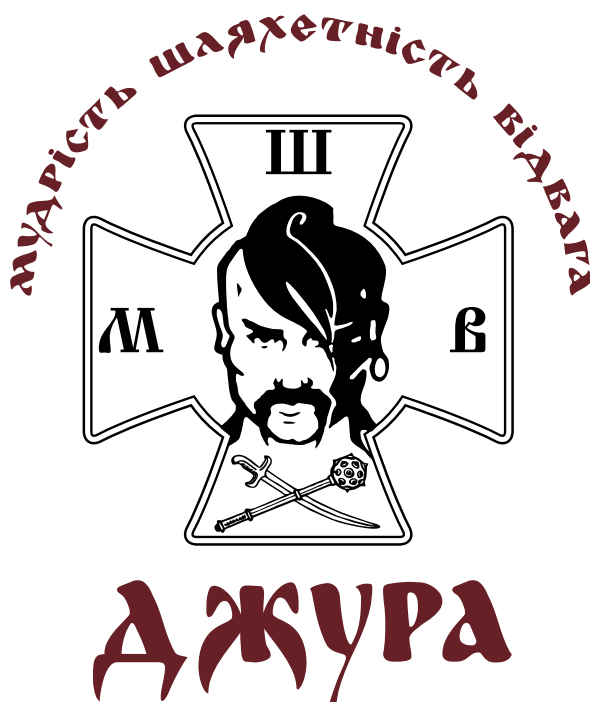




КИЇВСЬКА
ОБЛАСНА ВІЙСЬКОВА
АДМІНІСТРАЦІЯ



УПРАВЛІННЯ
МОЛОДІ ТА СПОРТУ
КИЇВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ
ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ



Методичний посібник

з організації та проведення заходів
в рамках системи роботи з учасниками
Всеукраїнської дитячо-юнацької
військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»).

Проект «Школа ройових»

Київщина 2024

Методичний посібник з організації та проведення заходів в рамках системи роботи з учасниками Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»). / автори: І. Личак, Л. Котяй, О. Павліченко – Київщина. – 48 с.

Розроблено і упорядковано (доповнене видання):

Світлана НАЗАРУК, заступник начальника управління-начальник відділу молодіжної політики та національно-патріотичного виховання управління молоді та спорту Київської обласної державної адміністрації.

Ірина ЛИЧАК, завідувачка відділу спортивного туризму і краєзнавства Комунального закладу Київської обласної ради «Центр творчості дітей та юнацтва Київщини»;

Любов КОТЯЙ, директорка Комунального закладу Сквирської міської ради «Сквирський центр професійного розвитку педагогічних працівників»;

Олена ПАВЛІЧЕНКО, педагог-організатор Академічного ліцею № 3 Обухівської міської ради.

Видання містить методичні рекомендації, інформаційні, візуальні та довідкові матеріали для використання у навчально-виховному процесі системи Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»). Методичний посібник рекомендовано для впровадження роботи з Джурами-ройовими, а також для підготовки та активізації участі і залучення інших представників роїв та куренів.

Збірник рекомендований для виховників Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»), вчителів і викладачів загальноосвітніх, професійно-технічних закладів освіти, фахівців закладів молодіжної інфраструктури, опікунів роїв та куренів, громадських організацій, а також для організаторів заходів гри «Сокіл» («Джура»), представників інших інституцій, статутом чи діяльністю яких передбачено проведення військово-патріотичних вишколів з молоддю та здобувачами освіти.

Зміст

Вступ	4 ст.
«Школа ройових». Особливості і структура	6 ст.
Програма Київської обласної «Школи ройових»	7 ст.
«Школа ройових»: день перший	9 ст.
«Школа ройових»: день другий	28 ст.
«Школа ройових»: день третій	34 ст.
Список використаних та рекомендованих джерел	43 ст.

* Посібник створено з урахуванням розділів на напрямів навчальної програми з позашкільної освіти військово-патріотичного напрямку «Козацько-лицарське виховання «Джура» (автори: Бондарчук Д.О., Бондарчук О.С., схваленої для використання в освітньому процесі рішенням експертної комісії з позашкільної освіти від 12.09.2022 протокол № 2) та навчальної програми з позашкільної освіти військово-патріотичного напрямку «Сокіл-Джура» (автори: Бондарчук Д.О., Бондарчук О.С., Коломоець Г.О., схваленої для використання в освітньому процесі рішенням експертної комісії з позашкільної освіти від 12.09.2022 протокол № 2), а також з урахуванням програми етапів Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»).

Посібник містить апробовану програму «Школи ройових», розраховану на 24 години, які відпрацьовуються три дні поспіль. Розподіл часу та тематика заходів у програмі є орієнтовними, організатори вишколу та тренери можуть змінювати їх, плануючи свою роботу, враховуючи регіональні аспекти, пору року, вік учасників.

Вступ

Актуальність впровадження інноваційних форм, методів та інструментів навчання молоді, яка бере безпосередню участь у Всеукраїнській дитячо-юнацькій військово-патріотичній грі «Сокіл» («Джура»», розвиток фізичних та психологічних якостей помічників виховників – ройових, стимулювання лідерських якостей та зацікавленість до військово-патріотичних заходів, підготовка до ефективної взаємодії виховників і молоді стали передумовою для напрацювання проєкту/напряму «Школа ройових».

Основні завдання проєкту «Школа ройових»: популяризація кращих практик роботи з молоддю в системі Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»», розвиток національно-патріотичного руху, військово-патріотичного виховання. Під час навчальних тренінгів основне завдання, яке постає перед тренерами і виховниками – донесення до учасників базових знань та вмінь, якими повинен володіти помічник виховника (ройового), розвиток витривалості, координації та сили, виконання командних завдань та вправ, спрямованих на співпрацю та взаємодію між учасниками, навчання елементів тактичного мислення та стратегічного планування.

Очікуваний результат: Підготовлені помічники виховників – ройові з отриманими знаннями і навичками тактичного мислення та стратегічного планування, котрі ознайомлені з методиками, інструментами та стратегіями для ефективного проблемного вирішення завдань, які в майбутньому будуть мати місце у вишколах для вихованців «Джури». В перспективі – створені нові постійно діючі осередки (рої, курені) в Київській області. Вмотивована та національно-патріотично налаштована молодь Київщини, готова ментально долучатися до системи, котру пропагує Гра «Сокіл. Джура».

Сьогодні, враховуючи суспільно-політичні реалії в Україні, усе більшої актуальності набуває питання виховання в молодого покоління почуття патріотизму, відданості загальнодержавній справі зміцнення країни, формування активної громадянської позиції тощо. Адже саме патріотизм породжує впевненість у собі, волю до перемоги, віру в свою націю, свій народ, вселяє силу, яка дає міць іти впев-

нено та безстрашно до мети в єдності зі своїм народом.

Всеукраїнська дитячо-юнацька військово-патріотична гра «Джура» є системною формою національно-патріотичного і військово-патріотичного виховання дітей та учнівської молоді, важливим засобом громадянської освіти, формування національно-культурної ідентичності й оборонної свідомості здобувачів освіти в умовах повномасштабної військової агресії росії проти України.

Така гра, як виховна система, проводиться з метою збільшення кількості на ментальному рівні, громадян-патріотів, захисників державної незалежності та територіальної цілісності України як високоморальних особистостей, що плекають українські традиції, духовні цінності, володіють відповідними знаннями, вміннями та навичками, здатні реалізувати свій потенціал в умовах сучасного суспільства.

Основними завданнями вищевказаної системи є виховання дітей та молоді в дусі відданості принципам державної незалежності й соборності України та українському народу через плекання національних військово-патріотичних історичних традицій та створення умов для дієвого формування українських суспільно-державницьких цінностей: національної самосвідомості, ідентичності, самобутності, волі, соборності та гідності Українського народу; здобуття молоддю первинних загальновійськових і спеціальних навиків та компетентностей; організація змістовного дозвілля; запровадження найкращих практик та методик самовиховання як однієї з ключових форм самоврядування молоді; активізація процесу формування та закріплення навичок активного громадянства, основ самоврядування в учнівських та студентських колективах; заохочення дітей та молоді до вивчення історії боротьби за державну незалежність та територіальну цілісність України тощо.

Учасниками гри «Джура» є учні закладів загальної середньої професійної (професійно-технічної), фахової передвищої та позашкільної освіти, члени громадських об'єднань, учасники молодіжних центрів, центрів національно-патріотичного виховання, об'єднані на добровільних засадах у самовиховних малих групах – роях чи гуртках. А виховний метод

гри втілюється, зокрема, через самоврядування в первинних осередках – куренях через взаємодію роїв у рамках куреня, під керівництвом ради роєвих та опікою виховника. Сам виховник є учасником гри. Виховник має мати відповідний сертифікат про проходження вишколу за спеціальною програмою підготовки. Підготовка виховників здійснюється сертифікованими тренерами на вишкільних курсах – «Школах виховників», які проводяться установами, що мають право на такі послуги. За підсумками навчання видається сертифікат. Саме ж навчання включає теоретичний курс виховника, практичну роботу з куренем тривалістю 6 – 12 місяців та проведення курінного наметового табору.

Виховником може стати педагог, який працює з роями/осередками гри «Джура» на місці та хоче оволодіти методикою неформальної освіти з метою організації гри «Джура» (створення куреня); член громадської організації, що працює з молоддю; студент педагогічного вузу, який планує впроваджувати гру під час своєї майбутньої педагогічної діяльності; повнолітній вихованець гри «Джури», який має достатній досвід і вміння та готовий у подальшому виконувати роль виховника й ветерана; учасник бойових дій, що має можливість працювати в закладі освіти з неповнолітніми. Саме тому, окрім поточної роботи з роями і куреннями джур, значну увагу слід приділяти і тематичним вишкам для виховників та джур.



«Школа ройових». Особливості і структура

Цікавою та продуктивною є така форма роботи як вишкіл «Школа ройових» для молодих козаків та джур старшої й середньої вікових груп. Рекомендуємо змішувати вікові групи, адже таким чином джури отримають можливість учитися один в одного, ділитися своїм досвідом, практиками й навиками.

Залежно від пори року, місця чи форми проведення заходу, інструкторського ресурсу, програма «Школи ройових» може змінюватися. Однак пропонуємо зробити обов'язковими такі блоки школи: «Формуємо українську ідентичність», «Прокачуємо лідерські навички», «Продовжуємо опановувати навички джур».

Що ж передбачають запропоновані тематичні блоки.

«Формуємо українську ідентичність»:

- зустрічі з краєзнавцями, народними майстрами;
- майстерки з виготовлення народної іграшки, писанки, народного танцю, приготування української страви;
- майстер-класи з бойового гопака, хортингу, козацьких ігор;
- гра «Відун» (у формі брейн-рингу, «Що? Де? Коли?», тестування);
- створення ватри рою «Слава Героям».

«Прокачуємо лідерські навички»:

- тренінги з визначення та відпрацювання лідерських якостей;

- тренінг з ефективної та екологічної комунікації;
- тренінг «Вчимося вирішувати конфлікти»;
- тренінг «Як згуртувати команду (рій)»;
- тренінг «Стрес та позитивне мислення».

«Продовжуємо опановувати навички джур»:

- вишколи з конкурсів та етапів Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Джура» (згідно з Положенням);
- діяльність рою: створення та діяльність куреня в закладі освіти (сходи, гутірки, волонтерська діяльність, висвітлення діяльності у соціальній мережі, «Книга Звитяг», самофінансування).

Пропонуємо апробовану програму школи ройових, розраховану на 24 години, які відпрацьовуються три дні поспіль. Підкреслюємо, що Всеукраїнська дитячо-юнацька військово-патріотична гра «Сокіл» («Джура») насамперед є грою, метою якої є патріотичне виховання та розвиток ключових компетентностей для навчання протягом життя. Саме тому на вишколах ройових застосовуємо різні ігрові тренінгові вправи з розвитку цих компетентностей. Це допомагає дітям проживати всі етапи гри «Джура» від формування рою до створення куреню, взаємодії роїв у курені, вміння визнати результат гри та власний внесок у досягненні результату, обирати тактику вирішення задач для успішної реалізації основних завдань гри «Джура».



Програма пілотного проєкту «Київська обласна Школа ройових»

(27-29 лютого 2024 року, місто Бориспіль)

№ п/п	Етапи проведення	Тривалість (к/ть хвилин)
Перший день		
1.	Оголошення теми, правил вишколу	5
2.	Формування очікувань	10
3.	Знайомство з учасниками вишколу (бейджі)	10
4.	Легенда вишколу	15
5.	Об'єднання у рої, призначення опікунів. Правила спілкування (створення загальної групи у соцмережі, груп роїв)	10
6.	Проведення у новостворених роях вправи на знайомство, гри з визначення лідера	20
7.	Гра на об'єднання всіх учасників вишколу	10
8.	Вибір ройових: мозковий штурм «Хто такий ройовий, його якості....» обговорення у роях представлення ройових	15
9.	Отримання завдань роями: «Ватра» – перший вечір – презентація «Відомі українці» – другий вечір створення та презентація роями короткого відеоролика про життя на вишколі – завершення школи	15
10.	Інформаційне повідомлення «Що таке сходина?»	5
11.	Тренінг з інформаційної безпеки	40
12.	Тренінг з фізичної безпеки	40
13.	Ігри на згуртування	30
14.	Тренінг з розвитку навичок ефективної та екологічної комунікації	40
15.	Гра «Прес-конференція»	30
16.	Тренінг з психологічної безпеки	40
17.	Зустріч з військовим, учасником російсько-української війни	60
18.	Перегляд виступів конкурсу «Ватра»	30
19.	Вечірнє коло (відпрацювання навичок шикування, здачі рапортів)	15
20.	Робота в роях	30
21.	Вечірня рефлексія	30
Другий день		
1.	Ранкова руханка	15
2.	Вранішнє коло. Завдання «Місія нездійсненна»	15
3.	Вправа на згуртування	15
4.	Гра\вправа на розвиток комунікаційних навичок	15
13.	Підсумкова рефлексія	30
14.	Урочисте шикування (закриття вишколу, вручення сертифікатів)	20

№ п/п	Етапи проведення	Тривалість (к/ть хвилин)
5.	Вдосконалюємо навички джур: «Впоряд» «Топографія. Орієнтування» «Саперна підготовка» «Тактична медицина» «Смуга перешкод» «Бойовий гопак»	360 (6 годин)
6.	Представлення роями презентацій «Видатні українці»	40
7.	Вечірнє коло	15
8.	Рефлексія	15
Третій день		
1.	Ранкова руханка	15
2.	Вранішнє коло	15
3.	Гра/вправа на згуртування	15
4.	Створення куреня	30
5.	Обрання патрона, курінного. Обрання\написання пісні, гасла, створення знамена куреня	45
6.	Тренінг «Вчимося вирішувати конфлікти»	45
7.	Планування діяльності куреня. Проведення гутірок, сходин	45
8.	Волонтерська діяльність джур	30
9.	Правила ведення сторінки куреня/ рою у соцмережі. Книга Звитяг	30
10.	Майстер-клас з виготовлення ляльки-мотанки	60
11.	Зустріч з місцевим краєзнавцем	60
12.	Перегляд створених відеороликів	20
13.	Підсумкова рефлексія	30
14.	Урочисте шикування (закриття вишколу, вручення сертифікатів)	20



«Школа ройових»: день перший

Після урочистого відкриття заходу роботу школи ройових варто розпочати з оголошення теми та мети заходу, ознайомлення з правилами. Ці правила окреслюють норми поведінки джур безпосередньо на території проведення заходу та під час тренінгів.

Правила варто оголосити й прописати на фліпчарті під час мозкового штурму. Важливо, що учасники мають можливість внести до правил свої пропозиції. Правила слід погодити з учасниками вишколу шляхом голосування, а потім вивісити на стіні безпосередньо у приміщенні, де проводитиметься більша кількість занять.

Правила для учасників школи ройових

- дотримуватися дедлайну
- правило піднятої руки
- правило вільної ноги
- не користуватися мобільними телефонами
- ставитися один до одного з повагою
- бути доброзичливим, толерантним, активним
- говорити по-черзі
- не перебивати
- не критикувати
- не давати порад, що повинні робити інші, а чого не повинні
- поважати кожного учасника
- бути уважним
- виявляти чуйність, співчуття
- бути ввічливим
- бути позитивним

Вправа з формування очікувань

Наступним етапом заходу є проведення вправи з **формування очікувань в учасників**. Один із варіантів проведення вправи: роздати джурам по два стикери різного кольору, наприклад жовтий та блакитний. На блакитному учасники мають прописати свої очікування від заходу: нові знання, досвід, знайомства; на жовтому – побоювання та тривоги: не встигнуть, не зрозуміють, повітряні тривоги стануть на заваді тощо. Тренер тим часом малює повітряну кулю на фліпчарті і пропонує джурам наклеїти стикери на малюнок: «блакитні очікування» безпосередньо на кулю, «жовті по-

боювання» – на кошик. Перед тим як наклеїти стикери, джурам варто озвучити написане.

Сформувавши очікування, продовжуємо знайомство. Роздаємо бейджі джурам і пропонуємо підписати їх так, як вони хочуть, щоб їх називали під час вишколу. Це може бути як справжнє ім'я, так і псевдо (псевдонім, позивний). Бейджі підписують і джури, і тренери.

