Навчити проявляти уважність і турботу одне до одного

### Очікувані навчальні результати

- ▶ Відстоює думку, що до кожної людини слід ставитися гуманно та з повагою до її гідності
- ▶ Бере на себе зобов'язання не залишатися осторонь, коли порушують права та гідність інших людей
- ▶ Спостерігає за мовою тіла інших людей, щоб краще зрозуміти, що вони намагаються сказати
- ▶ Може зрозуміти, коли людина поруч потребує допомоги
- ▶ Може визначити, коли когось необхідно заспокоїти та емоційно підтримати, навіть якщо людина відкрито цього не показує
- ▶ Може допомогти іншим у їхній роботі, якщо це потрібно
- ▶ Може описати власні цінності та переконання



**Необхідні матеріали:** [сюжетні картки](#) для гри “Чарівне речення”, [картки для гри “Бінокль”](#).

## Крок 1. **ЗУСТРІЧ У КОЛІ** (20 хв.)



**Мета:** створити атмосферу, щоб діти почувалися комфортно, налаштувалися на спілкування, мали можливість фантазувати й обирати. Заохочуйте кожну відповідь.

1. Попросіть дітей сісти в коло.
2. Скажіть, що зараз ми граємо в гру “Важливі персони”. У нашій групі всі діти є важливими для нашої спільноти, тому давайте привітаємо кожного і кожну окремо. Розпочніть коло з себе. Подивіться на дитину, яка знаходиться ліворуч від вас, привітайте та назвіть щось особливе про неї/нього: “Ти дуже важлива для нас, Оленко, бо завжди усім допомагаєш”. Дитина дякує і передає вітання по колу, називаючи ім’я наступної дитини: “Радію тобі, Кириле, бо ти вмієш розвеселити”. Наступна дитина: “Дякую! Зоряно, з тобою так добре гратися!”. Зверніть увагу на те чи всі діти є сьогодні в групі та прокоментуйте за потреби (наприклад, “Артем захворів, але скоро повернеться до нас. А Тетянка поїхала до бабусі. Ми чекаємо їх”).

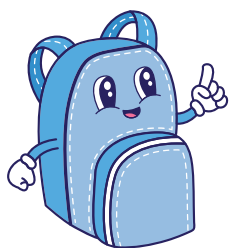


## Обговорення історії в колі

Сашко та Марічка вирішили зробити паперових курчаток. Сашко вправно вирізав деталі та швидко склеював їх. Курчатка виходили дуже гарні. Марічка спробувала й собі зробити курчатко, але ножиці її не слухалися, клей проливався на стіл. Вона розгубилася і ледве не заплакала. Сашко помітив це і запропонував: “Хочеш, я тобі допоможу? Ми можемо зробити курчатко разом”. Марічка посміхнулася і кивнула головою. Разом діти зробили гарних жовтих курчат, яких з нетерпінням хотіли показати батькам.

## Запитайте дітей та обговоріть:

- Як Сашко зрозумів, що Марічці потрібна допомога? Що він зробив, щоб допомогти?
- Чи траплялися ситуації, коли у вас щось не виходило зробити? Що ви відчували? Чи траплялися з вами ситуації, коли у ваших друзів поряд щось не виходило? Як ви розуміли це?
- Як ви діяли, щоб вийти з ситуації?
- Що б ви зробили на місці Марічки? Як ви думаєте, що було б, якби Сашко не помітив, що Марічці потрібна допомога?



Формулюємо **“Правила в наплічник”** разом з дітьми:

- ▶ Не засмучуйся, якщо не вийшло з першого разу, а спробуй знову.
- ▶ Коли у нас щось не виходить, ми можемо просити про допомогу.
- ▶ Звертатися за допомогою до друзів або дорослих, які поруч — це нормально.
- ▶ Коли ми помічаємо, що комусь потрібна допомога чи підтримка, можемо запропонувати її.

## Крок 2. **ГРА НА ВИБІР** (15 хв.)



### Гра «Чарівне речення»

Попросіть дітей сісти в коло. Діти по черзі витягують [картки з ситуаціями](#) і добирають слова підтримки. Що можна сказати, щоб підтримати і допомогти. Вихователька починає першою й наводить приклад: “Я бачу, тобі сумно. Хочеш, я посиджу з тобою?”, “Давай допоможу вдягнутись”, “Я з тобою, все буде добре”, “Зараз покличу когось із дорослих”...

### Гра «З заплющеними очима»

Об’єднайте дітей у пари. Одні — «заплющують очі», а інші мають допомогти виконати завдання. Запропонуйте такі кейси: зав’язати шнурівки, одягнути шкарпетки, з’їсти яблуко, дійти до умивальника і помити руки, випити води. Після виконання 1-2 завдань діти міняються місцями в парі.

### Запитайте дітей та обговоріть:

- ▶ Що ти відчував/-ла, коли тобі допомагали?
- ▶ А як було в ролі помічника чи помічниці?

## Крок 3. **ОРГАНІЗОВАНА ДІЯЛЬНІСТЬ У ГРУПАХ** (20 хв.)



### Гра «Бінокль»

Запропонуйте дітям зробити з пальців рук бінокль і скажіть, що в бінокль добре видно настрої інших людей і кому потрібна допомога та підтримка.

Об’єднайте дітей у дві команди та роздайте набір [карток](#) (оберіть декілька з запропонованих).



Нехай діти через бінокль розглянуть зображення і прокоментують, хто потребує допомоги і як саме можна допомогти. Після обговорення в групах запропонуйте озвучити кілька прикладів на загал.

### **Запитайте дітей та обговоріть:**

- Що допомагало помітити кому потрібна допомога?
- Як ви обирали, як саме можна допомогти?
- Чи траплялися з вами ситуації, зображені на малюнках?



## **Рекомендації та додаткові ресурси на тиждень**

### **1 Упродовж тижня знайдіть час, щоб поговорити з кожною дитиною про вміння помічати, кому потрібна допомога.**

Щодня давайте кожній дитині (по черзі) “секретне завдання”: бути помічником для інших — допомогти, помітити, запропонувати щось. Кожну таку добру справу відьмітьте на дошці, намалювавши (приклеївши) серденько.

#### **Наприкінці дня обговоріть:**

- Пригадай, кому ти сьогодні допоміг/допомогла?
- Що ти відчував/ла, роблячи добру справу?
- Хто і як допомагав тобі?
- Як змінився твій настрій, коли ти отримав/ла допомогу?

#### **Пропонуйте дітям підтримувати інших дітей, підказавши, як це можна зробити:**

- Запитати про настрій та послухати відповідь.
- Спитати дозволу й обійняти.
- Назвати на ім'я і сказати комплімент.
- Запропонувати погратися разом.

### **2 Давайте дітям прості завдання, які допоможуть їм вчитися підтримувати й допомагати іншим.**

Започаткуйте в групі ритуал “іграшка, яка допомагає” — Ведмедик турботи. Це може бути м'який ведмедик (чи інша іграшка), якого можна “покликати на допомогу”, якщо комусь сумно, самотньо, боляче або важко. Коли хтось бачить, що дитина потребує підтримки, він може тихо підійти, запропонувати ведмедика й сказати: “Я бачу, тобі сумно — тримай нашого ведмедика турботи”.



# 3

## Заохочуйте до спільної діяльності та обговорення.

Прочитайте та обговоріть вірш “Їжачок прокинувся” Григорія Фальковича (“Улюблені вірші — 3”, с.17)

Їжачок прокинувся у квітні,  
Мружить око, носиком веде,  
Лишенько, нічого ще й не квітне!  
Навіть сніг і крига де-не-де!..

В небі хмарка сунеться спровокла,  
Тепла ковдра в неї на бочку.  
Голодно і холодно довкола —  
Де ж перекусити їжачку?

Що робити? Пошуки намарні.  
Врешті, він поснідає чи ні?  
Ще закрито всі його кав'ярні,  
Всі знайомі бари і чайні...

Не хвилюйся, друже! Рано-вранці,  
На бульварі, там, де я живу,  
Молочко — у блюдечку чи банці —  
Я тобі поставлю у траву.



Запропонуйте заспівати та обговорити пісню [“Один великий палець”](#).

