

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ
ІНСТИТУТ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ПОЛІТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

НАСКРІЗНА МЕДІАОСВІТА В УМОВАХ ВІЙНИ

Збірник навчальних медіаосвітніх програм

Кропивницький 2022

УДК 316.774:159.98]:159.955.4

Н 20

Рекомендовано до друку вченою радою
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України
(протокол № 13/11 від 8.12.2022 р.)

Рецензенти:

Пророк Н. М., д-р психол. наук, завідувач лабораторії психодіагностики і наукової інформації Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України;

Зеленін В. В., канд. психол. наук, доцент, професор кафедри політичної психології та міжнародних відносин факультету психології Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова;

Чуніхіна С. Л., канд. психол. наук, заступник директора з науково-методичної роботи Інституту соціальної та політичної психології НАПН України

Н 20 **Наскрізна медіаосвіта в умовах війни** : збірник навчальних медіаосвітніх програм / Л. А. Найдьонова, Н. І. Череповська, О. Л. Вознесенська, Ю. С. Чаплінська, Н. Ф. Умеренкова, Н. Л. Дятел, Л. В. Григоровська, М. І. Найдьонов ; за ред. Л. А. Найдьонової ; уклад. Н. Ф. Умеренкова ; Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. – Київ, 2023. – 264 с.

ISBN 978-966-189-678-8

Збірник складається із двох частин. У першій частині представлено програми підвищення кваліфікації вчителів, працівників психологічної служби в системі освіти, соціальних працівників у системі післядипломної педагогічної освіти. Програми спрямовані на формування загальних і фахових компетентностей у сфері діагностики та аналізу соціально-психологічних проблем, пов'язаних з викликами інфодемії та умовами воєнного стану, з використанням медіапсихологічних інновацій; на надання допомоги особистості в закладі освіти будь-якого типу з метою створення здоров'язбережувального середовища і підвищення якості освіти в Україні; на формування готовності організовувати освітній процес з огляду на виклики інформаційного суспільства воєнного і повоєнного часу. Друга частина містить програми для позашкільної освіти (програми для дітей), доповнені матеріалами сучасних теоретичних напрацювань з проблем медіапсихології та кіберпсихології, медіаосвіти і медіакультури. Упровадження навчальних програм матиме позитивний соціальний ефект: сприятиме розвитку медіакультури, професійному і громадянському самовизначенню молоді, збереженню здоров'я у стресових ситуаціях, зумовлених медіавпливами і життєвими обставинами вихованців закладів освіти усіх рівнів в умовах війни.

Адресований викладачам ЗВО, ІППО, медіапедагогам, психологам, соціальним педагогам, учителям закладів освіти усіх рівнів. Може бути корисним студентам педагогічних і психологічних спеціальностей, усім зацікавленим користувачам.

ISBN 978-966-189-678-8

УДК 316.774:159.98]:159.955.4

© Інститут соціальної та політичної психології НАПН України
© О. Л. Вознесенська, Л. В. Григоровська, Н. Л. Дятел, М. І. Найдьонов,
Л. А. Найдьонова, Н. Ф. Умеренкова, Ю. С. Чаплінська, Н. І. Череповська

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА	5
ЧАСТИНА І. ПІСЛЯДИПЛОМНА ПЕДАГОГІЧНА ОСВІТА (ПРОГРАМИ ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ВЧИТЕЛІВ)	6
Медіапсихологія війни для позашкільця: програма для підвищення кваліфікації педагогів закладів позашкільної освіти (Найдьорова Л. А., дистанційна 100%, 1 кредит)	10
Поствійна: реконструкція свідомості від ураження рашистською пропагандою: програма для підвищення кваліфікації вчителів на звільнених від російської окупації територіях (Найдьорова Л. А., 1 кредит)	20
Медіа-арттерапія: програма курсу підвищення кваліфікації (стажування) для практичних психологів, соціальних педагогів, соціальних працівників та викладачів спеціальностей «Психологія», Соціальна педагогіка», «Соціальна робота» (Вознесенська О. Л., дистанційна 10%, 3 кредити)	31
Медіапсихологія і кібертехнології в освітньому процесі: програма навчально-практичного спецкурсу для підвищення кваліфікації педагогічних працівників (дистанційна 90%) (Чаплінська Ю. С., дистанційна 90%, 1 кредит)	53
НУШ: організація медіаосвіти в початковій школі: програма підвищення кваліфікації педагогічних та науково-педагогічних працівників (Найдьорова Л. А., 1 кредит)	71
Діагностика медіакультури здобувачів освіти в умовах пандемії: технологія репрезентативної рефлексії: програма підвищення кваліфікації педагогічних та науково-педагогічних працівників (Найдьорова Л. А., дистанційна 100%, 1 кредит)	81
Здоров'язбережувальна медіаосвіта: інструменти і методика впровадження (усі рівні освіти): програма курсу підвищення кваліфікації для вчителів, практичних психологів та соціальних педагогів закладів освіти (Умеренкова Н. Ф., дистанційна, гібридна, ½ кредита)	101
Баланс медіаспоживання: екранні практики без шкоди здоров'ю: програма курсу підвищення кваліфікації для вчителів, практичних	