Для довідки. Дмитра Вишневецького, що збудував на Малій Хортиці прототип Запорізької Січі, усі знають за його військовим псевдонімом Байда. У «Енциклопедії історії України» читаємо: «Запорозькі прізвиська надавалися в різні часи і з різних мотивів, але основа їх появи була одна й та сама – або пам'ятний вчинок людини, або незвичайна подія в її житті, або особлива риса її характеру, поведінки чи зовнішнього вигляду. В основу прізвищевих назв часто закладалися жарт, гумор, насмішка. Тому ці прізвиська експресивні, емоційно-оцінювальні. Так, старий запорожець М. Корж розповідав, що своє прізвисько одержав тому, що, сходячи з могили Чортотлик, упав і скотився донизу, ніби корж. Малому на зріст козакові дали прізвисько Махина, великому – Малюта, неповороткому – Черепаха. Присліпою назвали козака, який, перебуваючи на чатах, не помітив, як підійшла польська частина».

У ХХ ст. практика військових псевдонімів також широко використовувалась. Наприклад, ОУН та УПА вели підпільну діяльність, що вимагала високої конспірації і обов'язкових псевдонімів. На цьому етапі псевдоніми не були гумористичними, а радше просто допомагали замаскувати справжню особу.

У добровольчих батальйонах, починаючи з 2014 року, відбулося схрещення жанру військових псевдонімів і позивних, тобто культурної традиції використовувати прізвисько на війні і тактичної необхідності маскуванню особи під час координації бойових дій за допомогою радіозв'язку. Причина такого схрещення криється в тому, що добровольчий рух не завжди дотримувався військових статутів, що забороняють подібну практику. Тепер термін

«позивний» часто використовують у значенні універсального військового псевдоніму.

Позивні повинні відповідати низці критеріїв:

- 1) В одному колективі не може бути двох однакових позивних.
- 2) Позивний має бути коротким і однослівним (двослівні трапляються вкрай рідко).
- 3) Позивний має звучати чітко, щоб не виникло плутанини в радіоефірі.
- 4) Позивний має маскувати особу.

За матеріалами сайту Uchoose:

<https://uchoose.uacrisis.org/ukrayinski-pozyvni-vid-bajdy-do-bati/>

Форми роботи з учасниками «Школи ройових»

Під час наших занять варто використовувати різні форми: тренінги, вишколи, майстерки та найбільше – ігри, ігрові вправи.

Гра є провідною діяльністю в навчанні наших вихованців, оскільки навчання має бути цікавим, викликати певні емоції. Сучасні діти вже тісно залучені до комп'ютеризації, глобалізації сучасних процесів і невід'ємною частиною їх життя стає гейміфікація (використання ігрових підходів для неігрових процесів). Вона давно і вдало використовується в маркетингу і керуванні персоналом, та найбільш цінною все ж є в освіті. Від гри як різновиду діяльності людини гейміфікація відрізняється тим, що її учасники орієнтовані на ціль своєї реальної діяльності, а не на саме процес гри. Ігрові елементи гейміфікації уподібнюються до реальних ситуацій. Це потрібно для мотивації конкретних поведінкових форм учасників для виконання завдань у певних умовах.

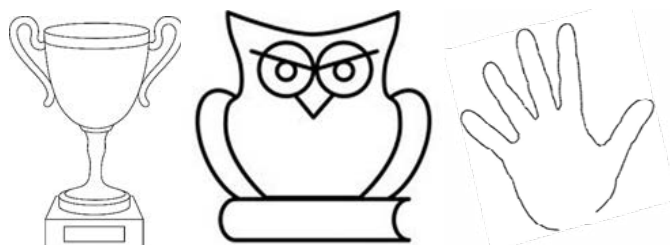
Гра дає можливість розвивати дитині нові навички, отримувати знання через наслідування дій, вчинків інших учасників, через створення нових уявних образів про процеси взаємодії між людьми в різних сферах діяльності. Інколи динамічність, наповнення гри стає для дитини неочікуваним поштовхом для розвитку фантазії, уяви, а разом з тим і для виникнення нових ідей, задумів, сюжетів, виконання нових соціальних ролей. І найважливіше, що в ігровому процесі не так страшно зробити помил-

ку, ніж в звичайному навчальному процесі. У процесі гри дитина робить стільки помилок, скільки дозволяє гра, але вона швидко аналізує ці помилки і намагається їх виправити, аби не втратити бали та досягнути позитивного результату. У більшості ігор є можливість заробити бонусні бали при виконанні додаткових завдань. Це відточує навички та вміння учнів у дослідженні, аналізі та пошуку найвдаліших способів вирішення продуктивних помилок, тобто помилок заради успішності.

Ігри на етапі знайомства учасників «Школи ройових» Гра «УЗД (умію, знаю, досягнув(ла))»

Мета: знайомство з дітьми через призму їх інтересів, умінь, досягнень; спостереження за емоційним станом дітей.

Перебіг вправи. Дітям роздаються роздруківки у форматі А-4, на яких вони у центрі долоньки мають позначати своє ім'я та свій настрій під час знайомства, а далі в умовних символах позначати свої вміння, навички, досягнення: сова – знання, ручка – вміння, кубок – досягаю.



Гра «Кулька мого світу»

Мета: познайомити учасників, дізнатися про їхні особисті вподобання та інтереси, вміння взаємодіяти в колективі.

Перебіг вправи. На аркуші паперу кожен учасник записує своє ім'я, 4 факти про свої уподобання (хобі, улюблена їжа, найбільша мрія тощо). Далі кожен учасник по черзі розповідає один факт про себе. Якщо хтось із аудиторії має подібне уподобання, піднімає руку. Так триває доти, доки усі уподобання учасників не будуть виголошені.

Наступний етап гри: аркуші паперову з написаними уподобаннями зім'яти так, що вийшли кульки. Діти стають у коло і за командою кидають свої паперові кульки через коло.

Потім після сигналу «Стоп» кожен учасник піднімає найближчу до себе кульку й намагається знайти того учасника, кому вона належить.

Цей етап можна проводити неодноразово для більш тісного знайомства учасників та встановлення контакту між ними.

Вправа «Якщо ти книга, то яка саме?»

Хід проведення. Учасники тренінгу по черзі відповідають на запитання, з якою книгою вони себе асоціюють і чому саме. Під час обговорення варто задати такі питання: Чи знайшли ви тих, з ким у вас спільні книжкові вподобання? Чи почули ви назву книги, яку вам захотілося прочитати?

Наступний етап у проведенні «Школи ройових» – **ОГОЛОШЕННЯ ЛЕГЕНДИ ВИШКОЛУ**. Таку легенду можна присвятити особі чи події, пов'язаній з місцем провдення вишколу, датами історичної події, яка відбулася у відповідні строки.

Легендою нашого вишколу став автор слів Гімну України Павло Чубинський, який народився у місті Борисполі. Можна запропонувати джурам самим обрати легенду вишколу, також доречно провести гру, під час якої вихованці мають здогадатися, хто саме є легендою вишколу.

Питання до гри:

- Він народився 15 січня 1839 року.
- Його рід походив від української шляхти.
- Початкову освіту здобув від матері та домашніх учителів. Змалку починає захоплюватися географією, мріє про далекі подорожі. Після закінчення Другої київської гімназії вступає на юридичний факультет Петербурзького університету.
- У 1869 році очолює етнографічно-статистичну експедицію Російського географічного товариства в Південно-Західному краї.
- У 1872 році взяв шлюб з Катериною Порозовою.
- Його було вислано з Києва із заборонаю проживати в малоросійських і столичних губерніях. За допомогою президії Російського географічного товариства він дістає дозвіл проживати в Петербурзі.

- Він помер за день до свого 45-річчя.
- Його давнім предком був козак Іван Чуб.
- Він написав слова до Гімну України.

Саме такі питання ми обрали для визначення легенди нашого вишколу – Михайла Чубинського. Ви ж складете свої, враховуючи свою легенду.

Під час вишколу створюємо модель куреня. У довільному порядку **ОБ'ЄДНУЄМО ДЖУР У 4 РОЇ**. Це також можна реалізувати через вправу «Зима, весна, літо, осінь» або розрахунок по-порядку на 1-2-3-4. Можна зробити це веселіше – за допомогою цукерок, обгортки яких будуть чотирьох різних кольорів (відповідно до кількості роїв).

Далі робота продовжується у новостворених роях: кожен рій має обрати ройового, придумати назву свого рою, обрати пісню, намалювати емблему. Після закінчення виділеного для цього часу відбувається представлення роїв.

Важливим кроком є обрання ройового. Попередньо проводимо роботу з визначення лідера. Для цього пропонуємо джурам намалювати, яким саме вони уявляють лідера, його особливості й риси характеру. Відповідно до створеного образу лідера джури кожного рою обирають ройового шляхом голосування. Під час представлення ройового варто підкреслити, чому саме цей джура віднині є ройовим, які його особливі якості, чим він може бути корисним у цій ролі.

Рекомендовані вправи, які варто провести перед обранням ройового.

Вправа «5 кроків до кордону»

Мета: розвивати навички взаємодії, активного слухання, комунікації.

Перебіг вправи. Учасники стають у шеренгу так, щоб стопи їхніх ніг торкалися. Таким чином утворюється безперервна лінія з учасників. Ведучий розміщується навпроти команди на відстані п'яти кроків і грає роль «прикордонника». Команда має зробити 5 спільних командних кроків до прикордонника, не розриваючи лінії шеренги. Якщо хтось із гравців під час виконання спільного кроку «розриває лінію», команда повертається на старт. Мета

гри – впритул підійти усією командою до ведучого. Гру можна проводити як змагання між роями на швидкість або правильність виконання умов.

Вправа «Колесо єднання»

Мета: розвивати навички згуртованості, вміння активно слухати, працювати як єдине ціле, просторове орієнтування.

Перебіг вправи. Для проведення гри потрібно мати круг з отвором всередині в діаметрі 2 см, на краях якого зроблені отвори, через які протягнуті мотузки довжиною до 1 м. Гра може проводитися в двох варіантах: для малювання та для перенесення предметів.

Перший варіант гри: в отвір посередині вставляється маркер. Учасники тримають круг за мотузки, руки не можна переставляти далі, ніж за середину мотузки. Учасники мають створити малюнок на задану тематику. У нашому випадку тематика – козацтво, «Джура». Тож можемо малювати козака Мамая, писати слово «Джура» чи «козак»... Гру ускладнюємо тим, що залишаємо лише одного учасника з відкритими очима, усі інші учасники команди створюють малюнок із закритими очима під керівництвом одного члена команди.

Вправа «Малюнок з каракулів»

Мета: розвивати творчу уяву дітей, креативне мислення, вміння працювати в групі.

Перебіг вправи. Для проведення вправи формуємо групи. Учасники отримують аркуші паперу, різнокольорові маркери. На першому етапі гри діти на папері протягом 2 – 3 хвилин малюють різні лінії (рівні, хвилясті, зигзагоподібні), крапки, коми різного розміру. Головна умова: не зображувати на папері геометричні фігури. На другому етапі учасники протягом 5 хвилин з нанесених на папір ліній створюють тематичний малюнок (тематика малюнка відповідає темі заходу, який ви проводите). На фінальному етапі підсумовуємо роботу: наскільки зрозумілим і потрібним було виконання першого етапу гри; наскільки важким було для виконання творче завдання другого етапу; хто не вірив у реальність виконання творчого завдання на другому етапі і

чому; хто допоміг вирішити це завдання.

Вправа «Джура – це...»

За допомогою цієї вправи об'єднаємо всіх в одне коло.

Мета: ознайомитися з початковими уявленнями вихованців про зміст гри, культурні та історичні цінності українців, розвивати творче асоціативне мислення та уяву.

Перебіг вправи. Посеред великого аркуша записуємо слово ДЖУРА. На цьому ж аркуші записуємо й асоціації, які будуть називати діти, щодо поставлених запитань:

Якщо джура – це меблі, то які?

Якщо джура – це герой з мультфільму, то який?

Якщо джура – це дерево, то яке?

Якщо джура – це явище природи, то яке?

Якщо джура – це військова техніка, то яка?

Якщо джура – це музичний інструмент, то який?

Якщо джура – це посуд, то який?

Якщо джура – це транспорт на воді, то який?

Якщо джура – це страва, то яка?

Якщо джура – це літературний твір, то який?

Якщо джура – це тварина, то яка?

Якщо джура – це колір, то який?

Якщо джура – це погода, то яка?

Якщо джура – це пора року, то яка?

Якщо джура – це транспорт, то який?

Якщо джура – це птах, то який?

Якщо джура – це легенда, то яка?

Якщо джура – це житло, то яке?

Якщо джура – це посада, то яка?

Якщо джура – це річка, то яка?

Якщо джура – це спорт, то який?

Якщо джура – це пісня, то яка?

Якщо джура – це людина, то яка?

Завдання, які виконують об'єднані у рої джури, не лише згуртовують їх і дають змогу краще пізнати одне одного. Під час виконання таких вміло підібраних завдань, учасники вишколу мають змогу відпрацювати навички створення й монтажу відеофільму (створення відеоролика про життя рою під час вишколу), вміння підготувати й

оформити презентацію («Відомі українці»), постановки інсценізацій на конкурсі «Ватра».

Завдання «Відомі українці». Метою цього завдання є створення повноцінної презентації про відомих українців, які народилися у березні (в нашому випадку). З відібраних 10 прізвищ українців, життя та діяльність яких була пов'язана з березнем, ройовий кожного роду наосліп обрав 5 з наданого переліку. Порадившись у рої, джури обирають одну історичну постать, про яку до кінця наступного дня мають підготувати повноцінну презентацію тривалістю до 10 хвилин.

Така презентація – а їх на завершення має бути чотири відповідно до кількості роїв – може стати в нагоді під час проведення сходин у березні та надасть можливість більше дізнатися про діяльність відомих українців.

БЕРЕЗЕНЬ. Михайло Вербицький, Володимир Івасюк, Євген Патон, Леонід Глібов, Володимир Винниченко, Роман Шухевич, Тарас Шевченко, Устим Кармелюк, Володимир Вернадський, Максим Рильський, Ліна Костенко, Іван Мазепа, Михайло Лисенко, Архип Люлька, Іван Козловський, В'ячеслав Чорновіл, Кирило Розумовський, Микола Міхновський, Лесь Курбас, Дмитро Коцюбайло.

Для довідки. Сходини – це щотижнева зустріч рою, під час якої учасники отримують нову цікаву інформацію, навчаються, граються, тренуються, практикуються, спілкуються.

Зазвичай це адміністративні справи рою, бесіда на визначену тему, майстерка, інструктаж, ігри, вивчення пісень, впряд тощо.

Розгортання теми сходин може бути цікавим дослідженням та обговоренням.

Теми сходин рою можуть варіюватися залежно від конкретної програми чи організації, проте основні теми зазвичай включають такі аспекти:

1. **Лідерство:** розвиток навичок управління, комунікації, прийняття рішень та спроможностей.

2. **Навички виживання:** основи першої медичної допомоги, навички спорудження примітивних укриттів, розпалювання вогню тощо.

3. **Екологія:** розуміння та захист природи, вивчення місцевої флори та фауни, екологічні проекти.

4. **Патріотизм та громадянська відповідальність:** вивчення історії та культури своєї країни, волонтерська діяльність, участь у громадських заходах.

5. **Здоровий спосіб життя:** фізична активність, правильне харчування, відмова від шкідливих звичок.

6. **Творчість:** розвиток творчих навичок через мистецтво, музику, літературу, ремесла тощо.

7. **Соціальна взаємодія:** навички співпраці, взаємодопомоги, побудова позитивних взаємин та розвиток емоційного інтелекту.

Ці теми сприяють розвитку різноманітних аспектів особистості та готовності до дії у спільноті.

Матеріали для проведення тренінгу з інформаційної безпеки

Навчання учнів основам інформаційної безпеки та формування навичок медіаграмотності є актуальною й важливою складовою роботи щодо створення безпечного освітнього середовища. Адже онлайн-простір настільки підступний, що іноді навіть дорослим складно убезпечити себе від ризиків і загроз. Безпека в Інтернеті – це не лише захист особистих даних та попередження кібербулінгу. Це ще і вміння розрізняти фейки від фактів та знаходити баланс між реальним та онлайн-життям, знайомство з альтернативними пошуковими системами та алгоритм складання пошукових запитів. Важливо сформувати уявлення про спільноти та електронне спілкування, правила взаємодії в соціальних мережах та вплив інформаційних джерел на складові здоров'я; інформаційний простір та інформаційну війну, безпеку в інформаційному просторі.

Вправа «Інформаційне гроно»

Мета: засвоєння учасниками понять «інформаційна культура», «інфомедійна гра».

мотність», «цифрова грамотність».

Необхідні матеріали: фліпчарт, папір, стикери, маркери.

Хід проведення. Учасникам роздають стикери двох кольорів, на яких вони мають написати асоціації до понять «інформаційна культура» та «інфомедійна грамотність». Заздалегідь на фліпчартах зображено 2 грона: одне для поняття «інформаційна культура», інше – для поняття «інфомедійна грамотність». Учасники почергово озвучують свої відповіді та наклеюють стикери на грона. Додатково гравці обмірковують суть цифрової грамотності та на якому гроні можна розташувати асоціації до цього поняття.