# 4

## Залучайте до активностей інших дорослих та батьків

Розкажіть батькам, що зараз ми працюємо над темою “Вміння помічати, кому потрібна допомога” і попросіть вдома також приділяти цьому увагу. Наприклад, обговорювати з дітьми ситуації, коли ви просили чи пропонували допомогу іншим людям, підказувати, як і чим дитина може допомогти.

Вчіть дітей спостерігати вдома за членами родини пропонувати допомогу (наприклад, накривати на стіл, скласти іграшки, віднести речі на місце тощо). Упродовж тижня пропонуйте дітям поділитися в колі про те, як вони з батьками вдома допомагають одне одному.



Запропонуйте подивитися й обговорити вдома з дітьми мультфільм [“Тракторець молодець. Веселі пригоди кумедного трактора і його друзів”](#).

# 11 картка

## Уміння критично мислити

**Критичне мислення** — це не критика і не сумніви заради сумнівів. Це вміння думати самостійно, ставити запитання, шукати докази, розрізняти правду й вигадку, робити власні висновки, здатність бути креативним та вміння адаптовуватися. Діти 3-5 років ставлять сотні запитань, помічають протиріччя, формують власну думку про світ. Тому саме в цьому віці важливо не просто “давати відповіді”, а вчити думати.

Критичне мислення дає можливість аналізувати (“Чому так сталося?”, “Що буде, якщо...?”); дозволяє вирішувати проблеми (дитина шукає рішення, пробує варіанти, вчиться на помилках); сприяє формуванню власної думки (дитина мислить, порівнює, ставить під сумнів, а не просто повторює); захищає від маніпуляцій (дитина вчиться перевіряти інформацію, а не сприймати все на віру).



**Впродовж тижня розвиватимемо такі компетентності:**

Цінності	Ставлення	Уміння	Знання та критичне розуміння
Визнання цінності демократії, справедливості, рівності та верховенства права	Відкритість до інших культур, переконань та відмінних світоглядів і практик Впевненість у собі	Уміння самостійно вчитися Аналітичне та критичне мислення Гнучкість та вміння адаптуватися	Знання самого себе та критична самооцінка

[“Рамка компетентностей для культури демократії”](#)

### Завдання для вихователя

- Роз’яснити, що інформація може бути різною, зокрема неправдивою
- Формувати вміння аналізувати, зіставляти, висувати припущення та критично мислити



## Очікувані навчальні результати

- Висловлює думку, що до всіх людей треба ставитися однаково та неупереджено, відповідно до правил і законів
- Виявляє інтерес до зустрічей із людьми з іншими цінностями, звичаями та поведінкою
- Висловлює переконання у своїй здатності зрозуміти проблеми
- Може інтегрувати знання з різних дисциплін і царин знань
- Може відрізнити факти від суджень
- Може визначити схожість та розбіжності між новою та вже відомою інформацією
- Може роздумувати над минулим досвідом
- Змінює свою думку, якщо йому/їй подали раціональне обґрунтування для цього
- Може змінювати свої рішення, якщо їх наслідки вимагають цього
- Може описати власні цінності та переконання

**Необхідні матеріали:** невеликий м'ячик, прозора посудина (банка, ваза), цукерки або об'ємні фігурки (наприклад камінчики) у кількості, відповідній до присутніх дітей; набір геометричних фігур різного кольору, картки з іменами дітей, бейджі з іменами дітей, надруковані [роздатки](#) для тренування мислення, пристрій для перегляду [мультфільму](#).

### Крок 1. ЗУСТРІЧ У КОЛІ (20 хв.)

**Мета:** створити атмосферу, щоб діти почувалися комфортно, налаштувалися на спілкування, мали можливість фантазувати й обирати. Заохочуйте кожну відповідь.

1. Попросіть дітей сісти в коло. Взяти сусіда чи сусідку за руку, називаючи на ім'я, передати фразу "Софійко, я радий/-а, що ти сьогодні в садочку".
2. Пограйте з дітьми в гру "Живе-неживе". Починає вихователька — перекочує м'яч комусь із дітей, називаючи предмет або істоту. Якщо це щось живе, дитина має впіймати м'яч, якщо неживе — плеснути в долоні. Всі діти хором вигукують: "живе" або "неживе". Дитина, якій передали м'яч, котить його комусь іншому, називаючи інше слово.



## Обговорення історії в колі

Одного ранку Олежик підбіг до своїх друзів у дворі і закричав:

— У нас по сусідству з'явився велетень! У нього величезні ноги й страшенний голос! Я сам чув, як він ревів!

Сашко здивувався:

— А ти бачив цього велетня?

— Ні, але Яна мені розповіла, — відповів хлопчик.

Усі побігли розпитувати Яну, яка сказала:

— Мені це розповів Єгор! Він бачив великі сліди біля дерева.

Єгор похитав головою:

— Та ні, я просто почув гучний звук і подумав, що то велетень.

Тоді всі разом пішли подивитися на сліди. І виявилось... це був великий відбиток трактора, що привозив будівельні блоки.

Олежик пробурмотів:

— То виходить, велетня не було...

— Але тепер ми знаємо, що перш ніж лякатися — треба перевірити, що сталося насправді! — усміхнулася Яна.



## Запитайте дітей та обговоріть:

- ▶ Чому Олежик подумав, що по сусідству є велетень?
- ▶ Хто розповів цю історію першим? А хто її перевірів?
- ▶ Що зробили друзі, щоб дізнатися правду?
- ▶ Що могло б трапитися, якби вони просто повірили і не перевірили?
- ▶ А як би ти дізнався/дізналася, де правда, а де вигадка?



Формулюємо **“Правила в наплічник”** разом з дітьми:

- ▶ Важливо уміти перевіряти будь-яку інформацію.
- ▶ Необхідно навчитися аналізувати інформацію та наявні факти, задавати запитання для уточнення.
- ▶ Інформація може виявитись неправдивою або хибною.
- ▶ Ухвалювати рішення можемо лише, зваживши все, що нам відомо.

## Крок 2. ГРА НА ВИБІР (15 хв.)



### Вправа “Знаю-перевіряю-говорю” (можна у парах або трійках)

Діти по черзі мають говорити про себе твердження. Наприклад:

- У мене очі синього кольору.
- У мене на светрику є метелик.
- Я зараз узутий/а у чобітки.
- Я вищий/а за тебе.
- Я маю в руці гудзик.
- У мене заплетені косички.



Інші мають відповідати: “Так” чи “Ні”. Якщо відповідь знають одразу, говорять: “Так, це правда” або “Це неправда”. Якщо перевіряють твердження, то говорять: “Так, ми перевірили, це точно”.

Якщо дітям важко самим говорити про себе і перевіряти, можна у спільному колі разом перевіряти твердження, які пропонує вихователька. Наприклад, Оксанка вища за Сашка.

Єгор сьогодні в зеленому светрі. Маринка має біляве волосся.

### “Окомір”

Покажіть дітям цукерки у прозорій посудині. Нехай поміркують і скажуть, як їм здається:

- Цукерок більше, ніж дітей, чи менше?
- Чи вистачить цукерок кожній дитині?



Перевірте разом припущення дітей, роздавши їм по цукерці.

Запропонуйте дітям наповнити цукерками інші посудини — більші чи менші. Наприклад, 2 паперові стаканчики, кузов іграшкової вантажівки, відерце для піску тощо. Для якої посудини цукерок забагато, для якої — замало, а для якої — якраз вдосталь?

Цукерки можна замінити дрібними іграшками, камінцями, м'ячиками тощо (це буде актуально, якщо в когось із дітей алергія або комусь не можна їсти солодке).

### Запитайте дітей та обговоріть:

- Що нового ви дізналися сьогодні?
- В який спосіб можна перевірити отриману від когось інформацію?
- Чи можна довіряти на слово іншим людям? У тому числі друзям, незнайомцям, старшим людям?
- Як можна перевірити чиєсь твердження?



### Крок 3. ОРГАНІЗОВАНА ДІЯЛЬНІСТЬ У ГРУПАХ (20 хв.)



Об'єднайте дітей у групи і запропонуйте їм різні активності в осередках діяльності:

- ▶ математичний осередок: пропонуємо дітям розсортувати геометричні фігури за різними ознаками по черзі: 1) за кольором, 2) за розміром, 3) за типом фігури (трикутники-круги-квадрати тощо);
- ▶ осередок конструювання: сконструювати пристрої, які допомагають передавати інформацію (комп'ютери, мобільні телефони, телевізори тощо);
- ▶ мистецький осередок: намалювати ілюстрації або героїв історії про велетня в лісі;
- ▶ осередок грамоти: картки з іменами дітей групи розкладаємо на столику зворотною стороною, бейджі з іменем кожного чіпляємо дітям на груди. Діти по черзі беруть одну картку і припускають: "Напевно, на ній написано моє ім'я (або припущення, чиє це ім'я)". Інші кажуть: "Це можна перевірити. Покажи нам". Діти читають або звіряють з іменами, які в них на бейджиках.