психологів та соціальних педагогів закладів освіти (<i>Дятел Н. Л., дистанційна, гібридна, ½ кредита</i>).....	115
Патріотизм молоді цифрової доби: інноваційні засоби розвитку: програма підвищення кваліфікації педагогічних, науково-педагогічних працівників та осіб, які працюють у сфері національно-патріотичного виховання молоді (<i>Череповська Н. І., дистанційна 100%, 1 кредит</i>)	127
ЧАСТИНА ІІ. МЕДІАОСВІТА ПОЗАШКІЛЬНА (ПРОГРАМИ ДЛЯ ДІТЕЙ)	144
Ментальний щит: Програма дистанційної психологічної підтримки для різновікової групи дітей (<i>Найдьонова Л. А., дистанційна 100%</i>)	144
Медіапсихологія (<i>Найдьонова Л. А., Дятел Н. Л., 32 кредити</i>)	164
Кіберпсихологія (<i>Найдьонова Л. А., Дятел Н. Л., Чаплінська Ю. С., 32 кредити</i>)	182
Медіаторчість і блогерство: навчальна програма з позашкільної освіти соціально-реабілітаційного спрямування (<i>Вознесенська О. Л., дистанційна 90%, 58 кредитів</i>)	206
ПІСЛЯМОВА	262

ПЕРЕДМОВА

У збірнику представлено авторські навчальні програми, розроблені співробітниками лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України за результатами виконання прикладного наукового дослідження. Переважну більшість програм створено завдяки взаємодії з фахівцями інститутів та академій післядипломної освіти під час всеукраїнського експерименту з масового упровадження наскрізної медіаосвіти, що проводився за рішенням Президії НАПН України і за наказом МОН України. Фактично ці програми стали відповіддю на гострі запити педагогів з понад 200 закладів освіти – баз всеукраїнського експерименту різного рівня (від дошкільних до післядипломної освіти і позашкілля) – й охоплюють психологічні аспекти, що увиразнилися через вимушену дистанційність у період пандемії COVID-19 і в екстремальних умовах освіти воєнного часу. Друга частина збірника – програми, створені й апробовані авторами у співпраці з комунальним закладом освіти «Київська Мала академія наук учнівської молоді» і Науковим ліцеєм/пансіоном «Міжнародна зелена школа імені Кліма Чурюмова». Вони спрямовані на роботу з талановитою науково обдарованою молоддю, зокрема в дистанційному форматі, й охоплюють різноманітні форми психологічної підтримки під час занять.

Навчальні програми, розроблені науковцями, спираються на аналіз світового досвіду і результати проведених в Україні власних широкомасштабних емпіричних досліджень, якими було охоплено понад 7 тисяч учасників. Колектив лабораторії висловлює щирю вдячність усім учасникам опитувань та експериментів, а також усім освітянам, хто допомагав в організації і проведенні досліджень.

ЧАСТИНА І

ПІСЛЯДИПЛОМНА ПЕДАГОГІЧНА ОСВІТА (ПРОГРАМИ ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ВЧИТЕЛІВ)

Перша частина збірника містить дев'ять програм, спрямованих на удосконалення загальних та фахових компетентностей учителів, практичних психологів і соціальних педагогів, соціальних працівників і викладачів.

Зокрема, програму *«Медіапсихологія війни для позашкілля»* (Найдьонова Л. А.) адресовано керівникам секцій і гуртків, педагогам системи позашкільної освіти. Програма спрямована на удосконалення загальних і фахових компетентностей педагогічних та науково-педагогічних працівників у сфері розуміння психологічних ризиків і проявів травматизації, способів протидії медіатравматизації в умовах війни і поствоєнного суспільства.

Програму *«Поствійна: Реконструкція свідомості від ураження рашистською пропагандою»* (Найдьонова Л. А.) створено для вчителів звільнених територій, які пережили тимчасову окупацію. Вона охоплює найбільш актуальні питання психологічного відновлення громад, що постраждали від війни та окупації. Ідеться насамперед про подолання наслідків тоталітарної пропаганди, індоктринації, колективної травми війни. Розкривається роль медіаосвіти в процесах інформаційно-психологічної реабілітації повоєнних громад. Особливу увагу приділено механізмам індоктринації і впливу тоталітарної російської пропаганди для розуміння складності процесів реабілітації постраждалої від російських наративів свідомості. Практичні заняття передбачають опрацювання набору психодіагностичних засобів, репрезентативну рефлексію, групові дискусії і самоаналіз, комунікативні практики, що сприяють відновленню громади.