Запитання для обговорення після виконання вправи: чи легко ви виявили різницю між цими поняттями? Якими є спільні риси для обох понять?

Для довідки. Більшість учених тлумачать інформаційну культуру як сукупність знань, умінь і навичок щодо пошуку, відбору, аналізу інформації. Частина авторів звужує поняття до рамок комп'ютерної грамотності, але більшість визначає інформаційну культуру як одну з граней загальнолюдської культури або інформаційної компоненти культури загалом.

Інфомедійна грамотність зумовлює інформаційну культуру і навпаки – інформаційна культура є основою інфомедійної грамотності.

Інфомедійна грамотність формує вміння правильно використовувати різноманітні засоби для отримання інформації. Це також про необхідність критично ставитися до будь-якої інформації і, якщо необхідно, виявляти та відфільтровувати недостатню або неправильну інформацію, визначати характер інформації, її технічну інфраструктуру та соціальний, культурний і навіть філософський контекст/вплив.

Складові інфомедійної грамотності:

- доступність інформації;
- вміння оцінювати інформацію;
- вміння фільтрувати та використовувати її з різних джерел.

Складові інформаційної культури:

- формування інформаційних навичок особистості;

- вироблення оптимальних способів використання інформації;
- механізми вдосконалення технічних засобів виробництва, зберігання та передавання інформації;
- розвиток системи навчання, підготовки людини до ефективного використання інформації та інформаційних засобів.

Вправа «Створи новину»

Мета: розглянути особливості інтерпретування інформації різними людьми, змодельовати процес спотворення фактів під час розповсюдження інформації, створення ІПСО. Необхідні матеріали: слова, написані на окремих кольорових аркушах (1 слово — 1 колір), фліпчарт із заготовленим оригінальним текстом новини.

Хід проведення вправи.

I етап. Тренер обирає актуальну новину відповідно до вікової категорії джур. Бажає, щоб така новина містила цифри, дати, імена, аббревіатури.

Для роботи з джурами на цьому тренінгу було обрано таку новину: «Відповідно до Закону України «Про повну загальну середню освіту» під час дії воєнного стану тривалість навчального року встановлює Кабінет Міністрів України. Так, постановою від 28 липня 2023 р. № 782 він визначив, що 2023/2024 навчальний рік триває з 1 вересня 2023 до 28 червня 2024 року». Далі з новини треба вибрати 4 ключові слова та записати кожне з них на окремому аркуші. Тренер обрав такі слова: «1 вересня», «28 червня», «навчальний рік», «тривалість». Представникам від кожного рою надають по слову, які вони мають показати за допомогою жестів. Усі присутні джури відгадують ці слова, з поданих слів складають новину, відтворивши її повний зміст, а також шукають цю новину на офіційному сайті.

Запитання для обговорення: чи легко було скласти новину? Ви одразу разом відтворили новину, чи в кожного учасника було своє бачення? Як швидко вдалося відшукати цю новину на офіційному сайті? Що вам в цьому допомогло?

Тренер підбиває підсумок: ми побачили, що кожен по-різному інтерпретує інформацію.

Також ця вправа допомагає визначити рівень нашої обізнаності в сучасному інфопросторі.

II етап. Тренер зазначає, що будь-яку інформацію можна спотворити. Іноді це відбувається випадково, та певні таблоїди та журналісти (люди) роблять це зумисно. Тренер пропонує учасникам спробувати себе в ролі таких людей та ЗМІ.

Завдання груп – подати новину, яку вони склали на попередньому етапі, в новому забарвленні:

- з оціночним судженням;
- з метою зробити сенсацію;
- з метою дискредитації героя новини.

Презентація напрацювань у роях, обговорення основних маркерів (оціночного судження; слова, що натякають на сенсацію та клікбейти; хто є головним героєм і кого можна звинуватити у створенні новини, що означає «дискредитація»).

Тренер підбиває підсумок: ми поговорили про інтерпретацію та стиль подачі новин. Але інформація має властивість розповсюджуватися. А от під час цього процесу дуже важко уникнути спотворення фактів.

Вправа «Що робити»

Мета: формування в учасників умінь вирішувати проблемні ситуації, що можуть виникнути під час спілкування та взаємодії в інтернеті.

Необхідні матеріали: картки із ситуаціями, шляхами отримання захисту й допомоги (роздатковий матеріал), маркери й аркуші паперу.

Хід проведення. Тренер об'єднує учасників у групи по 4-5 осіб. Під час командної роботи учасники ознайомлюються з проблемними ситуаціями та шляхами отримання захисту й допомоги. Їхнє завдання:

- ознайомитись зі змістом карток, розкласти їх у дві групи та дати кожній назву;
- розкласти картки в пари за схемою: проблема – шлях отримання допомоги й захисту;
- вибрати 2 проблемні ситуації та розкласти шляхи навколо них для розширення розуміння того, що для проблемної ситуації можна використовувати кілька способів отримання допомоги й захисту;

- вибрати 2 шляхи рішень і розкласти проблемні ситуації навколо шляхів для розширення розуміння того, що деякі способи отримання допомоги й захисту можна використовувати для різних проблемних ситуацій.

Ситуації

Хейтери під постом в інстаграмі залишили негативні коментарі, що дуже засмучують.

Людині погрожують, переслідують у приватному спілкуванні онлайн.

Людина розмістила в себе на сторінці неправдиву інформацію, образливі чутки про іншу людину / людей.

Людина розголошує онлайн приватні подробиці життя інших людей.

Людина зламала чужий акаунт і публікує пости від чужого імені.

Людина розмістила фото без згоди осіб, які є на ньому.

Людину шантажують поширенням приватної інформації та вимагають переказати гроші.

Людина купила кросівки онлайн, переказала гроші, але кросівки так і не отримала.

Шляхи отримання допомоги та захисту

Блокувати користувачів у соціальній мережі чи месенджері.

Повідомити про контент із використанням опції «Поскаржитись на контент» у соціальній мережі чи месенджері.

Зробити скрин і звернутися за телефоном 102 або до найближчого відділку поліції.

Зробити скрин і звернутись онлайн до кіберполіції.

Вийти із застосунку чи виключити смартфон/планшет.

Звернутись до адміністратора сайту/ групи в соціальній мережі.

Вибрати налаштування приватності в соціальній мережі чи месенджері.

Звернутися по пораду до психолога.

Запитання для обговорення: чи виникали труднощі в підборі проблемної ситуації та шляху рішення до неї? Чи можна добирати до проблемних ситуацій кілька шляхів вирішення і навпаки? Що, можливо, ви тепер будете робити по-іншому або зможете порадити іншим?

Вправа «Маніпуляція з кольором»

Мета: проаналізувати ситуацію з маніпулятивною інформацією.

Хід проведення. Тренер дає завдання групі: «Уважно роздивіться навколо в кімнаті та запам'ятайте всі предмети червоного (колір обираємо відповідно до ситуації) кольору». Потім просить учасників заплющити очі й назвати всі чорні предмети в кімнаті.

Запитання для обговорення: наскільки просто вам було виконати завдання і чому? Чи стикалися ви з подібними маніпуляціями в реальному житті?

Інформаційне повідомлення

«Фактчекінг». Фактчекінг (з англ. *Fact checking* – перевірка фактів) – це один із напрямків журналістського контролю. Перевірка фактів є процесом перевірки фактичної достовірності звітів і заяв, що викликають сумнів.

Як працює фактчекінг? Українська громадська організація Інститут масової інформації (ІМІ) виділяє два основних аспекти як журналісти-фактчекери мають перевірити факти:

- обрати матеріал і виділити з нього твердження, що потребують перевірки; обрати якомога оперативніший та якісніший спосіб перевірення;
- пошукати в авторитетних джерелах інформації підтвердження, що допоможуть класифікувати повідомлення як правдиве, неправдиве, оманливе або таке, що не можна перевірити.

Українські фактчекінгові організації:
VoxUkraine / Антологія Брехні від VoxCheck
StopFake

По той бік новин

БезБрехні

Детектор медіа

Інститут масової інформації (ІМІ)

Інтерьюз-Україна

НотаЄнота

Проєкт «Брехунець»

Проєкт «Як не стати овочем»

Проведення антифейкової гри, розробленої фактчекінговою компанією «НотаЄнота» з визволення Єнота з полону фейків.

«НотаЄнота» – це командна гра для учасників віком від 14 років. Мета гри – розвивати критичне мислення, показати, як працюють фейки та дезінформація на основі реальних кейсів, навчити визначати ворожі впливи та протистояти маніпуляціям. Мультимедійна презентація та онлайн матеріали для проведення першої гри «НотаЄнота» знаходиться за посиланням: https://docs.google.com/presentation/d/1DImZMuSi_aOUxMz-hIWjNbBj12FPkEEC/edit?usp=sharing&oid=116480714866906617522&rtfpof=true&sd=true

Матеріали для проведення тренінгу з фізичної безпеки

Вправа «Асоціативне гроно»

Мета: з'ясувати розуміння учасниками понять «фізична безпека» та «безпека дитини», обговорити їх зміст.

Необхідні матеріали: аркуш паперу, фліпчарт, маркери.

Хід проведення. Тренер запитує в учасників, як вони розуміють суть понять «фізична безпека» та «безпека дитини», а також фіксує відповіді на фліпчарту. Під час узагальнення відповідей бажано вийти на визначення поняття (або використати наведене визначення). За потреби тренер доповнює відповіді учасників.

Інформаційне повідомлення. Фізична безпека є невід'ємною складовою захисту та добробуту людей під час конфліктів та в мирний час. Поняття фізичної безпеки охоплює комплекс заходів і стратегій, спрямованих на запобігання травмам і збереження життя людей. Умови війни створюють особливі виклики та загрози для фізичної безпеки. Саме діти є найбільш вразливою категорією населення у таких умовах. Вони не мають можливості приймати зважені рішення через низку факторів.

Діти перебувають у процесі активного розвитку своїх когнітивних здібностей, зокрема здатності логічно мислити, аналізувати ситуації та безпосередньо приймати рішення з

оцінюванням можливих ризиків.

Воєнний конфлікт, стрес і переживання мають сильний емоційний вплив на дітей. Вони можуть бути переповнені страхом, тривогою та нерозумінням, що ускладнює їхню здатність приймати розсудливі рішення та давати об'єктивну оцінку ситуації.

Діти зазвичай мають обмежений життєвий досвід і знання про світ, особливо в контексті воєнного конфлікту. Вони можуть бути недостатньо обізнані з поточною ситуацією та реальними наслідками своїх дій.

Передусім потрібно відзначити, що фізична безпека вимагає сукупності заходів, спрямованих на уникнення небезпек, мінімізацію ризиків і забезпечення безпечних умов під час військових дій. Це включає захист від вогнепальної та артилерійської зброї, вибухів, ракетних атак, хімічних і біологічних загроз. Також до поняття фізичної безпеки входить захист від травм і поранень, створення безпечного життєвого простору, забезпечення водопостачання, харчування та медичної допомоги. Ключовими аспектами фізичної безпеки дітей під час війни є знання та розуміння загроз, які можуть виникнути, а також вміння діяти в екстремальних ситуаціях. Це можуть бути обстріли, бомбардування, атаки на інфраструктуру, руйнування будівель, небезпека поблизу військових об'єктів тощо. У таких умовах фізична безпека стає основним пріоритетом, і необхідно вживати відповідних заходів для зменшення ризиків і захисту життя та здоров'я людей.

Дитина в безпеці:

- відчуває себе захищеною та перебуває у стані спокою;
- має контроль над власним життям — розуміє, що відбуватиметься, до кого може звернутися по допомогу, здатна диференціювати власні емоції та відтворювати події, що відбувалися з нею раніше;
- має уважну та турботливу дорослу людину поруч;
- не має об'єктивних і суб'єктивних загроз.

Вправа «Безпечна карта України»

Мета: визначити регіональні особливості безпекової ситуації.

Необхідні матеріали: аркуш фліпчарту з

намальованим контуром України, стикери різних кольорів.

Хід проведення. Тренер готує умовні позначки (різнокольоровими стикерами), які маркуватимуть небезпеки в різних регіонах України: ракетні обстріли, міни, близьку зону бойових дій, повінь, пожежу, вибухонебезпечні предмети, землетруси, хімічну небезпеку, радіацію. Учасники отримують стикери кольорів умовних позначок і кріплять їх на аркуші з намальованою картою в тих регіонах, де є та чи інша небезпека.

Запитання для обговорення: що ми розуміємо з цієї карти? Що важливо для людей, які проживають у цьому регіоні? Чи можуть бути однакові для всіх інструкції й алгоритми дій?

Вправа «Безпечний простір»

Хід проведення

I етап. Учасники вишколу мають перейти на один бік порожньої тренінгової зали (коридору). Тренер пропонує перейти на інший бік швидким кроком. Запитання: як ви себе відчували у процесі?

II етап. Учасники вишколу так само вишиковуються з одного боку тренінгової зали (коридору). Цього разу тренер зав'язує очі одному-двом учасникам, призначає умовно одного глухим учасником, двох з травмованою одною нижньою кінцівкою, одного-двох з травмованими верхніми кінцівками, одного садить на стілець, проговорюючи, ще це імітація інвалідного візка. Потім знову пропонує перейти на інший бік швидким кроком.

Запитання для обговорення: що змінилося? Як почували себе учасники із зав'язаними очима? Як відчував «глухий», що саме потрібно робити? Що відчули «травмовані»? Чи допомагали взагалі учасники одне одному? Хто кому допомагав?

III етап. Учасники знову вишиковуються з одного боку аудиторії. У центрі кімнати в хаотичному порядку встановлюються стільці, одному-двом учасникам (вже іншим) знову зав'язують очі, декількох інших також призначають з умовними травмами. Тренер втретє пропонує так само перейти на інший бік, долаючи перешкоди (обходячи і не чіпаючи стільці).

Запитання для обговорення: які перепони були під час виконання завдання? Що відчували учасники під час виконання вправи? Наскільки важко було пройти поміж стільцями із зав'язаними очима? Як гадаєте, чи відчують люди з порушеннями зору, слуху або опорно-рухового апарату себе на рівних з іншими людьми?

Гра-руханка «Грім-ураган-землетрус»

Мета: ознайомлення з явищами природи в ігровій формі.

Хід проведення. Джури об'єднуються в трійки за допомогою вправи «Атоми-молекули». У кожній трійці двоє учасників беруться за руки і, піднімаючи їх, створюють «хатинку», третій учень стає між ними як мешканець будинку. Якщо ведучий (учитель) каже: «Грім», мешканці хатинок намагаються знайти собі нові хатинки та забігають у середину будинку нової пари. Якщо ведучий каже: «Ураган», – «хатинки» шукають собі нових мешканців, а за сигналом «землетрус» усі трійки розпадаються та створюють нові. Завдання ведучого – знайти собі трійку. Той, хто не встиг знайти собі нову хатинку або нового мешканця, стає ведучим.

Мозковий штурм «Безпечна дорога: яка вона?»

Необхідні матеріали: аркуш фліпчарту з написом «безпечна дорога: яка вона?», маркери.

Хід проведення. Тренер говорить: «Усі ми з вами дістаємося до школи, у кожного свій шлях. Поміркуйте, що для вас означає «безпечна дорога до школи». Тренер фіксує відповіді учасників на фліпчарті та узагальнює їх.

Моделювальна гра «Безпечна дорога до школи»

Мета: актуалізувати тему «Безпечна дорога до школи» через визначення можливих ризиків і шляхів їх запобігання / подолання.

Матеріали: паперовий макет школи, плакат із написом «Алгоритм виконання завдання», папір А4 червоного та зеленого кольорів, скотч малярський, аркуші з написа-

ми «велосипед», «шкільний автобус», «громадський транспорт», «пішохід» та з ілюстраціями написів.

Хід проведення. Учасники працюють у роях. Тренінгову залу ділять на 4 сектори, наклеївши малярський скотч за діагоналями навхрест. Макет школи розміщують на перетині ліній. Утворені половини кожної діагоналі є уявними дорогами до школи. Кожна група за вказівкою тренера отримує завдання, вихідні умови (певний вид транспорту, яким дитина прямує до школи) та займає локацію.

Завдання для роботи в роях:

1. Визначити можливі ризики на шляху до школи та записати їх на аркушах червоного кольору.
2. Розташувати аркуші з ризиками на уявній дорозі до школи. Після цього групи міняються локаціями за діагоналлю та отримують наступне завдання:
3. Запропонувати шляхи запобігання ризикам, визначеними попередньою групою, та записати їх на аркушах зеленого кольору.
4. Представлення групами напрацювань ризиків зі шляхами вирішення.

Після відповіді на останнє запитання тренер пропонує джурам узяти по одному аркушу із зазначеними пропозиціями, до вирішення яких вони вже готові долучитися самі або з допомогою дорослих (вчителів, батьків ...), та підкреслює, скільки важливих питань можливо владнати вже зараз.

Гра «Повітряна куля»

Мета: розвинути вміння працювати в групі, команді, удосконалювати навички виживання в екстремальних умовах.

Хід проведення. Учасники працюють у вже сформованих роях.

