

Заняття 21. Радість і сум, родини та країни

Аркуші 15-16

Занурення

Вправа 1. Мовчазне споглядання аркушів. Внутрішня подорож

Дії вчителя/вчительки:

- Подивіться на ці сторінки. Дозвольте думкам і почуттям з'явитися самотійно. Не намагайтеся щось аналізувати — просто дивіться
- Створіть тишу, самі також споглядайте аркуші разом з дітьми

Дії учнівства:

- Мовчазно дивляться на аркуші
- Дозволяють собі відчувати те, що виникає
- Можуть закрити очі на хвилину, якщо хочуть

Орієнтовні реакції:

- "Мені стало трохи сумно, коли побачив про сумні події"
- "Я одразу подумав/ла про свій день народження"
- "У мене в голові з'явилися бабуся і дідусь"
- "Чомусь згадалася новина про війну"
- "Мені хочеться намалювати щось гарне"
- "Я ніколи не думав/ла про подяку країні"

Вправа 2. Перше враження. Що побачило серце

Дії вчителя/вчительки:

- Яке перше слово чи образ прийшов до вас, коли ви дивилися на ці аркуші?
- Пропонуйте поділитися одним словом або коротким образом
- Приймайте всі відповіді без коментарів, лише "дякую"

Дії учнівства:

- Діляться першим, що спало на думку
- Можуть показати жестом або намалювати символ
- Можуть сказати "пройду цей раз", якщо не готові

Орієнтовні відповіді:

- "Сім'я"
- "Перемога збірної України"
- "Коли померла моя кішка"
- "Дім"
- "Прапор"
- "Мама"
- "Страх"
- "Святкування"

Вправа 3. Дослідження через звуки. Емоційна карта

Дії вчителя/вчительки:

- Якби радісна подія родини мала звук, який би це був звук? А сумна подія?
- Дайте можливість відтворити ці звуки голосом або руками
- Потім те саме з подіями країни

Дії учнівства:

- Відтворюють звуки радості та суму
- Можуть працювати індивідуально або створити загальний "хор"
- Можуть описати звуки словами замість відтворення

Орієнтовні відповіді:

- Радість родини: сміх, аплодисменти, музика, "ура!"
- Сум родини: тиша, плач, зітхання
- Радість країни: гімн, салют, крики підтримки
- Сум країни: сирени, мовчання, важке дихання

Дослідження

Вправа 4. Візуальне мислення. Що ховають прості лінії

Дії вчителя/вчительки:

- Що ви бачите на цих аркушах? Опишіть лінії, форми, розташування слів
- Що може означати те, що слова розташовані саме так?
- Чому, на вашу думку, є місце для підпису про подяку?

Дії учнівства:

- Описують візуальні елементи
- Висловлюють здогадки про символічне значення
- Обговорюють, чому важлива подяка

Орієнтовні відповіді:

- "Слова написані великими літерами — це важливо"
- "Є простір для наших слів — значить, ми маємо вибір"
- "Родина і країна поряд — вони пов'язані"
- "Подяка внизу —, можливо, це підсумок"

Вправа 5. Читання тексту. Розгортання смислів

Дії вчителя/вчительки:

- Прочитайте вголос тексти з аркушів
- Запитайте: "Які слова відлунюють у вас найсильніше?"
- "Що означає для вас "радісна подія родини"? А "сумна подія країни"?"

Дії учнівства:

- Слухають, як звучать слова
- Відзначають найвпливовіші для них слова
- Діляться власними тлумаченнями понять

Орієнтовні відповіді:

- "Мені подобається слово "радісна" — воно тепле"
- "Важко думати про сумні події"
- "Не розумію різниці між родиною і країною"
- "Подяка — це коли ми цінуємо щось"

Вправа 6. Метафоричне дослідження. Кольори почуттів

Дії вчителя/вчительки:

- "Якого кольору радісна подія вашої родини? А сумна подія країни?"
- "Якби ці події мали запах, що б це було?"
- "На яку пору року схожі радісні події? А на яку — сумні?"

Дії учнівства:

- Асоціюють події з кольорами, запахами, порами року
- Можуть малювати кольорові плями
- Обговорюють, чому обрали саме ці асоціації

Орієнтовні відповіді:

- "Радість родини — жовтого кольору, як сонце"
- "Сум країни пахне дощем"
- "Радісні події — як літо, теплі"
- "Сумні події — як осінь, коли листя опадає"

Вправа 7. Філософські питання допитливої дитини

Дії вчителя/вчительки:

Поставте питання в стилі допитливої дитини:

- "А чи бувають радісні події, які спочатку здаються сумними?"
- "Чи може подія бути радісною для родини, але сумною для країни?"
- "А у тварин є родина і країна? Як вони радіють і сумують?"
- "Що було б, якби люди ніколи не сумували?"