Подивіться з дітьми [мультфільм](#) і відповідайте на питання в ньому. Першу або другу активність використовуйте в залежності від віку та умінь дітей.

#### Запитайте дітей та обговоріть:

- ▶ Чому важливо перевіряти інформацію?
- ▶ Як ви перевіряєте, що є правдою, а що — ні?
- ▶ Хто може допомогти перевірити інформацію?



### Рекомендації та додаткові ресурси на тиждень

1

**Упродовж тижня знайдіть час, щоб поговорити з кожною дитиною про вміння критично мислити.**

- ▶ Звідки ти отримував/ла сьогодні інформацію (переглядав/ла книжечку, слухав/ла казку, яку читала/розповідала вихователька (або акторка аудіозапису), переглядав/ла відеоролик на комп'ютері, слухав/ла запрошеного гостя, який/а розповідав/ла про...)?
- ▶ Чим тобі була корисна ця інформація?
- ▶ Якою інформацією з сьогоднішнього дня ти хочеш поділитися з батьками? З бабусям/дідусем? З друзями у дворі? Зі старшим братиком/сестричкою?
- ▶ Чи було так, що ти комусь сьогодні щось розповідав/ла, а тебе не зрозуміли? Що ти в цій ситуації робив/ла, щоб пояснити й донести свою думку?
- ▶ Як ти обираєш, у який спосіб діяти? Який спосіб тобі здається кращим і чому?

## 2 Давайте дітям прості завдання, які допоможуть їм вчитися мислити критично.

- Знайди в групі предмет, призначення якого тобі невідоме, і запитай у двох дітей, чи знають вони, а потім про це поговори з вихователем, з дорослими вдома.
- Спробуй зрозуміти, чому могла статися та чи інша ситуація. Наприклад, “Ведмедик сумний. Чому?”, “Машинка зламалась. Що могло статись?”, “У кімнаті безлад. Що могло статися? Хто міг це зробити?”.
- Поміркуй, що зміниться, якщо сонце не вийде на небо? Якщо всі іграшки зникнуть? Якщо в садочку не буде правил? Якщо довго не буде дощу?
- Порівняй: “Чим схожі ці тварини? А чим відрізняються?”
- “Думай вголос”: “Як ти здогадалася/-вся?”, “Що тебе наштовхнуло на цю думку?”

## 3 Заохочуйте до спільної діяльності та обговорення.

Почитайте й обговоріть з дітьми віршики [“Абетка небилиць про риб, тварин і птиць”](#) Володимира Кленца. Задавайте дітям відкриті питання, що мотивують міркувати, аналізувати, порівнювати інформацію, висловлювати власну думку. Це варто робити й під час обговорення «звичайних» літературних творів. Наприклад, запитайте думку дітей, чому Колобкові вдалося перехитрити всіх звірів, крім Лисички. А як діяла Лисичка, щоб обманути Колобка?



Запропонуйте дітям [активності на розвиток уважності, аналізу та мислення](#). Така діяльність підсилює допитливість і наполегливість, приносить задоволення від добре виконаної роботи.

## 4 Залучайте до активностей інших дорослих та батьків

Повідомте батькам, що зараз в групі ви працюєте над темою уміння критично мислити. Запропонуйте вдома пограти з дітьми в гру “Відомо-невідомо. Як перевіриш?”. Хтось із дорослих говорить про себе твердження, яке дитина може перевірити (запитати в іншого, поглянути в документ, поміряти, порахувати, тощо...).

Наприклад:

Я люблю читати книги ...

Мою бабусю звати...

Я вчився/лася на ... і маю відповідний диплом.

У нашому холодильнику є 2 морквини ...

У паперовий стаканчик поміститься вся ця квасоля...



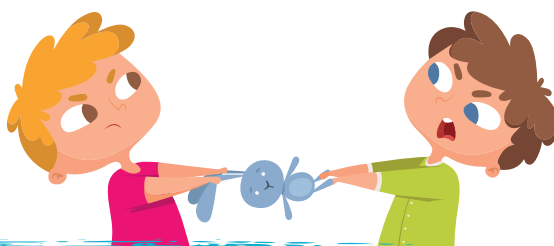
# 12 картка

## Уміння вирішувати конфлікти

**Конфлікти між дітьми** — це нормальна частина життя в колективі. Вони виникають через іграшки, ролі, бажання бути першими. Але важливо не уникати конфліктів, а навчити дитину реагувати на них спокійно, без крику й образ. Тоді діти будуть учитися домовлятися, взаємодіяти з іншими, менше сваритися, розвиватимуть емоційну зрілість.

Діти ще тільки вчаться розуміти свої емоції й пояснювати, чого хочуть. Їм важко побачити ситуацію очима іншого. Вони не мають досвіду знаходити спільні рішення, тому роль дорослих — допомогти отримати ці навички. Якщо не навчати дитину взаємодіяти в конфлікті, вона може або замкнутися, або вирішувати все силою.

**Вирішення конфлікту** — це не “перемога”, а порозуміння. Саме через підтримку, приклад і щоденну практику ми можемо закласти цю культуру взаємодії в дитячому садку.



Впродовж тижня розвиватимемо такі компетентності:

Цінності	Ставлення	Уміння	Знання та критичне розуміння
Визнання цінності демократії, повага до людської гідності та прав людини	Повага Відповідальність Впевненість у собі Прийняття невизначеності та неоднозначності	Уміння слухати та спостерігати Емпатія Гнучкість та вміння адаптуватися Мовні, комунікативні вміння та багатомовність Уміння співпрацювати Уміння вирішувати конфлікти	Знання самого себе та критична самооцінка

[“Рамка компетентностей для культури демократії”](#)

### Завдання для вихователя

- Формувати в дітей розуміння поняття “конфлікт” та “суперечка”
- Учити дітей вирішувати конфлікт не силою, а словами, пояснюючи свою позицію
- Навчати дітей словесним формулам, що дозволяють конструктивно вирішувати конфлікти
- Учити з повагою до себе та інших вирішувати конфлікти



## Очікувані навчальні результати

- Висловлює думку, що до всіх людей треба ставитися однаково та неупереджено, відповідно до правил і законів
- Дає можливість іншим висловлювати свою думку
- Уважно прислухається до різних думок
- Визнає відповідальність за свою поведінку
- Демонструє впевненість у тому, що може розв'язати більшість проблем, якщо докладе до цього необхідних зусиль
- Демонструє здатність зрозуміти, що думають інші люди в конкретній ситуації
- Може змінювати свої рішення, якщо їх наслідки вимагають цього
- Ставить такі запитання, що вказують на розуміння позицій інших людей
- Ділиться власними ідеями та ресурсами з іншими
- Може заохочувати активно слухати та відкрито дискутувати, визнаючи це за засоби вирішення конфлікту
- Може описати власні цінності та переконання

**Необхідні матеріали:** картинки-перевертні (1 і 2), будь-які матеріали для будівництва мостів (листи кольорового паперу, стільці, недовгі мотузочки тощо), нитки, ватман для колажу, піктограми з емоціями.

### Крок 1. ЗУСТРІЧ У КОЛІ (20 хв.)



**Мета:** створити атмосферу, щоб діти почувалися комфортно, налаштувалися на спілкування, мали можливість фантазувати й обирати. Заохочуйте кожну відповідь.

1. Попросіть дітей сісти в коло. Запитайте з ким вони спілкуються щодня? Діти по колу називають усіх, кого згадають, і загинають пальчики. Після завершення кола попросіть дітей показати скільки пальців вони загнули, щоб усім було добре видно.



Підсумуйте, як багато людей, з якими вони щодня спілкуються. Спілкуватися зазвичай приємно, цікаво й корисно, бо ми можемо дізнатися багато нового від інших людей, відчути задоволення від обміну думками й новинами. Але інколи між людьми виникають суперечки, конфлікти. Це коли люди не можуть дійти згоди. Запитайте дітей, чи був у них досвід, коли вони з кимось посварилися? Повідомте, що сьогодні ми поговоримо, чому так трапляється.