Інструкція тренера: «Зараз ви учасники подорожі на повітряній кулі. Ваша подорож триває вже досить довгий час. На борту знаходяться такі предмети:

- ніж мисливський;
- коробка шоколаду – 21 плитка;
- енциклопедія «Виживання в екстремальних умовах»;
- 3 мішки з піском;
- мотузка завдовжки 20 метрів;
- компас;

- комплект теплого одягу для кожного;
- снасті для рибальства;
- запаси їжі на добу для кожного мандрівника;
- каністра з питною водою – 10 літрів;
- вогнепальна зброя;
- пристрій, що відлякує диких тварин.

Раптом механізм, що підтримує потрібну температуру повітряної кулі, зламався. Куля починає падати! До найближчого населеного пункту – 7 днів пішки! Ваше завдання – скидати баласт, тобто пронумерувати список предметів у послідовності, у якій будете від них позбавлятися. Пояснюйте свої дії. На борту повинно залишитися тільки два найнеобхідніші предмети. Домовляйтеся: ваше рішення має бути спільним! До зіткнення кошика із землею – 5 хвилин!

Підбиття підсумків. Вправа «Світлофор»

Мета: визначити рівень обізнаності учасників у темі.

Матеріали: плакат із зображенням світлофора та інструкція з виконання, стикери, маркери.

Хід проведення. Слова тренера: «Прошу Вас на хвилину задуматися, що ми робили впродовж тренінгу. Згадайте кожну вправу, яку роль вона відігравала в розумінні питання фізичної безпеки. А тепер прикріпіть свій стікер на той колір світлофора, де ви зараз перебуваєте в розумінні цієї теми. Зелений колір означає «рухаюся впевнено», жовтий – «розумію, але потребую незначної допомоги», червоний – «стою на місці, не знаю, що тут роблю». Відповідно до відповідей учасників тренер підбиває підсумки.

ПІСЛЯ двох тренінгів запропонуємо порухатися нашим джурам. І тут можемо використати наступні ігри.

Гра «Козацький футбол»

Мета: налагодження тактильного контакту, навичкам взаємодії в групі, уважності, зосередженості.

Хід проведення. Для проведення гри потрібно мати 3 – 4 невеличких м'ячки діаметром 10 см. Діти стають у коло, ноги на ширині

плечей, нахиляються вперед, руки перед ногами (ноги – це ворота, руки закривають ворота), стопи сусідів одна біля одної. Спочатку в коло закидаємо один м'яч, діти грають ним у футбол (заборонено забивати у сусідні ворота, підкидати м'яч вгору, гра ведеться по низу). Коли діти звикаються з грою одним м'ячем, у коло підкидаються по черзі ще 2 – 3 м'ячі (це розвіює увагу дітей, але вчить їх швидкій реакції на зміни у грі, у житті). Якщо у ворота був забитий м'яч, то дитина закладає одну руку за спину і продовжує гру. Якщо забили гол вдруге, то дитина повертається на зовнішній круг і знову відбиває м'яч двома руками. Втретє забитий гол – учасник відбиває м'яч однією рукою в зовнішньому колі. Вчетверте забитий гол у ворота дитини – гравець виходить з гри. Інші гравці звужуються в колі. Гру проводять до двох дітей, які вважаються переможцями. Гру можна проводити між роями.

Гра «Гопак, аркан, козачок»

Мета: вивчати культурну історичну спадщину України, розвивати уважність, спостережливість, навички невербального спілкування, взаємодії в групі.

Хід вправи. Діти стають у коло, дивлячись одне одному в потилицю. Попередньо вони мають ознайомитися з елементами українських звичаєвих танців. Один учасник відводиться від кола гравців. Діти домовляються, хто в колі ведучий і буде змінювати рухи танцю. Завдання учасника, що знаходиться поза колом: він стає всередині кола, уважно спостерігає за всіма гравцями в колі та має зрозуміти та вказати, хто змінює рухи в колі. Учасник, якого вгадали, стає за межами кола і тепер він буде відгадувати.

Матеріали для тренінгу з ефективного та екологічного спілкування

Слова тренера: Спілкування між людьми – надзвичайно складний процес. Неефективність спілкування може бути пов'язана з повною або частковою відсутністю того чи іншого комунікативного вміння, наприклад, вміння орієнтуватися та поводитися в конкретній ситуації. Причиною неефективного спілкування може стати й недостатній рівень

самоконтролю одного із суб'єктів цього спілкування (наприклад, через невміння подолати власну імпульсивність, агресію тощо). Кожен із нас навчається самоконтролю впродовж усього свого життя, набуваючи досвіду, який здебільшого базується на помилках і розчаруваннях. Чи можливо навчитися спілкуванню? Так. Зокрема, цей тренінг з ефективного та екологічного спілкування сприяє опануванню його учасниками прийомів ефективного спілкування.

Що ж таке взагалі ефективна комунікація? Навіщо вона потрібна людині? Які у неї є функції? Під час тренінгу буде розглянуто кроки до ефективної комунікації, визначено формулу ефективного спілкування.

«Для успіху у житті вміння спілкуватися з людьми набагато важливіше за наявність таланту», – стверджував Джон Леббок, британський енциклопедист, політик. Адже сам талант майже ніколи нічого не вирішує у житті, а от старання, вміння, комунікація з людьми допомагають досягти конкретних результатів. Чи згодні ви?

Завдання тренінгу – надати учасникам певну інформацію. Як скористатися цією інформацією, джури вирішуватимуть самі. Безперечно, під час заходу траплятиметься і знайома інформація. Але це не завжди означає, що ви цю інформацію використовуєте. Тому щоразу, коли почуете таку інформацію, запитуйте себе: «Чи я це роблю?». Якщо так – добре. Якщо ні – то чому?

Отже, що ж таке спілкування? (**мозковий штурм**)

Підсумок: спілкування – це процес обміну думками, почуттями, враженнями, загальом повідомлення.

А комунікація?

Комунікація – це процес передачі інформації.

Потреба в спілкуванні – одна з основних потреб людини.

Чим же відрізняється комунікація від ефективної комунікації? (**мозковий штурм**)

Підсумок: ефективна комунікація – це не просто обмін інформацією, це про розуміння емоцій і намірів людей, що спілкуються. Ефективний це той, що призводить до певних наслідків. Звісно, до тих наслідків, які ми собі уявляємо, яких прагнемо. Якщо маємо проти-

лежні наслідки – комунікацію не можна назвати ефективною.

Які синоніми ми можемо згадати до слова ефективний? (дійовий, плідний, результативний, продуктивний).

Тож якщо у нас є мета і її досягнуто в результаті нашої комунікації, то ми можемо назвати комунікацію ефективною.

А тепер разом з вами проаналізуємо, які ж є функції комунікації:

- задоволення потреб у спілкуванні,
- уточнення уявлення про себе,
- демонстрування поваги до іншого,
- розбудова стосунків,
- обмін інформацією.

Спілкування може бути вербальним і невербальним.

Інформаційне повідомлення. Інформацію ми можемо передавати через слова або вербально (усно чи письмово) і без слів, тобто невербально (міміка, жести, положення тіла). Ми розуміємо, що людина сумна чи весела, відкрита чи закрита. Дуже багато інформації зчитується невербально і за багатьма дослідженнями вважається, що саме через таке спілкування можна отримати навіть більше інформації, ніж через слова. Окремо можна виділити те, що пов'язує вербальне і невербальне спілкування: коли ми за допомогою темпу, пауз, тональності, діапазону голосу додаємо нашій інформації певного настрою, «забарвлення», значення.

Вправа «Плітка»

Пропонується шести гравцям вийти за двері. Одному з учасників показують малюнок. Потім цей учасник розповідає побачене другому гравцю, що знаходиться за дверима. Другий, відповідно, передає все, що почув і зрозумів, третьому і так далі.

Питання для обговорення: що відбувалося з інформацією, яка передавалася учасниками, під час виконання вправи? Чи змінилася інформація у фіналі? Чому це відбулося? Які фактори впливали на процес передачі інформації? Чи відчували ви відповідальність за вірогідність інформації, переданої вами? До чого може призвести така ситуація у реальному житті?

Вправа «12 кроків ефективного спілкування»

Тренер називає по черзі кроки ефективного спілкування, а учасники відмічають ті кроки, які вони знають і використовують.

1. Запам'ятовуйте ім'я людини і використовуйте його у спілкуванні, однак не варто цим зловживати.
2. Не надавайте передчасно оцінок.
3. Тримайте зоровий контакт.
4. Слухайте більше, ніж говорите. Тут, звичайно, залежить від ситуації. Але загалом має бути певний баланс 50/50, якщо ми знаходимося у ефективній комунікації.
5. Ставте запитання-уточнення.
6. Будьте готовим до нового.
7. Говоріть образно.
8. Не обговорюйте інших.
9. Не жалійтеся.
10. Несіть добрі новини.
11. Усміхайтеся.
12. Будьте собою.

Подивіться на ці пункти. Відмітьте, які з них є у вашому житті. Які необхідно додати.

А тепер разом з вами намалюємо портрет цікавого співрозмовника. Взагалі хто він такий – цікавий співрозмовник?

Про яку людину ви можете сказати, що вона є цікавим співрозмовником?

Які якості властиві цій людині?

Як вона говорить?

Що вона говорить?

Коли вона говорить?

Який вона має вигляд?

Що ж таке «цікавий»? (**мозковий штурм**)

Підсумок: цікавий – це той, хто привертає увагу, викликає інтерес; привабливий, гарний; хто виявляє цікавість, допитливий, жвавий, меткий, спритний.

Вашій увазі – 13 ознак цікавого співрозмовника. Ці ознаки переважно перегукуються з нашими дванадцятьма кроками.

1. Менше – «я», більше – «ти» або «ми»
2. Усмішка.
3. Зрозумілість.
4. Не перебивати.
5. Розповідати цікаві історії.
6. Робити компліменти.
7. Жарти.
8. Запитання.

9. Багатий словниковий запас.

10. Дивитися в очі.

11. Без критики та агресії.

12. Чітка, зрозуміла вимова.

13. Бути цікавим (для себе).

Як же стати цікавим співрозмовником? Як донести свою думку, щоб її почули?

1. Підготуйтеся заздалегідь.

2. Скорочуйте. Застосуйте правило 10 секунд: якщо головна думка не входить у цей проміжок часу, скорочуйте її доти, доки не залишиться основна ідея.

3. Пам'ятайте, що люди дуже різні. Що для вас видається очевидним, може бути не зрозумілим для інших.

4. Ставте запитання.

5. Відмовтеся від 7 «смертних гріхів» спілкування: не засуджуйте інших, не перебивайте співрозмовника, позбудьтеся негативу (не «нудіть»), припиніть скаржитися, говоріть природно, нікого з себе не вдаючи, не перебільшуйте (не робіть з мухи слона), не розтуляйте рот, аби лише говорити.

І головне – не говоріть тоді, коли вас не готові почути! Іноді ваш співрозмовник або аудиторія просто не здатні сприймати ваші слова (емоції, втома, поспіх). Не розкидайте своїм найціннішим даром – висловленими вголос думками. Вас почує той, хто хоче вас почути.

Спілкування не стане ефективним, якщо ви будете не уважні до співрозмовника, не спостережливі і не зможете його зацікавити. До речі, спостережливість та уважність важливі не лише для спілкування, але й для навчання, роботи та загалом життя. Ми уважно спостерігаємо, аналізуємо, систематизуємо й використовуємо це у житті.

Увага буває аудіальною та візуальною.

Як можна тренувати увагу?

1. Більше дивитися на світ, менше в телефон (кіно, театр, виставки... просто прогулянки).
2. Якщо про телефон – то і там можна знайти цікаве, гарне, корисне навіть у соціальних мережах, ютубі. Використовуйте цей час для задоволення та розвитку. Відпишіться від тих, хто не дає вам нічого корисного. Залиште тих, в кого можете взяти щось для вас цікаве.

3. Помічайте кольори та форми. Коли ми дивимось на хмаринку і уявляємо, на що вона схожа. На калюжу дивимось – на що схожа? На що схожий колір цього дерева? Це все дає нам змогу тренувати вміння помічати.
4. Формувати особисті справи. Про що? Наприклад, ми помічати вміємо, а от запам'ятати вже складно. Можна записувати. Записувати те, що ми сьогодні помітили.
5. Звертати увагу на зміни. На те, що відбувається у просторі. Як змінюється ваше місто, будинок, як змінюється кав'ярня, як її прикрашають до новорічних свят. Що додали, що прибрати. Це також і те, що ви можете використати під час спілкування.
6. Змінювати кут та ракурс. Це про те, що ми можемо змінювати місце спостереження за чимось – далі чи ближче, перейти праворуч, подивитися згори.
7. Ходити у нові місця, спілкуватися з новими людьми. Ходити новими дорогами. А нові люди дають нам змогу спілкуватися на нові незвичні теми і відкриватися по новому.

Вправа «Колір»

Слова тренера: «Роздивіться навколо себе і знайдіть всі речі зеленого кольору. У вас на це 30 секунд. А тепер назвіть усі речі синього кольору».

Все це зробити досить непросто. Ви або починаєте оглядатися довкола знову або просто не знаєте, що відповісти. Адже говорили про зелений! І запам'ятовували речі зеленого кольору.

Це свідчить про те, що наш фокус уваги вирішує, що ми запам'ятовуємо. Тому якщо умовно фіксуємо увагу на своїх відповідях (зеленому кольорі), не помічаємо відповіді іншої людини (інші кольори). Якщо фіксуємо увагу на негативі, не помічаємо позитив. Якщо ми фіксуємо нашу увагу на одній проблемі – не помічаємо інших можливостей у житті. Тобто це не лише про колір, це взагалі про наше життя.

Тепер переходимо до пам'яті. Помічати добре, але цього мало. Тож якщо ви уважний і все помітили, однак не запам'ятали нічого, то відповідно і бонусів собі не додали.

Вправа «Навчене око»

Слова тренера: «Виберіть будь-який колір (не обов'язково ваш улюблений), протягом наступного дня звертайте увагу на нього. Усюди, де б ви не були, фіксуйте знайдений колір у голові «ось це він, і це, і тут». А ще краще – фотографуйте! Тоді ви зможете поділитися своїми фото у груповому чаті. Бо ділитися та передавати інформацію – це ж про комунікацію саме!»

Пропонуємо вправи, які можуть підсумувати три попередні тренінги.

Вправа «Детективи»

Мета: розвивати творчу уяву дітей, критичне та аналітичне мислення, знайомство з дітьми, навички невербального спілкування.

Перебіг вправи: перед проведенням гри вихованцям дається таке завдання: на аркуші паперу намалювати 3 улюблені справи і 2 справи, до яких вам байдуже, нецікаво. Завдання – переглянути малюнки учасників гри та встановити авторів цих малюнків. Коли всі малюнки розкладені відповідно авторства, учасники гри намагаються зрозуміти, які 3 справи є улюбленими, а які 2 є нецікавим для кожного учасника.

Вправа «Птахи прилетіли»

Тренер роздає учасникам тренінгу кольорових пташок на двосторонньому скотчі. На фліпчарті малює велике дерево.

Слова тренера: «Чи справдилися ваші очікування? Якщо так, то приклейте свою пташку на дерево, якщо не зовсім – пташка до дерева може «не долітати» (Джури можуть коментувати свої дії, ставити уточнюючі запитання). Дорогі друзі, давайте на прощання станемо в коло, візьмемось за руки відчуємо тепло наших долонь, складемо віночок побажань. Подаруємо одне одному посмішку, адже сміх продовжує життя. А я хочу бачити вас завжди привітними, в гарному настрої з усмішкою на обличчі.»

Вправа «Прес-конференція»

Мета: розвивати навички активного слухання, правильного розуміння змісту повідомлення та його ретрансляції іншим, медіаграмотності.

Перебіг вправи. Виховник повідомляє, що всі вихованці є учасниками великої прес-конференції на задану тему (тема історії для переказування буде залежати від теми зборів). Але 4 (до 7) учасників будуть журналістами і потраплятимуть на прес-конференцію поступово, один за одним. Завдання дітей у залі щоразу аналізувати, як ретранслюється історія від ведучого до наступного журналіста. На фінальному етапі гри ще раз усім присутнім нагадується історія з першоджерел. Аналізуємо гуртом втрачені факти, помилково передані, наскільки змінена інформація відповідає дійсності (текст має бути насичений датами, прізвищами, географічними назвами тощо).