Дії учнівства:

- Відповідають на незвичайні питання
- Наводять приклади з власного досвіду
- Можуть ставити власні філософські питання

Орієнтовні відповіді:

- "Коли я переїжджав, спочатку було сумно, а потім радісно"
- "У птахів немає кордонів, але є зграї"
- "Без суму ми б не цінували радість"
- "Собаки радіють, коли господар повертається додому"

Вправа 8. Особистісні зв'язки. Міст до власного досвіду

Дії вчителя/вчительки:

- "Згадайте найяскравішу радісну подію своєї родини. Не обов'язково ділитися подробицями — просто відчуйте це"
- "А чи була подія в країні, яка вас зачепила — радісна чи сумна?"
- "Кому ви найчастіше дякуєте? А кому хотіли б подякувати, але ніколи не робили цього?"

Дії учнівства:

- Занурюються у власні спогади
- Можуть поділитися тим, чим комфортно ділитися
- Мають право залишити спогади особистими

Орієнтовні відповіді:

- "День народження бабусі — вся родина була разом"
- "Коли українська збірна перемогла, ми всі кричали"
- "Я ніколи не дякував бабусі за її борщ"
- "Сумно було, коли ми переїхали з України"

Творчість

Вправа 9. Творчі завдання

Варіант А. Карта подяки

Створіть особисту карту людей, подій, місць, яким ви хочете подякувати. Можна малювати, писати, створювати колаж.

Варіант Б. Діалог між радістю і сумом

Напишіть діалог між Радістю і Сумом вашої родини або країни. Що вони сказали б одне одному?

Варіант В. Часова лінія емоцій

Створіть лінію часу вашої родини або країни, відмічаючи радісні і сумні моменти різними кольорами і символами.

Варіант Г. Лист подяки

Напишіть лист комусь, кому давно хотіли подякувати — реальній людині, групі людей або навіть абстрактному поняттю.

Рефлексія

Вправа 10. Особиста рефлексія. Внутрішній діалог

Дії вчителя/вчительки:

- Попросіть кілька хвилин тиші для особистої рефлексії
- Запропонуйте питання: "Що я сьогодні зрозумів/ла про зв'язок між моєю родиною і країною? Що мене здивувало?"

Дії учнівства:

- Занурюються в особисту рефлексію
- Можуть записати думки або просто подумати
- Мають право на тишу без відповідей

Вправа 11. Спільне коло. Дар один одному

Дії вчителя/вчительки

- Створіть коло і запросіть поділитися одним відкриттям або почуттям
- Запитайте: "Хто хоче подарувати класу одну думку або відчуття з сьогоднішнього заняття?"

Дії учнівства:

- Добровільно діляться короткими рефлексіями
- Слухають одне одного без коментарів
- Можуть передати слово далі без репліки

Вправа 12. Валізка додому. Експерименти з подякою

Варіанти експериментів

Сімейні дослідження:

"Сімейний музей радості" — зберіть предмети, які нагадують про радісні моменти родини

"Несподівана подяка" — подякуйте комусь з родини за щось, що зазвичай сприймаєте як належне

Цифрові експерименти:

"Відеоподяка" — зніміть коротке відео, де дякуєте своїй країні або місту

"Фотоколекція радості" — створіть добірку фото, які показують радість у вашому довкіллі

Дослідницькі місії:

"Карта подяки району" — знайдіть у своєму районі місця, за які хочеться подякувати (парк, бібліотека, кафе)

Методичні коментарі

Для 9-11 років:

- Більше уваги візуальним і тактильним вправам
- Фокус на конкретних, близьких подіях (день народження, свято)
- Простіші питання про подяку (кому можна сказати "дякую" сьогодні?)
- Творчі завдання з малюванням і ліпленням

Для 12-13 років:

- Поєднання особистого і соціального досвіду
- Введення питань про зв'язок родини і країни

- Можливість глибших особистих рефлексій
- Письмові завдання поряд з візуальними

Для 14-15 років:

- Філософські дискусії про природу вдячності
- Аналіз складних взаємозв'язків між особистим і суспільним
- Проектні завдання (наприклад, дослідження історії родини)
- Есе та рефлексивні тексти

Складні ситуації та реакції

Ситуація. У моєї родини немає радісних подій, у нас завжди проблеми

Реакція. Дякую, що поділився/лася своїми відчуттями. Іноді важко помічати радісні моменти, коли навколо багато складного. Можливо, радість буває маленькою — як смачний чай або хороша погода? Але якщо зараз хочеться говорити про складне — це теж важливо.

Ситуація. Дитина не може згадати жодної події, пов'язаної з країною

Реакція. Це нормально — не всі відчувають зв'язок з великими подіями. Країна — це не тільки політика чи новини. Це може бути улюблений парк, смачна їжа, мова, якою ти розмовляєш, друзі поруч. Спробуй подумати про те, що робить твоє місце особливим.

