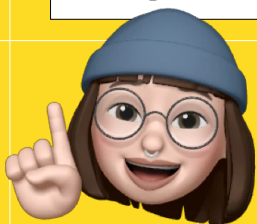


НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ПОСІБНИК

«ШКІЛЬНИЙ УРОК ВОЛОНТЕРСТВА»



АБО

«ЯК ТВОРИТИ
ДОБРО ТУТ І ЗАРАЗ»



МІНІСТЕРСТВО
ОСВІТИ І НАУКИ
УКРАЇНИ



МІНІСТЕРСТВО
МОЛОДІ ТА СПОРТУ
УКРАЇНИ



УКРАЇНСЬКА
ВОЛОНТЕРСЬКА
СЛУЖБА

unicef
— для кожної дитини

juniorS

U Report by UNICEF

Міністерство освіти і науки України
Державна наукова установа “Інститут модернізації змісту освіти”

Галина КОЛОМОЄЦЬ, Тетяна МАЛЕЧКО, Ганна БОНДАРЕНКО,
Ілля БОВСУНОВСЬКИЙ, Ярослав БУЛИШИН, Ангеліна ПОЛЬОВА

ШКІЛЬНИЙ УРОК ВОЛОНТЕРСТВА

Навчально-методичний посібник

Київ
2024

Надано гриф «Схвалено для використання в освітньому процесі», який зареєстрований у
Каталозі надання грифів навчальній літературі та навчальним програмам
за № 4.0087-2024 (протокол №2 від 15 квітня 2024 року)

Рецензенти:

Андрій Боляк — заступник Голови комітету з фізичного виховання та спорту Міністерства освіти і науки України кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент.
Лариса Пустолякова — доцент кафедри фізичного виховання і здоров'я, кандидат педагогічних наук доцент, Національного медичного університету імені О.О. Богомольця

Навчально-методичний посібник розроблено на основі матеріалів, зібраних під час реалізації національної кампанії «Шкільний урок волонтерства». Він створений для того, щоб учні могли дізнатися більше про те, що таке волонтерська діяльність, як стати частиною волонтерського руху, та усвідомити, як своїми діями вони можуть вплинути на розв'язання соціальних проблем.

Навчально-методичний посібник рекомендовано для вчителів закладів загальної середньої освіти.



МІНІСТЕРСТВО
ОСВІТИ І НАУКИ
УКРАЇНИ



МІНІСТЕРСТВО
МОЛОДІ ТА СПОРТУ
УКРАЇНИ



УКРАЇНЬСЬКА
ВОЛОНТЕРСЬКА
СЛУЖБА

unicef 
для кожної дитини

juniorS

UReport by UNICEF

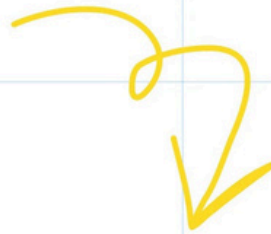
Національна кампанія «Шкільний урок волонтерства» проводиться в рамках проекту Scaling up young volunteers' engagement in humanitarian response while building young people's capacity as leaders of national recovery (UKR/PCA202055), що реалізовується ГО "Українська Волонтерська Служба" за підтримки ЮНІСЕФ в Україні, Міністерства освіти і науки України, Міністерства молоді та спорту України, цифрової платформи U-Report та руху Олександра Педана "JuniorS".

ДОРОЖНЯ КАРТА

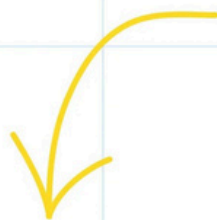
ШКІЛЬНИЙ УРОК ВОЛОНТЕРСТВА



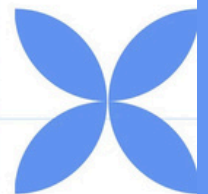
Отримайте методичні матеріали на сайті проекту



Ознайомтесь з матеріалами уроку та заплануйте його



Проведіть урок для своїх учнів

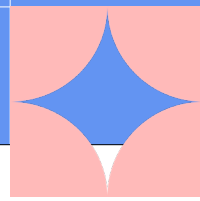


Поверніться на сайт проекту та заповніть короткий звіт, щоб отримати сертифікат



Скануйте QR-код або натисніть тут → [Заповнити звіт](#)

ПЕРЕДМОВА



24 лютого 2022 року війна, що тривала вже 9 років, вийшла на новий рівень. Повномасштабний та ще більш жорстокий. Вона торкнулась кожного та кожна. Без можливості уникнути наслідків, травм чи руйнувань – як зовнішніх, так і внутрішніх. Незалежно від того, ким ми були та чим займалися, війна змусила нас подивитись в очі правді та зіткнутись з викликами, до яких ніхто не був готовий.

З перших днів лютого, який, здається, триває й досі, уся країна перетворилась на великий та злагоджений механізм. Немов мурахи в мурашнику, кожен та кожна з нас знаходили своє місце, де можна бути корисними заради української перемоги.

Близько двох років в умовах повномасштабного вторгнення. Близько 730 днів болючих новин, зимових блекаутів, тривожності й стресу ззовні та всередині. 730 днів мудрості, стійкості та незламності. Витримка та витривалість українського суспільства стали рушійною силою.

За більше, ніж півтора року війни у нас не раз виникало питання: «Звідки брати сили?». Звідки черпати той цінний ресурс, аби мати можливість працювати до й після перемоги? Вірю, що у кожного з нас є багато просторів сили, у яких ми віднаходимо відновлення, й завдяки яким ділимося теплом з ближніми – тими, з ким ми працюємо щодня задля спільної мети. Після початку вторгнення ми сформуvalи потужний механізм самоорганізації, у якому волонтерська спільнота втілює, іноді здавалось би нездійсненні речі, в реальність. То ж звідки нам брати сили, щоб не зупинятись й надалі, попри всі труднощі?

З любові до тих, хто невтомно захищає нас на фронті. Хто взяв зброю до рук у 2014 чи вже у 2022 році, щоб захищати й боротись. Кожного дня, ризикуючи своїм життям.

З пам'яті про тих, хто сплатив найвищу ціну за наше життя, свободу, можливість бути тут і зараз. Про тих, хто вже ніколи не обійме рідних, не зустріне Нового Року чи Дня Незалежності, не побачить української перемоги. Ця пам'ять завжди буде з нами, пліч-о-пліч з перемогами чи поразками. Вона живе в спогадах, історіях, світлинах чи голосових повідомленнях. Та найголовніше — в серцях тих, хто пронеситиме її із собою, розповідаючи ці історії своїм дітям.

З ніжності до тих, опліч кого ми щодня працюємо. З ким волонтеримо та сортуємо тонни гуманітарної допомоги. З ким будуємо евакуаційні маршрути та до кого пригортаємось в час небезпеки.

З турботи про тих, хто поруч і хто дуже далеко. Турботи за своїх, у теплому домі чи шелтері, на фронті, в тилу чи в тимчасовій окупації.

З віри у те, що добро завжди перемагає зло. З віри, що ми обов'язково виберемо право на своє щасливе, незалежне майбутнє, яке ніхто не зможе у нас забрати.

Неважливо, чи ми втілюємо щось маленьке, чи масштабне, кожен і кожна з нас має значення у цій війні. Наша перемога складається з мільйонів «нас», де кожне «я» — однаково цінне й важливе.

Борімося. Тримаймося. Слава Україні!

Анна Бондаренко
Голова Української
Волонтерської Служби

ЧОМУ ВАЖЛИВО НАВЧАТИ ВОЛОНТЕРСТВА?

«Хороший учитель може вселити надію, розпалити уяву та прищепити любов до навчання»

Бред Генрі

Перш, ніж розпочати наш виступ, я б хотіла/хотів прокоментувати вислів Бреда Генрі. Бути вчителем — це дар від Бога, і те, чим ви наповнюєте себе, тим ви і наповните дітей, тому прищеплювати любов до навчання — це копітка праця, яка потребує максимальної віддачі дітям, і головне в цьому всьому процесі зробити своїх вихованців справжніми людьми з великої літери. Одним із головних завдань вчителів є не тільки навчати, а й прищеплювати любов до того, чим би займалися їхні вихованці. Адже, як показує життєвий досвід, займаючись, будь-яким видом діяльності, потрібно не лише навчитися виконувати ту чи іншу роботу, а робити її з любов'ю, і тоді можна отримати бажаний результат своєї праці.

Сьогодні ми поговоримо про важливе значення волонтерства в нашому житті, та чому важливо проводити уроки з волонтерства в закладах освіти.

Для початку ознайомимося з самим значенням волонтерства.

Волонтерство — це добровільна дія окремої особи або групи осіб, які вільно віддають свій час і працю на громадську роботу. Багато волонтерів проходять спеціальну підготовку у сферах, у яких вони працюють, наприклад, медицині, освіті чи надзвичайних ситуаціях тощо.

То ж, чому так важливо проводити уроки з волонтерства?

По-перше, волонтерство полягає не тільки в допомозі іншим. Навчаючи волонтерської діяльності, ви розвиваєте у молоді найважливіші духовні цінності: почуття людяності, патріотизму, співчуття, доброти, взаємодопомоги та взаємопідтримки; крім того, проводячи такі уроки, ви навчаєте учнів практикувати та розвивати свої соціальні навички, що дає їм можливість простіше реалізувати себе в житті. Ви вчите молодих людей знайомитися, спілкуватися, співпрацювати з іншими та знаходити вирішення різних ситуацій. Дуже важливу роль у формуванні волонтерських навичок має особистий приклад, демонстрація своїм вихованцям того, як важливо допомагати іншим.

Вплив вчителя на своїх учнів залежить в першу чергу від гармонійного поєднання моральних якостей, духовного багатства та його інтересів. Вчитель своїм прикладом має показати шлях до успіху і особисто брати участь у волонтерській діяльності разом зі своїми вихованцями.

Це один з ефективних способів інтегрувати волонтерську діяльність в освітній процес, адже саме волонтерство дає можливість розкрити дитину як особистість, в процесі навчання учні розширюють свої знання,

вміння та навички, удосконалюють свої здібності, розвивають творчість та ініціативність.

У процесі навчання волонтерської діяльності учні отримують знання про соціальні проблеми суспільства, усвідомлюють принципи та напрямки допомоги людям і собі. Тобто формується громадянин, здатний взяти на себе відповідальність за процеси, що відбуваються у суспільстві.

Займаючись волонтерською діяльністю, молоді люди налагоджують зв'язки з іншими людьми, яким допомагають, знаходять нових друзів, розширюють мережу спілкування та розвивають свої особистісні якості, беручи участь у спільній діяльності разом із друзями та родиною, зміцнюють свої стосунки. Волонтерство допомагає зв'язати нас із близькими та віддаленими громадами.

Якщо молода людина сором'язлива або відчуває невпевненість у собі, волонтерство – чудовий спосіб відточити свої соціальні навички.

За даними американських досліджень, волонтерство може бути однією з важливих складових здорового способу життя. Люди, які займаються волонтерською діяльністю, мають меншу схильність до депресії та стабільний, нормальний артеріальний тиск, відчувають задоволення від життя.

Також науковці стверджують, що волонтерство має позитивний вплив і на психічне здоров'я.

За даними дослідження американського психолога Сари Конрат, волонтерство підвищує рівень окситоцину – одного з гормонів щастя. Він виділяється при контакті з іншими людьми. Взаємодія з оточенням знижує ризики появи тривоги та стресу. Волонтер переймає досвід, починає краще розуміти навколишнє середовище, будує власну модель світосприйняття. Важливе значення має також мотивація: чим сильніше людина прагне допомагати іншим та переймається проблемами оточення, тим краще це вплине на її стан здоров'я.

Також важливим є той факт, що волонтерська діяльність позитивно впливає на самооцінку. Як приклад, відома модель Джіджі Хадід, свого часу піддалася шкідливим звичкам і на деякий час втратила свою популярність та впевненість в собі. Щоб побороти наркотичні захоплення, Хадід вирішила перемикнути свою увагу на щось інше, і обрала волонтерську діяльність. Вона почала активно волонтерити у проектах разом з ООН. І сьогодні Джіджі неодноразово наголошує на необхідності допомагати тим, хто цього потребує. Для 46 млн. підписників в Instagram дівчина розповідає, що волонтерство допомогло їй стати більш впевненою у собі. Джіджі говорить, що коли бачить посмішку на обличчі дітей, яким їй вдалося допомогти, відчуває прилив нової енергії та бажання творити.

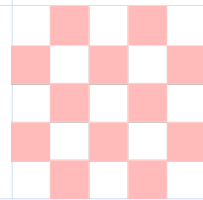
На що варто звернути увагу молодій людині під час вибору шляху волонтера:

1. обирати волонтерську діяльність в тій сфері, в якій ви зможете себе реалізувати та дійсно допомогти;
2. потрібно зосередитися на одному з напрямків діяльності, інакше користі від різноманіття допомоги ви не отримаєте;
3. обмінятися номерами телефонів з друзями-однодумцями, або волонтерами, які вже працюють в тому чи іншому напрямку, створити спільний чат, чи долучитися до вже створеного;
4. виявити суспільний виклик, який потребує вирішення шляхом залучення волонтерів (відбудова житла, надання продуктивних наборів або засобів гігієни, психологічна допомога, підтримка сімей військовослужбовців тощо).

ЗМІСТ



Передмова	3
Чому важливо навчати волонтерства?	5
Про урок	9
Рекомендації вчителю	12
План основного уроку	13
Хід уроку	16
Розширений урок волонтерства	32
Енерджайзери та руханки	33
Вправи на волонтерську тематику	38
Про рухову активність і її зв'язок з волонтерством	43
Допоміжні інструменти для вчителя щодо інтерактивного залучення учнів	45
Як інтегрувати волонтерство вчителям різних предметів?	50
Організації-партнери Посібника	52
Список рекомендованих матеріалів для розвитку	53
Додатки	



ПРО УРОК

Яка мета уроку?