Далі наведено приклад історії про створення вогнепальної зброї (важливо щоб історія мала велику кількість дат, цифр, імен невідомих людей):

У 1320 році почали використовувати «модфу» — першу вогнепальну зброю, її конструкція була дуже проста: залізну чи дерев'яну трубку забивали з одного кінця, в порожнє місце засипали порох, а потім закладали жменю каміння (прототип картечі). Після успішного використання «мадф», європейці хотіли перевершити арабів в вогнепальній промисловості. З 1345 – 1346 років германські князівства починають виробництво бомбард. Розміри бомбард просто колосальні (наприклад, нідерландська «Скажена Грета» мала в довжину 5 метрів, її вага була 5 тонн. Вага ядра 325 кг, діаметр ядра 64 см). Бомбарди вражали ціль не тільки ядрами, а й звуком. За словами очевидців, від пострілу бомбарди падали коні. В 1364 році правителі італійського міста Перуджі наказали змайструвати 50 бомбарделл, які пробивають будь-який обладунок. Маленькі бомбарделли і пищалі були легкими і більш зручними, але постріл доносив вбивчу силу кулі всього на 25-30 метрів. Вирішенням проблеми стали «аркебузи» – мушкети зі стволом 80-100 см. Іспанія перша країна, яка перейшла від простих пищалей до сучасних на той час мушкетів. Мушкети стали першою

масовою зброєю, а стрільці з мушкетами стали називатись мушкетерами. Перший пістолет з'явився в 1590-х. Озброювалися пістолетами спеціальні полки кавалерії, згодом вершників прозвали пістольєрами. В 1605 році французький зброяр Марен Ле Буржа винайшов найнадійнішу конструкцію, названу французьким замком, який став основою вогнепальної зброї. З 1650-х років кременеві рушниці стали основною зброєю піхоти. В 1641 році у військових рушницях з'явився кіл-ніж, що допоміг піхоті оборонятись від кавалерії. У 1670 р. з'явилися перші набої (в аркуш паперу загортали порох і свинцеву кулю вагою 30 г). Винахідник нової гвинтівки Йоган Дрейзе працював над нею довгі роки. Все почалося в 1809 році, коли молодий німець приїхав у Париж в пошуках роботи. Зовсім випадково він стає підмайстром відомого зброяра Самуеля Полі. У вересні 1812 р. Полі отримав патент на рушницю, що заряджалася металевими набоями. Імператору Наполеону доповіли про нову зброю, але йому не було часу до нових рушниць, оскільки він був у вигнанні після поразки в Ватерлоо».

На завершення тренер пропонує змодельовувати ситуацію: нарада ройових під час проведення II (обласного) етапу Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»). На нараді вас інформують про заходи, які відбудуться наступного дня, умови проведення певних конкурсів та етапів. Лише вам розкажуть цю інформацію. Ви – ройовий – маєте донести отримане до джур свого рою, щоб можна було відпрацювати певну тактику. Що ви маєте зробити для того, щоб інформація не загубилася? (уважно слухати, вести нотатки, ставити уточнюючі питання...)

Запропонуйте вправу, щоб джури порушилися.

Руханка «Мишка і мушка»

Мета: активізувати увагу учасників після перерви.

Учасники стають у коло. Тренер запускає по колу вправо уявну мишку. Завдання учасників – підстрибнути почергово та пропустити мишку, щоб не наступити. Те саме повторити вліво.

На наступному етапі тренер запускає

уявну мушку й учасникам потрібно її пропустити, присівши почергово.

На третьому етапі тренер одночасно запускає мишку та мушку в різних напрямках.

Матеріали для тренінгу з психологічної безпеки Вправа «Коридор»

Мета: визначити схильність до стресових станів.

Хід вправи. Тренер пропонує учасникам продіагностувати себе. Учасники шикуються в одну лінію, утворюючи уявний коридор. Відповідаючи на запитання ствердно, учасник робить крок.

1. Чи важко вам звертатися до когось із проханням про допомогу?
2. Чи думаєте ви про свої проблеми у вільний час?
3. Якщо ви бачите, що в людини щось не виходить, чи відчуваєте бажання зробити це замість неї?
4. Чи довго переживаєте через неприємності?
5. Чи завжди ви поспішаєте?
6. Чи доводиться вам мати декілька справ одночасно?
7. Чи нервуете, коли стоїте в черзі?
8. Чи довго ви сумніваєтеся перед прийняттям рішення?
9. Чи маєте звичку перейматися чужими справами та давати непрохані поради?
10. Чи помічали за собою звичку говорити у швидкому темпі?

Підведення підсумку: якщо учасник зробив всі 10 кроків, то стресовий стан, нервозність, тривога для нього – звична справа.

Слова тренера: «Життя схоже на коридор, яким треба пройти. Хтось швидше рухається, а хтось – повільніше; одному важко дається певна робота, іншому – легше, однак пройти треба. Кожен з нас сам робить кроки. Різниця лише в тому, куди ведуть ці кроки. Дуже часто ми самі наближаємо стрес. Що ми знаємо про це явище?»

адже він допомагає пристосуватися до нових умов, впливає на працездатність, творчість, навчає долати перешкоди, мобілізувати сили та ставати впевненими в собі. Але водночас, якщо стрес тривалий, то він може стати руйнівним для здоров'я людини. Цим терміном користуються для позначення широкого кола станів людини, які виникають у відповідь на різноманітні екстремальні впливи. Стресостійкість – це якість особистості, окремими аспектами якої є стійкість, врівноваженість, опірність. Вона дозволяє індивіду протистояти різним труднощам, несприятливому тиску обставин, зберігати самопочуття та працездатність у різних випробуваннях.

Індивідуальна робота «Стратегія подолання стресу»

Мета: сформувати індивідуальні стратегії подолання стресу учасниками.

Необхідні матеріали: аркуші зі схемою подолання стресу відповідно до кількості учасників.

Хід проведення. Тренер дає кожному учаснику аркуш паперу, на якому запропоновано схему для складання власної стратегії подолання стресу. Слова тренера: «Кожний із вас отримав аркуш зі схемою, яка допоможе вам скласти власну стратегію подолання стресу. Це своєрідна картка з інструкціями, що дозволяє підготуватися до виникнення дисбалансу за рахунок завчасного складання низки корисних порад або тверджень, спрямованих на подолання стресу. В подальшому перечитування цієї картки дозволить натрапляти на корисні думки та способи аналізу ситуації, що за інших обставин виявилось б малодосажливим. Заповніть кожну позицію на отриманій картці. Заповнену картку майте завжди при собі, користуйтеся нею за необхідності». Учасникам для заповнення картки треба дати достатньо часу.

Три фактори, що найбільше викликають у вас стрес:

1. _____
2. _____
3. _____

Інформаційне повідомлення. Стрес (тиск, натиск) – це стан напруження, який виникає внаслідок дії сильного подразника, незвичайної ситуації. Стрес є необхідним,

Три способи, у які ви найчастіше відчуваєте стрес:

1. _____
2. _____
3. _____

Три найвагоміших причини для роботи над собою:

1. _____
2. _____
3. _____

Три речі, які ви плануєте зробити заради розвитку (вони мають бути конкретними, вимірними, досяжними, реалістичними, визначеними в часі):

1. _____
2. _____
3. _____

Три людини, яким ви першими зателефонуєте в складній стресовій ситуації (конкретні імена та контактна інформація про осіб, які вас підтримають):

1. _____
2. _____
3. _____

Найбільш вагома цитата або вислів, що має значення для вас особисто: _____

Запитання для обговорення:

1. Які пункти вам було легко написати? Які складніше?
2. Як і коли можна користуватися аркушем, який ви зараз заповнили?
3. Кому ви б порадили заповнити таку схему роботи із стресом?

Вправа «4 стихії»

Мета: виконати практичні вправи для відпрацювання навичок відновлення внутрішніх ресурсів під час та після стресових ситуацій.

Хід проведення. Тренер пропонує учасникам стати в коло, пригадати 4 стихії (повітря, вода, вогонь і земля) та разом виконати вправу.

Інструкція тренера: Згадаємо про ці стихії за допомогою вправ. Повітря – це дихання. Коли ми дихаємо, наше серцебиття стабілізується, негативні думки розвіюються. Подихаємо спільно:

- прислухайтесь до власного дихання,
- на рахунок 4 зробіть вдих (1-2-3-4),
- затримайте дихання, порахувавши подумки до 3,
- зробіть видих на 1-2-3-4-5-6-7-8,
- зупиніть подих, порахувавши до 3,
- знову зробіть вдих на 1-2-3-4.

Повторіть три або більше таких циклів. Ця вправа не має обмежень у віці, і діти, і дорослі відчуватимуть себе більш стабільними.

Вода. І у дорослого, і у дитини під час стресової ситуації в роті пересихає, тож нам потрібна вода. Якщо маєте поблизу воду, зробіть ковток, вдих-видих, знову – ковток. Якщо води поряд немає, спробуйте уявити лимон – і одразу буде повний рот слини.

Земля – це наша опора і те, що допомагає нам відчувати себе цілісними. Пропоную прості вправи на розслаблення і напруження м'язів. Якщо тремтять руки – витягуємо їх вперед, міцно стискаємо на 1-2-3, а на 1-2-3 розслабляємо та опускаємо вниз. Після чого відчуємо приємне розслаблення у руках. Те саме робимо з ногами, шиєю, спиною.

Вогонь – це наші думки, негативні емоції, які заважають мозку працювати в тому напрямку, який нам потрібен. Наше завдання – задіяти мислення. Для цього пропоную повернутися ліворуч і назвати найбільший предмет, який бачимо. Потім повернутися праворуч і назвати найбільший предмет, який бачимо. Далі дивимося прямо перед собою, називаємо найбільший предмет перед очима. Так робимо декілька разів.

Тренер робить підсумок вправи: після виконання всіх 4 стихій, ми відчуємо себе

значно легше, станемо більш зібраними, зможемо керувати своїми думками, приймати рішення.

Вправа «Австралійський дощ»

Хід проведення. Учасники стають у коло. Тренер: «Чи знаєте ви, що таке австралійський дощ? Ні? Тоді давайте разом послухаємо, який він?

Зараз по колу ланцюжком ви будете передавати мої рухи. Як тільки вони повернуться до мене, я передам наступні. Стежте уважно!»

В Австралії піднявся вітер (тренер тре долонями)...

Починає накрапати дощ (клацання пальцями). Дощ посилюється (плескання долонями по грудях).

Починається справжня злива. (плескання по стегнах).

Тепер град – справжня буря (тупіт ногами)!

Але що це? Буря стихає (плескання по стегнах).

Дощ стихає (плескання долонями по грудях).

Поодинокі краплі падають на землю (клацання пальцями).

Дощ стих, тільки чути тихий шелест вітру (потирання долонь).

Вийшло сонечко! (руки догори)!

Вправа «Плесніть в долоні одночасно»

Мета: розвиток орієнтації на партнера, уміння вловлювати невербальні сигнали.

Хід проведення. Учасники діляться на пари, стоять один навпроти одного. Завдання: плеснути одночасно, не домовляючись, не даючи сигналів тощо. Гра вважається зіграною, якщо партнерам вдалося відчувати ритм один одного та плескати без помилок.

ВЕЧІРНЄ КОЛО – обов'язковий церемоніал під час вишколу. На нашому вечірньому колі ми підбиваємо підсумки дня, обов'язково виконуємо спільно Гімн Збройних сил України. Варто відпрацювати здачу звітів ройових. Пропрацюйте це за різних умов: коли роїв багато і ройові здають рапорти одночасно, ройовий здає звіт біля свого рою, ройовий здає звіт, попередньо підійшовши до бунчужного. Тобто змодельуйте різні ситуації. На за-

вершення дня також оголошуємо наші плани на ранок: підйом, ранкова руханка, час зустрічі на вранішньому шикуванні.

Зустріч з військовослужбовцем

Таку зустріч варто включити до програми вишколу. Адже джури не лише матимуть змогу почути з перших вуст новини з фронту. Запрошений військовий для них на цей момент – брат, батько, дядько. Ставлячи запитання і спілкуючись з ним, вони ніби спілкуються зі своєю рідною людиною, за якою сумують.

Військовий може бути присутній і на показі «Ватр». Якщо ви визначите темою «Ватри» «Слава Героям», то джури більш відповідально поставляться до виконання завдання.

Завершити день варто вправами з рефлексії. Пропонуємо провести наступні вправи.

Вправа «Чарівна скринька»

Мета: підвести підсумки дня, рефлексія.

Ресурси: аркуш паперу для фліпчарту із зображенням великої скриньки, кольорові кружечки за кількістю учасників тренінгової групи.

Тривалість: 10 –15 хвилин.

Хід вправи. Кожен учасник отримує кружечок, який символізує скарб знань, умінь, що були отримані протягом першого дня тренінгової роботи.

Тренер пропонує кожному учаснику написати про свої здобуті скарби (2 хв.). Після цього учасники по черзі «кладуть скарби» у чарівну скриньку (прикріплюють кружечки на плакат із зображенням скриньки), коментуючи свою дію.

Вправа «Рефлексивна мішень»

Хід проведення. На аркуші фліпчарту тренер зображує «мішень», яка ділиться на 4 сектори. У кожному з секторів записують параметри для рефлексії групової взаємодії, діяльності, що відбулись:

1-й сектор – оцінка змісту;

2-й сектор – оцінка форми, методів взаємодії;

3-й сектор – оцінка діяльності тренера;

4-й сектор – оцінка власної діяльності.

Кожен учасник чотири рази (в кожен сектор) «стріляє» у мішень, називаючи цифру відповідно до власної самооцінки. Цифра від 1 до 10 відповідає оцінці результатів взаємодії, що відбулася. Якщо учасник дуже низько оцінює результати, то мітку ставлять відповідно від 1 до 3 на мішені. Якщо оцінює дуже високо – у поле «10» мішені. Після того, як кожний учасник взаємодії «вистрілив» (поставив 4 мітки) у рефлексивну мішень, тренер здійснює її короткий аналіз.

Вправа «Коло позитивних подяк»

Протягом 30 секунд сказати щось приємне та подякувати колезі з навчальної групи, яку для себе визначили, за щось приємне під час роботи. І так по ланцюжку, поки подяки не отримає кожен учасник. Учасник, який уже отримав подяку, не має на неї другого права. Важливо, щоб кожен з учасників отримав цю подяку.

Висновки: важливою складовою комунікації є вироблення навички розуміння своїх емоцій, їх змін, що або хто на ці зміни впливав; твій вплив на оточуючих людей. Іншим важливим фактором було те, що кожен має можливість бути почутим, його думка є важливою і врахованою. Під час рефлексії людина вчиться аналізувати ступінь своєї причетності для успішного виконання завдання, свою важливість та ідентичність у колективі.



«Школа ройових»: день другий

Новий день на вишкoлі розпочинається з ранкової руханки. Основним завданням ранкової гімнастики є підвищення загального життєвого тону та забезпечення участі у повсякденній діяльності. Головна мета ранкової гімнастики – підтримка оптимального фізичного стану, бадьорості, нормалізація здоров'я учасників. Проведіть її весело, використовуючи музику та гімнастичне приладдя.

Важливо не вказувати джурам час, коли необхідно прокинутися (оголошуємо лише збір на ранкову руханку), – вони самі мають організуватися: виділити час на гігієнічні процедури, застелити ліжко, переодягнутися.

Після сніданку розпочинаємо **ВАНІШ-НЄ КОЛО**. Важливо вишикувати учасників до 9 години ранку. Адже о 9.00 оголошується **Хвилина мовчання**, під час якої схиляємо голови перед пам'яттю загиблих Героїв та мирних жителів України.

Після відкриття дня на вишкoлі й виконання Гімну України варто оголосити плани на день. Ройовим роздають графіки відвідування майстер-класів з чітко визначеним часом початку їх роботи (45 хвилин працюємо, 15 хвилин перерва). Крім того, другого дня слід підготувати рої до їх об'єднання в курінь, для цього доречно провести вправу **«Місія нездійсненна»**. Щоб якісно виконати завдання, джури мають комунікувати не лише у рої, а й з іншими джурами, тренерами та навіть персоналом закладу, на території якого проводиться захід.

Мета: розвивати навички швидкої комунікації, активного слухання, злагодженості та згуртованості роботи в команді, вміння делегувати обов'язки, виявляти лідерів команди, розвивати творчість.

Перебіг вправи. На початку гри джурам видається перелік завдань, які вони повинні виконати до кінця дня. Усі завдання прописані на окремих аркушах, бажано за кількістю учасників. Завдання тренерів – спостерігати за тим, як учасники з цим справляються, яку тактику розподілу завдань обрали, хто керує розподілом завдань, хто перевіряє якість їх виконання. По закінченню часу тренер перевіряє виконання кожного завдання командою дітей (участь беруть усі учасники гри). Якщо завдання виконано, зараховується бал. Команда виграє, якщо виконано 90% усіх

завдань, і тоді місія вважається виконаною. Якщо завдання не виконано, джурам дається контрольне завдання (на відпрацювання). Завдання можна варіювати під певні заходи або команду учасників. Приклад завдань для виконання учасниками наведено нижче.

Варіанти завдань до вправи «Місія нездійсненна»

1. Усім джурам разом розповісти приказку про козаків.
2. Усім разом заспівати другий куплет пісні «Ой у лузі червона калина...»
3. Визначити середній вік людей на вишкoлі.
4. Підрахувати кількість прийомів їжі протягом вишколу.
5. Дізнатися улюблені страви кожного і визначити кількість співпадінь.
6. Дізнатися кількість пар взуття.
7. Порахувати кількість учасників вишколу, які грають на музичних інструментах та перелічити їх.
8. Назвати овочі або фрукти, які не їдять учасники вишколу взагалі.
9. Зробити нестандартне групове фото.
10. Дізнатися, яка кількість учасників гри нещодавно відвідували кінотеатр, назва фільму.
11. Назвати ПІБ тренерів вишколу.
12. Скласти акровірш з 5 рядків про роботу школи ройових.
13. Намалювати загальний портрет дівчат вишколу.
14. Намалювати загальний портрет хлопців вишколу.
15. Затанцювати усім разом танець гопак.
16. Порахувати кількість хлопців та дівчат за роками народження.
17. Порахувати іменинників кожної пори року.
18. Розіграти веселу сценку із життя в сім'ї на Різдвяні свята.
19. Підрахувати кількість учасників вишколу, які займаються спортом. Назвати ці види спорту.
20. Хлопці мають заплести коси дівчатам (тим у кого довге волосся).
21. Розіграти сцену з казки «Котигорошко».
22. Назвати спеціальності, на які навчаються студенти закладу освіти, де проводиться вишкіл.
23. Знайти найвищого і найнижчого учасників

вишколу.

