



У К Р А Ї Н А
Чернівецька міська рада
Управління освіти

Н А К А З

31.05.2022

№ 140

***Про затвердження заходів щодо організації
змістовного дозвілля та відпочинку дітей
Чернівецької міської територіальної
громади влітку 2022 року***

Відповідно до Законів України «Про правовий режим воєнного стану», «Про затвердження Указу Президента України «Про введення воєнного стану в Україні», «Про оздоровлення та відпочинок дітей», Указу Президента України від 24 лютого 2022 року № 68/2022 «Про утворення військових адміністрацій», протоколу № 1 засідання обласного міжвідомчого оперативного штабу із координування організації і проведення оздоровлення та відпочинку дітей від 25.05.2022, розпорядження Чернівецької обласної військової адміністрації від 27.05.2022 № 711-р «Про відпочинок та дозвілля дітей Чернівецької області в 2022 році», наказу Департаменту освіти і науки Чернівецької обласної військової адміністрації від 20.05.2022 № 125 «Про затвердження заходів щодо організації змістовного дозвілля та відпочинку дітей області влітку 2022 року», з метою забезпечення ефективного відпочинку та створення належних умов для освітньої, культурно-виховної, фізкультурно-оздоровчої, психологічної роботи з дітьми під час літніх канікул

Н А К А З У Ю:

1. Затвердити План заходів щодо організації змістовного відпочинку та дозвілля дітей Чернівецької міської територіальної громади влітку 2022 року (додаток 1).

2. Керівникам закладів загальної середньої та позашкільної освіти Чернівецької міської територіальної громади:

2.1. Вжити заходів щодо організації роботи літніх мовних, дозвільних та відпочинкових таборів з обов'язковим облаштуванням спеціальних укриттів.

2.2. Залучити до дозвілля та відпочинку дітей з числа тимчасово внутрішньо переміщених осіб, що проживають чи навчаються на території Чернівецької міської територіальної громади.

2.3. Забезпечити:

2.3.1. виконання Плану заходів, згідно з визначеними термінами.

2.3.2. організацію роботи таборів відпочинку та дозвілля, з урахуванням методичних рекомендацій щодо організації змістовного дозвілля та відпочинку дітей у закладах загальної середньої освіти, методичних рекомендацій щодо реалізації відпочинкової кампанії у закладах позашкільної освіти, рекомендацій для педагогічних працівників щодо організації змістовного дозвілля та відпочинку (додаток 2).

2.4. Інформувати про стан виконання Плану заходів відпочинкової кампанії 2022 року та результати її проведення на електронну пошту: stankys-ps@meta.ua до 25.07.2022, 25.08.2022.

2.5. Надати до 25.08.2022 звіт про роботу табору відпочинку та дозвілля згідно запропонованої форми (додаток 3).

3. Наказ розмістити на інформаційному сайті управління освіти Чернівецької міської ради.

4. Контроль за виконанням цього наказу покласти на начальника відділу забезпечення якості та стратегічного розвитку закладів загальної середньої освіти.

**Начальник управління освіти
Чернівецької міської ради**



Ірина ТКАЧУК

Погоджено:

начальник відділу забезпечення якості
та стратегічного розвитку
закладів загальної середньої освіти

Руслан ФЕДЮК

Виконавець:

головний спеціаліст
управління освіти міської ради

Олена СТАНКУС

**План заходів
щодо організації змістовного дозвілля та відпочинку дітей області влітку
2022 року**

| № з/п | Зміст заходів | Виконавці | Термін виконання |
|-------|---|---|----------------------|
| 1. | Організувати роботу літніх мовних таборів та дозвільних клубів на базі закладів загальної середньої освіти Чернівецької міської територіальної громади за наявності спеціальних укриттів (із залученням дітей з числа тимчасово внутрішньо переміщених) | Директори закладів загальної середньої освіти Чернівецької міської територіальної громади | Червень-серпень 2022 |
| 2. | Організувати роботу денних таборів за основними напрямками позашкільної роботи та базі закладів позашкільної освіти Чернівецької міської територіальної громади (із залученням дітей з числа тимчасово внутрішньо переміщених) | Директори закладів позашкільної освіти Чернівецької міської територіальної громади | Червень-серпень 2022 |
| 3. | Під час канікул активізувати роботу педагогічних колективів закладів позашкільної та загальної середньої освіти, щодо організації змістовного дозвілля дітей, в кожному закладі розробити конкретні плани роботи з дітьми на літні канікули. | Директори закладів загальної середньої та позашкільної освіти Чернівецької міської територіальної громади | Червень-серпень 2022 |
| 4. | З метою залучення дітей до сприйняття національних, духовних, історичних цінностей та досягнень світової культури організувати в закладах відпочинку еколого-натуралістичні і природоохоронні, науково-технічні, культурно-масові та фізкультурно-спортивні заходи, творчі конкурси, відвідування | Директори закладів загальної середньої та позашкільної освіти Чернівецької міської територіальної громади | Червень-серпень 2022 |

| | | | |
|----|--|---|----------------------|
| | театрів, музеїв, виставок, картинних галерей, інших закладів культури і мистецтва, туристичні подорожі (поїздки), а також навчати дітей основам народної творчості і ремесел з дотриманням заходів безпеки | | |
| 5. | Організувати проведення психологічних пікніків під час роботи таборів з денним перебуванням, та дозвільних клубів із залученням працівників психологічних служб ЗЗСО | Директори закладів загальної середньої та позашкільної освіти Чернівецької міської територіальної громади | Червень-серпень 2022 |

Психологічні рекомендації для педагогічних працівників для організації змістовного дозвілля та відпочинку дітей

Повномасштабна війна, яку росія веде проти України, змушує суспільство перебувати у сильному напруженні. Діти також відчують та переживають стресові реакції внаслідок інформаційних впливів, під впливом емоційної нестабільності батьків, інших дорослих, внаслідок пережитих травматичних подій та втрат. За таких умов істотно зростає роль психологічної компетентності педагогічних працівників, яка має збагачувати педагогічну діяльність простими і дієвими техніками психологічної та соціально-педагогічної підтримки, і забезпечувати розвиток стресостійкості/життестійкості дітей, відповідно до вимог часу.

Творча і ефективна робота педагога в літньому відпочинково-оздоровчого пришкільному таборі має бути спрямована на збереження/відновлення (оздоровлення) і психічної складової здоров'я.

Психічне здоров'я – це рівень психологічного благополуччя, який визначається не тільки відсутністю психічних захворювань, а й рядом соціально-економічних, біологічних і тих, що відносяться до навколишнього середовища факторів. Стійкість до стресу – це висока здатність до саморегуляції, емоційна стійкість, уміння зберігати внутрішній спокій. Психологічно здорова дитина – це перш за все дитина спонтанна і творча, життєрадісна і весела, відкрита і така, що пізнає себе і навколишній світ не лише розумом, але і відчуттями, інтуїцією.

Психічне і фізичне здоров'я людини взаємопов'язані. Тривалі негативні емоційні стани, якщо в них перебуває дитина, з часом впливають на стан фізичного самопочуття, знижують імунітет, і можуть сформувати розлади шлунково-кишкового тракту, серцево-судинні хвороби та інше. Пережиті психотравматичні події вимушеними переселенцями можуть сформувати посттравматичний стресовий розлад, спровокувати хвороби ендокринної системи тощо. І навпаки, перебування в позитивних емоціях позитивно впливає на стан фізичного здоров'я, і в цілому сприяє оздоровленню дитини.

У зв'язку з цим, найголовніше у системі оздоровлення психічного (ментального) здоров'я – зробити так, щоб дитина була щаслива, щоб вона змогла справлятися з життєвими труднощами, була стресостійкою, була задоволена своїм життям, і всім тим, до чого вона буде залучена в таборі.

Формування відчуття щастя, спокою, стабільності у дітей буде відбуватися за умов: створення педагогами літніх таборів безпечного освітнього середовища (відсутність будь-яких непорозумінь, конфліктів, булінгу); забезпечення ситуації повного фізичного, емоційного, соціального комфорту

для кожної дитини; задоволення основних потреб дитини фізіологічних та психосоціальних (потреба у повазі, підтримці, схваленні).