Шкільний урок волонтерства створено для того, щоб учні могли дізнатися більше про те, що таке волонтерська діяльність, як стати частиною волонтерського руху, та усвідомили, як своїми діями вони можуть вплинути на розв'язання соціальних проблем.

Які цілі уроку?

Сформувати в учнів та учениць уявлення про волонтерську діяльність, її види та користь, яку вона приносить волонтеру та суспільству. Розтлумачити поняття «волонтерство», «волонтер», «соціальна проблема».

За допомогою практичних вправ та групових обговорень сформувати бажання долучитись до волонтерських ініціатив, а також допомогти зрозуміти, із чого почати свій шлях у волонтерстві.

Завдяки уроку учні:

- знатимуть, які соціальні проблеми існують у світі;
- усвідомлять, які саме соціальні проблеми їх турбують в рідному населеному пункті;
- зможуть пояснити, що таке волонтерство;
- знатимуть, які види та характеристики волонтерства існують;
- розумітимуть, які волонтерські організації та можливості існують;
- чітко усвідомлюватимуть механізм доручення до волонтерської діяльності або її започаткування.

Для кого створений цей посібник?

- вчителів загальноосвітніх закладів та інших фахівців у сфері освіти;
- громадських активістів та волонтерів;
- старшокласників, які хочуть поширювати волонтерство серед однолітків.

Хоча в плані уроку вживається слово «учитель», провести урок може будь-яка людина, яка поділяє цінності волонтерської діяльності.



Рекомендований вік учасників:

- урок розраховано на учнів 8-11 класів;
- за потреби матеріал легко можна адаптувати для інших вікових груп.

Інклюзивність:

Вправи розроблені таким чином, щоб їхнє виконання не викликало труднощів у жодного учня. Водночас ми все ж радимо брати до уваги особливості конкретної групи, з якою проводиться навчання, та адаптувати матеріал та практичні вправи Посібника згідно з потребами та можливостями слухачів.

Формати проведення уроку:

- урок в аудиторії (офлайн);
- онлайн-урок за допомогою сервісів Zoom, Google Hangouts, Skype тощо.

Тривалість уроку:

- базовий урок розраховано на 45 хвилин;
- за можливості, рекомендуємо виділити більше часу (1,5-2 години) для проведення інтерактивної форми уроку.

Обов'язкові елементи уроку:

Цей посібник містить базові матеріали для проведення належного уроку волонтерства. Проте вчителі/тренери/старшокласники не зобов'язані слідувати всьому, що тут описано. Вони вільні обирати свої формати й спосіб подачі. Головне, щоб зберігалися конкретні теоретичні матеріали.

Проте все ж є 2 обов'язкових елементи уроку, які обов'язково мають бути виконані: опитування учнів та руханка. Окрім того, що опитування проводиться з дослідницькою метою, воно ще є невід'ємним логічним елементом уроку завдяки питанням, які закладені в нього. Руханка, своєю чергою, сприяє покращенню фізичного й ментального здоров'я учнів.

Обладнання:

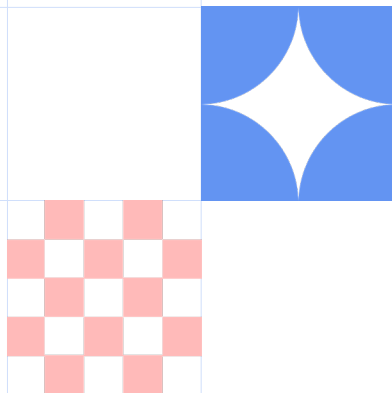
- Для проведення уроку вчителю знадобляться роздаткові матеріали, які можна надрукувати на звичайному принтері (чорно-білий або кольоровий друк).
- Проведення уроку передбачає використання презентації, тож, за можливості, рекомендуємо вчителю скористатися комп'ютером, проєктором або великим екраном телевізора. Під час проведення уроку вчителю потрібно демонструвати презентацію.
- Якщо такої можливості немає, вчитель може надрукувати презентацію або адаптувати план уроку без застосування електронного візуального супроводу.
- Варто завчасно попередити учнів та учениць, що їм знадобляться їх мобільні телефони для виконання однієї із вправ уроку. Також дана вправа потребує доступу до Інтернету (wi-fi або мережа).

Отримання сертифіката за проведення уроку:

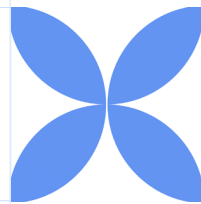
Кожен, хто провів Шкільний урок волонтерства, має можливість отримати сертифікат.

Алгоритм отримання тренерського сертифіката після проведення уроку:

1. Перейти на сайт [Шкільного уроку волонтерства](#).
2. Знайти розділ «Поділитися результатами уроку» і кнопку «Заповнити звіт».
3. Заповнити звітну форму про ваш урок волонтерства.
4. Отримати електронний сертифікат на пошту.



РЕКОМЕНДАЦІЇ ВЧИТЕЛЮ



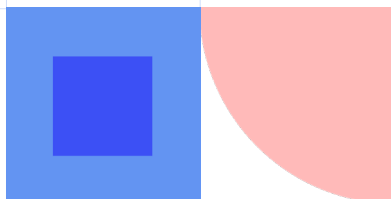
Цей план проведення уроку, присвяченого волонтерству, — орієнтовний. Ви не зобов'язані проводити його саме так, як ми пропонуємо. Це, скоріше, підбірка, комплект методичних матеріалів та рекомендацій, які допоможуть у підготовці до проведення заняття. З їхньою допомогою кожен учитель, орієнтуючись на власні можливості, особистий досвід, особливості конкретного класу, рівень сформованості знань та досвід учнів, може побудувати своє заняття.

Однак є 2 елементи, що мають бути обов'язково включені до уроку, як базового, так і розширеного: опитування учнів на початку та руханка в середині уроку.

З огляду на інформаційну насиченість пропонованих матеріалів, учитель може запланувати проведення тривалішого заняття або заняття протягом двох шкільних уроків у різний час. Це дозволить учням краще «зануритись» у світ волонтерських можливостей та проєктів. За даною методологією урок вже прослухало понад 12000 учнів.

Пропозиції для підвищення інтерактивності уроку:

- скористайтеся розділом «Розширений урок волонтерства» даного Посібника, щоб додати конкретні вправи до базового уроку;
- якщо в класі є учні, які вже мають волонтерський досвід, попросіть їх поділитись своїми враженнями та спостереженнями про волонтерську діяльність;
- якщо в класі є групи учнів, які мають різне бачення соціальних проблем, влаштуйте групові дискусії. Для цього потрібно об'єднати учнів у групи по 4-6 осіб, у кожній з яких вони презентуватимуть власні ідеї та думки;
- підтримуйте обговорення між учнями із різних груп та слідкуйте за тим, щоб кожен мав змогу висловитися;
- пам'ятайте про короткі перерви або руханки під час проведення уроку, які допоможуть учням структурувати інформацію та відпочити;
- якщо ви проводите урок онлайн, можна використати сервіси Padlet, Kahoot, Mentimeter, WordWall, Miro для того, щоб створити інтерактивні вікторини, тести та онлайн простори для обговорення ідей.



ПЛАН ОСНОВНОГО УРОКУ



Тема: Основи волонтерської діяльності та її переваги для молоді людини

Мета уроку:

- роз'яснити суть поняття «волонтер», «волонтерська діяльність»;
- ознайомити з основними характеристиками та видами волонтерської діяльності;
- окреслити взаємозв'язок між волонтерською діяльністю та вирішенням гострих соціальних проблем громади, країни та світу;
- ознайомити з перевагами проактивного способу життя та свідомої волонтерської діяльності для молоді людини;
- надати інформацію про відомих волонтерів та онлайн-ресурси, завдяки яким можна долучитися до волонтерської діяльності.

Методи та прийоми, що використовуються на уроці: лекція, бесіда, практичні вправи, робота в групах, індивідуальна робота.

Тривалість: поданий план уроку розрахований на 45 хвилин. Ви можете використовувати ці матеріали на свій розсуд, залежно від потреб, досвіду та особливостей групи, яка навчається.

Необхідні матеріали:

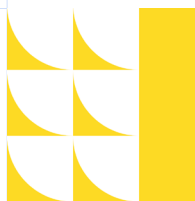
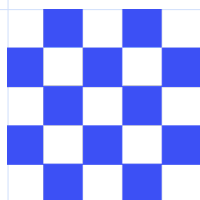
1. Презентація для проведення уроку. Коротка візуалізація основних навчальних блоків уроку.
2. Роздатковий матеріал про види волонтерства. 1 сторінка розміром А4.



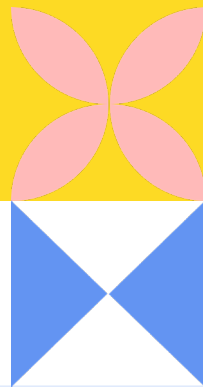
Усі матеріали уроку можна знайти та завантажити у вільному доступі за QR-кодом. Їх можна використовувати як офлайн, так і онлайн форматах зустрічей.

Тривалість блоку	Назва блоку	Завдання блоку	Відповідність слайда презентації
3 хв	Вступ	Озвучити мету уроку.	Слайд 1
7 хв	Опитування <i>*обов'язковий елемент</i>	Провести опитування учнів.	Слайд 2, 3
5 хв	Основи волонтерства	<ol style="list-style-type: none"> 1. Спонукати учнів поділитися думками щодо волонтерства. 2. Ознайомити з поняттям «волонтерство». 3. Ознайомити з характеристиками волонтерства. 4. Обговорити приклади волонтерської діяльності. 	Слайд 4, 5, 6, 7, 8
10 хв	Соціальні проблеми та їх рішення	<ol style="list-style-type: none"> 1. Роз'яснити, що метою волонтерської діяльності завжди є користь для суспільства/оточення. 2. Допомогти учням виявити, які соціальні проблеми їх хвилюють. 3. Пояснити, що великі соціальні проблеми можна розв'язати малими щоденними діями. 4. Сформувати розуміння про різноманітність волонтерської діяльності. 5. Спонукати учнів подумати про найбільш відповідні для них напрямки волонтерства. 	Слайд 9, 10, 11, 12, 13, 14
5 хв	Руханка <i>*обов'язковий елемент</i>	Збадьорити учнів, щоб збільшити їхню концентрацію уваги протягом заняття.	Слайд 15, 16

Тривалість блоку	Назва блоку	Завдання блоку	Відповідність слайда презентації
5 хв	Волонтерство як світовий тренд	<ol style="list-style-type: none"> 1. Донести думку, що волонтерство доступне кожному. 2. Розповісти про відомих світових і українських волонтерів. 3. Роз'яснити переваги волонтерської діяльності. 	Слайд 17, 18, 19, 20
8 хв	Як стати волонтером?	<ol style="list-style-type: none"> 1. Мотивувати доєднуватися до волонтерських можливостей. 2. Надати інформацію про Волонтерську платформу. 3. Ознайомити з прикладами волонтерських проєктів, створених реальними учнями. 	Слайд 21, 22, 23
2 хв	Підсумки уроку	Надихнути учнів волонтерити в майбутньому.	Слайд 24



ХІД УРОКУ



1

ВСТУП

СЛАЙД 1

Учитель:

Добрий день!

Сьогодні у нас буде незвичайний урок. Ми поговоримо про волонтерство — міжнародний рух, який охоплює мільйони небайдужих людей з усіх куточків світу. Крім того, цей рух відіграв надважливу роль на початку повномасштабного вторгнення та об'єднав мільйони українців.

Протягом уроку ми детальніше відкриємо волонтерство для себе, а також дізнаємося, як кожен та кожна з нас може долучитися до цього руху та зробити свій внесок у майбутнє.



ЯК ТВОРИТИ ДОБРО ТУТ І ЗАРАЗ? АБО 45 ХВ ПРО ВОЛОНТЕРСТВО



2

ОПИТУВАННЯ

* обов'язковий елемент уроку

СЛАЙД 2

Учитель:

Аби ви зрозуміли, що ви вже знаєте про волонтерство, та висловили свої думки про важливе, запрошую вас пройти опитування за цим QR-кодом на слайді. Воно підштовхне вас подумати над такими актуальними питаннями: «Що таке волонтерство?», «Чому воно важливе?», «Як я проводжу своє дозвілля?» та «Які соціальні проблеми мене турбують?».

Взаємодія з учнями:

Учитель заохочує учнів пройти опитування. Якщо в учнів нема Telegram, можна запропонувати доєднатися до опитувань через Viber, написавши в пошуковику: U-Report Ukraine.

ПОДІЛИСЬ СВОЄЮ ДУМНОЮ ПРО ВОЛОНТЕРСТВО

- 1 Відкрий камеру на своєму телефоні
 - 2 Наведи на QR-код та почекай кілька секунд
 - 3 Отримай посилання на Telegram-бот
 - 4 Перейди за ним та натисни «РОЗПОЧАТИ»
 - 5 Наліши слово «ДОБРО» та пройди опитування
- ВІТАЮ, ТЕПЕР ТИ U-РЕПОРТЕР!**



СЛАЙД 3

Учитель:

Дане опитування розробила організація U-Report. Це цифрова платформа ЮНІСЕФ в Україні, що об'єднує проактивну молодь, яка висловлює свої думки та прагне впливати на зміни в країні. U-Report проводить опитування, аналізує отриману інформацію та доносить її різноманітним громадським організаціям, міжнародним організаціям та державним установам України. Ви — голос учнів. Тому ваші відповіді важливі не тільки в контексті уроку волонтерства, а й для цілої країни.

ТВОЯ ДУМНА ДОПОМОЖЕ ЗМІНИТИ УКРАЇНУ!

Завдяки твоїм відповідям різноманітні громадські та міжнародні організації, державні установи бачать те, чим насправді живе та цікавиться молодь. Ці знання допомагають їм ініціювати саме ті проекти, які тобі дійсно потрібні.