2. По черзі покажіть дітям картинки-перевертні і запропонуйте сказати, що вони бачать на малюнку (1 малюнок: заєць-качка, 2 малюнок: ваза-двоє людей)? Якщо діти не відразу побачать обидва зображення, зробіть паузу, щоб вони могли зосередитися і роздивитися. Зробіть підсумок про те, що ми всі дивилися на один малюнок, але помічали різні зображення. Люди по-різному можуть дивитися на ті самі речі, по-різному їх сприймати, думати та діяти. Це може призводити до суперечок, а інколи — до конфліктів. Не обов'язково при цьому хтось винний.



### Обговорення історії в колі (20 хв.)

Кирило і Тарас посварилися й побігли скаржитися виховательці. Кирило каже: “Тарас не дає мені катати машинку!” Тарас у відповідь: “А Кирило забрав у мене вантажівку!” Вихователька запропонувала: “Давайте кожен з вас розкаже, що трапилось, з самого початку”. Вона уважно вислухала обох і запитала Кирила: “Як би ти хотів, щоб було?”. Потім звернулася до Тараса: “А ти як думаєш, як було б краще зробити?”.

Послухавши обох дітей, вихователька сказала: “Мені здається, ви просто не чули один одного. Тепер ви знаєте, як хто хоче гратися. Спробуйте так і зробити”. Хлопці зрозуміли, що в них були різні бажання: Кирило хотів катати спортивну машинку на швидкості, а Тарас — будувати гараж для вантажівок. Вони домовились, як гратися разом і не сваритися.

### Запитайте дітей та обговоріть:

- Про що запитала вихователька в хлопців? Яку пораду вона їм дала?
- Як би ви діяли на місці хлопців?
- Чи траплялися з вами ситуації, коли доводилося миритися з друзями після сварки чи суперечки? Що ви відчували в той момент? Що допомогло вирішити конфлікт?

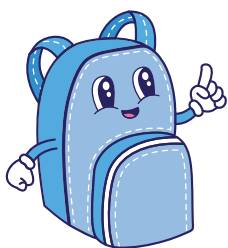
Підсумуйте, що суперечки — це нормальне явище, вони іноді трапляються з кожною людиною. Часто ми не можемо цього передбачити чи уникнути. Але конфлікт можна вирішити мирним шляхом. Для цього треба навчитися вгамовувати емоції й домовлятися.

Щоб угамувати емоції і витримати паузу, можемо навчитися дихати в такий спосіб:

**Техніка глибокого дихання за допомогою долоні.**



Формулюємо **“Правила в наплічник”** разом з дітьми:



- Суперечки і конфлікти трапляються в житті кожної людини, треба навчитися вирішувати їх мирно.
- Важливо навчитися говорити про свої потреби і домовлятися, якщо виникає суперечка.
- Коли вирують емоції в конфлікті, треба “взяти паузу” - подихати і подумати що я хочу/можу зробити, перш ніж перейти до дій.
- Якщо трапився конфлікт з кимось, треба запитати: «Що сталося?», «А як би ти хотів/-ла, щоб було?» і разом знайти рішення.

## Крок 2. **ГРА НА ВИБІР** (15 хв.)



### “Стоп-машина”

1. Запропонуйте дітям переміститися у вільну частину кімнати. Попросіть пригадати будь-яку конфліктну ситуацію чи суперечку, яка з ними траплялася. Попросіть кількох дітей поділитися, що вони при цьому відчували? Поясніть, що в конфлікті ми завжди відчуваємо сильні емоції, а зараз будемо вчитися їх приборкувати, щоб вони нами не керували. Для цього нам треба навчитися зупинятися і глибоко дихати, щоб заспокоїтися. Коли ми спокійні, ми краще думаємо.
2. Запропонуйте дітям уявити себе водіями власних автомобілів. По сигналу «Рух-машина» вони рухаються в довільному порядку. За сигналом «Стоп-машина» потрібно завмерти, зробити глибокий вдих-видих, продовжувати дихати поки ведучий не дасть команду: «Рух-машина». Спершу потренуйтеся чи всім зрозуміло і чи все вдається. Потім пограйте декілька разів. За бажанням діти можуть по черзі виконувати роль ведучого.
3. Поступово ускладнюйте гру. Запропонуйте дітям об'єднатися в пари і продовжити гру. Далі — спробувати пограти в трійках. Рухатися або завмирати повинні всі діти в парі чи трійці водночас.



### Запитайте дітей та обговоріть:

- Як ви себе почуваєте після гри? Які ваші емоції?
- Коли вам легше реагувати на сигнал “Стоп-машина” — тоді, коли ви самі керуєте машиною, чи коли в парі або в трійці?
- Як ви вирішували, в який бік рухатися? Чи виникали суперечки або непорозуміння? Що ви тоді відчували? Що допомагало прийняти спільне рішення?

Підсумуйте, що ми маємо розуміти власні емоції, вчитися давати раду своїм емоціям. На емоції інших нам вплинути складніше. Натомість ми можемо навчитися розпізнавати, приймати і розуміти емоції інших людей.

Запропонуйте дітям ввести правило **“Стоп”** (рука перед собою), яке допомагає зупинити небажану поведінку іншої дитини (наприклад: “Стоп, мене це ображає”, “Стоп, мені боляче”, “Стоп, мені це не подобається” та ін.).





Якщо дитина випадково когось образила або скривдила, треба попросити вибачення “Ой, вибач. Я випадково кинула в тебе піском. З тобою все добре чи я можу допомогти?” Важливо навчитися пояснювати свою позицію або дії, питати: “Як ти хочеш, щоб було?”, говорити про свої бажання: “А я хотів м’ячем покидати...”.

Заохочуйте дітей вирішувати конфлікти самостійно, без залучення дорослих. Спостерігайте за дітьми і хваліть, коли їм вдається знайти рішення: “Молодці, ви домовилися, як гратися іграшкою разом”, “Дякую, що одразу попросила вибачення, коли ненароком штовхнула Олю”

### Гра “Як дати раду?”

Зачитайте дітям кілька ситуацій та запропонуйте пошукати способи вирішення конфліктів. Оберіть 1-2 ситуації з запропонованих на один раз, щоб не перевтомлювати дітей.

**Ситуація 1.** Максим малював, а Маринка підійшла і щось домалювала на його аркуші без дозволу.

#### Запитайте дітей та обговоріть:

- ▶ Як відчувається Максим?
- ▶ Як могла б вчинити Маринка?
- ▶ Які є способи долучитися до чужої гри чи творчості?

Пропозиція: створити спільний “малюнок дружби”, але з попередньою домовленістю.

**Ситуація 3.** Дмитрик не хоче пускати Іванка до гри, каже: “Ти нам не потрібен”.

#### Запитайте дітей та обговоріть:

- ▶ Як відчувається Іванко?
- ▶ Як можна домовитися, щоб усім знайшлося місце у грі?

Пропозиція: створити разом з дітьми правило групи “В наших іграх є місце для кожного і кожної”.

**Ситуація 2.** Діти грають у лікарню. Настя взяла халат лікаря й іграшковий стетоскоп, але Кирило теж дуже хоче бути лікарем.

#### Запитайте дітей та обговоріть:

- ▶ Що відчуває Кирило?
- ▶ Як можна поділити ролі?
- ▶ Чи можна домовитися про зміну ролей у грі?

Пропозиція: погратися в лікарню, де кожна дитина може спробувати себе в різних ролях.

**Ситуація 4.** Під час гри Саша випадково штовхнула Марка. Хлопчику було боляче, він заплакав і образився.

#### Запитайте дітей та обговоріть:

- ▶ Що сталося між дітьми?
- ▶ Що могла б сказати Саша, щоб усе налагодити?
- ▶ Які дії допомагають, коли когось образили?

Пропозиція: коли трапляються такі ситуації, треба сказати, що це випадково й попросити вибачення.

Можна запропонувати обійнятися, якщо інша дитина погодиться.

## Крок 3. ОРГАНІЗОВАНА ДІЯЛЬНІСТЬ У ГРУПАХ (20 хв.)



### Гра “Будуємо місток дружби”

Підготуйте кілька комплектів “будівельних матеріалів” (деталі конструктора, кубики, гімнастичні палки, кольорові аркуші паперу тощо).

