

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ПОСІБНИК

«ШКІЛЬНИЙ УРОК ВОЛОНТЕРСТВА»

ЧУЮ. ПРИЙМАЮ. ПІДТРИМУЮ.



Як можна підтримувати
дітей з онкологічними
захворюваннями?

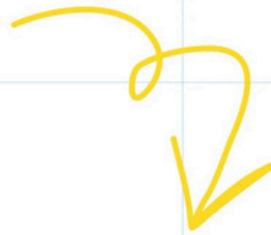


ДОРОЖНЯ КАРТА

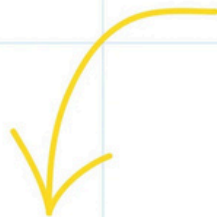
ШКІЛЬНИЙ УРОК ВОЛОНТЕРСТВА



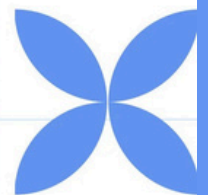
Отримайте методичні матеріали на сайті проекту



Ознайомтесь з матеріалами уроку та заплануйте його



Проведіть урок для своїх учнів



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



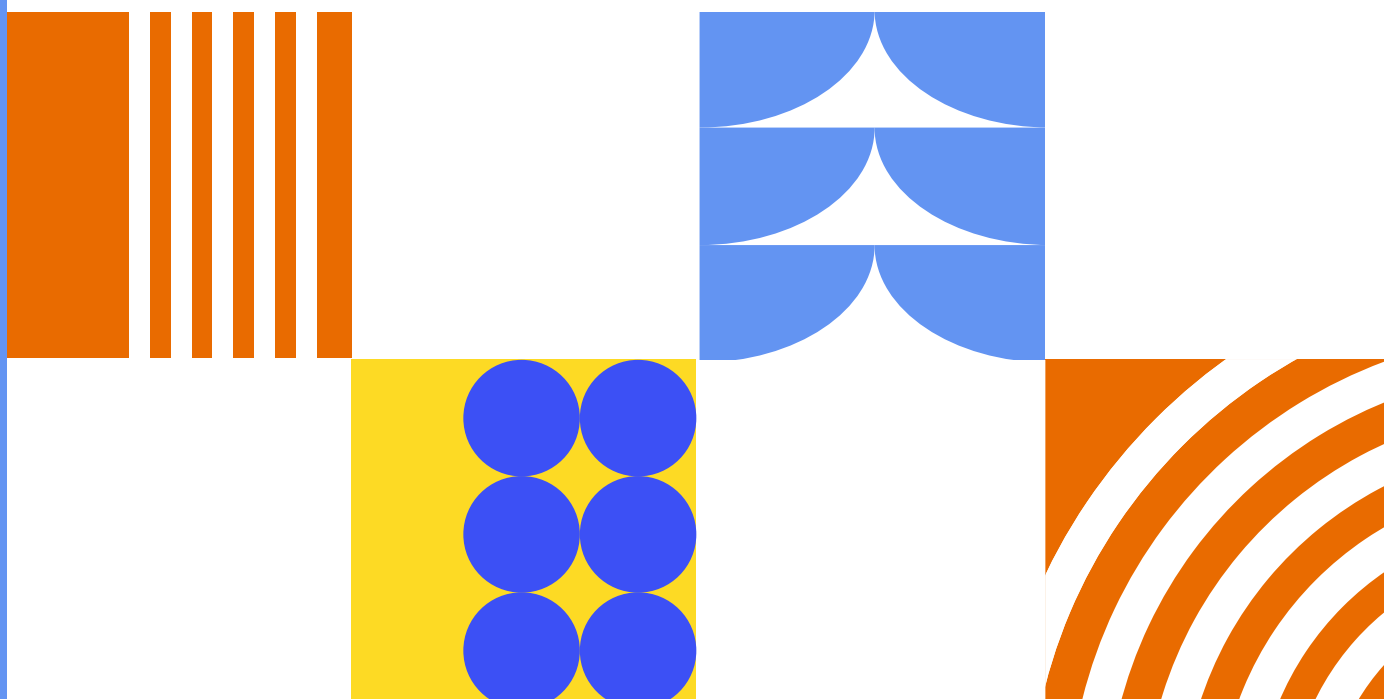
Скануйте QR-код або натисніть тут → [Заповнити звіт](#)

Програма цього уроку була створена в рамках всеукраїнського курсу за вибором «Шкільний клуб волонтерства» у співпраці з благодійним фондом «Таблеточки», який підтримує дітей, що борються з раком, та їхні родини.