На проходження онлайн-опитування ти витратиш мінімум часу. Відповідь часом на твоїмі питаннях - і ставай рушієм змін.

3

ОСНОВИ ВОЛОНТЕРСТВА

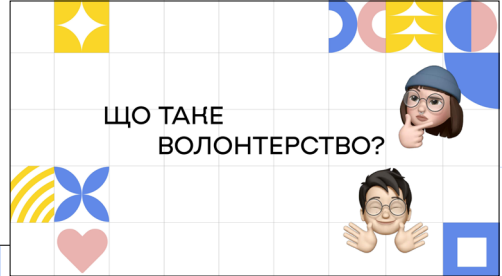
СЛАЙД 4

Учитель:

Озвучте, будь ласка, свою відповідь з опитування «Волонтерство — це...». Поділіться, що ви раніше чули про волонтерство?

Взаємодія з учнями:

Учитель за методом піднятої руки дає учням висловитися. Учні діляться своїми думками або відомими фактами про волонтерство.

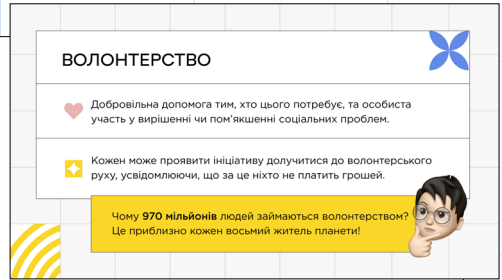


СЛАЙД 5

Учитель:

Дякую за відповіді! Ви всі мали рацію.

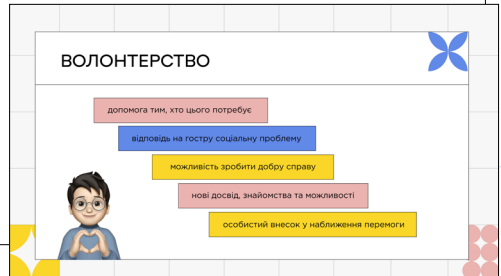
Волонтерство — це добровільна допомога тим, хто цього потребує, та особиста участь у вирішенні чи пом'якшенні соціальних проблем.



СЛАЙД 6

Учитель:

Також волонтерство — це про допомогу тим, хто її дійсно потребує, або ж відповідь на гостру соціальну проблему. Для волонтера — це можливість зробити добру справу й зробити особистий внесок у наближення перемоги.



Учитель:

Будь-яке волонтерство має три обов'язкових характеристики: добровільність, безоплатність та суспільна користь. Лише за умови дотримання їх трьох одночасно, діяльність може вважатись волонтерською.

Перш за все, це добровільна допомога. Ніхто не може змусити іншого бути волонтером. Кожна людина може вибрати зручний для себе спосіб, час, форму та сферу надання волонтерської допомоги. Допомога буде найбільш ефективною, якщо людина сама зможе прийняти рішення та усвідомлено підійти до нього.



Волонтерство — неоплачувана діяльність. Волонтери не отримують кошти за свою роботу, але можуть отримати відшкодування деяких витрат. Часто організатори волонтерських проєктів замовляють спільні обіди та вечери для волонтерів, орендують автобус для пересування між локаціями та дарують волонтерські футболки.

Волонтерські проєкти завжди мають суспільну користь. Не існує волонтерства без розв'язання певної соціальної проблеми. Завдяки волонтерській допомозі щось має змінитись на краще, хоча б трохи. В основі будь-якого волонтерства є бажання допомогти іншому, зробити добру справу та змінити світ на краще.

Також, важливо підмітити, що волонтерство — це саме певна діяльність, а не збір грошей. Коли люди збирають кошти на притулки для тварин, лікування дітей, допомогу постраждалим від війни, — це називається благодійністю.

970 мільйонів людей займаються різноманітним волонтерством. Які приклади волонтерської діяльності ви можете навести? Можливо, ви самі вже залучалися до волонтерства?

Взаємодія з учнями:

Учні розповідають про свій досвід у волонтерській діяльності та загальні приклади волонтерства. Учитель модерує процес.

СЛАЙД 8

Учитель:

Прикладами різноманітного волонтерства може слугувати діяльність таких організацій:

1. ПЛАСТ

Це українська скаутська організація. Метою Пласту є сприяти всебічному, патріотичному вихованню та самовихованню української молоді. Вони організують скаутські табори на природі й культурні, патріотичні події для дітей та молоді.

2. UAnimals

Це всеукраїнський гуманістичний рух, який бореться за права тварин та працює у різних форматах — від зоозахисних акцій до роботи в законодавчій площині.

3. Будуємо Україну Разом (БУР)

Громадська організація, що займається відновленням зруйнованих від обстрілів будинків, а також допомагає відбудовувати та реорганізувати занедбані заклади культури, громадські простори у різних регіонах України.

Можливо, ви чули про ще якісь ініціативи або волонтерські проекти чи організації? Можете поділитися?

Взаємодія з учнями:

Учні розповідають про організації, які вони знають. Учитель може записати названі організації на дошці, також хвалить та дякує за відповіді.



4

СОЦІАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ТА ЇХ РІШЕННЯ

Учитель:

Волонтери часто необхідні саме там, де хтось потребує допомоги. До прикладу, є безпритульні тварини й з'явилися люди, які хочуть попіклуватися про них. Почалося повномасштабне вторгнення і тисячі українців відгукнулися, щоб допомогти постраждалим від війни, доставити гуманітарну допомогу в деокуповані території, донести правдиву інформацію про війну до решти світу. Скажіть, а чи пригадуєте ви, які проблеми є в нашому місті, на вашій вулиці та загалом в Україні, чи світі? Що перше спадає на думку? Поділіться, будь ласка.

Взаємодія з учнями:

Учні піднімають руки та говорять про проблеми, які чули або з якими зіштовхнулись особисто. Учитель підтримує їх та, у випадку, якщо жоден з учнів не зміг назвати бодай одну проблему, наштовхує їх на думку та називає приклади ситуацій у їхній громаді, про які вони точно знають або чули (наприклад, відоме на все місто сміттєзвалище або велика кількість безхатніх тварин біля ринку). На цьому етапі вчитель не ставить додаткових питань, а просто дає можливість учням поділитись своїми думками та ідеями.

СЛАЙД 9

Учитель:

Дякую! Дійсно, всі проблеми, які ви назвали, є дуже важливими. На екрані ви бачите лише кілька найбільш поширених проблем, які існують у світі. Проте, звісно, їх набагато більше.

Волонтер — це часто той, хто готовий долучитися до розв'язання тих проблем, які її особисто хвилюють.

Пригадайте, які проблеми хвилюють вас? Що найбільше не подобається та засмучує особисто вас? Що б вам хотілося змінити в нашому місті, країні або світі? Також можете озвучувати ваші відповіді з опитування.



Взаємодія з учнями:

Учні називають приклади різних проблем, які їх хвилюють. Учитель надає невербальну підтримку учням, які висловлюють свою думку. Коли хтось з учнів називає проблему, яка його або її хвилює, учитель може ставити уточнювальні запитання, наприклад: «Що саме ти маєш на увазі?», «Які прояви має ця проблема?». Учитель дає змогу кожному учню, який хоче поділитись своїми думками, висловитися.

СЛАЙД 10

Учитель:

Важливо усвідомлювати, що навіть такі глобальні проблеми як «насилство» чи «бідність» можна вирішити маленькими кроками. Ці дії доступні кожному з нас і не потребують великих зусиль. Як бачимо на слайді, щоб подолати проблему «Відсутність можливостей» ми можемо організувати тренінги, лекції та літні табори для дітей.

ВОЛОНТЕР(НИ) ДОЛУЧАЮТЬСЯ ДО ВИРІШЕННЯ ТИХ ПРОБЛЕМ, ЯНІ ЇХ ХВИЛЮЮТЬ

Насилство	→	підтримка людей на гарячій лінії, організація просвітницьких кампаній, наглядовані законодавчих ініціатив, проведення тренінгів
Бідність	→	збір та роздача продуктів для старечих, відбудова житла для малозабезпечених сімей, приготування гарячих обідів, допомога з пошуками роботи
Відсутність можливостей	→	організація тренінгів, лекцій та літніх таборів, менторство для дітей, неформальна освіта, створення кіноклубів та спортивних команд

ДОБРА ДІЯ МАЄ ВЕЛИКУ СИЛУ!

СЛАЙД 11

Учитель:

А такі проєкти як організація толоки, виготовлення інформаційних стендів, проведення публічних заходів на екологічну тематику, встановлення сортувальних баків у місті можуть посприяти розв'язанню проблеми «забруднення довкілля».

ВОЛОНТЕР(НИ) ДОЛУЧАЮТЬСЯ ДО ВИРІШЕННЯ ТИХ ПРОБЛЕМ, ЯНІ ЇХ ХВИЛЮЮТЬ

Кібербулінг	→	психологічна підтримка, допомога в тематичних організаціях, поширення інформаційних матеріалів, проведення лекцій та тренінгів
Забруднення довкілля	→	організація толоки, виготовлення інформаційних стендів, прибирання у парках та заповідниках, організація сортування сміття
Безпритульні тварини	→	порятунком та пошук сімей для тварин, соціалізація тварин у притулках, збір корму та медикаментів, утеплення вольєрів

ДОБРА ДІЯ МАЄ ВЕЛИКУ СИЛУ!

Якщо десь виникла проблема кібербулінгу, то ми з вами можемо морально підтримати постраждалих, допомогти знайти психологічну підтримку. Або ж щоб запобігати виникненню даної проблеми можна проводити освітні тренінги для дітей та дорослих.

Подумаймо, що ми можемо зробити в нашому населеному пункті, щоб подолати котрись із соціальних проблем, які обговорювалися раніше? Поділіться своїми ідеями.

Взаємодія з учнями:

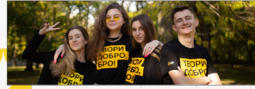
Учні відповідають про те, що можна зробити для вирішення різних соціальних викликів. Вчитель допомагає їм своїми ідеями відповідно до раніше озвучених соціальних проблем, на кшталт «Можна зробити літературний вечір для молоді, щоб подолати проблему самотності», «Провести забіг для того, аби популяризувати спорт».

СЛАЙД 12

Учитель:

Як ви вже зрозуміли, волонтерство буває дуже різним. Волонтери можуть допомагати спільно з іншими та самостійно. Вони можуть знаходитися в одному приміщенні або онлайн. Загалом нараховують понад 50 різних напрямків, у яких допомагають волонтери: зооволонтерство, ековолонтерство, соціальна допомога, культурне волонтерство, ІТ волонтерство, інформаційне волонтерство та інше. Кожен може знайти щось за інтересами.

Волонтерство налічує понад 50 різноманітних напрямів діяльності та понад 200 способів, як можна долучитися до вирішення соціальних проблем у своїй громаді, країні та світі.



В **Додатку №1** Посібника ви можете знайти інтерактивну вправу до цього слайду.

СЛАЙД 13,14

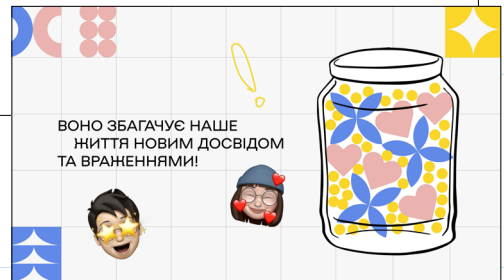
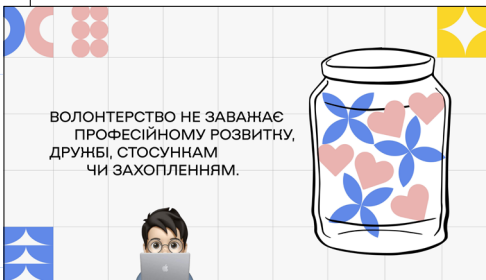
Учитель:

Часто можна почути, що волонтер віддає іншим все, що має, і ще й нічого за це не отримує. Або існує побоювання, що волонтерство забирає багато часу. Насправді це зовсім не так. Волонтерство — це інструмент, з допомогою якого можна розвинути кожну зі сфер життя та духовно збагатитися. Наведу вам просту метафору.

Уявімо що наше життя — це така собі банка з камінчиками, де є різні важливі для нас речі: друзі, сім'я, стосунки, навчання, саморозвиток, захоплення, спорт. Коли ми дивимося на неї, то нам здається, що вже немає місця для волонтерства. Але волонтерство як піщинки — воно займає своє місце між іншими важливими для нас речами та збагачує наше життя, навчання, стосунки та дружбу.

Взаємодія з учнями:

Якщо вчитель мав випадок у житті, де волонтерство допомогло в якійсь з інших сфер життя, то бажано поділитися історією з класом.



5

РУХАНКА



обов'язковий
елемент уроку

СЛАЙД 15

Учитель:

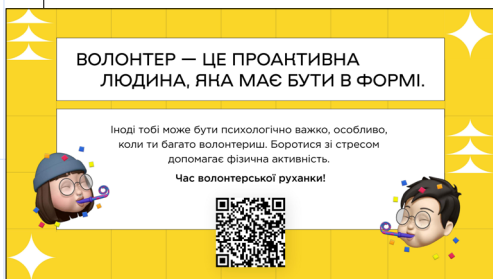
Волонтер — це проактивна людина, яка має бути у добрій формі.

Часом тобі може бути психологічно важко і з таким стресом бореться фізична активність. Вона є тим важливим елементом ментального здоров'я, що допомагає волонтерам залишатись в тонусі, добре почуватись та утримувати життєвий баланс. Руханки та спортивні ігри допоможуть тобі відновитися та перезавантажитися.