Ситуація. Дитина відмовляється говорити про сумні події

Реакція. Маєш повне право не говорити про те, що болить. Можемо сьогодні зосередитися тільки на радісному. Або ти можеш просто послухати інших. Іноді сум не готовий до слів — і це теж нормально.

Додаткові матеріали для вчителя/вчительки

Ключові поняття

Подяка (вдячність)

Почуття і вияв визнання за добро, що його хтось зробив. У різних культурах подяка виражається по-різному: словами, жестами, подарунками, вчинками.

Для дітей 9-11 років. Подяка — це коли ми говоримо "дякую" не тільки ротом, а й серцем. Це означає помічати хороше і цінувати його.

Для дітей 12-13 років. Вдячність — це здатність бачити і цінувати те добре, що є в нашому житті, навіть коли є проблеми. Це як внутрішнє світло, яке допомагає не забувати про хороше.

Для дітей 14-15 років. Вдячність — це не просто емоція, а спосіб ставлення до світу. Дослідження показують, що вдячні люди частіше відчувають щастя і краще долають труднощі.

Родинна пам'ять

Спільні спогади, традиції, історії, які передаються в родині від покоління до покоління і формують родинну ідентичність.

Для дітей 9-11 років. Родинна пам'ять — це коли бабуся розповідає історії, мама показує старі фото, а ти запам'ятовуєш і потім розповідаєш своїм дітям.

Для дітей 12-13 років. Це невидимий зв'язок між поколіннями. Кожна родина має свої особливі історії, які роблять її унікальною і допомагають зрозуміти, хто ми є.

Для дітей 14-15 років. Колективна пам'ять родини, яка формує ідентичність і цінності. Включає не лише факти, а й емоційні спогади, сімейні міфи і традиції.

Громадянська емпатія

Здатність співчувати і розуміти переживання своєї спільноти, країни, відчувати зв'язок з іншими громадянами.

Для дітей 9-11 років. Це коли тобі не все одно, що відбувається навколо. Коли ти радієш, що твоя команда перемогла, або засмучуєшся, коли щось погане трапляється в твоєму місті.

Для дітей 12-13 років. Уміння відчувати себе частиною більшої спільноти — міста, країни. Це означає переживати за інших людей, навіть якщо ти їх особисто не знаєш.

Для дітей 14-15 років. Соціальна емпатія, яка виходить за межі родини і близького кола. Це основа громадянської відповідальності і соціальної солідарності.

Історичні контексти

Як розвивалася культура подяки

У давніх культурах подяка часто мала ритуальний характер — люди дякували богам, природі, предкам. Це були громадські церемонії, які об'єднували спільноту.

У середньовічній Європі розвинулася традиція "вдячних записів" — люди записували у спеціальні книги те, за що вони вдячні. Це допомагало пережити важкі часи.

У XVIII-XIX столітті з'явилася ідея національної вдячності — люди почали усвідомлювати себе громадянами і відчувати відповідальність за свою країну.

У XX столітті психологи довели, що вдячність — це навичка, яку можна розвивати, і що вона покращує психічне здоров'я.

Сьогодні з'являються нові форми подяки — цифрові, глобальні, екологічні. Люди дякують не лише людям, а й природі, майбутнім поколінням.

Традиції подяки в різних культурах:

Японія. Поняття "arigato" означає не просто "дякую", а "це рідко трапляється" — визнання унікальності кожного доброго вчинку.

Індія. Традиція "namaste" — це подяка за божественне начало в іншій людині.

Україна. "Дякую" має складну етимологію — через польське "dziękuję" від німецького "danke". Слово "спасибі" походить від "спаси Боже" — це побажання добра у відповідь на добро.

Додаткові питання для обговорення

Для поглибленої дискусії

Про природу вдячності:

- Чи можна бути вдячним за негативний досвід, який навчив чомусь важливому?
- Як відрізнити справжню вдячність від ввічливості?
- Чи може подяка змінити минуле?

Про родину й країну:

- Що спільного між любов'ю до родини і любов'ю до країни?
- Чи можуть бути конфлікти між родинними і громадянськими цінностями?
- Як зберегти родинні традиції, живучи в іншій країні?

Про сучасний світ:

- Як технології змінюють способи вираження подяки?
- Чи стали люди менш вдячними в епоху соціальних мереж?
- Як виражати вдячність планеті і майбутнім поколінням?

Філософські експерименти:

"Подяка невидимим людям" — кому ми ніколи не дякуємо, але хто робить наше життя можливим? (фермери, прибиральники, вчителі в інших країнах)

"Вдячність як суперсила" — як подяка може змінити складну ситуацію?

"Подяка майбутньому" — за що ми можемо бути вдячні тому, що ще не сталося?