Об’єднайте дітей у групи по 5-6 осіб і запропонуйте кожній групі збудувати місток між двома стільчиками з наданих матеріалів. Діти самі обирають, які матеріали використовувати, щоб місток вийшов міцним і надійним.

Перевірте разом міцність конструкції: по готовому містку повинна проїхати іграшкова машинка від одного стільця до іншого.

### Запитайте дітей та обговоріть:

- Як ви почувалися, коли обирали матеріали й будували місток?
- Чи виникали у вас суперечки і як ви домовлялися?
- Як ви погоджували різні ідеї й знаходили спільні рішення?
- Що допомогло вам разом збудувати міст?
- Що вам вдалося добре, а з чим були труднощі?



## Рекомендації та додаткові ресурси на тиждень

### 1 Упродовж тижня знайдіть час, щоб поговорити з кожною дитиною про вміння вирішувати конфлікти.

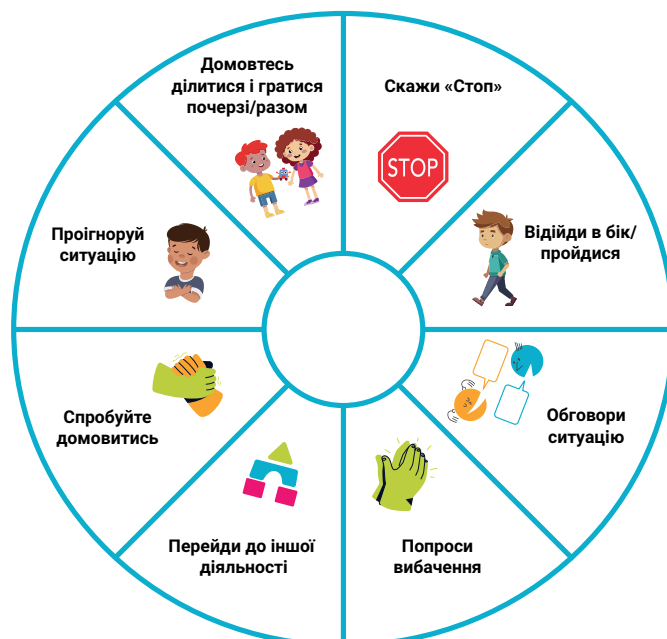
Важливо говорити з деякими дітьми наодинці про те, як можна зупинити сварку. Навчіть дітей робити «стоп-крок» у конфлікті. Поясніть, що коли не виходить помиритися і злість переповнює, треба сказати собі «Стоп» та відійти в сторону. Можна уявити, що в руці з’явилася пухнаста кульбабка (великий палець руки — це кульбабка). Подмухати на уявну кульбабку так сильно, щоб її пухнасте насіння розлетілося.

Запитання до дітей протягом тижня: Чи використовував/ла пораду? У якому випадку, як це було? Чи вдалося зупинити суперечку?

Розгляньте та обговоріть з дітьми плакат “Як я можу діяти?”. Заохочуйте дітей застосовувати ці підказки у випадках, коли виникають суперечки між ними.

## Як я можу діяти?

Якщо в тебе виникло непорозуміння чи конфлікт, спробуй обрати 2-3 із запропонованих дій.



## 2 **Давайте дітям прості завдання, які допоможуть їм вчитися вирішувати конфлікти.**

- ▶ Практикуйте з дітьми дотримання правила «Стоп».
- ▶ За потреби практикуйте використання [мирилок](#), але після належного обговорення сторонами та вирішення конфлікту.

## 3 **Заохочуйте дітей до спільної діяльності та обговорення.**

Мобільний колаж “Дружній автобус”. Цю вправу можна провести за один раз або повертатися до “автобуса” протягом усього тижня.

Запропонуйте кожній дитині намалювати свій портрет на картоні.

Сконструуйте та розфарбуйте з дітьми автобус (або потяг, корабель, літак — будь-який вид транспорту), де портрети дітей є віконцями транспорту. Це може бути великий аркуш паперу у формі автобуса, де намальовані віконечка. Нехай діти домовляться, у якому віконечку буде «їхати» кожен портрет, хто буде пасажиром, а хто — водієм автобуса (чий портрет буде у кабіні водія). Можемо запропонувати дітям щодня змінювати ролі та розташування «пасажирів» у віконечках.

Плануйте з дітьми та обговорюйте зміни, які відбуваються на мобільному колажі.

У разі суперечок нагадуйте дітям про способи вирішення конфліктів. Наприклад, пригадайте “Правила в наплічник”. Хваліть дітей за злагодженість взаємодії та вирішення конфліктів.

### **Запитайте дітей та обговоріть:**

- ▶ Як вам вдалося домовитись про розташування портретів у віконечках?
- ▶ Що допомагало вам дійти до спільного рішення?
- ▶ Як іще можна домовитися?

Послухайте та обговоріть з дітьми аудіоказку Акселя Шеффлера [“Шусть і Шуня — спритний самокат”](#) або [“Шусть і Шуня — приятний равлик”](#).



## 4 **Залучайте до активностей інших дорослих та батьків**

- ▶ Запропонуйте дітям подивитися разом з батьками [мультфільм](#) та обговорити його, поділитися враженнями.
- ▶ Запропонуйте батькам переглянути відео норвезьких експерток дошкільця [“Розвиток соціальної компетентності та самозарадності в норвезькому дитячому садку”](#), де не лише пояснюють особливості конфліктів між дітьми, а й дають практичні поради, як допомогти дитині впоратися з ними.



# 13 картка

## Уміння бачити й цінувати різноманіття

Усі ми різні. Кожна людина має свій досвід, зовнішність, уподобання, спосіб мислення чи поведінки. Одні гучні, інші — тихі. Хтось швидкий, хтось обережний. Хтось багато говорить, а хтось любить мовчати. Хтось говорить українською чи англійською, а хтось — ромською чи жестами — все це і є різноманіття, з яким ми зустрічаємося щодня. Дітям все цікаво і вони проявляють інтерес до всього довкола, пізнаючи світ. Так, зустрічаючись з новими людьми, малюки граються поруч, спостерігають одне за одним і часом помічають відмінності між людьми.

Відтак, незалежно від мови, кольору шкіри, особливостей розвитку чи звичок дорослі, що поруч мають сприяти формуванню поваги до інших, розвитку емпатії, коли дитина вчиться ставити себе на місце іншого: “Як йому чи їй?”.

Коли ми взаємодіємо і приймаємо інших такими якими вони є, нам стає легше приймати й себе з усіма особливостями. Так зростає впевненість у собі.

Зростаючи, діти або вчаться бачити в кожному цінність, або наслідують упередження, які їм нав'язують дорослі. Тому саме у садочку важливо почати плекати вміння приймати, поважати, взаємодіяти.

Діти наслідують моделі поведінки дорослих, спостерігають, щоб отримати необхідні підказки, як реагувати на відмінності, які помічають. Те, як вихователі спілкуються з між собою, як звертаються до дітей та їхніх батьків слугує прикладом взаємодії з іншими.



**Впродовж тижня розвиватимемо такі компетентності:**

Цінності	Ставлення	Уміння	Знання та критичне розуміння
Повага до людської гідності та прав людини Визнання цінності культурного різноманіття	Відкритість до інших культур, переконань та відмінних світоглядів і практик Повага	Мовні, комунікативні вміння та багатомовність Уміння співпрацювати	Знання та критичне розуміння мови й особливостей спілкування

[“Рамка компетентностей для культури демократії”](#)



## Завдання для вихователя

- ▶ Формувати в дітей поняття «різноманіття» (усі люди різні, і всі вони заслуговують на повагу)
- ▶ Учити дітей бачити спільне та відмінне в людях
- ▶ Формувати в дітей навичку взаємодіяти з різними людьми

## Очікувані навчальні результати

- ▶ Відстоює думку, що до кожної людини слід ставитися гуманно та з повагою до її гідності
- ▶ Висловлює думку про те, що слід сприяти комунікації та діалогу між людьми різного культурного походження
- ▶ Виявляє інтерес до вивчення переконань, цінностей, традицій та світогляду інших людей
- ▶ Виявляє готовність взаємодіяти з людьми, які сприймаються як інші
- ▶ Виявляє повагу до ґендерних відмінностей
- ▶ Здатен/-на розпізнати різні способи спілкування, що використовуються принаймні в одній з інших соціальних груп чи культур
- ▶ Здатен/-на ефективно та з повагою працювати з іншими людьми
- ▶ Може пояснити, як тон голосу, візуальний контакт та мова тіла допомагають під час спілкування

**Необхідні матеріали:** олівці, фломастери, плакат “Я особливий/особлива”, клубок ниток (чи м’яч), аркуші паперу у вигляді пазла (враховуючи кількість дітей у групі).