Саме тому, прийшов час для волонтерської руханки! Разом з нашими друзями з JuniorS ми підготували для вас коротку руханку. Вона допоможе покращити кровообіг, привести м'язи в тонус та повернути вас "у тіло" тут і зараз.

Взаємодія з учнями:

Учитель просить всіх встати й розміститися комфортно в аудиторії. Вмикає відео «Волонтерська руханка» і просить учнів повторювати. Учителю бажано теж повторювати рухи, щоб подавати приклад.



У Додатку №2 міститься QR-код, за яким можна знайти необхідне відео, а також рекомендації щодо проведення руханки.

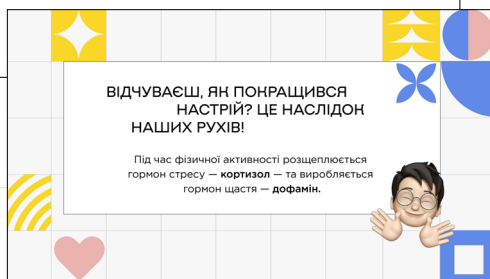
СЛАЙД 16

Учитель:

Відчуваєте, як покращився настрій?

Це наслідок наших рухів!

Під час фізичної активності розщеплюється гормон стресу — кортизол та виробляється гормон щастя — дофамін. Регулярна рухова активність сприяє міцному здоров'ю та хорошому самопочуттю. Нам з вами треба почуватися здоровими фізично і ментально, щоб мати сили допомагати іншим. Це надважливе правило для кожного волонтера: «Допоможи собі й будеш мати сили допомогти іншим».



6

ВОЛОНТЕРИ ТА ЇХ МОЖЛИВОСТІ

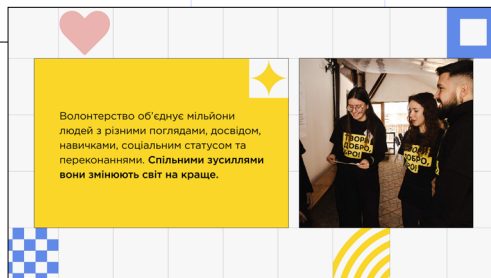
СЛАЙД 17

Учитель:

Волонтерством може займатись будь-яка людина, незалежно від віку, статі, віросповідання чи інших критеріїв. Коли ми говоримо про те, що дуже багато молоді, дорослих людей та людей старшого віку волонтерять, то забуваємо згадати, що волонтерством займаються й відомі люди з різних сфер діяльності. Блогери, інфлюенсери, актори та співаки — значну частину свого часу вони приділяють волонтерству та благодійності. Чи знаєте ви відомих людей, які займаються волонтерством?

Взаємодія з учнями:

Учні пропонують свої ідеї щодо того, хто з відомих людей займається волонтерством. Учитель дякує за коментарі та розповідає про відомих волонтерів та волонтерок, зображених на слайді.



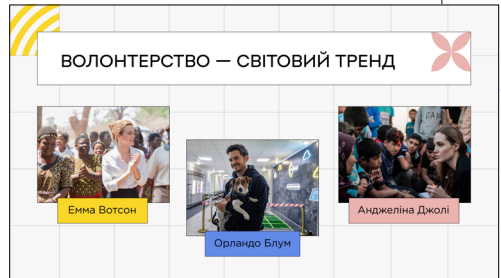
Під час підготовки до цієї вправи вчителю стане в пригоді **Додаток №3** про відомих людей, які займаються волонтерством та благодійністю. Залежно від досвіду та сфери інтересів учнів, учитель може приділяти більше уваги тим чи іншим відомих волонтерам.

СЛАЙД 18

Учитель:

Впізнали Герміону Грейнджер? Відома британська акторка Емма Вотсон не лише талановита акторка та модель. Багато років вона бере участь у кампаніях за права жінок та проєктах із захисту навколишнього середовища. Емма Вотсон також відома участю у багатьох просвітницьких кампаніях, які пропагують гідне ставлення до жінок та чоловіків.

А як щодо відомої шпигунки й розкрадачки скарбів Лари Крофт? Анджеліна Джолі ще у 2001 році звернулася в Комісію ООН у справах біженців з проханням скерувати її волонтеркою в країни, де розташовані місії організації, щоб більше дізнатися про проблеми третього світу. За наступні десять років акторка відвідала близько 40 польових місій ООН у більш ніж 30 країнах, заснувала кілька благодійних організацій, які, зокрема, займаються допомогою біженцям, написала книгу і взяла участь в зйомках документальних фільмів. У 2022 році Анджеліна Джолі з власної волі, а не в рамках службового візиту навідала й Україну.



Відомий актор Орlando Блум волонтерить у сфері допомоги дітям, що постраждали від військових конфліктів. У 2023 році разом з ЮНІСЕФ він відвідав дитячий центр «Спільно», де діти можуть гратися, навчатися та отримувати психологічну підтримку, й закликав у своїх соціальних мережах звернути увагу на проблеми війни в Україні. А також у 2016 році актор приїжджав на Схід України, а саме у Святогірськ, Краматорськ, Слов'янськ і Маріуполь.

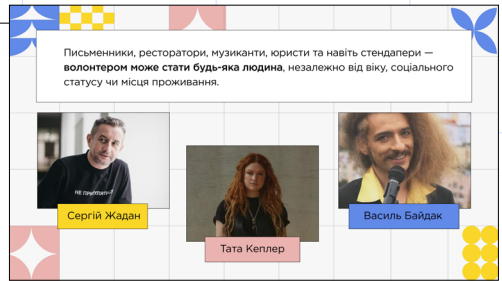
СЛАЙД 19

Учитель:

Український письменник та поет Сергій Жадан є співзасновником благодійного фонду, який працює в освітніх та культурній сферах. Він ініціював проєкт «Схід читає», щоб привернути увагу до бібліотек Луганської та Донецької областей. А з початком повномасштабного вторгнення організовує культурні події, аби зібрати кошти на допомогу армії.

Тата Кеплер керує власним бізнесом у Києві, але відома вона своєю багаторічною волонтерською діяльністю. Від початку повномасштабного вторгнення Кеплер заснувала рух «Птахи», який допомагає військовим та цивільним. Один з напрямів проєкту — доїжджати туди, куди не дістаються лікарі. Це сірі зони, звільнені території та далекі села. «Птахи» об'їздили близько сотні деокупованих населених пунктів та передали гуманітарну допомогу приблизно на \$5 млн.

Василь Байдак — відомий стендап-комік та волонтер. Від початку повномасштабного вторгнення активно долучається до благодійної волонтерської діяльності, публікуючи та ініціюючи на своїй сторінці збори.



Ці люди слугують прикладом для широкого кола людей і здійснюють на них позитивний вплив. Проте варто не забувати, що герої та волонтери — це не тільки знаменитості, а й звичайні люди, які роблять добро на місці. Усі ми разом складаємо спільноту волонтерів України.

СЛАЙД 20

Учитель:

Волонтерська спільнота — це люди, які підсилюють одне одного і реалізують спільні проєкти. На слайді бачимо вислови членів спільноти, які діляться перевагами волонтерської діяльності.

Справді, волонтери не отримують кошти за свою допомогу. Натомість вони отримують багато переваг та можливостей.

Волонтерство — це завжди нові знайомства. Інколи людина, з якою ти познайомився, стає твоїм найкращим другом, бо ваша дружба буде побудована на спільних баченнях світу та цінностях.

Волонтерство, як ніщо інше, допомагає спробувати себе в новій справі, отримати нові навички і досвід. Завдяки цьому ви можете зорієнтуватися у виборі майбутньої професії та навіть віднайти своє покликання в житті.

Якщо в когось з вас вже є досвід волонтерства, то в чому його переваги для вас?

Взаємодія з учнями:

Учні діляться своїм досвідом, а вчитель дякує за відкритість.



Учитель:

Як почати свій шлях у волонтерстві? Існує багато способів змінити цей світ. Це все можна зробити — варто лише почати діяти та залучити до цього якомога більше друзів та знайомих.

Налічується багато різноманітних варіантів, як почати волонтерити й кожен з вас може обрати унікальний шлях. Проте всі шляхи починаються з першого спільного кроку: обрати проблему, яка вас турбує.

Після того, як ви зрозуміли, що саме вам відгукується, можете:

1. запропонувати свою індивідуальну допомогу комусь конкретному;
2. доєднатися до організації, яка вже займається розв'язанням даної проблеми;
3. зібрати друзів і однодумців, щоб разом вигадати волонтерський проєкт, який принесе добро у світ.

Якщо вам цікаво спробувати себе у зооволонтерстві, ви можете підгодовувати тварин на своїй вулиці; або знайти волонтерів, які вже опікуються безпритульними тваринами та робити добрі справи разом; або запропонувати друзям поволонтерити в притулку для тварин.

Не обов'язково одразу шукати волонтерську організацію. Розпочніть з того, що запропонуєте свою допомогу людям, які потребують цього, поблизу. Наприклад, можна познайомитися з самотніми літніми людьми, з якими живете в одному будинку або на одній вулиці. Усюди є ті, кому бракує підтримки. Разом ви можете планувати дозволя, спільні чаювання та інші активності.

ЯК ПОЧАТИ ВОЛОНТЕРИТИ?

САМОСТІЙНО

Подумай про те, яка суспільна проблема тебе хвилює найбільше. Дізнайся про неї та спробуй зробити маленьку дію для її вирішення чи пом'якшення.

РАЗОМ З ДРУЗЬМИ

Обговоріть з друзями проблеми, які вас найбільше хвилюють, та запропонуйте підняти спільний колективний проєкт або захід. Якщо не відчувати впевненості у своїх силах, попроси поради у більш досвідчених волонтерів та знайомих.

З ВОЛОНТЕРСЬКОЮ ОРГАНІЗАЦІЄЮ

Знайди інформацію про волонтерські організації своєї області та порадись на них у соціальних мережах. Визнач, скільки вільного часу ти менш та який навантаження можеш поділитися, та запропонуй свою допомогу.

СЛАЙД 22

Учитель:

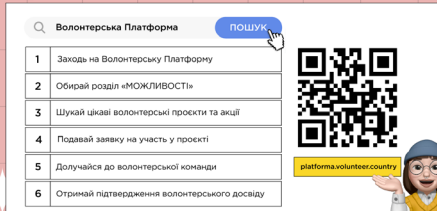
Більше можливостей волонтерства в Україні та за кордоном можна знайти на Волонтерській Платформі. Це онлайн-ресурс, який об'єднує інформацію про можливості волонтерства, організації та проекти, які шукають волонтерів. На сайті можна подати заявку на волонтерство у різних сферах та дізнатись більше про волонтерські ініціативи та волонтерство в Україні. На платформі є посилання на волонтерські чати, у яких можна знайти однодумців зі свого міста.

Підніміть, будь ласка, руки, кому цікаво дізнатися про проекти, які вже реалізували ваші однолітки?

Взаємодія з учнями:

Учні підіймають руки, учитель хвалить зацікавленість учнів і перемикає на наступний слайд.


НАЙВАНЖЛИВІШЕ – СПРОБУВАТИ!



Волонтерська Платформа **ПОШУК**

- 1 Зайдіть на Волонтерську Платформу
- 2 Обирайте розділ «МОЖЛИВОСТІ»
- 3 Шукайте цікаві волонтерські проекти та акції
- 4 Подавайте заявку на участь у проєкті
- 5 Долучайтесь до волонтерської команди
- 6 Отримайте підтвердження волонтерського досвіду

platforma.volunteer.country



СЛАЙД 23

Учитель:

Чудово! Сьогодні я хочу поділитися з вами трьома чудовими проєктами, які реалізували учні в різних містах України.

Перший проєкт – Green Compass в Одесі, цей проєкт організують дівчата, що навчаються у старших класах Одеського ліцею. Разом зі своєю командою вони прагнуть зробити своє місто чистішим, а людей навколо більш активними та відповідальними. Після навчання на Хакатонах команда розробила план втілення свого проєкту та почала працювати над ним разом зі своєю менторкою. Наразі вони організували серію заходів, серед яких було кілька толок у парку, тренінги про екологію та волонтерство, арт-терапії.

ВОЛОНТЕРСЬНІ ПРОЄКТИ, ЯКІ СТВОРИЛИ УЧНІ



Команда 1
Проєкт «Green Compass» від колективу учнів в Одесі. Організували серію заходів, серед яких було кілька толок у парку, тренінги про екологію та волонтерство, арт-терапії.

Команда 2
Проєкт «4M team» покликаний від колективу учнів в Києві. Наполегливою роботою і підтримкою сайту згуртовані учні назвали літніх людей користувачами різноманітними на мобільних пристроях, полегшили повноваження емоційності та безпеки в інтернеті.

Команда 3
Проєкт «eLifeMedia» від Довгоборотів, Дніпропетровської області. Проєкт це проєктування онлайн-магасину. Показує в найбільшій кількості креативу в доповідній діяльності для дорослих людей у своїй громаді.

Другий проєкт — Зв'язок поколінь у Баштанці. Тут учні організували у своєму місті проєкт, що об'єднує та збирає людей літнього віку в одному місці задля їхнього спілкування та навчання. Протягом серії зустрічей учні навчали літніх людей користуватись різними додатками на мобільних пристроях, пояснювали правила медіаграмотності та безпеки в інтернеті.

Третій проєкт - HelpMed у Добропіллі — це команда школярів, яка ще під час навчання загорілась ідеєю провести у своєму місті, що знаходиться на Донеччині, тренінги з першої домедичної допомоги. Команда активно працювала над втіленням цієї ідеї: знайшла тренерку, підготували програму, спланували активності проєкту. Згодом команда отримала фінансування і разом зі своєю менторкою працювала над втіленням тренінгів у своїй громаді. Протягом проєкту команді вдалось провести 5 навчальних зустрічей для дорослих людей у своїй громаді.

Ці приклади доводять, що кожен з вас може зробити щось подібне! Ваші ідеї можуть змінити життя в громадах, і я вірю, що ви також здатні на великі справи! Який з цих проєктів вам найбільше сподобався і чому?