У педагогічній діяльності рекомендуємо застосовувати наступну систему методів позитивного психостабілізаційного впливу на дітей:

- Метод дитячої радості – найважливіший засіб перетворення важких обов'язків в джерело і стимул творчої діяльності, в радість. Контроль за емоціями, включення прийомів, вправ, завдань для психоемоційної стабілізації та включення позитивних емоцій – важливе завдання діяльності педагога в дитячому колективі. Рекомендуємо щоранку проводити психологічні хвилинки з визначення та стабілізації психоемоційного стану, а протягом дня організовувати такі заходи, які будуть сприяти позитивним емоціям, відчуттю досягнення успіху та радості.

- Метод завтрашньої радості – безперервна зміна старих перспектив в майбутє. Дитина має знати сьогодні, що буде радісного завтра, що цікавого буде в таборі завтра. Справжнім стимулом людського життя є завтрашня радість. Тому рекомендуємо в кінці кожного дня оголошувати цікаві справи, ігри, заходи завтрашнього дня.

- Метод громадської думки – позитивно забарвлює тло виховного процесу в літньому таборі. Полягає у врахуванні думки дітей щодо організації відпочинку. Використання цього методу у виховній роботі допоможе обмежити негативні поведінкові прояви, буде сприяти довірливому і здоровому мікроклімату в колективі. Тому рекомендується на початку зміни провести опитування, або «фокус-обговорення» запропонованого плану заходів та отримати зворотній зв'язок і додати до нього запропоновані дітьми пропозиції.

- Метод формування правил життя в загоні, класному колективі, таборі в цілому. На початку зміни дуже важливо виробити правила життя в кожному дитячому колективі. Для цього рекомендується виділити не менше години обговорення в колі, де педагог буде лише модератором. Він має пояснити, що таке правила взаємодії, якими можуть бути правила, для чого їх взагалі треба виробляти, обговорювати і приймати, чому їх важливо дотримуватись. Важливо вислухати думку кожної дитини, або запропонувати сформулювати правила у міні групах, а потім обговорити їх у загальному колі. Для кожного правила, яке буде прийнято групою дітей необхідно визначити що треба робити, а що заборонено робити. Наприклад, правилами життєдіяльності загону можуть бути – поважати думку інших (з метою запобігання конфліктів, булінгу); уважно слухати, і не перебивати, коли хтось говорить; вимкнути телефони у визначений час; приходити вчасно. Варто обговорити з дітьми, що вони пропонують зробити, якщо хтось порушить прийняті у загоні, колективі правила – можливо разом визначити що треба буде зробити після: наприклад, попросити вибачення, виконати якесь завдання, або підготувати і провести цікаву гру.

Для зняття психоемоційного напруження, профілактики стресових розладів в умовах війни, щоранку рекомендуємо використовувати психологічні вправи наступного типу: "Квітка та свічка" (<https://youtu.be/hVTqEEVUZaw>), "Ледачий кіт"

<https://youtu.be/NHBEUdOaHg8>, "Лимон" <https://youtu.be/hguSKqCOJOM>, "Черепашка" https://youtu.be/Ox_vERq7Gu4, "Пір'їна/статуя" <https://youtu.be/nvT2vyWfa6I>. Більше вправ можна переглянути на сайті ІППО Чернівецької області у вкладці «Психологічна допомога педагогам», і використовувати запропоновані психорелаксаційні відео у відеотеці цієї вкладки «Психологічні вправи педагогам для подолання стресу на уроках» (http://ippobuk.cv.ua/?page_id=8745).

З метою оздоровлення та відновлення психоемоційної стабільності, розвитку стресостійкості дітей з сімей ВПО можна використовувати вправи, ігри, завдання для дітей, запропоновані у програмі (посібнику) «Безпечний простір»

(<http://ekmair.ukma.edu.ua/bitstream/handle/123456789/11847/KRP2017.pdf?sequence=6&isAllowed=y>). Мета програми: підвищення стійкості до переживання наслідків стресу дітей дошкільного, молодшого шкільного віку та підлітків після психотравматичних подій. У програмі представлено вправи за такими напрямками (модулями), які відображають основні канали відновлення емоційного здоров'я людини:

- Встановлення контакту (долаємо опір дітей до взаємодії, створюємо позитивну атмосферу);
- Визначення потреб (визначаємо потреби кожної дитини, і даємо їм можливість про це сказати);
- Керування емоціями (формуємо розуміння, що думки впливають на наші емоції та випробовуємо способи екологічного вираження почуттів);
- Навички розв'язання проблем (обговорюємо що таке конфлікти, навчаємо конкретних навичок розв'язання конфліктних ситуацій; опановуємо чотири крокову модель розв'язання конфліктних ситуацій);
- Позитивні активності (навчаємо планувати позитивні активності, які б давали задоволення та повертали почуття контролю);
- Позитивне мислення (вчимо формулювати позитивні думки, планувати позитивне майбутнє);
- Відновлення соціальних контактів (актуалізуємо значущість людського спілкування; показуємо цінність дружби; вчимо створювати план соціальних контактів, розвиваємо навички здобуття підтримки соціального оточення).

Також рекомендуємо застосовувати арт-терапевтичні, або арт-педагогічні завдання, які допомагають дітям виразити емоції й почуття, які їм важко обговорювати вербально після пережитого. Арт-завдання (найпростіше – це малювання, але можна й ліплення, плетіння, колажування та інше) створюють позитивний емоційний настрій, розвивають почуття внутрішнього контролю, упевненість у своїх силах, сприяють подоланню мовного бар'єру, підвищують адаптаційні здатності дитини. І взагалі малювання та застосування інших видів мистецтва в педагогічній роботі дуже необхідні для загального розвитку дитини.

Малювання розвиває дрібну моторику, а це – стимуляція ділянок мозку, відповідальних за мислення, мовлення, зорову та рухову пам'ять, координацію. Під час малювання задіяні обидві півкулі головного мозку, активно виникають міжпівкульні зв'язки. У дитини розвивається уява та

креативний підхід у діяльності. У процесі роботи дитина отримує реальний результат – малюнок. Це вчить її цілепокладанню і формує орієнтацію на результативну діяльність. Через малюнок дитина самовиражається, проектує на папір свій психологічний стан. Малювання вважається заспокійливим заняттям. Малювати можна олівцями, фарбами, різноманітними засобами: крупами, кавою, нитками, бавовною, крейдою (<http://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/3301/1/%D0%90%D1%80%D1%82%D0%A2%D0%B5%D1%80%D0%B0%D0%BF%D1%96%D1%8F-19-10-20.pdf>).

Пропонуємо декілька простих арт-завдань для використання в роботі з дітьми:

- Намалювати супер-героя, яким би дитина хотіла стати (можна комбінацію з різних супер-героїв). Важливо визначити, які у супер-героя сили, як вони йому допомагають.
- Техніка «Каракулі і метаморфози»: пропонуємо вільно рухати олівцем по аркуші паперу без жодного задуму і мети, виводячи різні каракулі та лінії. У результаті дитина отримає складний клубок ліній. Наступне завдання – слід побачити у ньому якийсь образ і розвинути його. Побачивши чіткий образ потрібно скласти розповідь, промалювати цей образ поверх каракуль. Потім обговорити, що цей образ означає для дитини.

Під час організації таборів з денним перебуванням, літніх шкіл та дозвільних клубів рекомендуємо проведення Психологічних пікніків у формі тренінгу, не менше 1 разу за зміну протягом 1-2 годин, залежно від вікової категорії дітей. Під час проведення пікніків психологам рекомендується застосовувати техніки стабілізації, розвитку стресостійкості та відновлення психічного здоров'я, арт-терапевтичні вправи.

Звіт
про роботу табору відпочинку та дозвілля
(заклад загальної середньої освіти ЧМТГ)

| № з/п | ЗЗСО | Напрямки діяльності табору | Мовний табір (мова) | Загальна к-сть дітей у таборі | З них: | | Термін роботи табору з ____ до ____ |
|-------|------|----------------------------|---------------------|-------------------------------|--------|--------------------------------------|-------------------------------------|
| | | | | | ВПО | Задіяна к-сть дітей у мовному таборі | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |
| | | | | | | | |