Матеріали призначені для того, щоб навчати підлітків розуміти особливості дитячого раку, розвінчувати міфи про нього, безпечно підтримувати онкохворих дітей і долучатися до волонтерської діяльності у сфері дитячої онкології.

Шукайте інші наші уроки на сайті Української Волонтерської Служби:

<https://volunteer.country/projects/school-lesson>



План уроку

№ Блоку	Тривалість блоку	Назва блоку	Завдання блоку	Слайд презентації
1	3 хв	Вступна частина	Створити довірливу атмосферу, налаштувати на обережне обговорення теми, озвучити мету уроку й правила безпечної комунікації.	1
2	5 хв	«Що ми знаємо про дитячий рак?» (робота в групах)	З'ясувати наявні уявлення учнів, зібрати їхні запитання та міфи про рак, зафіксувати очікування від уроку.	2-4
3	4 хв	Руханка / емоційна пауза	Зняти напругу, допомогти перемикнути увагу й відрефлексувати власний емоційний стан.	5
4	10 хв	«Факти та міфи про дитячий рак»	Уточнити важливі факти про дитячий рак, розвінчати основні міфи, навчити відрізняти правдиву інформацію від фейків.	6-14
5	10 хв	Волонтерство: «Як бути корисним/-ою?»	Показати, що кожен може підтримати дітей з раком та їхні родини; ознайомити з видами волонтерства у сфері дитячої онкології й основними обмеженнями.	15-16
6	10 хв	«Безпечна підтримка: що можна нам?» (мініпроекти)	Сформувати перелік реалістичних і безпечних дій для класу: ідеї фандрейзингу, «скриньки хоробрості», дистанційної підтримки однокласника тощо.	17
7	3 хв	Підсумки	Закріпити ключові висновки, обговорити, який факт або ідею учні беруть із собою, завершити урок на підтримувальній ноті.	18

Хід уроку

<p>Вступна частина</p> <p>(3 хв)</p>	<p>Коротке привітання. Поясніть, що сьогодні говоритимемо про одне серйозне, але дуже важливе питання — як підтримати дітей, які проходять шлях лікування від раку, та їхні родини.</p> <p>Правила безпечної комунікації:</p> <ul style="list-style-type: none">• нікого не змушуємо ділитися особистими історіями;• якщо комусь важко, можна просто слухати;• все, що чутимемо на уроці, залишається в класі (конфіденційність). <p>Питання на включення: «Що викликає довіру і підтримку?» Запишіть 2–3 відповіді на дошці. Підкресліть, що сьогодні кожен навчиться, як бути корисним для близьких, які стикаються з важкими хворобами.</p>
<p>«Що ми знаємо про дитячий рак?» (робота в групах)</p> <p>(5 хв)</p>	<p>Об'єднайте учнів у групи по 4–5 осіб.</p> <p>Дайте кожній групі запитання:</p> <ol style="list-style-type: none">1) Що вам відомо про рак у дітей?2) Чому, як ви думаєте, діти хворіють на рак?3) Які чутки або «поради» ви чули про рак?
<p>Руханка / емоційна пауза</p> <p>(4 хв)</p>	<p>Запропонуйте учням встати.</p> <p>Проведіть просту вправу для розслаблення:</p> <ol style="list-style-type: none">1) Глибокі вдихи — зробіть 3–4 глибокі вдихи носом і видихи ротом.2) Струсити тривогу — роблять м'які рухи плечима, руками, ногами (ніби струшуючи щось невидиме).3) Самообіймання — перехрестіть руки на грудях, легко обійміть себе. <p>Рефлексія (без обговорення вголос): запросіть оцінити свій емоційний стан від 1 до 5 пальцями. Скажіть, що це нормально — важкі розмови можуть викликати емоції, і це означає, що ми чуємо й переживаємо.</p>
<p>«Факти та міфи про дитячий рак»</p> <p>(4 хв)</p>	<p>Поясніть: зараз пройдемося по найпоширеніших міфах і розвінчаємо їх. Демонструйте слайди з таблицею «Міф — Факт»:</p> <p>Міф — Факт: Міф: «У тому, що дитина захворіла, винні батьки» Факт: Ані батьки, ані дитина не винні. Дитячий рак майже не спадковий. Його неможливо попередити, але можна вчасно виявити й лікувати.</p> <p>Міф: «Рак спричинений щепленням, травмою або способом життя» Факт: Щеплення чи травми не спричиняють рак. Дитячий рак виникає через випадкові генетичні мутації.</p>