Взаємодія з учнями:

Учні за методом піднятої руки відповідають який з проєктів їм сподобався найбільше. Також можна провести голосування, підраховуючи кількість піднятих рук для визначення найпопулярнішої ідеї.

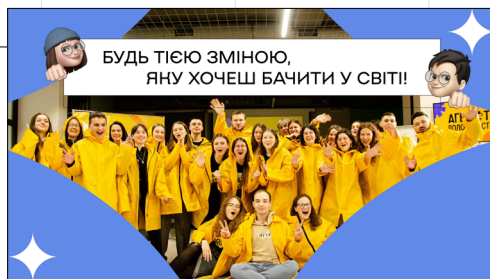
8 ПІДСУМНИ УРОКУ

СЛАЙД 24

Учитель:

Бути волонтером — це захоплююча пригода та надзвичайна можливість зробити світ кращим. Для цього не потрібні особливі знання або досвід. Кожен із нас може допомогти тим, хто цього потребує.

Не бійтесь мріяти, ставити перед собою амбітні цілі та досягати їх. У вас все обов'язково вийде!



РОЗШИРЕНИЙ УРОК ВОЛОНТЕРСТВА

Якщо є можливість, рекомендуємо скористатися додатковими вправами для Шкільного уроку волонтерства. Дані вправи допоможуть додати інтерактивності в процес вивчення волонтерства.

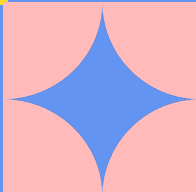
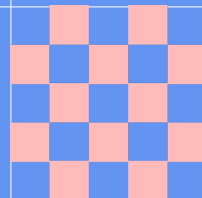
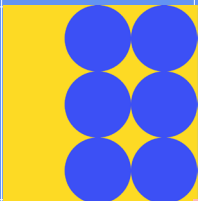
Розділ складається з трьох підрозділів, які є корисними у взаємодії вчителя з учнями.

У першому підрозділі «Енерджайзери та руханки» описано різноманітні короткі вправи, які можна виконувати, щоб налаштуватися на роботу в класі або збадьоритися після перерви.

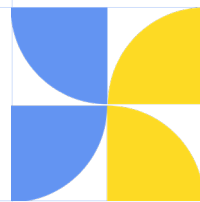
У другому розділі «Вправи на волонтерську тематику» розміщено вправи для пропрацювання/інтерактивної подачі знань з волонтерства.

Третій розділ «Допоміжні інструменти для вчителя» розповідає про конкретні принципи в роботі з групами учнів: об'єднання в мінігрупи, модерування дискусій, застосування ненасильницької комунікації.

Учитель може обрати одну або відразу кілька вправ, щоб поглибити урок. Також закликаємо користуватися вправами та інструментами, які не наведено в Посібнику, але вони відомі вчителю.



ЕНЕРДЖАЙЗЕРИ ТА РУХАНКИ



Для офлайн - взаємодії

«Знайди свою пару»

Час: 10 хвилин.

Матеріали: Папірці з написаним текстом — назви тварин (кожна тварина у 2 примірниках).

Виконання вправи:

Учитель рахує кількість учасників.

Ділить кількість учасників на 2, щоб визначити кількість необхідних тварин.

Пише назву кожної тварини на двох аркушах.

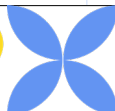
Учитель роздає аркуші учасникам із проханням нікому їх не показувати.

Усі починають рухатися кімнатою.

Учасники закривають очі руками, видають звуки, які відповідають «їхнім» тваринам і намагаються знайти свою пару.

«Нехай всі стануть...»

Час: 5-10 хв.



Виконання вправи:

Запросіть учасників встати та розміститися в одному просторі.

Учні мають за 2 хвилини, не розмовляючи, сформувати ряд за днем і місяцем народження від січня до грудня. Дні та місяці народження мають бути в хронологічному порядку.

Після того, як час вийшов, а всі учасники зайняли свої позиції, учитель перевіряє, чи стоять учні в хронологічному порядку за датами.

Можна зіграти ще один раунд за кольорами очей, коли треба за 2 хвилини (не розмовляючи) сформувати ряд від карого до зеленого кольору очей.

«Доторкнися до...»

Час: 5 хв.



Виконання вправи:

Учасники вільно рухаються аудиторією.

Вчитель періодично, з малими інтервалами оголошує: «Доторкніться до чогось зеленого (дерев'яного, живого, помаранчевого і т.д.)».

Таких характеристик можна назвати безліч.

Важливо зазначити на початку вправи, що коли один учень хоче доторкнутися до предмета одягу іншого, то має спитати дозволу.

«Еволюція»

Час: 10 хв.



Виконання вправи:

Запросіть учасників встати та розміститися в одному просторі.

Вчитель нагадує правила простої гри «Камінь, ножиці, папір».

У кожного учасника є 4 етапи еволюції, які він має пройти за гру: амеба, риба, мавпа, людина. У кожного живого організму є свій рух, який учасники мають відтворювати, поки перебувають на цій стадії еволюції. У амеби — це хаотичний рух руками, неначе желе; у риби — це долоні складені разом, які імітують плавання риби; мавпу учасники показують, імітуючи звуки й рухи мавпи.

Ціль кожного учасника еволюціонувати до людини з допомогою гри в «Камінь, ножиці, папір» по двоє.

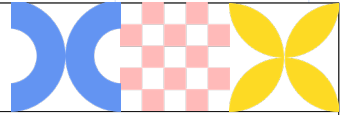
За командою вчителя кожен є «амебою» і знаходить собі ще одного учасника «амебу», щоб зіграти в «Камінь, ножиці, папір». Той з них, хто виграє еволюціонує і стає рибою. Відповідно починає виконувати рухи риби та шукати іншого учасника — «рибу». Той з них, хто виграє, еволюціонує далі до мавпи, а хто програв, знову стає амебою і шукає «амебу», щоб знову зіграти.

Відповідно, коли двоє учасників грають «мавп», той, хто виграє, стає людиною і відступає в сторону. З того моменту він не бере участь в грі.

Гра триває, поки більшість учнів не еволюціонують до людини.

«Фан-зона»

Час: 5 хв.



Виконання вправи:

Учні уявляють, що вони на важливому футбольному матчі у фан-зоні. Для цієї вправи не обов'язково підводитися, можна грати, сидячи за партами.

Група умовно ділиться на три сектори.

У першому таймі перший сектор кричить: «Бий-бий-бий», другий: «Пасуй, пасуй», третій свистить або вистукує ритм.

Одна людина залишається «на полі» (спочатку вчитель, а потім може бути один з учнів) і вказує, який сектор має почати вболівати. Куди вказує рукою, той сектор і кричить свій вигук.

Якщо вчитель піднімає руки догори, то всі кричать «Гол!».

Задача вчителя робити це швидко всіляко міксуючи сектори.

Можна зіграти додатковий тайм. У такому випадку сектори міняються кричалками.

«Гра в мячик»

Час: 10-15 хвилин.



Виконання вправи:

Учитель вибирає якийсь предмет: м'ячик, в'язку ключів, ручку тощо.

Усі учасники стають у коло, тримаючи руки за спиною.

Один доброволець стає в середину кола.

Вчитель обходить учасників і таємно вкладає предмет комусь у руки.

Учні починають його передавати за спиною з рук у руки.

Задача добровольця в середині — вгадати по обличчю, хто тримає предмет, і помінятися з ним місцями.

Якщо учень із центру вгадав, гра повторюється знову.

«Сонце світить на...»

Час: 10-15 хвилин.



Виконання вправи:

Учні сидять або стоять у тісному колі.

Учитель, а згодом учасники, стоїть всередині кола і кричить: «Сонце світить на...». У цей момент вказує на предмет одягу або колір, який є в когось з учнів. Наприклад, «Сонце світить на того, у кого карі очі» або «Сонце світить на того, хто в шкарпетках». Усі власники зазначеного кольору або предмета одягу швидко міняються місцями один з одним.

Учитель/учень із середини кола намагається зайняти чиєсь місце, поки гравці переміщуються. Новий учасник стає в середину кола і гра триває.



Для онлайн - взаємодії

«Повторюй за мною»

Час: 10 хв.



Виконання вправи:

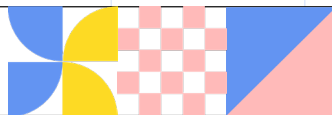
Учитель просить всіх стати перед своїми екранами на повен зріст.

Учасники по черзі показують якусь зі спортивних вправ для зарядки, а решту учасників повторюють 10-20 секунд.

Кожен учень на онлайн зустрічі має показати свою вправу.

«Який ти сьогодні...?»

Час: 5-10 хв.



Матеріали: учитель готує один слайд презентації, де вказано багато варіантів чогось. До прикладу 7-8 фотографій котів із різними емоціями, або різних за культурою країн, або різних квіточок і т.д. Учитель обирає щось одне на свій розсуд. Ці зображення на слайді мають бути пронумеровані.

Виконання вправи:

Учитель на початку уроку вмикає підготовлений слайд.

Просить учнів хвилину подумати і написати в чат онлайн-зустрічі «Який я кіт сьогодні?», «Яка я країна сьогодні?», «Яка я квітка сьогодні?» і інші варіанти картинок. Учні пишуть в чат номер тієї картинки, яка їм найбільше відгукнулася.

Учитель може попросити 2-3 учнів з різними картинками прокоментувати, чому вони обрали саме ці картинки.

«Кукурудза»

Час: протягом всього уроку.



Матеріали: учитель має знайти невелике зображення кукурудзи та вставити його в довільні слайди презентації уроку. Це може бути 3-4 кукурудзи на урок.

Виконання вправи:

На початку уроку вчитель озвучує, що коли на слайді з'явиться зображення кукурудзи, всім потрібно швидко зникнути з екранів (пригнутися або відійти вбік).

Під час уроку, коли з'являється слайд з кукурудзою, учитель вигукує «Кукурудза» і учасники зникають з екранів.

ВПРАВИ НА ВОЛОНТЕРСЬКУ ТЕМАТИКУ

Вікторина «Волонтерство чи ні»

Ціль вправи: повторити три основні характеристики волонтерства з практичними прикладами.

Час: 15 хв.


Виконання вправи:

Учитель по черзі називає твердження, вказані на аркуші із завданням вікторини. Учні, які погоджуються, що названа діяльність є волонтерством, мають підняти руку. Учитель може зробити вправу більш інтерактивною та завчасно підготувати для кожного учня два аркуші паперу: зелений та червоний. Якщо учень вважає, що назване твердження є волонтерством, він має підняти зелений аркуш. Якщо вважає, що це не є волонтерством, має підняти червоний аркуш.

Після того, як усі проголосували (рукою або аркушем паперу), вчитель може запитати в когось з учнів, хто проголосував «за» або «проти», чому він зробив саме такий вибір.

Після обговорення вчитель називає правильну відповідь та у разі потреби надає пояснення.

Запитання до вікторини та відповіді знаходяться у **Додатку 4** Посібника.



Вправа «Чим займаються волонтери?»

Ціль вправи: ознайомити учнів із різноманітним волонтерською діяльністю.

Час: 10-15 хв.


Виконання вправи:

Кожен учень отримує надрукований Додаток №5. Після цього вчитель об'єднує учнів у пари. Вчитель оголошує завдання.

Учитель:

«Зараз ми з вами спробуємо розібратись у тому, які волонтерські проєкти можуть бути в кожному з напрямків волонтерства. Кожен із вас отримав свій примірник «колеса волонтерства», яке містить 10 напрямків

Роздатковий матеріал для кожного учня знаходиться в **Додатку №5** даного Посібника.



волонтерської діяльності. У парах вам потрібно буде придумати максимальну кількість волонтерських проєктів, акцій, заходів або активностей для кожного напрямку. **Важлива умова:** на виконання вправи у вас буде лише 10 хвилин. Час пішов!»

Учні працюють у парах над виконанням завдання.

Після завершення виділеного часу вчитель оголошує, що час вичерпано та дякує учням за продуктивну роботу.

Учитель може запропонувати учням поділитись своїми напрацюваннями. У такому випадку він оголошує назву одного з напрямків волонтерства та дає можливість учням розповісти про те, які проєкти вони придумали.

Вправа
«Види волонтерства»

Ціль вправи: ознайомити учнів з різними видами волонтерської діяльності та прикладами, які їх ілюструють.

Час: 10 хв.

Матеріали: перед початком вправи необхідно видрукувати роздаткові матеріали.

Виконання вправи:

Кожен учень отримує видруковану картку з видом волонтерства або з прикладами волонтерської діяльності. 10 учнів отримують картки з видами волонтерства («медичне», «освітнє», «соціальне» тощо), інші отримують картки з прикладами волонтерської діяльності.

Після цього вчитель оголошує завдання: протягом п'яти хвилин учні, які отримали картки з видами волонтерства, мають знайти відповідні приклади.

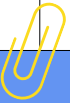
Учитель:

«Зараз ми будемо розбиратися, які волонтерські проєкти можуть бути у кожній зі сфер волонтерства. Кожен із вас має картку зі сферою волонтерства або з прикладом волонтерської діяльності. Вам потрібно знайти свою сферу та об'єднатися з іншими прикладами волонтерства цього напрямку. Важлива умова: на виконання завдання у вас буде лише 5 хвилин. Час пішов!»

Учні працюють над виконанням завдання та шукають відповідні групи.

Після завершення часу вчитель оголошує, що час вичерпано, а також дякує учням за продуктивну роботу.

Роздатковий матеріал для кожного учня знаходиться в **Додатку №6** даного Посібника.



Учитель:

«Дякую Вам! Як бачите, прикладів було дуже багато, і це ще зовсім не всі можливості для волонтерства, які існують у світі. Розкажіть, які сфери волонтерства ви обрали відповідно до своїх прикладів».