24. Дізнатися меню на день від'їзду.

25. Дізнатися рецепт котлети, яку подавали першого дня на вечерю.

26. Викласти з підручних засобів портрет Павла Чубинського (легенда вишколу).

27. Порахувати, у скількох учасників вишколу карі очі, зелені, блакитні, сірі.

28. Скільки сходин з вулиці на поверх гуртожитку, де розташовані кімнати.

29. Порахувати загальну кількість братів та сестер учасників вишколу.

30. Назвати визначні пам'ятки історії та культури міста Борисполя.

31. Назвати географічні координати місця проведення заходу.

32. ПІБ директора закладу освіти, на базі якого проводиться захід.

Висновки: командні ігри дають можливість виховнику рою чи куреня бачити ситуативних лідерів, їх здатність спрямовувати учасників команди на прийняття спільного рішення та вміння злагоджено, узгоджено співпрацювати в команді, прийняття відповідальності за результат роботи. Також такі вправи розвивають навички конструктивної взаємодії та самоврядуванню всередині команди, розвитку довіри між учасниками, розуміння та прийняття особливостей кожного учасника, формування командного духу.

Тренери спостерігають за процесом виконання завдань. Варто кількості завдань прирівняти до кількості учасників, тому цікаво, чи спільно виконувалася робота, чи кожному було видано окреме завдання (адже були завдання, які може виконати один учасник, але більшість лише при спільній роботі). Крім того джури не завжди вважають тренерів учасниками вишколу – лише себе. У перший день вишколу головний тренер створює групу в месенджері для швидкої комунікації, куди на початок додаються лише тренери вишколи та ройові. Завдання ройових додати усіх інших учасників вишколу. Під час виконання завдань даної гри ми також відслідковуємо групу у месенджері (тут можливі і опитування щодо завдань, і розподіл завдань між учасниками тощо).

Насамперед після ранкового шикуння проводимо вправу, щоб зрозуміти чи засвоїли джури знання з попереднього дня. Для цього можна використати наступні вправи.

Вправа «Торбинка джури»

Мета: активізувати знання та навички попереднього дня.

Хід проведення. Тренер на фліпчарті малює торбинку і роздає джурам стикери різних кольорів. Джури мають написати на них про те, що вони запам'ятали з попереднього дня, що найбільше їх зацікавило, що було нового. Озвучивши, стикер треба наклеїти на середину торбинки.

Вправа «Не хочу хвалитись, але я...»

Мета: розвиток здатності до самопрезентації та висловлювання думки.

Всі учасники сідають у коло, кожен по черзі називає своє ім'я та продовжує фразу, що починається зі слів: «Не хочу хвалитися, але я вчора дізнався, що...», «Не хочу хвалитися, але вчора я вперше...».

Усі учасники висловлюються.

Далі варто згуртувати джур і налаштувати на подальшу роботу.

Вправа «Настрій»

(з книги Клауса Фопеля «Енергія паузи»)

Почніть ходити кімнатою, при цьому намагайтесь відчувати все своє тіло, ноги та ступні, руки та кисті, голову. Зауважте, які частини тіла ви відчуваєте як енергійні, а які – як сонні.

Подумайте про настрій, з яким ви почали вправу, та висловіть цей настрій ходою. При цьому не розмовляйте та не звертайте уваги на інших членів групи (15 секунд).

Потім ви маєте ходою висловити інший настрій. Уявіть, що зовсім знесилені. Ходіть певний час як дуже втомлена людина (15 секунд) (15 секунд).

Після цього спробуйте пройтися як абсолютно щаслива людина, що отримала радісне повідомлення (15 секунд).

Згодом – як дуже похлиха особа (15 секунд).

Далі йдіть як сновиди, що блукає уві сні

з розплющеними очима (15 секунд).

Спробуйте передати ходою, що маєте нечисте сумління (15 секунд).

Пройдіться як геній, ніби ви щойно отримали Нобелівську премію (15 секунд).

А тепер рухайтесь як надзвичайно зібрана людина, станьте канатоходцем, що йде по канату (15 секунд).

І насамкінець ви можете самі вигадати, що ще хочете висловити своєю ходою (15 секунд).

Зупиніться на хвилину та спробуйте зрозуміти, як ви себе відчуваєте зараз. Повертаючись на своє місце, висловіть усім своїм тілом цей настрій.

Ця гра доречна після довгої сидячої роботи. Вона розвиває фантазію, уяву, готовність експериментувати із образом свого «Я».

Вправа «Еволюція»

Мета: розвивати вміння невербального спілкування, увагу, спостережливість, швидку комунікацію.

Перебіг вправи. Тренер показує учасникам гри етапи біологічної еволюції на Землі, які вони будуть відтворювати певними жестами:

1. Інфузорія (одна рука догори, яка зображує хвилястий рух руки зверху донизу);
2. Рибка (долоні рук підняті на рівні грудей, робимо хвилястий рух від грудей уперед, імітуючи рух риби);
3. Жабка (учасник присідає і зображує жабку, яка стрибає);
4. Крокодил (учасник складають витягнуті руки перед собою на рівні грудей, імітуючи рух пащі крокодила);
5. Пінгвін (руки учасників витягнуті вздовж тулуба, долоні на рівні тазу відставлені прямо вбік, імітуємо хід пінгвіна);
6. Мавпа (руки зігнуті в ліктях, долоні під пахвами, імітуємо поведінку приматів);
7. Людина.

Учасники розташовуються хаотично на полі гри, усі готуються показувати перший етап еволюції. За командою ведучий розпочинає гру, учасники зустрічаються парами і грають у гру «Камінь, ножиці, папір». Хто виграв у цьому турі гри, переходить на наступну ланку еволюції.

Завдання учасників лише показувати образи кожного етапу еволюції, не промовляючи жодного слова. Зустрічаються в парах учасники лише з одного етапу еволюції. Ті учасники, які залишилися на певному етапі еволюції без пари, продовжують імітувати рух тварини цього етапу до кінця гри. Учасники, які досягають етапу еволюції «Людина», стають за спину ведучого. Гра закінчується, коли більшість учасників стають за спину ведучого. У підсумку визначають, скільки учасників і чому не змогли перейти на інший етап еволюції.

Важлива складова вишколу – зустріч з місцевим краєзнавцем. На цьому етапі знайомимося з історією, культурою, традиціями рідного краю, вивчаємо цікавий досвід роботи, проводимо майстер-класи з народної іграшки чи танцю, вчимося готувати народну страву – робимо все те, що сприятиме формуванню української ідентичності джур.

Наступний крок – вишколи з тактичної медицини, саперної підготовки, «Впоряд», «Топографія», туристська «Смуга перешкод», майстер-клас з бойового гопака. Використовуємо метод квесту. На вранішньому шикуванні ройовим варто роздати картки з графіком роботи майстер-класів. Рої працюють під керівництвом ройових, які слідкують за часом.

Такі активності займають весь день. У підсумку дня джури мають також продемонструвати свої презентації, присвячені відомим українцям. Після демонстрації учасники обговорюють почуту та побачену інформацію, можливість її використання на сходинах у своєму закладі, курені.

Після вечірнього шикування джури звітують про виконання завдання вправи «Місія нездійсненна».

Закінчуємо день рефлексією.

Вправа «Я – молодець»

Учасники стають у коло і по черзі говорять про своє досягнення сьогодні, після чого

решта хором кажуть «Ти – молодець!»

- «Сьогодні я вперше зробив зарядку» – «Ти – молодець!»
- «Я сьогодні вперше взяв до рук компас» – «Ти – молодець!»
- «Я сьогодні вперше виконував роль хорунжого» – «Ти – молодець!»

Вправа «Кульки натхнення»

Передбачення (або фрази-мотиватори), написані на папері, замотують у декілька слоїв фольги, утворюючи м'ячик розміром з теніс-

ний. Джури навмання обирають з торбинки по одному м'ячику. Дайте учасником три хвилини награтися ними – підкидати доверху, жбурляти у іншого учасника, піднімаючи, підкидати знову. Через три хвилини кожен учасник має тримати у руках один з блискучих м'ячиків. Учасники вишколу стають у коло і по черзі за бажанням читають передбачення (фрази-мотиватори), які знайшли, розгорнувши фольгу. Решта оплесками підтримують товариша.

Зразки передбачень:

Варто трохи почекати, і доля подарує вам велику радість	Скоро здійсниться мрія вашого життя. Просто скажіть: «Так»
Діліться радістю з оточуючими і самі насолоджуйтесь нею	Вас чекає приємний сюрприз. Будьте готові!
Уважніше ставтеся до знаків долі	Будьте терплячими – і настане час сюрпризів
Незабаром поряд з вами з'явиться людина, яка буде шалено вас цінувати	Смійся безтурботно – і щастя ваше триватиме вічно
Навчіться панувати над своїми думками – і ви будете щасливі	Море божевільних емоцій та приємних сюрпризів
На вас проллється дощ успіху	Як щодо святкового селфі?
Не здавайтеся – і ви не програєте!	Ви щасливчик! Сьогодні ваш день!
Завдяки вашій індивідуальності й чарівності ви завжди будете досягати бажаного	Сьогодні друзі не дадуть вам нудьгувати
Через 3 місяці, 3 тижні і 3 дні відбудеться подія, яка назавжди змінить ваше життя	Гарний час для початку здійснення планів
Ваші таланти будуть визнані і нагороджені	Щасливі новини вже чекають на вас
У цьому житті потрібно спробувати все	Ніколи не говори «ніколи»
Якщо чогось дійсно хочеш, то весь всесвіт сприятиме виконанню бажання	Не витрачайте часу на дрібниці
Ви будете успішними у всьому	Вас чекає вечірній релакс за уроками
Вчіться правильно оцінювати різні грані життя	Приділіть увагу своїм близьким
Сьогодні будь-яке ваше бажання здійсниться!	Приділіть увагу батькам
Вас чекає цікава подорож!	Проводьте менше часу в мережі
Фея удачі чекає вас удома	Після уроків на вас чекає смачна вечеря
Згадаєш ім'я першої вчительки – і буде тобі щастя	Через 5 тижнів 5 днів 5 годин і 5 хвилин на тебе чекає цікава подорож
Час прочитати цікаву книгу	Секрет успіху – правильний початок
Притягуй до себе все те, що судилося – Любов, Удачу, Здоров'я і Добро!	У здоровому тілі – здоровий дух!
З'їж сьогодні цукерку і загадай бажання. А вранці – загадане зустрічай!	Своєю присутністю створюйте радість для оточуючих
Вас в кінці тижня чекають свято і веселощі	Всі успіхи та перемоги починаються з самодисципліни
До наступної суботи чекає успіх в роботі	Виконані вчасно справи принесуть відмінний результат

Настав час переглянути улюблений фільм	Цього року ти себе знайдеш, і вірші писати почнеш
Час взятися за навчання	Вчіть мову іноземну, адже ви справжній дипломат
Проведіть цей день з кращими друзями	Танцювати тобі треба почати, і м'язи спини прокачати, батьки дуже раді – станеш ти зіркою естради
Не забудьте сьогодні зробити святкове фото	Заспіваєш, як соловей, але на сцені сильно не хвилюйся!
Всі надії і плани на майбутнє збудуться дуже скоро	Дуже скоро матимеш нових друзів
Друзі допоможуть здійснити заповітне бажання	У цьому місяці удача сама прийде до тебе
Цей місяць – місяць веселих пригод	На вас чекає взаємна любов
Пора відпочивати	У будь-якій компанії ви – бажаний гість!
Мандрівки відкриють нові можливості	Хтось шукає щастя, а ви його приносите!
Попереду – успіх і цікаві новини	Якщо ви проявите ініціативу, успіх не змусить себе чекати
Щасливі новини вже на шляху до вас	Шукай щастя – і ти його знайдеш
Зроби перерву і насолоджуйся своїм життям	Зроби свої мрії реальністю
Ти зустрінеш когось особливого на цьому тижні	Говори правду. Її найлегше запам'ятовувати
Удача вже на твоєму шляху	Слово не горобець, вилетить – не впіймаєш
Минуле пройшло ... завтра багато можливостей	Твоя доля така ж солодка, як цукерки
Зустрінеш нових друзів	Цей рік принесе тобі удачу
Проведи цей день з кращими друзями	Скоро до тебе прийде успіх
Не говори все, що знаєш, але знай що говориш	Роби все з упевненістю
Удача зараз з тобою	Саме час для зустрічі з новими друзями
Поважай себе й інші будуть тебе поважати	Зроби щось незвичайне завтра
Роби все з упевненістю	Якщо щось можна довести справою, то на це не варто витрачати слова
Задумавши справу, не говори про неї: «Не вийде»	Не женися за щастям: воно завжди знаходиться всередині нас
Додайте до свого звичайного життя трохи нового	Посміхайся частіше, будь ласка, І жени геть від себе печаль!
Виграш приходить до тих, хто готовий попрощатися з чимось натомість	Не звертайте уваги на старі авторитети, робіть те, що вважаєте правильним
Щоб почати нове, потрібно закінчити старе	Хочете змін – почніть з себе
Зверніть увагу на своє здоров'я	Доведіть до кінця те, що почали
Краса врятує світ!	Не будьте егоїстом, діліться своєю удачею з оточуючими
Спочатку думайте, а потім дійте	Не чекайте швидких результатів

Фрази-мотиватори

1. Коли ваші справи йдуть погано – не ходіть з ними.
2. Час, втрачений із задоволенням, не вважається втраченим.
3. Якщо хтось вас сварить або ображає, здивуйте його своїм позитивом.

4. Дякуйте тим людям, які увійшли у ваше життя і зробили його прекрасним; також будьте вдячні і тим, які вийшли з нього – і зробили його ще кращим.
5. Найкращий вчитель у житті – це досвід. Бере, правда, дорого, але пояснює зрозуміло.
6. Щоб отримати від життя те, чого хочеш, не-

обхідно передусім визначитися, чого ж ти хочеш насправді.

7. Твоя реальність починається з твоїх мрій.
8. Перш ніж запланувати щось чи взятися за якусь справу, заплющ очі і уяви ідеальний результат для себе. А тепер дій. У тебе все вийде.
9. Спокій знаходиться всередині вас, не шукайте його зовні.
10. Вірте в себе! Без розумної впевненості у своїх силах ви не зможете бути успішним чи щасливим.
11. Щоб бути щасливим, не треба бути ідеальним.
12. Кожен маленький крок має велику цінність на шляху до мети.
13. Найголовніше в будь-яких починаннях – наполегливість і терпіння.
14. Твоє щастя залежить тільки від тебе.
15. Успіх починається з віри в себе!
16. Твої мрії ближче до тебе, ніж тобі здається.
17. Ти маєш більше ресурсів для досягнення своєї мети, ніж вважаєш.
18. Зробіть сьогодні щось, за що ваше майбутнє буде вам вдячне.
19. Будьте самим собою. Прийміть і потовари-

шуйте з собою таким, яким ви є, з усіма вашими сильними й слабкими сторонами.

20. У моєму словнику немає слова «неможливо»!
21. Я маю достатньо сил та енергії на втілення будь-яких моїх мрій.
22. Кожна людина може стати чарівником і творити своє життя найкращим чином.
23. Те, що переносить у минуле, – спогади, а що в майбутнє – мрії.
24. Ми не відповідаємо за дії та вчинки інших і тим більше не повинні звинувачувати за них себе.
25. Ти можеш більше, ніж думаєш про себе.
26. Я твердо вірю у свій успіх.
27. Правило трьох «н»: Немає Нічого Неможливого!
28. Ніколи не пізно стати тим, ким ти хочеш бути.
29. Навчіться бути вдячними за все, що у вас є, і ви отримаєте те, чого вам не вистачає.
30. Залиш критику критикам. Твоя справа – бути для себе найкращим другом і підтримкою.
31. Все, що можна уявити, – РЕАЛЬНО!



«Школа ройових»: день третій

Третій день «Школи ройових» розпочинаємо ранковою руханкою.

Церемоніали на заході є обов'язковими, тож після сніданку –традиційне вранішнє шикування з виконанням Гімну України та Хвилиною мовчання.

Навчальну частину слід розпочати з актуалізації попередньо набутих знань.

Актуалізація – відтворення раніше засвоєних знань, на які спирається вивчення нового навчального матеріалу, а також їх застосування, часто в новій ситуації.

Вправа «Вавилонська вежа»

Мета: розвивати навички невербального спілкування, аналітичне мислення.

Перебіг вправи: на початку гри учасникам варто нагадати легенду про Вавилонську вежу, значення мови та невербального спілкування в комунікації.