Програма *«Медіа-арттерапія»* (Вознесенська О. Л.) спрямована на формування розуміння впливу медіаторчості на розвиток особистості. Теми цієї програми охоплюють основні знання, необхідні для використання медіа-

арттерапії в освітньому середовищі – базові знання про: види, засоби, підходи в арттерапії, сутнісні ознаки, особливості та механізми застосування медіа-арттерапії, види медіатравматизації та способи її подолання, застосування цифрової фотографії і кінопродукції в практиці допомоги особистості, види медіаторчості та можливості подолання наслідків психотравматизації за допомогою створення медіапродукції, візуально-нарративні засоби медіаторчості і блогерство як вид медіа-арттерапії.

Програму *«Медіапсихологія і кібертехнології в освітньому процесі»* (Чаплінська Ю. С.) присвячено інноваціям в освітньому просторі, темам медіа- і кібертехнологій. Розробка висвітлює особливості фільманалізу в навчальному процесі, сприяє формуванню практичних навичок і засвоєнню алгоритмів роботи з ним; порушує питання можливостей, переваг та нових підходів до медіаклубних занять; розкриває тему роботизації дошкільної та шкільної освіти, презентує класифікацію освітніх роботів та чітко описує їхні основні характеристики; дає знання про освітні боти, їх програмування, внутрішню структуру та можливості використання в сучасній освітній практиці; формує уявлення про світову та українську імерсивну освіту.

Програма *«НУШ: організація медіаосвіти в початковій школі»* (Найдьонова Л. А.) розкриває модель і засоби організації медіаосвіти в початковій школі відповідно до навчальних програм НУШ-1, НУШ-2 (щодо змістової лінії «Досліджуємо медіа»), а також сприяє інтеграції прийомів розвитку медіаграмотності учнів під час вивчення інших предметів (галузей). Практичні заняття передбачають опрацювання набору ігрових вправ з розвитку медіаграмотності та критичного мислення, що відповідають віковим особливостям дітей і добре зарекомендували себе в практиці медіаосвіти. Зміст навчального курсу відповідає програмам «Я в медіапросторі» (1-3 рік навчання), рекомендованим Міністерством освіти і науки України (лист ІМЗО №2.112-Г-831 від 28.11.2016).

Програма *«Діагностика медіакультури здобувачів освіти в умовах пандемії: технологія репрезентативної рефлексії»* (Найдьонова Л. А.)

передбачає формування низки вмій, що є наскрізними в усіх ключових компетентностях і традиційно описують компоненти медіаграмотності, а саме: «уміння розуміти інформацію, записану (передану) в різний спосіб або відтворену технічними пристроями, що передбачає, зокрема, уміння виявляти приховану й очевидну інформацію» – у складі вміння читати з розумінням; «уміння розрізняти факти, їх інтерпретації, розпізнавати спроби маніпулювання даними, використовуючи різноманітні ресурси і способи оцінювання якості доказів, надійності джерел і достовірності інформації» – у складі вміння критично і системно мислити. Програма передбачає формування загальних та фахових компетентностей щодо імплементації Державного стандарту базової середньої освіти на основі особистісно орієнтованого, інтегрованого, компетентнісного, діяльнісного підходів.

Програма *«Здоров'язбережувальна медіаосвіта: інструменти та методика впровадження (усі рівні освіти) (Умеренкова Н. Ф.)* спрямована на розвиток здоров'язбережувального потенціалу медіаосвіти в закладі освіти й охоплює три напрями, які розподілено на три модулі: практичні інструменти для вчителів; методика впровадження здоров'язбережувальних компонентів у навчальні уроки; інтеграція здоров'язбережувальних компонентів у виховний процес освітнього закладу та взаємодію з батьками. Навчальний курс спрямований на збагачення інструментарію працівників системи освіти медіапсихологічними засобами, дидактичним матеріалом, які можна використовувати як компенсаторні інструменти соматичного дискомфорту учнів, зокрема під час дистанційного навчання та в умовах війни.

Програма *«Баланс медіаспоживання: екранні практики без шкоди здоров'ю» (Дятел Н. Л.)* охоплює цикл психоедукаційних заходів, що допоможуть усвідомити зв'язок екранних практик із психологічним благополуччям особистості, а також практичні і тренінгові заняття, спрямовані на формування мотивації та розвитку вміння здійснювати моніторинг часу, що проводиться з використанням гаджета, і навичок саморегуляції. Метою застосування інструментарію, передбаченого програмою, є формування у

вихованців закладу освіти чіткої позиції, яка передбачає сприйняття цифрових технологій як інструменту, що має свої правила використання, а також масштабуватиме онлайн-діяльність до частини життя, забезпечуючи баланс і компенсації тимчасових дисбалансів.