Вчитель дає учням можливість розказати про сфери волонтерства та приклади волонтерської діяльності в кожній з них.

Вправа «Чому волонтери це роблять?»

Ціль вправи: проаналізувати різні фактори, які мотивують людей до участі у волонтерській діяльності.

Час: 10 хв.

Матеріали: перед початком вправи необхідно видрукувати роздаткові матеріали. По одному примірнику на групу з трьох учнів.

Виконання вправи:

Учитель об'єднує учнів у команди, кожна з яких складається з трьох людей.

Кожна команда отримує надрукований Додаток №7.


Учитель оголошує завдання.

Учитель:

«У нашому суспільстві багато людей, які безоплатно та добровільно вкладають свій час у допомогу іншим. Чому вони цим займаються? Чому витрачають свій час, щоб допомагати бездомним тваринам, прибирати сміття або допомагати стареньким? Протягом наступних 6 хвилин у командах вам потрібно обговорити та записати на аркуші всі можливі причини, через які люди стають волонтерами».

Поки учні спілкуються, учитель спостерігає за групою та слідкує, чи не потрібна учням допомога.

Після завершення часу на групову роботу учитель зупиняє обговорення та дає змогу командам по піднятій руці поділитись тим, які причини до волонтерства вони знайшли.



Роздатковий матеріал для кожної команди знаходиться в **Додатку №7** даного Посібника.

Учитель дякує учням за коментарі та наголошує на ситуаціях, якщо одні й ті самі причини повторюються в різних командах.

Учитель:

«Як ви бачите, кожен із нас має свої причини, чому займається волонтерством. Комусь хочеться допомогти в конкретній сфері, хтось на собі відчуває негативний вплив тієї ситуації, яка склалась у місті або світі. Є також люди, які просто приходять волонтерити, бо мають вільний час та можливість долучитися».

**Вправа
«Мій шлях у
волонтерстві»**

Ціль вправи: дослідити взаємозв'язок між глобальними та локальними соціальними проблемами, а також інтересами кожної окремої людини.

Час: 10 хв.

Матеріали: перед початком вправи необхідно видрукувати роздаткові матеріали для кожного учня.

Виконання вправи:

Учитель оголошує завдання.

Учитель:

«Серед соціальних проблем, які існують у суспільстві, важливо вміти розставляти пріоритети. Наступне завдання допоможе вам побачити, які саме глобальні та локальні проблеми потребують нашої участі».

Учитель роздає кожному учню надрукований Додаток №8.

Протягом 5 хвилин учні мають заповнити аркуш, відповідно до наданих інструкцій. Вчитель наголошує на проблемах різних сфер життя суспільства.

Учитель:

«Зверніть увагу на те, які проблеми повторюються у декількох секторах. Можливо, варто спробувати волонтерство саме у цьому напрямку».

Учитель пропонує учасникам поділитися своїми планами у волонтерській діяльності з рештою.

Роздатковий матеріал для кожного учня знаходиться в **Додатку №8** даного Посібника.

Вправа

«Подальші кроки у волонтерстві»

Ціль вправи: спонукати учнів задуматися над своєю реальною залученістю у волонтерську діяльність після шкільного уроку волонтерства.

Час: 10 хв

Матеріали: перед початком вправи необхідно видрукувати роздаткові матеріали для кожного учня.

Виконання вправи:

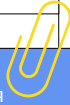
Учитель роздає кожному учню роздатковий матеріал.

Учитель просить учасників подумати щодо волонтерської діяльності та записати перші 5 кроків, які особисто зробить кожен, щоб долучитися.

Протягом 3 хвилин учні записують свої кроки.

Після того як всі записали, вчитель об'єднує учнів по двоє й просить поділитися одне з одним своїми намірами на волонтерство протягом 5 хвилин.

Після закінчення обговорень, вчитель ставить учасникам питання: «Що вас найбільше вразило/здивувала в кроках однокласника?», «Чи може хтось розповісти про свої кроки всьому класові?» і т.д.



Роздатковий матеріал для кожного учня знаходиться в **Додатку №9** даного Посібника.

ПРО РУХОВУ АКТИВНІСТЬ І ЇЇ ЗВ'ЯЗОК З ВОЛОНТЕРСТВОМ

Ще однією зі складових уроку є фізична активність, адже волонтер — це проактивна людина, яка має бути в гарній формі. Тому, спільно з ГО «ДжуніорС» ми розробили Волонтерську руханку, яка є частиною уроку волонтерства.

Волонтери — це люди, які живуть в постійному русі, тому вони мають піклуватися про себе та бути в гарній формі – як психологічно, так і фізично. Волонтери спрямовують свою діяльність на вирішення чи мінімізацію суспільних проблем. Через це, часто волонтер бере на себе задачі та проблеми інших. Що може призвести до перевтоми, виснаження чи навіть – вигорання. Щоб запобігти цьому, варто керуватися принципом, що діє під час екстрених ситуацій в літаках: «спочатку одягаємо маску собі, потім – тим, хто поруч». Інакше, якщо у нас самих не буде достатньо ресурсу, сил і енергії – ми не зможемо нікому адекватно допомогти.

Волонтеру важливо пам'ятати: від вигорання рятує постійне піклування про власне психічне здоров'я, а боротися зі стресом – допоможе фізична активність. Тому в межах цього уроку важливо показати молоді, як подбати про психічне та фізичне здоров'я.

Урок має частину, де разом з учнями вчитель проводить Волонтерську руханку. Важливо пояснити слухачам, що це не просто декілька хвилин рухової активності. Учитель має донести важливість фізичної активності у житті кожної молодої людини.

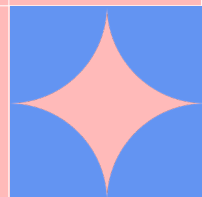
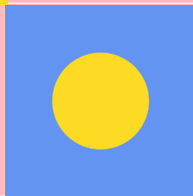
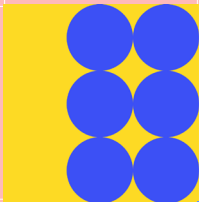
Ось декілька важливих фактів, про які вчитель може розповісти учасникам після проведення руханки:

- регулярна фізична активність знижує тривожність та ознаки депресії;
- фізична активність виробляє гормон щастя дофамін, тому після руханки ми відчуваємо себе веселіше і бадьоріше;
- під час систематичної фізичної активності утворюються нові нейронні зв'язки, у які легше «вкладаються» нові знання. Ви зможете простіше знаходити способи розв'язування задач;
- рекомендована кількість фізичної активності для школярів — 60 хвилин на день. Така кількість покращить самопочуття, фізичне та психічне здоров'я;
- фізична активність є важливою складовою психічного здоров'я.

В додаткових матеріалах подано цікаві ігри, що покращать знання про психічне здоров'я. В ігровій формі учні дізнаються інформацію про елементи психічного здоров'я, як його підтримувати та яким чином самостійно зробити перевірку власного стану ментального здоров'я.

Волонтери — це лідери думок та активні майбутні громадяни. Тому їм важливо вести здоровий спосіб життя та поширювати його серед оточення. Волонтер своїм прикладом показує правильний шлях до здорового майбутнього – стає авторитетом для своєї громади, спільноти, суспільства.

Вчитель та тренер також безпосередньо подає приклад учням та ученицям. Тому всім варто дотримуватись принципів піклування про власне здоров'я — як в межах освітнього процесу, так і поза ним.



ДОПОМІЖНІ ІНСТРУМЕНТИ ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ ЩОДО ІНТЕРАКТИВНОГО ЗАЛУЧЕННЯ УЧНІВ

ІНТЕРАКТИВНІ МЕТОДИ НАВЧАННЯ

Під час навчання учні мають бути активними учасниками процесу та займатися не лише прослуховуванням та запам'ятовуванням готового матеріалу вчителя. Вони можуть активно створювати нову інформацію, виявляти, аналізувати та обговорювати проблеми, шукати способи їх вирішення, спостерігати та планувати. Учні повинні мати можливість використовувати набуті знання та навички на практиці.

Інтерактивні методи — форма навчання, у процесі якого учні та вчитель перебувають в режимі бесіди, діалогу між собою. Це співпраця, взаємонавчання: вчитель — учень, учень — учень. При цьому вчитель і учень — рівноправні, рівнозначні суб'єкти навчання.

Інтерактивна взаємодія виключає домінування одного учасника навчального процесу над іншим, однієї думки над іншою.

НАЙБІЛЬШ ПОШИРЕНІ ІНТЕРАКТИВНІ ПРИЙОМИ:

1. Робота в групах

Робота в групах є ефективним методом, який сприяє збільшенню активності та внеску кожного учасника. Під час групового обговорення учні мають можливість уточнити свої думки та відчуття, а також ліпше розуміють одне одного. Групова дискусія сприяє вільному обміну думками та стимулює взаєморозуміння між учнями, збільшуючи ймовірність того, що вони краще зрозуміють почуття та позиції інших учасників групи.

2. Відповіді на запитання та опитування думок

Під час взаємодії з учасниками та організації групових обговорень важливо виявляти зацікавленість їхніми думками, уникати різкого заперечення або критики тез інших учасників. Позитивне сприйняття висловлених думок спонукає учасників активно брати участь в обговоренні. У формуванні запитань до учасників слід уникати таких, на які можна відповісти просто «так» або «ні». Для спонукання учасників до розмови краще використовувати відкриті питання, які вимагають обґрунтування думок.

3. Рольова гра

Рольова гра — це неформальна активність, під час якої учасники, не маючи заздалегідь підготовки, імітують сценки або ситуації. Вони уявляють себе вигаданими персонажами, які відтворюють реальні життєві історії та обставини.

4. Аналіз ситуацій

Аналіз ситуацій — це детальний розгляд реальних або уявних історій, які описують, що сталося в житті певних людей, групи, школи або громади. Це дозволяє учасникам ретельно розглянути та обговорити ситуації, з якими вони можуть зіткнутися в реальному житті. Учні аналізують поведінку персонажів, передбачають можливі наслідки різних варіантів їхньої дії.

5. Дебати

Дебати — це організований процес, під час якого два чи більше учасників формулюють та захищають свої позиції з приводу конкретної проблеми. Головною метою дебатів є всебічний аналіз та обговорення проблеми, яка не має однозначного розв'язку. Для проведення дебатів спочатку обирається конкретна проблема або запитання, наприклад: «Заборонити виробу з пластику в Україні: за і проти». Учасникам пропонується зайняти одну з позицій щодо цієї проблеми. Протягом певного часу вони розробляють аргументи на підтримку своєї позиції та визначають, хто буде виступати від їхньої сторони. Речники представляють свої думки у вигляді промов і, після цього, кожній команді надається можливість спростувати аргументи опонентів.

ЯК ОБ'ЄДНУВАТИ УЧНІВ У ГРУПИ?

Об'єднання учасників у групи є стандартним елементом організації інтерактивних уроків. Розглянемо кілька поширених методів формування груп:

1. Якщо потрібно утворити певну кількість груп (наприклад, вісім), треба розподілити учасників на числові групи від одного до восьми.
2. Для формування двох груп можна використовувати парні підходи, такі як «день і ніч», «я і ти», «лівий і правий», «жайворонок і сова», «земля і небо» та інші.
3. Формування трьох груп можна здійснити за допомогою асоціацій з кольорами світлофора (зелений, жовтий, червоний).
4. Для створення чотирьох груп можна використовувати критерії, пов'язані з порами року (зима, весна, літо, осінь), назвами океанів (Індійський, Атлантичний, Тихий, Північний Льодовитий), сторонами світу (північ, південь, схід, захід) та іншими характеристиками.
5. Якщо потрібно створити сім груп, можна використовувати призначення за кольорами веселки (червоний, помаранчевий, жовтий, зелений, блакитний, синій, фіолетовий), музичними нотами (до, ре, мі, фа, соль, ля, сі) або днями тижня (понеділок, вівторок, середа, четвер, п'ятниця, субота, неділя).

- Учитель може розділити надруковані листівки на 2-6 частин і роздати їх учасникам. Запропонувати їм скласти цілі листівки, об'єднуючи частини. Це неначе збирати мозаїку. Наприклад, на тренінгу з 20 учасників учитель може створити 5 груп, використовуючи п'ять листівок, кожну з яких розділено на чотири частини.
- Є можливість роздати учням геометричні фігури, такі як кола, квадрати, трикутники, ромби або паралелепіпеди, і попросити їх об'єднатися у групи, використовуючи ці фігури.
- Наступний варіант — це об'єднати учасників за вигуками або звуками тварин, наприклад, котиками, песиками, півниками та поросятами. Потрібно попросити їх заплушити очі й зіграти роль тварин, об'єднуючись у групи за своїми звуками.

Спеціальна вправа на об'єднання в групи

Вправа «Молекули»

Вправу можна застосувати як один раз на початку уроку, так і кілька разів, коли потрібно постійно перерозподіляти групи. Ця активність чудово підходить для формування груп з двох, трьох, чотирьох або п'яти осіб.

Виконання вправи:

Учитель просить учасників уявити себе атомами, які рухаються випадковим чином у просторі.

Потім дає команду: «З'єднайтеся у молекули по двоє!».

Учні якнайшвидше об'єднуються у пари.

Після цього учитель відновлює вільний рух і дає команду: «Молекули по троє!».

Можна зупинити гру на будь-якому об'єднанні й повідомити учнів, що тепер це їх робочі групи.

Вчитель пропонує учасникам виконати наступне завдання у цих парах, трійках або четвірках.

ЯК МОДЕРУВАТИ ОБГОВОРЕННЯ І ВІДПОВІДІ НА ПИТАННЯ?