	<p>Міф: «Рак заразний» Факт: Рак не передається від людини до людини. Діти носять маску, щоб захистити себе від інфекцій через ослаблений імунітет.</p> <p>Міф: «Рак викликає облісіння» Факт: Волосся випадає через терапію (хіміє- або опромінення), яка вбиває швидко діляться клітини. Це тимчасово — волосся відростає після лікування.</p> <p>Міф: «Усі діти з раком помирають» Факт: Дитячий рак успішно лікується. В Україні одужує близько 50 —70% дітей, у США та деяких країнах Європейського Союзу — понад 80%.</p> <p>Міф: «Дитячий рак можна вилікувати травами, содою, дієтами» Факт: Лише протокольна терапія (хімієтерапія, опромінення, операції, таргетна та імунотерапія) є ефективною. Народні методи не працюють.</p> <p>Міф: «Дитячий рак лікується лише за кордоном» Факт: Дитячий рак лікується і в Україні.</p> <p>Міф: «Колись винайдуть магічну пігулку від раку» Факт: Рак різний, і кожен випадок лікується по-своєму. Наука рухається до персоналізованої терапії — під кожного пацієнта підбирається ефективне лікування.</p> <p>Запитання до учнів: Який із фактів вас найбільше здивував чи вразив?</p>
<p>Волонтерство: «Як бути корисним/-ою?»</p> <p>(10 хв)</p>	<p>Волонтерство — це добровільна й безоплатна допомога людям. Підтримка дітей, які лікуються від раку, може бути дуже різною.</p> <p>Важливо знати: допомагати безпосередньо в лікарнях можуть лише дорослі з 18 років. Але навіть якщо ви ще школярі, є багато способів зробити добру справу.</p> <p>Напрями волонтерства:</p> <ol style="list-style-type: none"> Дозвілля для дітей у лікарні — ігри, творчі майстер-класи, квізи, театральні активності, підтримка в навчанні. Підлітковий клуб «Бочка лимонаду» — соціалізація підлітків після лікування, спільнота, активне дозвілля, тренінги. Сімейні кемпи та тимблдинги — підтримка родин після лікування, спільний відпочинок, відновлення та емоційна підтримка. «Дні краси» — професійні перукарі, візажисти та косметологи допомагають батькам відновитися й відчути турботу. Допомога у навчанні — заняття з дітьми, які через лікування не можуть відвідувати школу. Волонтерський фандрейзинг — організація благодійних ярмарків, шкільних акцій, збір подарунків або коштів для дітей.