Кожен учасник отримує своє завдання на окремому аркуші (аркуші варто роздавати згорнутими, щоб учасники не бачили завдання інших гравців). Перед джурами рою лежить один великий аркуш паперу, на якому кожен учасник малює ту частину малюнка, про яку йдеться в його завданні. Ведучий має підкреслити, що всі учасники створюють спільну картину. Говорити між собою джури не можуть, малювати повинні всі одночасно. На фінальному етапі учасники вишколу мають повідомити тематику картини (зміст окремих завдань і картини в цілому залежить від тематики заходу), чому саме вони зробили такі висновки, чи вміло розташували всі елементи на своїх місцях, що допомагало працювати і розуміти одне одного.

Завдання:

- контур багатоповерхового будинку,
- вікна в багатоповерховому будинку,
- дах будинку,
- балкони в багатоповерховому будинку,
- двері в багатоповерховому будинку,
- східці до будинку,
- телеантени на даху будинку,
- вазони квітів у вікнах будинку,
- люди на балконах будинку,
- дитячий майданчик біля будинку.

Вправа «Напівправда»

Мета: навчити дітей критичному аналізу та свідомому споживанню інформації, розвинути навички свідомого вибору, спостережливості.

Перебіг вправи: Напівправда – це поєднання фактичного, фейкового, помилкового або частково помилкового контенту. Цей вид маніпуляції інформацією застосовують під час проведення виборчих кампаній.

Уявімо, що ви вже маєте право брати участь у виборах. Виборча кампанія в розпалі, і до вас на зустріч прийшов піар-менеджер кандидата на посаду. Вихованцям пропонують зробити вибір кандидата відповідно до запропонованих характеристик цієї особистості, обґрунтувати свій вибір. Можна запропонувати команді учасників обрати одного кандидата, попередньо вислухати всіх виборців та їх мотивацію до вибору кандидата. Наприкінці виборів ведучий називає усіх кандидатів, які претендували на певні посади.

Разом з учасниками проаналізуйте, як часто ми обираємо, спираючись лише на позитивні характеристики. До яких наслідків призводить такий вибір? Як цього можна уникнути?

Приклад завдань для виконання цієї вправи:

1. Кому б ви довірили керувати своєю країною?

Кандидат А:

- володів англійською та французькою мовами,
 - мав відношення до мистецтва,
 - великий прихильник Діснея,
 - улюблений мультфільм – «Білосніжка».
- (Адольф Гітлер)

Кандидат Б:

- людина, яка читала багато книжок,
- дуже ощадливий та економний,
- писав вірші,
- полюбляв музику
- мав яскраве почуття гумору, любив жартувати

(Йосиф Сталін)

Кандидат В:

- родом із сім'ї тесляра та годувальниці,

- захоплювалась ідеєю сіонізму, соціалізму та побудови незалежної держави,
- її фото зображено на місцевій валюті,
- працювала за 10 центів за годину вчителем англійської мови для
- емігрантів

(Голда Меїр)

Кандидат Г:

- у 16 років виграв конкурс гри на піаніно,
- отримав ступінь бакалавра в елітному ліцеї,
- був помічником філософа,
- був інвестиційним банкіром у Rothschild & Cie Banque.

(Емануель Макрон)

2. Кому би ви довірили свої гроші?

Кандидат А:

- затятий курець,
- терпіти не може музику,
- вільно спілкувався на декількох мовах,
- захоплювався археологією,
- писав багато любовних листів.

(Зигмунд Фрейд)

Кандидат Б:

- не любив заняття спортом,
- гарно грав на скрипці,
- багато палив,
- зневажав фантастику
- одружився з близькою родичкою (сестрою)

(Альберт Ейнштейн)

Кандидат В:

- батьки його покинули,
- вживав наркотичні речовини,
- паркувався в місцях для інвалідів,
- дуже любив працювати,
- вегетаріанець.

(Стів Джобс)

Кандидат Г:

- любить читати, вважався «ботаніком» і через це зазнавав булінгу,
- першим винаходом була відеогра Blastar,
- мріє опанувати інші планети для життя людини,
- його винахід допомагає українським військовим.

(Ілон Маск)

3. З ким би ви відпустили свою дитину на канікули?

Кандидат А:

- зростав у багатодітній родині,
- турбувався про безхатьків,
- гарно грав у більярд,
- ніколи не служив в армії,
- писав ліричну музику.

(Аль Капоне)

Кандидат Б:

- дипломований психолог,
- активно займався суспільно-політичною діяльністю,
- харизматичний та чарівний,
- мав акторський талант,
- високий рівень IQ.

(Тед Банді)

Кандидат В:

- розробляла рецептуру морозива,
- якийсь час безкоштовно проживала в п'ятизірковому готелі,
- писала сценарії власного поховання,
- мала прізвисько «Зубочистка»,
- автор бестселерів.

(Маргарет Тетчер)

Кандидат Г:

- усі діти в його родині стали вчителями,
- був добровольцем на фронті, двічі поранений,
- мав звичку прокидатися о 4-й годині ранку,
- володів кількома іноземними мовами,
- вигадував дитячі казки.

(Василь Сухомлинський)

4. З ким би ви хотіли здійснити навколосвітню подорож?

Кандидат А:

- він піднявся на п'ять величних гірських вершин, де розгорнув український стяг,
- він зміг взяти інтерв'ю в наркобарона та відстежити шляхи наркоторгівлі,
- роздав 10 185 автографів,
- завжди бере українські смаколики і готує традиційні страви.

(Дмитро Комаров)

Кандидат Б:

- розносив газети та влаштовувався на підробітки влітку,
 - був капітаном бейсбольної команди у військовій академії,
 - отримав свою зірку на голлівудській «Алеї слави»,
 - не палить та не зловживає алкоголем
- (Дональд Трамп)

Кандидат В:

- програмний директор української радіостанції,
 - переміг на Церемонії вручення призів у галузі веб-індустрії,
 - має власний канал з 5,6 млн підписників,
 - заборонили в'їзд до Росії до 2072 року.
- (Антон Птушкін)

Кандидат Г:

- за характером м'який, інтелігент,
 - працював вчителем, інженером, менеджером,
 - про нього знято низку фільмів.
- (Андрій Чикатило)

Метою третього дня вишколу є створення куренів, тобто об'єднання існуючих роїв у курінь зі своїм патроном та всіма атрибутами.

Та спочатку пропрацюйте з роями **вправу – «Автомобілі».**

Запропонуйте кожному рою створити автомобіль. Складові автомобіля –двері, кермо, двигун, фари – самі джури. Дозвольте використати підручні матеріали: стільці, телефони, вазони. Можливо, якийсь із роїв вирішить створити літак чи танк, крейсер чи трактор – дозвольте. Нехай творять. Тренери мають спостерігати. Кожен «автомобіль» має «заїхати» на сцену, відтворюючи відповідні звуки: сигнал, шум двигуна. Підкресліть, що автомобіль виконує свою функцію лише в тому випадку, коли все органічно, коли всі працюють разом.

Рої одного закладу освіти об'єднуються у первинні осередки Гри – курені. Курінь може складатися з одного або двох роїв молодих козаків, 3-5 роїв джур і у разі

потреби/можливості – двох або трьох роїв новаків. Курінь є базовою організаційною одиницею Гри. Курені можуть складатися з різновікових роїв. У закладі освіти найперше створюється один курінь, а після успішної апробації його діяльності – додаткові курені. Постанова Кабінету міністрів України від 17 жовтня 2018 року №845 «Деякі питання дитячо-юнацького військово-патріотичного виховання».

Інформаційне повідомлення. Курінь – первинний осередок та базова організаційна одиниця Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»).

Діяльність куреня спрямовується на індивідуальний розвиток особи шляхом самовиховання учасника гри і його успішну самореалізацію в команді через участь у колективних діях.

Для започаткування нового куреня рекомендується створити рій молодих козаків із юнацтва 15-16 років (9-10 клас), який має досягти певного рівня підготовки. Після цього рій розгортається у повноцінний курінь, де вишколені молоді козаки/козачки обіймають посади у Раді ройових (провід куреня), а також стають ройовими і заступниками ройових у 3-4 новосформованих роях джур віком 11-14 років та 1-2 роях новаків (козачат) віком 6-10 років. У подальшому відбуваються вибори ройових та їх заступників з числа джур, які досягли певного рівня підготовки. У разі, якщо на момент прийняття рішення про створення куреня, на базі закладу освіти чи громадської організації вже діють різновікові рої, за рішенням виховника, розгортання куреня може відбуватися в інший спосіб, за умови що в курені буде створено 2-4 рої та рада ройових.

Обов'язковою умовою участі у грі є письмове зголошення учасника, яке підтверджується письмовим дозволом батька або матері чи опікуна дитини. Оригінал зголошення зберігає виховник куреня.

Після створення куреня УДЦНПВ проводить реєстрацію куреня відповідно до Порядку реєстрації куренів Всеукраїнської

дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»), затвердженого Головним штабом Гри.

Основні компетентності учасників гри:

- 1) виховний ідеал гри та самовиховання (кодекс лицарської честі, діяльність у рою та куреня тощо);
- 2) українознавство (історія, культура, традиції, мистецтво тощо);
- 3) самозарадність та рятівництво (власна безпека, надання першої домедичної допомоги тощо);
- 4) навички життя у природі (орієнтування, топографія, таборування, смуга перешкод тощо);
- 5) фізична та військово-спортивна підготовка (фізична культура, впоряд, стрільба, боротьба, самооборона, силові змагання, багатоборство тощо);
- 6) інші (кожен курінь може розробити додаткові компетентності).

Діяльність куреня впродовж навчального року. Основні види діяльності.

Вишколи ройових та їх заступників – основний стимул постійного якісного зростання юнацтва у відповідних роях (виховний процес виховник організовує через ройових і їх заступників, а не веде безпосередньо).

Рада ройових – основна форма самоврядування куреня (всі ключові рішення щодо куреня приймає ця рада, зокрема і про визнання складених проб, про участь/неучасть куреня у різноманітних заходах, про надання відзначень чи пересторог членам куреня, про створення нових роїв чи реорганізацію наявних тощо; роль виховника на раді ройових – спостерігати, щоб діяльність велась у виховних рамках, а також дбати про безпеку учасників гри).

Щотижневі сходини куреня відбуваються під опікою виховника (в межах сходин куреня відбуваються й окремі сходини кожного рою). Мета сходин – підготовка до проб, мандрівок, змагань, таборувань тощо.

Мандрівки – щомісячно в ближчі околиці, під час канікул упродовж навчального року, з ночівлею (на природі, в потязі тощо).

Змагання – участь у змаганнях певно-

го рівня (серед закладів освіти, районних, міських, об'єднаних територіальних громад, обласних, всеукраїнських).

Таборування – наметовий табір під час літніх канікул (свій або участь в одному з таборів гри).

Кожен рій веде свою Книгу звияг (щоденник), яка складається з двох частин: «Спадок» та «Здобуток». У «Спадок» збираються (в тому числі усні та архівні) свідчення про боротьбу за державну незалежність України в районі (місті, селі), а в «Здобутки» вписуються свої перемоги, досягнення, імена козачат, джур, молодих козаків куреня тощо.

Кожен курінь веде свою сторінку (блог) в мережі Інтернет та викладає світлини та відеоматеріали, пов'язані з його діяльністю.

Підсумком діяльності куреня (рою) протягом навчального року є наметове таборування, які організовує рада ройових. Наметове таборування може проводитись як участь у таборі військово-патріотичного або національно-патріотичного спрямування, організованому однією чи кількома громадськими організаціями.

Відзнаки куреня

Кожен курінь гри «Джура» обирає собі назву за іменем покровителя (патрона) – історичної постаті місцевого або загальнонаціонального значення, яка відзначилася вагомим внеском у боротьбу за державність України в період від часів княжої доби до російсько-української війни.

Знамено куреня – це полотняний квадрат зі стороною 75 см, що складається з двох чи трьох барв (малинова, жовтогаряча, чорна, синя, червона тощо). На сторонах знамена може розміщуватися емблема гри (висотою до 25 см), назва куреня, портрет патрона куреня, емблема куреня тощо. Розміри букв по висоті – до 10 см. Знамено носиться прикріпленим до древка, довжина якого має бути у співвідношенні до сторони прапора не більше як 3:1, та діаметром 3 см.

Барви куреня – будь-які два чи три кольори. Основна барва для всіх учасників гри «Джура» – малинова. Її можна використовувати як одну з барв куреня, але не як основну, а додаткову.

Відзначка (емблема) рою – схематичне, символічне зображення назви рою. Розмір – Ø 5 см. Можна використовувати на правому рукаві однострою, на висоті середини між ліктем та краєм рукава на плечі.

Гасло (клич) – відображає лицарсько-війську, козацьку традицію, світогляд, ідеали. Можна використовувати народні приказки чи прислів'я, латинські вислови тощо. Мета – гасло має ідейно об'єднувати всіх учасників куреня/рою, спрямовувати їх на позитивну поведінку.

Тож спочатку варто обрати назву (патрона) куреня. Кожен рій, порадившись 3 хвилини, висуває свою кандидатуру патрона і виносить її на голосування після короткої презентації. Джури можуть голосувати не один раз. Тренер підраховує кількість голосів. За найбільшою кількістю голосів обирається патрон куреня.

аким же чином обираються барви курені.

Нарешті підходимо до найвідповідальнішого моменту і обираємо курінного. Кожен рій висуває свою кандидатуру. Якщо на курінного висувається ройовий, одразу визначається його заміна у рої. Кандидатуру на посаду курінного рій має презентувати. Може бути і самопрезентація. Далі відбувається голосування, під час якого кожен джура може проголосувати декілька разів (хоч за кожного з чотирьох). Тож за більшою кількістю голосів обирається курінний.

Матеріали для проведення тренінгу «Вчимося вирішувати конфлікти»

Завдання тренінгу:

- розширення знань джур про конфлікти;
- ознайомлення з ефективними шляхами розв'язання конфліктних ситуацій;
- опанування навиків використовувати в спілкуванні з іншими людьми тактики співробітництва, пошуку конструктивних способів розв'язання проблемних ситуацій;
- формування в учнів почуття єдності з колективом, спонукання школярів до роботи над собою;
- сприяння взаєморозумінню в рої, виховання поваги до товаришів, почуття відпові-

дальності за свої слова і вчинки.

Висловлювання з теми:

1. «Ніщо так не покаже характер, як гарна поведінка в конфлікті, якого не можна уникнути» (Генрі Тейлор).
2. «Життя – це процес вирішення нескінченної кількості конфліктів. Людина не може уникнути їх. Вона може лише вирішити, брати участь у виробленні рішень чи залишити це іншим» (Бенціон Вул).
3. «Конфлікти – це норма життя. Коли вам здається, що у вашому житті немає конфліктів, перевірте, чи є у вас пульс» (Чарльз Ліксон).
4. «Під час спілкування відбувається навчання і виховання людини, засвоєння нею різних форм соціального досвіду. Саме у спілкуванні одночасно проявляють себе і розкриваються різноманітні риси, властивості людини, її внутрішній світ, який стає доступним для інших» (Бернард Шоу).

Слово тренера: «Від народження людина опиняється в колі правил, заборон, норм. Норми і правила поведінки встановлюють самі люди, а їхнє дотримання робить життя і спілкування людей гуманнішими, ефективнішими, зручнішими. Відомий французький філософ минулого Паскаль сказав: «Правила доброї поведінки відомі з давніх-давен, справа в дрібниці – вміти користуватися ними». Слово «дрібниця» насправді означає дуже багато. Адже коли порушуються правила поведінки чи етикет спілкування, створюються конфліктні ситуації, тобто виникає конфлікт.

Ми всі різні, тож наші інтереси часто не відповідають інтересам інших. А отже нам деколи доводиться вступати в конфлікт. Тому в житті всім нам дуже важливо вміти спілкуватися з іншими, щоб уникнути конфлікту.

Що на вашу думку означає слово «конфлікт»? Які асоціації викликає у вас це слово? (Висловлювання джур тренер записує на фліпчарт: боротьба, зло, агресія, війна, жах, вибух, ворожнеча, ненависть, обзивання, бійка, удар, сльози, сум, роздратування, недовіра, біль, непорозуміння, суперечка, злочин, образа, несправедливість, підступність, злість і т. д.)

- Який заряд несуть зазначені вами слова?

(Позитивний/ негативний).

- А що ми відчуваємо під час конфлікту? *(Тренер продовжує записувати висловлювання вихованців: дискомфорт, дисгармонію, тривожність, страх, замкнутість, конфлікт пригнічує нас, сковує, віддаляє від друзів, рідних).*

А зараз пригадайте причину конфліктів? Це невміння керувати своїми емоціями. Згадайте, як ви почуваетесь, коли сердитесь на когось? Який вигляд людина в такій ситуації? (Відповіді учнів).

Отже, кожен по-своєму сприймає конфлікт, з різними емоціями, але для більшості це неприємне явище. Як свідчить практика, тривалі, нерозв'язані конфлікти призводять до відчуження в колективі, до погіршення психологічного клімату в будь-якій групі. Тому конфлікти потрібно розв'язувати.

Та спочатку слід з'ясувати причину конфлікту – це вже половина справи у його вирішенні.

Щоб подолати конфлікт або залагодити його, потрібно знати, як він розвивається. У розвитку конфліктів виокремлюють п'ять стадій:

1. Виникнення конфліктної ситуації.
2. Усвідомлення конфлікту.
3. Початок відкритого протистояння.
4. Ескалація (розпалювання) конфлікту.
5. Завершення конфлікту.