Модерування обговорення і відповідей на питання учнів — важлива частина вчительської роботи. Кілька практичних порад, щоб зробити цей процес приємним і цікавим:

- Потрібно готувати приблизні питання для дискусії завчасно. Відомий наперед план дасть відчуття мети та контрольованості.
- Необхідно застосовувати **активне слухання**. Невербальні ознаки активного слухання: ствердне кивання головою, зоровий контакт. Вербальні ознаки: уточнення сказаного, похвала за висловлення важливої думки, апелювання до слів учнів протягом наступної частини уроку.
- Учитель може запитувати тих учнів, які зазвичай не наважуються висловлюватися. Потрібно підкреслювати важливість кожної думки.

4. Є можливість використовувати **метод «Перефразування»**, якщо висловлювання учнів занадто розлогі, а вчителю потрібно спрямувати обговорення в потрібне русло. Або ж коли потрібно підкреслити конкретний аспект. До прикладу, оригінальне висловлення: «Це завжди виходить не так, як мені потрібно». Перефразування: «Ти маєш на увазі, що виконання домашнього завдання часто закінчується не так, як ти очікував?».
5. Якщо учень поставив загальне питання, то доречно буде використати метод **«Перенаправлення питання»**. Згідно з цим методом, учитель, почувши питання, звертається до решти учнів із питанням: «А як ви вважаєте? Хто може поділитися своїм досвідом?». У такий спосіб відповідальність за відповідь переходить до класу. Дана техніка спонукає учасників сміливіше висловлюватися, бо ж відповідають вони не на питання вчителя, а ведуть розмову з однокласником.
6. Щоб показати вагомість певного аргументу, характеристики, визначення можна вдатися до **«Об'єднання висловів»**. Вислухавши кілька учасників, учитель зазначає: «Мені здається, що в тебе, Оксано, і в тебе, Іване, дещо схожа думка про те, що друзів треба цінувати. Чи погоджуєтесь з ними?».

ЩО РОБИТИ, ЯКЩО ПІСЛЯ ЗАПИТАННЯ УЧНІ НЕ ВІДПОВІДАЮТЬ?

Рекомендуємо застосувати **метод «Незручне мовчання»**, що спрацює в переважній більшості випадків. Коли вчитель ставить запитання учасникам, але відповідати ті не поспішають, незручність відчуває не тільки він, а й самі учасники. Просто тренери, вчителі, лектори швидше намагаються заповнити цей простір, бо підсвідомо відчувають своє зобов'язання бути цікавими й принести користь. Тож суть методу полягає в тому, що варто почекати додаткові 20-30 секунд незручної тиші. Якщо продовжити мовчати й очікувати відповіді від учнів, то котромусь із них ця мовчанка буде занадто незручною і він почне говорити. Таким чином ви здобудете мінімум одну відповідь на ваше запитання.

ЩО РОБИТИ, ЯКЩО УЧНІ НЕ ХОЧУТЬ ГОВОРИТИ РОЗГОРНУТО?

Можете використати **метод «Віддзеркалення»**. Метод базується на тому, щоб повторювати із запитальною інтонацією думку учасника, яку ви хочете більше розкрити. Наприклад, учень каже: «Я волонтерив разом з батьком якось», віддзеркалення: «Так, ти волонтерив разом з батьком?». Так ви спонукаєте учасника розкрити свою думку ширше.



ЯК ІНТЕГРУВАТИ ВОЛОНТЕРСТВО ВЧИТЕЛЯМ РІЗНИХ ПРЕДМЕТІВ?

Вплив вчителя на своїх учнів залежить в першу чергу від гармонійного поєднання моральної культури, духовного багатства та інтересів саме вчителя. Вчитель своїм прикладом має показати шлях до успіху і брати особисто участь у волонтерській діяльності разом зі своїми учнями. Це один з ефективних способів інтегрувати волонтерську діяльність в освітній процес.

Для цього рекомендуємо вчителям різних предметів об'єднатися і розробляти спільні волонтерські проєкти, програми волонтерських заходів, де кожен вчитель зі своїми учнями буде відповідальний за свій напрямок і мотивований принести корисний результат у своїй діяльності.

Наведемо кілька прикладів спільно-організованої роботи.

1. Вчителі іноземних мов та їх учні проводять волонтерську акцію спільно з вчителями фізичної культури: «Навчання англійської мови в русі» для дітей-сиріт. Така акція не тільки сприяє в опануванні англійською як мовою міжнародного спілкування, а й покращить фізичне здоров'я учнів, що позитивно позначається на розвитку інтелектуально-пізнавальної, соціально-моральної, емоційно-ціннісної, художньо-естетичної, фізичної сфер молодого особистості та її креативності.
2. Проведення благодійної акції «Історія моєї країни». Мета акції — виготовлення сувенірів, апікацій з історією нашої країни. Такий захід об'єднає вчителів історії, які будуть відповідати за тематику, класних керівників, які будуть відповідати за виготовлення самих сувенірів, вчителів математики їх завдання провести розрахунок дитячих виробів і організувати ярмарок, а отримані кошти передати на благодійність.
3. Ще одним ефективним способом інтеграції волонтерства є організація «доброї справи». Саме «добрі справи» сприяють вихованню загальнолюдських духовних цінностей та орієнтирів: патріотизму, милосердя, толерантності, працелюбності, прагнення до взаємодопомоги самотнім людям похилого віку, дітям з інвалідністю, людям, які постраждали від війни та участь у різноманітних акціях милосердя. «Добрі справи» поєднують в собі різноманітну, суспільну, колективну діяльність: навчальну, трудову, естетичну, спортивно-оздоровчу у процесі якої залученість вчителів різних предметів та їх учні.

Крім того, інтеграція волонтерства вчителів з різних предметів надає можливість розкрити потенціал молодого людини, учні розширюють свої знання, вміння та навички, удосконалюють свої здібності, розвивають творчість та ініціативність.

Волонтерство – це ключ, який відкриває занадто багато дверей, щоб його ігнорувати. Тому творіть добро та будьте здоровими!

ОРГАНІЗАЦІЇ-ПАРТНЕРИ ПОСІБНИКА ДЛЯ ВЧИТЕЛІВ «ШКІЛЬНИЙ УРОК ВОЛОНТЕРСТВА»

УКРАЇНЬСЬКА
ВОЛОНТЕРСЬКА СЛУЖБА



Громадська організація, яка розвиває культуру волонтерства та взаємодопомоги в Україні. Наша велика мета — бути надійною опорою та підтримкою для волонтерів у часи війни та відбудови країни. Ми віримо, що якісна освіта, починаючи від основ та принципів взаємодопомоги, законодавства та особистої безпеки, є ключем до масштабування волонтерського руху та ефективного подолання наслідків війни.

З перших годин повномасштабної війни ми мобілізували свої ресурси для координації волонтерів зі всієї України. Ми розуміли, що найважливіше зараз налаштувати

комунікацію і зв'язок між окремими людьми та організаціями. Мільйони українців виявили готовність стояти за свою державу у великій війні, водночас — тисячі людей у різних куточках країни потребували допомоги та підтримки. У цій ситуації ми виступили містком між людьми у потребі та волонтерами. Також завдяки внескам небайдужих та співпраці із благодійними фондами ми надавали адресну допомогу для літніх людей.

Зараз ми повертаємось до однієї з основних наших цілей — масштабування ідей та цінностей волонтерства, підтримки волонтерського руху.

Сайт УВС



Instagram УВС



ШУВ УВС



РУХ JUNIORS

juniorS

Рух JuniorS був заснований телеведучим Олександром Педаном і громадською діячкою Марією Павлічук у 2018 році для того, щоб змінити фізкультуру в школах. Це некомерційна громадська організація, яка популяризує фізичну активність серед дітей шкільного віку, розвиває учнівські ліги між школами, змінює їхнє ставлення до уроків фізичного виховання, допомагає знайти свої види спорту серед командних та гендерно рівних (петанк, корнхол, фрисбі, флорбол, чирлідінг, корфбол

тощо), які б стали щоденною корисною звичкою для покращення здоров'я.

З початком повномасштабного вторгнення у 2022 році проєкт розширив свою діяльність, щоб допомогти українцям покращити не лише фізичний, а й психологічний стан за допомогою фізичної активності. Оскільки будь-яка рухова активність, прості вправи та спортивні ігри допомагають подолати тривожність та зняти стресову напругу.

Сайт JuniorS

Instagram JuniorS

Facebook Juniors



ЦИФРОВА ПЛАТФОРМА U-REPORT

UReport by UNICEF

U-Report — цифрова платформа ЮНІСЕФ, що об'єднує проактивну молодь, яка висловлює свої думки та прагне впливати на зміни в країні. У спільноті вже понад 168 000 респондентів.

U-Report покликаний у формі опитувань збирати думки молоді віком 14-24 роки з приводу різних сфер суспільного життя. Результати цих опитувань допомагають доносити думку молоді до ключових стейкхолдерів для започаткування сталих змін.

Сайт U-Report

Instagram U-Report

Facebook U-Report



ЮНІСЕФ В УКРАЇНІ



для кожної дитини

ЮНІСЕФ працює у 190 країнах і територіях для охоплення найуразливіших дітей та молоді, які найбільше потребують допомоги. Ми працюємо над тим, щоб зберегти їхні життя. Захистити їхні права. Уберегти їх від шкоди. Дати їм дитинство, в якому вони будуть захищеними, здоровими та освіченими. Дати їм рівні можливості реалізувати свій потенціал, щоб одного дня вони могли зробити світ кращим.

ЮНІСЕФ — це провідний голос світу для дітей та молоді, а також голос самих дітей. У всьому, що ми робимо, ми залучаємо та підтримуємо молодь, щоб вони впливали на прийняття рішень, які визначають їхнє життя.

ЮНІСЕФ відкрив своє Представництво у Києві у 1997 році. За цей час Фонд надав

Уряду України допомогу, яка дозволила розробити і реалізувати низку програм у галузі охорони здоров'я, води і санітарії, освіти та захисту прав дітей.

ЮНІСЕФ надає життєво необхідну допомогу дітям і сім'ям, які постраждали через війну в Україні. ЮНІСЕФ працює над реалізацією ключових зобов'язань із задоволення гуманітарних потреб дітей, зокрема доступу до освіти, психосоціальної допомоги, води і санітарії, навчання з питань мінної небезпеки, охорони здоров'я матері та дитини, а також послуг для людей, що живуть із ВІЛ/СНІДом.

Сайт ЮНІСЕФ



Instagram ЮНІСЕФ



Facebook ЮНІСЕФ



СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ МАТЕРІАЛІВ ДЛЯ РОЗВИТКУ

ІНТЕРАКТИВНІ МАТЕРІАЛИ ТА ОНЛАЙН-КУРСИ

Ці матеріали ви можете використати, щоб дізнатися більше про волонтерство. А також, їх можна використовувати під час уроку, щоб зацікавити учнів та урізноманітнити проведення уроку. Авторські права на відео належать розробникам.



Серія відеороликів

«Історії волонтерства під час повномасштабної війни»

З 24 лютого 2022 року кожна людина в Україні хоч раз замислилась: а чим я можу бути корисною? У відео ви познайомитеся з різними напрямками волонтерства та дізнаєтеся історії людей, які продовжують творити добро та наближати перемогу.



Онлайн-курс «Волонтерство під час війни»

Курс покликаний дати усі відповіді на найбільш поширені питання серед новачків у волонтерстві. Учасники курсу ознайомляться з поняттям волонтерства та його напрямками; дізнаються, яку роль зараз відіграють волонтери; навчаться мотивувати себе та команду, створювати власні проєкти та допомагати ефективно.



Онлайн-курс «Рятуй, не ризикуй»

Експерти курсу розповідають про основні принципи особистої безпеки волонтерів — фізичної, цифрової та психологічної. Учасники курсу знатимуть, як оцінювати ризики, вберегтися від шахраїв, зберігати свої дані, впоратися з вигоранням у волонтерстві та дбати про особисту безпеку.



Пам'ятки про волонтерство

З 24 лютого Українська Волонтерська Служба розробила понад сотню пам'яток, де зібрані поради від експертів та посилання на корисні ресурси для волонтерів та тих людей, хто шукає допомоги. Усі пам'ятки є онлайн у вільному доступі на сайті 2022.volunteer.country (внизу сторінки). Обирайте тему, яка вас цікавить та натискайте на зображення.

ДОДАТКИ



***Окремі файли-
додатки розміщені в
цій теці за QR-кодом**

ДОДАТОК №1

Найбільше мене цікавлять такі сфери волонтерства

Культура і мистецтво

Екологія

Зоозахист

Медицина

Освіта і наука

Переклади і журналістика

Проекти з розвитку міста

Соціальна допомога

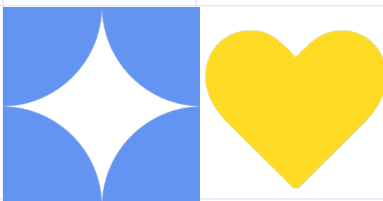
Спортивне волонтерство

Онлайн волонтерство

Міжнародні програми

Правозахист

Учитель роздає учням роздатковий матеріал, де наведені назви різних волонтерських напрямків. Дає учням хвилину подумати над питанням «Яке із видів волонтерства вам підходить найбільше. Або яке волонтерство вам хотілося б спробувати найбільше з усіх?», а потім пропонує поділитися з усім класом. Учитель може використовувати такий спосіб: озвучувати конкретний напрямок з питаннями: «Хто хотів би долучитися до зоозахисного волонтерства?», «Кого цікавить ековолонтерство?» і т.д. А учні реагують на питання, піднімаючи руки, якщо їх цікавить даний напрямок. Також учитель може звертати увагу учнів на те, що вони під час підняття руки бачать однокласників зацікавлених в конкретному напрямку. Тож після уроку можуть поспілкуватися одне з одним щодо волонтерських дій в конкретному напрямку.