	<p>7. Донорство крові та стовбурових клітин — здача крові або реєстрація потенційних донорів стовбурових клітин (для повнолітніх).</p> <p>8. Офісне та організаційне волонтерство — допомога з пакуванням подарунків, підготовкою матеріалів, організацією подій та підтримкою роботи фондів.</p> <p>Підсумок: навіть підлітки можуть допомагати — об'єднати клас, провести благодійну акцію, зібрати подарунки, написати листи підтримки або поширити інформацію. Кожна маленька дія має значення.</p>
<p>«Безпечна підтримка: що можна нам?» (мініпроекти)</p> <p>(10 хв)</p>	<p>Знову працюємо в групах. Завдання: придумати 1—2 реалістичні ініціативи, які клас може виконати протягом найближчого місяця.</p> <p>Підказки на слайді/дошці:</p> <p>1) «Скринька хоробрості» — зібрати нові маленькі іграшки, наліпки, браслети (без скла, кераміки, гострих деталей) для дітей після важких процедур.</p> <p>2) Благодійний ярмарок — продавати домашню випічку, власноруч зроблені прикраси, книги. Зібрані кошти підуть на лікування дітей.</p> <p>3) Підтримка однокласника, що лікується — записати відео привітання, зробити онлайн-зустріч, намалювати плакат із фото класу.</p> <p>Презентація групових ідей (по 1—1,5 хв). Учитель відзначає найреалістичніші та найбезпечніші пропозиції. Попросіть клас обрати 1—2 ініціативи на реалізацію.</p>
<p>Підсумки</p> <p>(3 хв)</p>	<p>Поставте запитання:</p> <p>1) Який один факт про дитячий рак ви запам'ятали найкраще?</p> <p>2) Яку одну дію підтримки ви готові реально зробити?</p> <p>3) Що ви розповісте вдома про дитячий рак?</p> <p>Формат закінчення: можна запропонувати учням один за одним сказати одне слово або коротку фразу. Можливі варіанти фраз: «Після цього уроку я розумію, що...», «Я хотів/ла б, щоб діти, які лікуються, знали...».</p> <p>Завершальний меседж: подякувати учням за чутливість, відкритість, за те, що вони готові допомогти. Наголосити, що навіть маленькі кроки — написаний лист, зібраний подарунок, усне слово підтримки — дійсно мають велике значення для дітей, які борються з раком, та їхніх сімей. Залиште контакт фонду «Таблеточки»: якщо хтось з учнів хоче долучитись до волонтерства пізніше, вони знатимуть, до кого звернутися.</p>



Вставки до різних шкільних предметів

Громадянська освіта / Правознавство

Тема: Права дитини та відповідальність суспільства.

Завдання для вчителя: Ознайомити учнів із ключовими положеннями Конвенції ООН про права дитини, зокрема правом на життя, охорону здоров'я, освіти та гідне ставлення.

Робота в групах:

Запропонуйте кейс:

«Дитина проходить тривале лікування від онкологічного захворювання і не може відвідувати школу».

Питання:

- Які права дитини мають бути забезпечені в цій ситуації?
- Хто несе відповідальність за їх реалізацію (держава, школа, громада, благодійні фонди)?
- Яку роль можуть відігравати волонтери?

Підсумок: Сформулюйте разом із класом висновок: підтримка онкохворих дітей — це не «благодійність з жалю», а реалізація прав дитини.

Інформатика

Тема: Цифрова етика та безпека в інтернеті.

Завдання для вчителя: Обговоріть, як у соцмережах поширюється інформація про хвороби, збори коштів, благодійність.

Питання для аналізу:

- Як перевірити, чи є благодійний збір справжнім?
- Чому не можна поширювати фото хворих дітей без дозволу?
- Які ризики несе «хайп» навколо чужого горя?

Додаткове завдання: Скласти чек-лист «Етичне поширення інформації про благодійність».

Українська мова та література

Тема: Мова підтримки та емпатії.

Завдання для вчителя:

Запропонуйте учням приклади фраз підтримки та фраз, яких варто уникати у спілкуванні з онкохворими дітьми та їхніми родинами.

Практичне завдання:

У парах або індивідуально написати короткий текст:

- лист підтримки дитині, яка лікується.

Обговорення:

- Які слова допомагають відчутти підтримку?

Біологія

Тема: Здоров'я людини. Хвороби та імунна система.

Завдання для вчителя:

У доступній формі поясніть, що таке рак: неконтрольований поділ клітин, який може виникнути через випадкові генетичні мутації. Наголосити, що дитячий рак не є заразним і не виникає через поведінку дитини чи батьків.

Питання для класу:

- Чому під час лікування у дітей знижується імунітет?
- Навіщо в лікарнях діють суворі правила гігієни та обмеження контактів?
- Як знання про роботу імунної системи допомагає нам бути більш уважними?

Акцент: Поясніть, чому «народні методи лікування» можуть бути небезпечними й чому важливо довіряти доказовій медицині.





Про благодійний фонд

«Таблеточки» — український благодійний фонд, який надає допомогу дітям з онкологічними, гематологічними та іншими смертельно небезпечними хворобами.