### Крок 1. ЗУСТРІЧ У КОЛІ (20 хв.)

**Мета:** створити атмосферу, щоб діти почувалися комфортно, налаштувалися на спілкування, мали можливість фантазувати й обирати. Заохочуйте кожну відповідь.

1. Попросіть дітей сісти в коло. Запитайте якими мовами та які форми вітання діти знають.
2. Запропонуйте дітям привітатися різними мовами (“Привіт”, “Вітаю”, “Доброго ранку” “Hello”, “Hi!” (англ.), “Bonjour” (франц.), “Калімера” (“Добрий ранок” грецькою) та інші).



3. Підведіть підсумок, що всі ми різні, маємо різний зовнішній вигляд, можемо спілкуватися різними мовами, але однаково цінні і рівні у своїх правах.



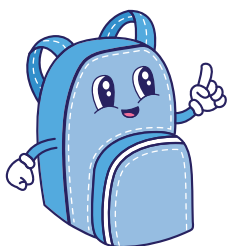
## Обговорення історії в колі

Одного дня хлопчики з захопленням грали “у поліцейських”: їздили машиною із сиреною по килимку, передавали щось по рації, намагаючись затримати “грабіжника”. Аліна, яка дуже любила дивитись “Щенячий патруль”, почула звуки патрульної машини. Дівчинка підбігла й попросилася до гри. Макар відповів: “Ні, у цю гру дівчата не грають”, — і продовжив рух автівкою.



### Запитайте дітей та обговоріть:

- Що відчувала Аліна? Чому?
- Чи був у вас схожий досвід? Поділіться, будь ласка.
- Як ви гадаєте, поліцейськими працюють тільки чоловіки? Чи бачили ви жінок-поліцейських? Чи бувають ігри для хлопчиків і для дівчаток?
- Що б ви зробили на місці Макара?



Формулюємо **“Правила в наплічник”** разом з дітьми:

- Ми всі різні — і це чудово!
- Кожна людина є цінною.
- Ми раді всім у нашій групі (спільноті).

## Крок 2. **ГРА НА ВИБІР** (15 хв.)

### “Я особливий/особлива”

Роздайте дітям плакати і олівці/фломастери. Зачитайте, що написано у кожній кульці. По черзі підійдіть до кожної дитини і допоможіть написати і обрати, що зобразити, щоб влучно описати кожного з них.

Зробіть спільну галерею з готових плакатів, розмістивши їх на стіні на зручному для дітей рівні. По черзі обговоріть кожну роботу і похваліть дітей за те, які вони всі добрі, чуйні, талановиті. Запитайте, що нового діти дізналися одне про одного? Чи є в них щось схоже з друзями? Підсумовуючи роботу, підкресліть позитив того, що всі діти мають різні вподобання, таланти і всі вони чудові і по-своєму особливі — це і робить нашу групу чи спільноту цікавою, різноманітною і нам так подобається гратися разом, вчитися новому!



# Я особливий/особлива!

Прочитайте і завершіть речення у кульках нижче.

Моє ім'я \_\_\_\_\_

Я хороший  
друг, бо

Мені добре  
вдається

Я старанно  
працював(ла),  
щоб покращити/  
навчитися/опанувати

Я горжусь  
собою, коли

Я маю талант

Я добре працюю  
в команді, бо

Я дбаю про  
свою сім'ю, коли

Я особливий  
тому що

Я цінна  
частина спільноти

Я хороший  
громадянин

## “Веселий клубочок”

Попросіть дітей об’єднатися в коло.

Діти кидають у колі клубок ниток (чи м’яч) одне одному і промовляють: “Моя улюблена іграшка...”, або “Моя улюблена гра...”, або “Моя улюблена страва...” тощо.

### Запитайте дітей та обговоріть:

- Що тебе здивувало/потішило під час гри?
- Що із того, що ти почув/ла від інших, тобі також подобається?
- Чому у людей можуть бути різні вподобання?

## “Вгору-вниз”

Попросіть дітей об’єднатися в коло і присісти. Поясніть, що вихователь називатиме одну ознаку. Діти, для кого це характерно, повинні встати. Наприклад, вихователь каже: я люблю осінь, літо, зиму, сніг, море, маю окуляри, люблю танцювати, люблю читати/слухати казки, одягнений у джинси, маю довге/коротке волосся тощо.

### Запитайте дітей та обговоріть:

- Як ти почувався(лася) під час гри?
- Як тобі було коли ти вставав(ла) разом з іншими? Що це означає?
- Як було тим, хто залишався сам(а) стоячи чи присівши? І чому?
- Що, на вашу думку, ми можемо навчитися через таку гру?

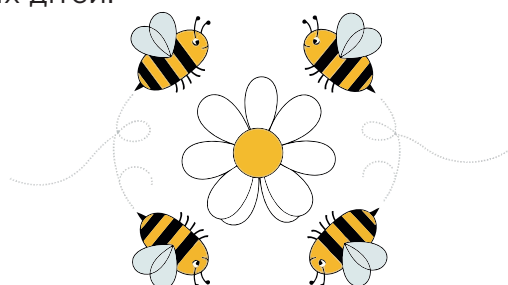
## Крок 3. ОРГАНІЗОВАНА ДІЯЛЬНІСТЬ У ГРУПАХ (20 хв.)



### 1. “Бджоли”

Попросіть дітей стати в коло. Поясніть правила: вихователь голосно говорить слово: “Бджоли” — діти уявляють себе бджолами і “літають”, “дзижчать” у груповій кімнаті. Коли діти почують слова: “Бджоли, у вулик по 4”, — об’єднуються в групи по 4.

Кожна мала група повинна знайти, що їх об’єднує (наприклад, у нас усіх є білий колір на одязі, ми любимо зиму тощо). Повторіть гру декілька разів. Щоб урізноманітнити можна також формувати групи у трійки, щоб залучити до активної діяльності всіх дітей.



### Запитайте дітей та обговоріть:

- Наскільки легко чи важко було знаходити спільні риси між “бджолами” у вулику?
- Що нового ви сьогодні дізналися про своїх друзів?
- Як ви підтримували і допомагали одне одному?
- Чи побачили ви якісь відмінності між собою? Що саме?
- Як працювалося у різних командах?

### 2. “Спільний пазл нашої групи”

1. Підготуйте аркуші паперу у вигляді пазла, враховуючи кількість дітей у групі, щоб в результаті утворилося одне панно.
2. Роздайте дітям аркуші-пазли і попросіть намалювати автопортрет та написати своє ім'я (допоможіть написати ім'я, тим хто не може це зробити самостійно). Передбачте, щоб по одному пазлу залишити також для дорослих, що працюють у групі і зобразіть свої портрети на пазлах.
3. Зберіть усі портрети і складіть разом з дітьми пазл (див. малюнок).
4. Знайдіть разом місце в кімнаті, де ви його розмістите.



### Запитайте дітей та обговоріть:

- Що ми робили разом? Як вам працювалось?
- Як вам вдалося скласти пазл в єдину картину?
- Що вам допомагало? Чи були якісь труднощі?
- Які емоції ви відчували



Ця активність допоможе дітям побачити ще раз, що всі ми індивідуальні і різні та попри всі відмінності ми дружимо, граємося і навчаємося разом. Різноманіття нас збагачує, це цінність, яку нам треба оберігати.

## Рекомендації та додаткові ресурси на тиждень

### 1 Говоріть з дітьми про важливість взаємодіяти з різними дітьми та бачити й цінувати різноманіття.

Моделюйте фрази поваги: “У нас усі різні – і це добре!”, “Ми можемо навчатися одне в одного”. Помічайте у дітях особливе і кажіть про це з любов'ю та повагою.

Читайте історії про різних героїв і обговорюйте, що вони відчувають, з якими ситуаціями стикаються. Нагадуйте дітям, що важливо всіх приймати до гри, не залишаючи нікого осторонь.