ДОДАТОК №2

Інструкція до виконання “Волонтерської руханки”

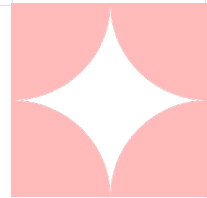


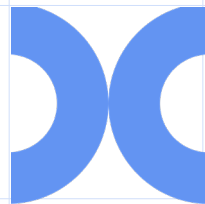
За посиланням в QR-кодi розміщено відеозапис “Волонтерської руханки” та окремо музичний супровід.

Якщо в школі є можливість транслювати відеозапис з проєктора, то вартує просто увімкнути “Волонтерську руханку” та запросити учнів повторювати рухи.

Важливо, щоб учитель за можливості також виконував руханку, оскільки він є прикладом для класу.

Якщо школа не має змоги транслювати екран з відеозаписом, то вчитель або тренер може увімкнути музичний супровід з власного телефону і самостійно показувати рухи.





Відомі закордонні волонтери та волонтерки

Волонтерська діяльність доступна для кожного, незалежно від віку, статі, віросповідання чи інших чинників.

Коли ми говоримо про те, що дуже багато молоді, людей середнього та старшого віку волонтерять, то часто забуваємо згадати, що волонтерством займаються й відомі люди з різних сфер діяльності. Блогери, інфлюенсери, актори, співаки — відомі люди, які значну частину свого часу приділяють волонтерству та благодійності.

Емма Вотсон

Британська акторка та модель.
Героїня фільмів про Гаррі Поттера.

Багато років бере участь у кампаніях за права жінок та проєктах із захисту навколишнього середовища. Зокрема, дівчина запустила першу гарячу лінію для жінок, що пережили насилля на роботі. Оператори телефонної лінії надають безплатну юридичну консультацію. Наразі гаряча лінія доступна для жінок лише деяких країн, проте стрімко поширюється усім світом.



Нік Вуйчич

Проповідник, мотиваційний тренер та директор неприбуткової організації «Життя без кінцівок».

Нік вступив на шлях благодійності ще 1999 році, бо усвідомив: це — саме те, що дасть йому справжню мету в житті. Благодійний фонд Ніка веде кампанії світового масштабу. За свою діяльність він відмічений численними нагородами в усьому світі.



Орlando Блум

Актор, відомий своїми ролями в трилогії «Володар перснів» та серії фільмів «Пірати Карибського моря».

Волонтерить у сфері допомоги дітям, що постраждали від військових конфліктів. Зокрема, відвідав дитячий центр «Спільно», де діти можуть гратися, навчатися та отримувати психологічну підтримку, й закликав у своїх соціальних мережах звернути увагу на проблему війни в Україні.

Також Орlando Блум був співорганізатором найбільшого у світі уроку, який відбувся під час карантину у 2020 році. На уроці представники ЮНІСЕФ та спеціальні запрошені гості розповідали про важливість освіти, охорони здоров'я та ролі молоді в розв'язанні державних питань.

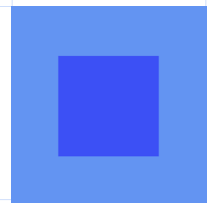
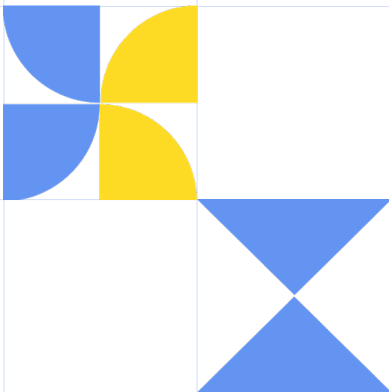


Мішель Обама

Американська адвокатка, юристка, письменниця, дружина 44 президента США Барака Обама. Одна з найвпливовіших жінок світу за версією журналу «Forbes».

У 1991 році Мішель стала помічницею мера Чикаго, а в 1993 році очолила благодійну організацію в цьому місті, яка займалась підтримкою молодих волонтерів.

Мішель є засновницею декількох ініціатив, спрямованих зокрема на вирішення проблеми дитячого ожиріння, підтримку військовослужбовців, ветеранів та їх сімей. Одним з напрацювань Мішель та Барака Обама є загальноурядова ініціатива США, яка має на меті допомогти дівчатам у всьому світі ходити до школи та захищати свої права.



ВІДОМІ УКРАЇНСЬКІ ВОЛОНТЕРИ ТА ВОЛОНТЕРКИ

Олександр Педан

Засновник громадського руху JuniorS, метою якого є зробити уроки фізкультури в школах сучасними та різноманітними.

Спорт завжди посідав важливе місце в житті телеведучого, тому Олександр обрав саме цю сферу для змін. Разом зі своєю командою він мандрує містами України та реформує спортивну освіту в школах, розповідаючи та показуючи на практиці як перетворити звичайний урок фізкультури в сучасний та корисний для дітей.



Тарас Тополя

Фронтмен гурту «Антитіла».

Багато років Тарас підтримує молодіжний проєкт U-Report, який допомагає молоді бути почутими та висловити свою думку щодо важливих суспільних питань.

Крім того, співак займається військовим волонтерством. Тарас був співініціатором громадської ініціативи «Евакуація Крим», яка займалась евакуацією українських військових з окупованого Криму. Пізніше Тарас став співтворцем волонтерської ініціативи «Вільні ЮА», що допомагає військовим.



Тайра

Юлія Паєвська (Тайра) українська військовослужбовиця, парамедикиня, волонтерка та доброволиця.

Під час Революції Гідності Юлія почала надавати допомогу пораненим. Продовжила займатися цим після початку війни викладала тактичну медицину, а згодом підписала контракт та стала військовослужбовицею. За два роки звільнилася в запас і знову повернулася до волонтерства.



Євгенія Таліновська

Засновниця «Зграї» — волонтерської групи, створеної під час Революції Гідності 2013 року. З початком повномасштабного вторгнення створили штаб для допомоги військовим, закупували та перевозили генератори, обладнання, захисне спорядження, техніку, продовольство та медикаменти.

Євгенія Таліновська — засновниця «Зграї». Має 15+ років роботи з дитячими будинками, координація проєктів зі збору коштів міжнародного благодійного фонду «Кожен може».



Ірина Саліхова

Лідерка херсонської волонтерської ініціативи «Котики-патріотики».

Після початку повномасштабної війни започаткувала волонтерську ініціативу «Котики-патріотики». Разом з однодумцями сфокусувалися на закупівлі медикаментів для херсонців — партії життєво необхідних ліків поставляли мешканцям Херсона навіть через російські блокпости.



Нікіта Шульга та Софія-Христина Борисюк

Київські підлітки, які започаткували проєкт з компостування відходів у своїй шкільній їдальні.

Разом вони створили проєкт «Компола», завдяки якому понад 300 шкіл встановили компостери для переробки харчових відходів. У майбутньому школярі планують заохотити ще більше шкіл взяти участь в ініціативі, а також розширювати проєкт та вивести його на державний рівень.



Сергій Жадан

Відомий український письменник, поет, перекладач та громадський діяч.

Є співзасновником благодійного фонду, що займається допомогою прифронтовим містам. Освіта, медицина та культура — сфери, на які фонд робить найбільший акцент.

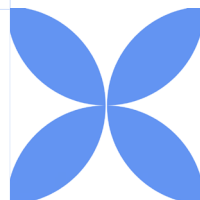
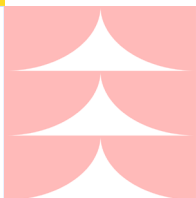
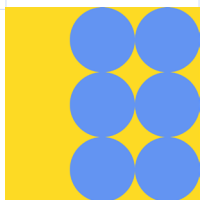
Крім того, Сергій ініціював проєкт «Схід читає», щоб привернути увагу бібліотек Луганської та Донецької областей і нагадати про їх важливість, як культурних та освітніх осередків для молоді.



Сергій Притула

Український громадський та політичний діяч, засновник благодійного фонду Сергія Притули, волонтер, телеведучий, актор.

З початку повномасштабного вторгнення зайнявся волонтерською діяльністю спрямованою на зміцнення обороноздатності України. Був ініціатором проекту зі збору коштів «Народний Байрактар». Благодійна організація «Фонд Сергія Притули» — українська благодійна організація, яка спеціалізується на допомозі Силам оборони України та постраждалим від російсько-української війни.



ДОДАТОК №4

Вікторина «Волонтерство чи ні»

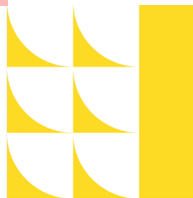
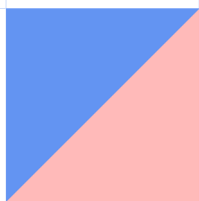
Завдання вікторини:

1. Допомогти мамі поприбирати кімнату та витерти пил.
2. Безоплатно допомогти молодшим учням школи у вивченні математики чи фізики.
3. Купити печиво на благодійному ярмарку.
4. Провести акцію «Посміхнись» у школі.
5. Поприбирати територію біля озера чи берег річки.
6. Провести Шкільний урок волонтерства.
7. Періодично телефонувати самотній людині та спілкуватися з нею на різноманітні теми, підтримуючи її.
8. Допомогти людині поважного віку прибрати в будинку та сходити за покупками.
9. Пожертвувати кошти для дітей, які хворіють на онкологічні хвороби.
10. Фотографувати безпритульних тварин для зоозахисної організації.

Відповіді до вікторини:

1. Ні, допомога батькам по дому не є волонтерством. Згідно з Законом України «Про волонтерську діяльність», допомога сім'ї, друзям та сусідам не є волонтерством. В основі волонтерства завжди має бути суспільна користь — тобто, користь для інших людей, а не лише для мене та моїх близьких.
2. Так, це твоя волонтерська діяльність — безплатно стати репетитором у тій сфері, у якій ти розбираєшся.
3. Це, звісно, добра справа, але вона не є волонтерською діяльністю. Волонтерство — це особиста участь у вирішенні або пом'якшення соціальної проблеми. Якщо ти самостійно приготував печиво, а потім організував його розпродаж на ярмарку, тоді це — волонтерство.
4. Акції з безплатними обіймами або посмішками — це чудово, але не є волонтерством. Чому? Тому що для волонтерства є важливою суспільна користь для іншої людини та вирішення, хоча б часткове, її проблеми.
5. Так, це волонтерство. Ти вирішуєш одну з суспільних проблем: проблему забруднення навколишнього середовища.

6. Так, це волонтерство. Таким чином ти поширюєш інформацію про волонтерство й більше людей може доєднатися до такої діяльності.
7. Так, це волонтерство. До речі, телефонне волонтерство дуже популярне в багатьох країнах світу. Наприклад, у Великій Британії до телефонного волонтерства долучилось понад 250 тисяч молодих людей.
8. Так, це волонтерська діяльність, яку ти можеш робити самостійно або з друзями. Люди старшого віку часто потребують побутової допомоги, але бояться про неї попросити, тому така підтримка зазвичай є дуже цінною.
9. Пожертва коштів — це благодійність, а не волонтерство. Волонтерство передбачає особисту участь у вирішенні або пом'якшенні соціальної проблеми. Пам'ятай, що у волонтерстві ми інвестуємо свій час, талант та зусилля, а у благодійності зазвичай інвестують кошти, або інші матеріальні блага.
10. Так, це волонтерська діяльність, адже ти допомагаєш зоозахисній організації прилаштувати бездомну тварину в сім'ю.



ДОДАТОК №5

Вправа «Чим займаються волонтери?»

У світі існує понад 50 напрямів та видів волонтерської діяльності. Спробуй подумати про те, які волонтерські проекти та активності можуть бути у кожного з напрямів, вказаних на різних частинах кола. Свої ідеї проєктів записуй всередині відповідного сектора.

І пам'ятай про силу маленьких кроків! Твої проєкти не мають бути масштабними, щоб приносити користь. Навіть маленька добра дія має велику силу!



ДОДАТОК №6

Вправа «Види волонтерства»

Екологічне
волонтерство

Онлайн
волонтерство

Культурне
волонтерство

Спортивне
волонтерство

Зоозахисне
волонтерство

Соціальне
волонтерство

Правозахисне
волонтерство

Міжнародне
волонтерство

Освітнє
волонтерство

Медичне
волонтерство

Прибирання
лісу

Волонтерство
в музеї

Виготовлення
годовничок для птахів

Організація
літературного вечора

Спостереження за
мирними акціями

Прибирання у
притулку для тварин

Написання листів
політичним в'язням

Проведення лекцій та
майстер-класів для
дітей

Надання домедичної
допомоги

Допомога у проведенні спортивного марафону

Роздача гарячих обідів для безпритульних

Волонтерство у будинку для людей літнього віку

Організація збору речей для потребуючих

Пошиття захисних масок

Волонтерство у міжнародному таборі

Організація ремонту для потребуючої сім'ї

Допомога бібліотеці у веденні Instagram-сторінки

Організація шкільного благодійного ярмарку

Організація клубу англійської мови

Волонтерство на великому музичному фестивалі

ДОДАТОК №7

У нашому суспільстві є багато людей, які безоплатно та добровільно вкладають свій час у допомогу іншим. Як думаєш, навіщо вони так легко віддають свій час на розв'язання суспільних проблем? Чому вони готові допомагати іншим?

Напиши свої думки у полі нижче:

ЧОМУ?

ДОДАТОК №8

Вправа «Мій шлях у волонтерстві»

Серед соціальних проблем, які існують у суспільстві, важливо вміти розставляти пріоритети. Ці три запитання допоможуть тобі побачити, які саме проблеми потребують твоєї участі. Якщо твої відповіді повторюються у декількох розділах, можливо, варто спробувати волонтерство саме в цій сфері?

Напиши свої думки у полі нижче:

Які найбільші проблеми є зараз у світі?

Які найбільші проблеми є зараз у моєму житті?

Які проблеми мене особисто найбільше хвилюють?

ДОДАТОК №9

Додаток до вправи «Подальші кроки у волонтерстві»

5 кроків, які я планую зробити у напрямку волонтерства

1

2

3

4

5