Різні люди по-різному поведуться в конфліктній ситуації: вони орієнтуються або на себе, або на взаємодію з іншими людьми.

Можна виділити п'ять стратегій поведінки в конфлікті:

1. «Акула» – силова стратегія. Спроба досягти свого за будь-яку ціну, змусити іншого прийняти твої умови. Для прихильників цієї стратегії цілі дуже важливі, а от стосунки з іншими – ні. Вони вважають, що конфлікти розв'язуються лише як виграш однієї зі сторін і програш іншої.
2. «Черепашка» – стратегія ховання під панцир. Спроба триматися подалі від суперечок і конфліктних людей, ховатися у свій панцир. Такі люди відмовляються як від досягнення особистих цілей, так і від стосунків з оточенням.

3. «Ведмежата» – стратегія згладжування гострих кутів. Вони готові відмовитися від своєї мети на користь інших, тільки б зберегти гарні стосунки. Люди, які керуються такою стратегією, хочуть, щоб їх приймали, любили, заради чого вони жертвують цілями.

4. «Лисиці» – стратегія компромісу. Пошуки такого рішення, яке б задовольнило обох. Таким людям помірно важливі як цілі, так і стосунки. Прихильники цієї стратегії готові відмовитися від частини цілей, щоб зберегти стосунки.

5. «Мудрі сови» – стратегія відкритої і чесної конфронтації. Це повага до своїх і чужих потреб, готовність до співпраці, прагнення об'єднати зусилля для вирішення проблеми та максимально задовольнити потреби кожного. Люди, які керуються такою стратегією, цінують і цілі, і стосунки. Вони відкрито визначають позиції й шукають вихід зі складної ситуації в спільній роботі задля досягнення цілей, прагнуть знайти рішення, які задовольняють усіх учасників конфлікту.

Вправа «Яблучко і черв'ячок»

Слова тренера: «Сядьте зручніше, заплющіть очі і уявіть на хвилину, ніби ви яблуко – стигле, соковите, красиве, ароматне, наливне яблучко, яке мальовничо висить на гілочці. Всі милуються Вами, захоплюються. Раптом підповзає до вас черв'як. І каже: «Зараз я тебе буду їсти!» Що б ви відповіли черв'яку? Розплющіть очі й запишіть свої відповіді.»

Кардинальним (принциповим) значенням в питанні вирішення конфлікту є вибір стратегії виходу з нього, що залежить від різних факторів: особистісні особливості опонента, рівень завданого збитку, статус опонента, можливі наслідки і т.д. Можна виділити п'ять основних способів виходу з конфліктної ситуації:

1. Конкуренція.
2. Компроміс.
3. Співпраця.
4. Уникнення.
5. Пристосування.

Тепер, коли вам відомі способи виходу з конфліктної ситуації, давайте проілюструємо їх результатами нашої вправи «Яблуко і черв'ячок».

Приклади відповідей:

Конкуренція: «Зараз як упаду на тебе і розчавлю!»

Уникнення: «Он, подивися, яка там симпатична груша!»

Компроміс: «Ну, добре, відкуси половинку, решту залиш моїм улюбленим господарям!»

Пристосування: «Така, видно, вже в мене доля тяжка!»

Співпраця: «Подивися, на землі є вже яблука, що впали. Їж ті яблука, вони теж смачні!»

Вправа «Ми творимо»

Мета: продемонструвати неповторність кожної людини, зняття емоційного напруження.

Тренер говорить, що потрібно робити, а джури мають чітко виконувати його інструкцію. Слова тренера: «Кожен з вас має взяти серветку й чітко виконати мою інструкцію:

- Складіть серветку удвічі.
- Складіть серветку удвічі ще раз.
- Відірвіть правий верхній кут.
- Складіть ще раз удвічі і відірвіть ще раз правий верхній кут.
- Повторіть ще раз.

А тепер розгорніть серветку і подивіться, що у вас вийшло. Як могло таке статися? З чим пов'язана така розмаїтість малюнків?

Тож ви побачили результат: завдання отримали одне, але виконав кожен його по-своєму. Так і виходів з конфліктних ситуацій буде багато, адже вирішує кожен своє питання по-своєму».

Вправа «Повітряна кулька»

Слова тренера: «Пропоную вам провести дослід із повітряною кулькою. Уявіть, що кулька – це ваше тіло, а повітря всередині неї – це ваш гнів. Надуємо кульку й відпустимо її. Прослідкуйте, що з нею відбувається. Кулька летить з одного боку в інший, абсолютно не керована. Так буває і з людиною, коли вона сердиться. Така людина не контролює себе, а

тому може образити когось або навіть ударити. А тепер надуйте кульку і спробуйте випустити з неї повітря маленькими порціями.

- Що відбувається з нею? (Кулька потихеньку здувається).

- А що відбувається з повітрям усередині неї? (повітря поволі виходить)

Кулькою можна керувати й поволі випускати з неї повітря. Важливо навчитися потроху випустити свій гнів, свою злість назовні, не кривдячи тих, хто перебуває поряд.

- Як можна контролювати свій гнів? (Заспокоїтись, зробити паузу, розслабитись.)»

Вправа «Кошик сміття»

Слова тренера: «Щоб не конфліктувати, потрібно постійно самовдосконалюватися, працювати над собою, позбавлятися негативних рис характеру. Пропоную вам відкрити себе з іншого боку. Для цього пограємо у гру «Кошик сміття».

Люди є неповторними особистостями, але не досконалими. Кожен хотів би щось змінити у собі: рису характеру, звичку, ваду, що може призвести або призводить до конфлікту, заважає вам у житті і ви хотіли б її позбутися (тренер роздає стріпери).

Подумайте й на аркушах, які ви отримали, напишіть продовження фрази: «Я хотів би викинути у кошик для сміття ...(Учасники пишуть звички, якості характеру, які їм заважають.)»

Зачитайте, зімніть папірець і закиньте його в кошик.

Сподіваюсь, що після нашої гри ваші вади, негативні звички чи риси характеру залишаться назавжди в кошику для сміття. І у вашому житті буде виникати менше конфліктних ситуацій».

Вправа «Аплодисменти»

Мета: налаштування учасників тренінгу на позитив, піднесення настрою.

Усі учасники стають у коло. Кожен по черзі підходить до свого колеги по тренінгу й починає аплодувати, потім так само робить наступний учасник, при цьому попередній учасник не перестає аплодувати. У кінці всі

учасники тренінгу аплодують, таким чином дякуючи одне одному за співпрацю.

Продовжуючи роботу, запропонуйте джурам наступну вправу.

Вправа «Квітка підтримки»

Мета: навчити дітей відповідальності, взаємопідтримки, впевненості в собі.

Перебіг вправи: учасники спочатку розбиваються на пари, беруться за руки, ногами (саме носочками стоп) упираються одне в одного. Завдання: відхилитися одне від одного на відстань витягнутих прямих рук. Якщо завдання вдало виконано, то далі учасники об'єднуються в трійки, четвірки тощо. Завдання легко виконується, якщо усі учасники міцно тримаються руками в «замочок», стопи носочками тісно торкаються одне одної і розгортання квітки відбувається за командою одного учасника та на одному видиху всіх учасників команди, згортається квітка таким самим чином. У цій вправі ми не працюємо у роях. Вісімки створюють хаотично.

Далі на курінь чекає ще два завдання:

1. Джури мають обрати пісню, емблему та гасло куреня. Потренуватися презентувати себе.
2. Виконання доброї справи. Добра справа – ще один з обов'язкових елементів вишколу. Цього разу джури новоствореного куреня мали укомплектувати дві посилки з книжками українською мовою й надіслати їх до бібліотек міст Шостка на Сумщині та Заставна на Буковині (такий запит знайшли в мережі Фейсбук). Кожен джура на вишкіл мав привезти до 5 книжок українською мовою.

Перед заключним шикуванням варто провести рефлексію й переглянути «Паркову».

Вправа «Гамбургер»

Мета: зібрати фідбек від учасників тренінгу та підвести підсумок заняття.

Необхідні матеріали: фліпчарт, стікери трьох кольорів.

Учасникам пропонується написати відповіді на питання:

- 3 речі, які беру з собою: дві – нові, одна –

на яку не знайшла/шов відповіді.

Кожен учасник озвучує свою відповідь та розміщує стікер у відповідній частині гамбургера на фліпчарті.

Підсумок від тренера. Тренер підсумовує важливість цієї теми та надає посилання на додаткову корисну інформацію.

Роботу вишколу завершимо, розібравши нашу повітряну кулю очікувань.

- Давайте переглянемо чого ми боялися?

- Чи є у нас ці побоювання й надалі?

- Чи справдилися ці побоювання?

(зачитуємо «побоювання» жовтого кольору на кошику повітряної кулі і прибираємо ті, які не справдилися. Якщо більшість побоювань не справдилися, то відповідно ми не маємо баласту для плідної праці у своїх роях та куренях, програму вишколу засвоїли).

- А тепер переглянемо наші очікування.

- Чи справдилися ваші очікування?

- Були такі, що не справдилися?

(якщо очікування справдилися стікери синього кольору мають залишитися на кулі).

- Чи можемо ми сказати, що наша куля позбавилася вантажу й полетіла?

Рої презентують створені відеоролики про життя свого рою під час вишколу. І це останнє виконане ними завдання.

Логічним завершенням вишколу є підсумкове шикування, на якому варто вручити сертифікати учасника школи ройових. На закритті вишколу ройові здають звіт обраному курінному, представляють свій курінь, виконуючи обрану пісню. На завершення виконують Гімн Збройних Сил України.

Одним з організаційних моментів вишколу було створення вайбер-групи куреня. В ній джури можуть і надалі спілкуватися, просити порад, вітати одне одного з днем народження, домовлятися про наступні зустрічі.

Додатковою інтерактивною опцією для тренерів та учасників вишколу є організація та проведення молодіжних інтелектуальних тематичних настільних та командних ігор, розроблених Київським обласним молодіжним центром спільно управлінням молоді та спорту Київської обласної військової адміністрації:

1. «Диверсант» — командна інтелектуально-психологічна покрокова рольова гра з детективним сюжетом, яка моделює боротьбу інформованих один про одного членів організованої меншості проти неорганізованої більшості. Ця гра базується, передусім, на спілкуванні, на обговореннях між учасниками. Обговорення ігрової ситуації проходить шляхом сутичок думок у безупинних суперечках, при цьому деякі гравці надають перевагу відмовчужанню, інші — навпаки, занадто активно та гучно беруть участь в обговоренні. Таким чином, гра опиняється нескінченно далеко від безстороннього поєдинку інтелектів, що є характерним для деяких настільних ігор (наприклад, шахів, го), і це наближає її до реального життя. Мета гри — вижити своєю командою. Гра складається з двох основних компонентів: психологічного та математичного. Математичний: гравцям «щодня» необхідно запам'ятовувати, хто за кого голосував і ким (на їхню думку) виявився той, за кого голосували. У важливі моменти легко визначити, що той, хто голосував частіше за учасників які на думку більшості чесні, скоріш за все — диверсант. Психологічний: гравці повинні володіти акторською майстерністю, щоб переконувати інших у своїй чесності й необхідності проголосувати за певного гравця, якого підозрюють у нечесності.

2. Молодіжна патріотична інтелектуальна гра «Youth game» -

поєднує спектр української історії та культури, мову та символи, географію, кінематограф та музику.

Мета: сприяння розвитку знань про історію, культуру, традиції та досягнення України, формування ціннісних орієнтирів молоді, створення умов для творчого і духовного розвитку молоді, її інтелектуального самовдосконалення.

У час викликів для національної єдності та ідентичності, особливо в умовах сучасності, зростає потреба у вихованні молоді, здатної до свідомої громадянської позиції та відданості ідеалам української державності.

Молодіжна патріотична гра є важливим інструментом для формування та зміцнення української національної та громадянської ідентичності серед молодого покоління, що сприяє розвитку національної свідомості та любові до Батьківщини. Гра сприяє формуванню патріотичних почуттів, що стануть основою для подальшої активної участі молоді в суспільному житті країни.

Очікуваний результат: учасники гри матимуть глибше розуміння української національної та громадянської ідентичності, підвищать рівень національної свідомості та громадянської відповідальності. Вони розвинули лідерські якості, навчаться ефективно працювати в команді та знаходити спільне рішення.

Додаткова інформація щодо організації проведення:



Список використаних та рекомендованих джерел:

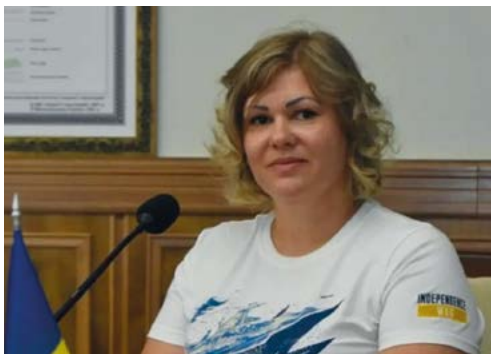
1. Закон України «Про основні засади державної політики у сфері утвердження української національної та громадянської ідентичності»
2. Постанова Кабінету Міністрів України від 15.12.2023 № 1322 «Про схвалення Стратегії утвердження української національної та громадянської ідентичності на період до 2030 року та затвердження операційного плану заходів з її реалізації у 2023-2025 роках»
3. Розпорядження Кабінету Міністрів України від 16.02.2024 № 141-р «Про схвалення Концепції Державної цільової соціальної програми з утвердження української національної та громадянської ідентичності на період до 2028 року»
4. Наказ Міністерства молоді та спорту України від 19.12.2023 № 7620 «Про затвердження Критеріїв та Порядку здійснення моніторингу діяльності закладів сфери утвердження української національної та громадянської ідентичності»
5. Комунікуємо, співпрацюємо. Збірник командуютьовальних ігор з формування комунікативної та соціальної компетентності учнів: методична розробка / Олена Павліченко. – Київська обл., 2022. – 68 с.
6. Методичні матеріали для організації куренів в дитячо-юнацькій військово-патріотичній грі «Сокіл» («Джура»). Основи гурткової системи. – Збірник \ Під ред. Ю.Юзича. – Київська обл., 2020. – 144 с.
7. Методичні рекомендації з організації роботи в куренях Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура»), затверджені наказом Українського Державного Центру національно-патріотичного виховання, краєзнавства та туризму учнівської молоді від 15.04.2020 № 45-а
8. Положення про Всеукраїнську дитячо-юнацьку військово-патріотичну гру «Сокіл» («Джура»), затверджене постановою Кабінету Міністрів України від 17 жовтня 2018 р. № 845
9. Порядок реєстрації куренів Всеукраїнської військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура») затверджений наказом Українського Державного Центру національно-патріотичного виховання, краєзнавства та туризму учнівської молоді від 02.04.2019 № 29-а
10. Про.Безпеку: безпечна освітня екосистема громади. – Навчально-методичний посібник \ за заг.ред. Н.Софій, А. Аносової. Київ. Центр інноваційної освіти «Про.Світ», 2023. 518 с.
11. Про.Безпеку: безпечна освітня екосистема громади. – Посібник для тренера \ за заг.ред. А. Аносової. Київ. Центр інноваційної освіти «Про.Світ», 2023. 290 с.\
12. Умови та порядок проведення вишкільного курсу «Школа виховників джур», Типова програма вишколу виховників Всеукраїнської дитячо-юнацької військово-патріотичної гри «Сокіл» («Джура») (в рамках вишкільного курсу «Школа виховників джур») затверджені наказом Українського Державного Центру національно-патріотичного виховання, краєзнавства та туризму учнівської молоді від 20.08.2020 № 62-а











Світлана Назарук: системність роботи з молоддю, а особливо зі здобувачами освіти – є запорукою утвердження української національної та громадянської ідентичності на ментальному рівні. Поєднання різноманітних інтерактивних інструментів, впровадження інноваційних та релевантних молодим людям форм організації заходів та проєктів є тим якісним сучасним реформуванням підходів до взаємодії з цільовою аудиторією, що обумовлено викликами сьогодення.



Ірина Личак: ми поділилися нашим досвідом роботи із задоволенням і сподіваємося, що такий посібник буде вам корисним. Одночасно не претендуємо на унікальність такого досвіду. Впевнені, що і ви у своїх регіонах проводите заходи на кшталт нашого. Говоримо лише про те, що зазначений матеріал апробований нами і систематизований для кращого ознайомлення і запропонований для використання у роботі виховників та організаторів вишколів.



Любов Котяй: за підсумками уже проведених трьох вишколів хочу сказати, що кожен вишкіл є унікальним, адже його творять люди – дорослі і діти – які зголосилися стати учасниками. Саме тому активності на вишколі постійно вдосконалюються, змінюються та адаптуються під самих учасників, під їхні можливості, навички, вподобання.



Олена Павліченко: аналізуючи власний досвід роботи як з дорослими, так і з дітьми переконана, що гра – найкращий метод у виховній та навчальній діяльності. Та граючись, зверніть увагу дітей на мету кожної з ігор чи вправ, визначте чому вона вчить і що корисного можна з неї винести. Всі три дні ми граємо, але не задля розваги.