Розкажіть про різні національності, які живуть в Україні. Можна повісити карту України у груповій кімнаті і помітити “прапорцями”, хто де народився, хто переїхав з іншого регіону, попередньо запитавши в батьків. Поговоріть про родинні традиції, свята, традиційні страви для кожної родини чи регіону, мови національних меншин.

Організуйте тематичний тиждень, щоб кожного дня діти дізнавалися щось цікаве про жителів тієї чи іншої країни, їхню культуру, кухню. Наприкінці продумайте активність для підсумку проведеної роботи.

## 2 **Давайте дітям прості завдання, які допоможуть їм вчитися бачити й цінувати різноманіття і взаємодіяти з іншими.**

Упродовж тижня практикуйте з дітьми різні активності в парах, трійках, малих групах. Чим більше діти змінюють групи й локації, тим більше соціального досвіду вони набувають, спілкуючись з різними дітьми. Обговорюйте труднощі взаємодії та обов’язково сфокусуйте увагу на тому, що допомагає разом творити, домовлятися, вирішувати різні ситуації.

### **“Календар днів народжень”**

- Запропонуйте дітям створити спільний календар днів народжень.
- Зробіть фото кожної дитини, оберіть кольоровий папір напишіть імена і дати народження дітей та дорослих, що працюють в групі. Оформіть спільний календар. Це можуть бути квіточки, сердечка, кульки тощо (див. приклад).

## 3 **Заохочуйте до спільної діяльності та обговорення**

Перегляньте та обговоріть разом з дітьми мультфільм [“Про всіх на світі”](#) та мультфільм [«Про малого крота, який хотів дізнатися, хто наклав йому на голову»](#) за мотивами книги Вернера Гольцварта, Вольфа Ерльбруха.



Прочитайте та обговоріть вірш **“Хвости”**  
**Григорія Фальковича**

Сірий вовчик, лев і птах,  
Поні волохаті —  
Всі з хвостами, при хвостах,  
Всі такі хвостаті.  
І собаки, і коти,  
І слони, і миші:  
Де не глянь, хвости, хвости —  
З ними красивіше.

Тільки в нас хвостів нема,  
Чи то літо, чи зима:  
Ні у мами, ні у тата,  
Ні у маминого брата.  
Ще й сусіди й гості —  
Геть усі безхвості.  
У такій родині  
Сумно жить дитині.

## 4 **Залучайте до активностей інших дорослих та батьків**

Запропонуйте дітям розпитати в батьків про історію імені (хто назвав, що означає ім’я, на честь кого назвали), про родинні традиції, страви, свята тощо. Упродовж тижня заохочуйте дітей поділитися власними історіями під час зустрічі в колі.

# 14 картка

## Уміння берегти природні ресурси

У дошкільному віці формуються перші екозвички: вмикати воду, не ламати гілку, не залишати сміття за собою, не викидати їжу, збирати батарейки для утилізації, усвідомлено купувати речі. Дітям нескладно зрозуміти, що природу треба не просто вивчати, а й берегти. Допоможіть дитині усвідомити, що кожен вчинок має наслідки і побачити, як стан природи залежить від дій кожної людини. Такий підхід виховує відповідальність (я можу щось зробити для світу); формує дбайливе ставлення до всього живого (не рвати квіти без потреби, не топтати мурашник); розвиває мислення (діти цікавляться: “Куди зникає вода? Чому листя опадає? Навіщо сортувати сміття?”).

Навчаючи дитину берегти природу, ми не просто говоримо про дерева чи воду, а й мотивуємо берегти ресурси, які не є безмежними. Ми вчимо дитину дбати, бути уважною, відповідальною і вдячною. І це стосується не лише довілля, а всього, що її оточує.



**Впродовж тижня розвиватимемо такі компетентності:**

Цінності	Ставлення	Уміння	Знання та критичне розуміння
Визнання цінності демократії, справедливості, рівності та верховенства права	Громадянська свідомість Відповідальність	Аналітичне та критичне мислення Гнучкість та вміння адаптуватися Уміння співпрацювати	Знання та критичне розуміння світу

[“Рамка компетентностей для культури демократії”](#)

### Завдання для вихователя

- ▶ Пояснити дітям, що таке природні ресурси та які вони бувають
- ▶ Вчити раціонально використовувати природні ресурси
- ▶ Виховувати відповідальність та розуміння важливості захисту природи та довкілля

### Очікувані навчальні результати

- ▶ Висловлює думку, що чесних і справедливих законів завжди потрібно дотримуватись



- Долучається до діяльності, спрямованої на захист довкілля
- Визнає відповідальність за свою поведінку
- Може відрізнити факти від суджень
- Може змінювати свої рішення, якщо їх наслідки вимагають цього
- Активно ділиться корисною інформацією/ знаннями з іншими
- Може пояснити необхідність захисту природи та довкілля

**Необхідні матеріали:** великі ємкості для збору води, склянки або інші малі ємкості для вимірювання рідини, картки з написами “ТАК” і “НІ”, піпетки, монети по 1, 5 і 10 грн, аркуші А4 й матеріали для малювання, матеріал для виготовлення іграшкових “контейнерів” для сортування сміття.

## Крок 1. ЗУСТРІЧ У КОЛІ (20 хв.)



**Мета:** створити атмосферу, щоб діти почувалися комфортно, налаштувалися на спілкування, мали можливість фантазувати й обирати. Заохочуйте кожну відповідь.

1. Попросіть дітей об'єднатися в коло.
2. Запропонуйте дітям передати усмішку по колу (сусіду чи сусідці праворуч). Якщо дитина не хоче або не має настрою усміхатися, вона може показати пальчиками серденько. Вихователька починає, а далі діти передають усмішку або серденько по колу.
3. Попросіть дітей пригадати, де вони сьогодні використовували воду, світло (можна використати картинки з зображенням крана, краплі води, електроприладів тощо). Обговоріть з дітьми, чи може людина обійтися без води і електрики в житті? Чому?
4. Запитайте дітей, чи знають вони, звідки береться вода й електрика в їхніх домішках, садочку? Поясніть, що це ресурси, які дає нам планета Земля.



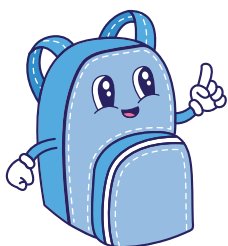
## Обговорення історії в колі

Михайлик планував прийняти ванну з піною і корабликом. Хлопчик увімкнув світло у ванній кімнаті, відкрив кран і пішов шукати кораблик. Він повернувся, щоб перевірити, чи вже достатньо води, але побачив, що забув закрити пробку. Хлопчик закрив злив і знову відкрив воду. Михайлик вийшов, щоб продовжити пошуки кораблика, але забув вимкнути світло у ванній кімнаті. Коли він повернувся, ванна вже була повна. Торкнувшись води, він відчув яка вона холодна. Михайлик спустив воду і втретє почав набирати ванну.

## Запитайте дітей та обговоріть:

- Чи економно використовував Михайлик світло та воду? Чому ви так вважаєте?
- Чому хлопчик марно витратив так багато води?
- Що б мав зробити Михайлик, аби вода не витікала даремно?
- Як можна використати холодну воду, яка вже набралася у ванну?
- Як ви економите воду, коли чистите зуби або миєте руки?

Формулюємо **“Правила в наплічник”** разом з дітьми:



- Треба вимикати світло в кімнаті, де нікого немає.
- Треба економно використовувати воду й не відкривати кран без потреби.
- Треба берегти природу й її ресурси, дбати про чистоту довкілля (сортувати сміття, не залишати сміття за собою, не викидати їжу, збирати батарейки для утилізації, усвідомлено купувати речі).

## Крок 2. ГРА НА ВИБІР (15 хв.)



### “Експеримент”

Під час миття рук запропонуйте дітям зібрати в окрему ємність усю воду, яка їм знадобиться: 1 раз — не закривати воду, 2 раз — закрити воду, коли діти намилують руки. Для виконання експерименту можна поділити групу на дві команди, які діятимуть за різними сценаріями. Порівняйте разом з дітьми, скільки води використано в обох випадках: виміряйте за допомогою склянки чи іншої невеличкої посудини, скільки води використано.