Волонтерство, що передбачає взаємодію з дітьми та сім'ями

Дозвілля для дітей у лікарні

- **Ціль:** створити умови для повноцінного дитинства дітей, що борються з раком.
- **Що робити:** проводити майстер-класи, святкові шоу, квізи, театральні постановки, настолки, навчати новим хобі, підтримувати навчання.
- **Графік:** 1–1,5 години за однією зустріччю, регулярні виходи, Київ та Львів.

Підлітковий клуб «Бочка лимонаду»

- **Ціль:** соціалізація підлітків після лікування, повернення до активного життя.
- **Що робити:** проводити зустрічі, допомагати тренеру, ділитися досвідом.
- **Графік:** один вихідний, регулярна участь протягом року, Київ та Львів.

Сімейні кемпи та тимбілдинги

- **Ціль:** підтримка та відновлення родин після лікування.
- **Що робити:** брати участь у виїзних заходах (1–7 днів), допомагати дітям та родинам у щоденних активностях, створювати атмосферу безпеки та радості, допомагати з логістикою, працювати з іншими волонтерами та психологами.
- **Графік:** залежно від заходу, планування заздалегідь, Київ, Львів, Карпати.

Дні краси

- **Ціль:** підтримати батьків, дати можливість відпочити та відновитись.
- **Що робити:** перукарі, візажисти, косметологи роблять зачіски, макіяж, манікюр; створюють теплу атмосферу та спілкуються з батьками.
- **Графік:** двічі на місяць у Києві, 12:00 — 17:00; можливі виїзні заходи.

Допомога у навчанні

- **Ціль:** допомогти дитині навчатися під час лікування.
- **Що робити:** проводити заняття зі шкільних предметів, пояснювати матеріал, підтримувати інтерес до навчання.
- **Графік:** від 2–3 годин на тиждень, можливо рідше; можна працювати індивідуально або з групою дітей.

Обмеження для волонтерів:

- **Вік:** мінімум 18 років, за винятком брата/сестри або онкохворої дитини — 16 років з письмовою згодою батьків.
- **Стан здоров'я:** заборонено контактувати з дітьми при будь-яких ознаках інфекції (кашель, нежить, температура, діарея, висипи).

Волонтерський фандрейзинг

Скринька хоробрості

- **Ціль:** нагородити дітей за мужність під час процедур.
- **Що робити:** зібрати маленькі подарунки (іграшки, набори для творчості, наліпки, магнітики тощо) та передати фонду.
- **Правила:** все має бути новим; без гострих або крихких предметів.

Благодійний ярмарок

- **Ціль:** збір коштів на лікування та підтримку дітей.
- **Що робити:** організувати ярмарок у школі, продавати домашню випічку, лимонад, вироби ручної роботи, іграшки, книги.
- **Як робити:** об'єднатися з однокласниками, обрати дату та місце, підготувати вироби, повідомити інших, передати кошти фонду.

Донорство крові та стовбурових клітин

- **Ціль:** допомогти дітям отримати необхідні компоненти крові.
- **Що робити:**
 - Здати кров у пункті донорства (18+).
 - Приєднатися до реєстру потенційних донорів стовбурових клітин (16+).
- **Як:** здати кров у центрах крові; для донорів стовбурових клітин — заповнити анкету, здати ДНК (мазок зі щоки), відправити зразки в Український реєстр донорів кісткового мозку.
- **Чому важливо:** без крові та стовбурових клітин діти не можуть одужати; трансплантація іноді є єдиним шансом на життя.

Адміністративне волонтерство

- **Ціль:** підтримати роботу фонду «за лаштунками».
- **Що робити:** пакування посилок, підготовка подарунків, систематизація даних, прикрашання локацій, допомога з доставкою.
- **Чому важливо:** завдяки таким волонтерам допомога приходить вчасно, а родини відчують турботу та підтримку.

Контакти фонду

Пошта: info@tabletochki.org

Інстаграм 

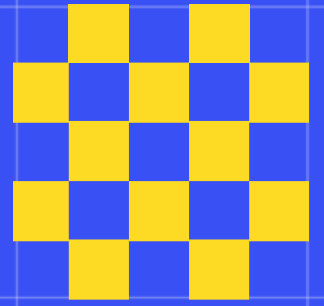


Фейсбук 



Сайт 





Українська Волонтерська Служба