## Запитайте дітей та обговоріть:

- В якому випадку використали більше води: коли закривали кран чи коли залишали його відкритим?
- Чому так важливо економити воду?
- Яке правило щодо миття рук ми можемо запровадити, щоб витратити менше води?



### “Так-Ні”

Приготуйте 2 картки з написами “ТАК” і “НІ” та розташуйте їх в різних частинах приміщення. Зачитайте твердження і запропонуйте дітям обрати, до якої картки перейти. Запитайте в 1-2 дітей, чому вони обрали ту чи іншу відповідь.

### Приклади тверджень:

- Використовую склянку, коли чищу зуби.
- Я вимикаю воду, коли намилую руки.
- Увечері вмикаю світло в усіх кімнатах, а граюся в одній.

- ▶ Прошу старших вимкнути нічник у моїй кімнаті, коли я засну.
- ▶ Залишаю на ніч увімкнені гірлянди.
- ▶ Коли хочу пити, набираю воду у велике горнятко. Виливаю в раковину, те що залишилось.
- ▶ Нагадую татові/бабусі закрити кран, коли вони миють овочі чи фрукти.



### Крок 3. ОРГАНІЗОВАНА ДІЯЛЬНІСТЬ У ГРУПАХ (20 хв.)

Покладіть у мішечок олівці 4 або 6 кольорів за кількістю дітей у групі. Покладіть на 2 столики по одному олівцеві 2 (3) кольорів. Наприклад, червоний-синій-чорний і зелений-жовтий-блакитний. Запропонуйте дітям дістати по одному олівцеві з мішечка і сісти біля столиків за кольором олівців

#### Гра “Картки-помічники”

Разом з дітьми виготовіть картки про дбайливе ставлення до природи та ресурсів (наприклад, вимикай воду під час намилювання рук; вимикай світло, коли виходиш з туалету/спальні; для пиття чи поливання квітів набери стільки води, скільки використаєш тощо).

#### Гра “Сортуємо разом”

Разом з дітьми створіть ігрові контейнери різного кольору для сортування «сміття» і підготуйте малюнки/предмети. Потренуйтеся разом визначати, який контейнер підходить для кожного предмета або картки.



## Рекомендації та додаткові ресурси на тиждень

### 1 Упродовж тижня знайдіть час поговорити з кожною дитиною про збереження природних ресурсів.

Що тобі сьогодні вдалося зробити для збереження природи? (вимкнути світло в кімнаті, якщо там нікого немає; полити квіти зібраною дощовою водою; міцніше закрутити кран, з якого крапала вода; викинути папір у окремий контейнер тощо).

Чи говорите ви вдома про економне використання ресурсів? Як можнаощадливіше використовувати воду та світло вдома і в садочку?

Поговоріть з дітьми про дбайливе ставлення до речей: одягу, предметів побуту, іграшок, бо для їх виготовлення використовують природні ресурси. Привчайте дітей до того, що повторне використання речей - це позитивно і добре впливає на нашу планету (можна віддати іграшки, якими вже не граємося, а також одяг чи взуття, з якого виростили).

### Поради для бесід з дітьми у колі протягом тижня.

Розгляньте з дітьми карту світу і попросіть показати, де на ній є вода. Поміркуйте, звідки береться вода, яку ми використовуємо для щоденного вжитку. Розкажіть дітям, що вода потрапляє в наші домівки з річок, озер, джерел, льодовиків. Люди будують водогони, щоб доставити воду до кожного помешкання, а також очищають воду, щоб зробити її придатною для пиття й приготування їжі. Поясніть, що багато людей не мають доступу до чистої води, тому потрібно бережливо до неї ставитися.

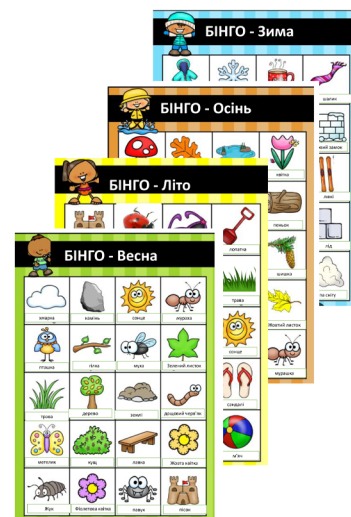
Поговоріть з дітьми про природне та штучне світло. Звідки воно береться? Розкажіть, що таке енергія: сила, яка нагріває, освітлює, приводить у рух транспорт, побутову техніку. Вона утворюється завдяки використанню природних ресурсів: води, газу, нафти, вугілля, торфу, вітру, сонця. Поміркуйте, де і в який спосіб люди використовують енергію. Обговоріть, як її можна економити. Розкажіть дітям про можливість використання енергії сонця й вітру.

## 2 Давайте дітям прості завдання, які допоможуть їм вчитися берегти природні ресурси.

- Пропонуйте дітям відмовитися від використання ліфта, якщо треба піднятися лише на кілька поверхів, натомість ходити пішки.
- Розкажіть, що можна зекономити природні ресурси, якщо використовувати для пакування продуктів торбинки з тканини, паперові пакети або спеціальну біорозкладну упаковку.
- Запитуйте, що з цього діти роблять або можуть робити вдома.
- Запропонуйте дітям бути уважними і слідкувати, щоб у групі та туалетній кімнаті без потреби не горіло світло; заохочувати використання денного світла - залишати відкритими штори та ролети; нагадувати одне одному закривати кран, поки намилюють руки.

## 3 Заохочуйте до спільної діяльності та обговорення

На вулиці запропонуйте дітям пограти в гру **“Бінго”**. Оберіть та роздрукуйте варіант відповідно до пори року. Кількість копій має відповідати кількості дітей у групі. Завдання: знайти всі зображені елементи в одному рядочку по горизонталі чи вертикалі під час прогулянки. Хто впорався першим голосно вигукує **“Бінго!”**. По завершенню гри поговоріть про те, які тварини, рослини, об'єкти природи вдалося відшукати. Наголосіть, що необхідно дбайливо ставитись і не засмічувати природу, щоб зберегти її різноманіття.



## Гра-вимірювання

Об'єднайте дітей у групи по 5-7 осіб. Кожній групі роздайте по 3 монетки (1, 5 і 10 грн). Запропонуйте крапати воду піпетками на кожную монетку та порахувати, скільки крапель помістилося на кожную з них. Якщо діти вміють писати цифри, можна попросити їх підписати кількість крапель до кожно́ї монетки.

### Запитайте дітей та обговоріть:

- Чому на кожную з монет помістилася різна кількість крапель?
- Що ви дізналися про воду з цієї гри?
- Як іще можна використовувати воду?

## Гра “Впіймай дощик”

Приготуйте та поставте посудину на вулиці для збору дощової води. Поговоріть з дітьми, як ми можемо спіймати дощик? Як можна використовувати дощову воду? Коли після дощу в посудину набереться вода, під час прогулянки запропонуйте дітям полити нею рослини на подвір'ї.

## Гра “Розвідники природи”

На прогулянці дайте дітям “розвідницьке” завдання: знайти 3 речі, які створила природа, і 3 — які створила людина. Обговоріть знахідки дітей, та поміркуйте разом, як і чому треба берегти речі.

# 4

## Залучайте до активностей інших дорослих та батьків

Запропонуйте дітям разом з батьками організувати контейнери для сортування сміття вдома, а також підготувати спеціальну ємність для використаних батарейок, яку потім треба віднести у відповідний пункт збору. Попросіть дітей поділитися в колі результатами економії природних ресурсів і бережливого ставлення до речей удома.

Повідомте батькам, що зараз ми в групі працюємо над умінням берегти природні ресурси й запропонуйте ідеї для використання в родині.

- **Посадіть рослину.** Разом із дитиною оберіть рослину, посадіть у землю і дбайте про неї, поливайте. Спостерігайте, що необхідно рослині для росту або цвітіння.
- **Майстерка виробів з вторсировини.** Зробіть з дітьми нові вироби з непотрібних речей (наприклад, з коробки від чаю чи картонної втулки): іграшку, скриньку, рамку, годівничку тощо.
- **“Зелений щоденник”.** Записуйте або малюйте в блокноті чи альбомі, що вдалося зробити для природи цього тижня (наприклад, прибрали залишене сміття, віднесли батарейки на переробку, посадили рослину, погодували пташок узимку, вимикали світло тощо).