Програма *«Патріотизм молоді цифрової доби: інноваційні засоби розвитку»* (Череповська Н. І.) спрямована на набуття компетентностей, пов'язаних з розвитком патріотизму молоді, і зокрема стимулювання її патріотичної активності в інформаційному інтерактивному просторі. Досягненню мети слугує виконання завдань теоретично-практичного курсу, які реалізуються за допомогою інноваційних засобів розвитку. Упровадження програми підвищення кваліфікації ґрунтується на державних документах, у яких визначено актуальність підготовки педагогічних кадрів з огляду на необхідність реалізації загальнодержавної політики в галузі національно-патріотичного виховання. Актуальність курсу полягає в нагальній потребі більш активно, цілеспрямовано впроваджувати національно-патріотичне виховання молоді.

МЕДІАПСИХОЛОГІЯ ВІЙНИ ДЛЯ ПОЗАШКІЛЛЯ

Програма для підвищення кваліфікації педагогів закладів позашкільної освіти

Рецензенти:

Зеленін В. В., канд. психол. наук, доцент, професор кафедри політичної психології та міжнародних відносин факультету психології Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова;

Чуніхіна С. Л., канд. психол. наук, заступник директора з науково-методичної роботи Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.

Розробник:

Найдьонова Л. А., д-р психол. наук, чл.-кор. НАПН України, керівник секції «Медіапсихологія» Київської Малої академії учнівської молоді, заступник директора з наукової роботи Інституту соціальної та політичної психології НАПН України

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

1.2. Загальні положення

Під час війни освітня система зазнає значних трансформацій та акцентує безпекові питання як пріоритетні. До безпекових питань відносять й інформаційно-психологічну безпеку, здатність зберігати психологічну стійкість в умовах воєнних змін інформаційного простору. У ньому розгортаються інформаційно-психологічні операції, ініційовані країною-агресором, і, відповідно, накладаються певні обмеження, зумовлені необхідністю контрпропаганди, а також відображаються всі виклики воєнного часу і те, як ми їх долаємо. Одним із масштабних викликів є психотравматизація війною, яка помножується медійним висвітленням подій війни. Особливе завдання суспільства в цей період – створити безпечні умови для розвитку дитини, зберегти здоров'я здобувачів освіти. У Національній стратегії розбудови безпечного і здорового освітнього середовища в новій українській школі (Указ

Президента України від 25 травня 2020 р. № 195/2020) наголошується на тому, що «формування безпечного і здорового освітнього середовища вимагає вирішення низки проблем, зокрема пов'язаних ... з безвідповідальним використанням інтернету, недостатньою готовністю педагогічних працівників...». Серед причин загострення безпекових проблем зазначено «уразливість дітей шкільного віку під час використання інтернету, нестачу вмінь безпечної поведінки в інформаційному середовищі, неконтрольований доступ до інтернету...», а також «недостатній рівень ефективності освіти, яка забезпечує соціальний і здоров'язбережувальний компоненти навчання, медіа- і цифрову грамотність учнів...». Педагоги системи позашкільної освіти мають бути компетентними з огляду на необхідність пояснення дітям посталих психологічних загроз і надання їм підтримки в протидії медіатравматизації в умовах воєнного інформаційного простору, а також бути підготовленими до захисту власного психологічного благополуччя.

Актуальність Програми визначається настійним суспільним запитом на психологічну компетентність, медіаосвіту, формування в педагогів медіаграмотності, а отже, необхідністю цілеспрямованого підвищення кваліфікації освітян і формування в них професійних компетентностей саме в цьому напрямі.

Програма спирається на аналіз світового досвіду, наукові розробки і результати прикладних досліджень, проведених лабораторією психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України. Усі дистанційні зустрічі побудовано таким чином, щоб сприяти створенню безпечної атмосфери і посиленню психологічного потенціалу стійкості учасників.

Навчальну програму підготовлено для системи післядипломної педагогічної освіти. Матеріали Програми розроблено з огляду на сучасні теоретичні напрацювання в галузі медіапсихології та практики ведення секції «Медіапсихологія» в Київській Малій академії наук учнівської молоді.

1.2. Цільова аудиторія

Керівники секцій і гуртків, педагоги системи позашкільної освіти.

1.3. Мета і завдання

Мета підвищення кваліфікації: удосконалення загальних і фахових компетентностей педагогічних і науково-педагогічних працівників щодо розуміння психологічних ризиків і проявів травматизації, способів протидії медіатравматизації в умовах війни та поствоєнного суспільства.

Реалізація визначеної мети передбачає вирішення таких **завдань**:

1. Актуалізація уваги щодо можливості виникнення і загострення медіаризиків в умовах війни, впливу медіа та кіберпрактик на здоров'я і посилення травматичного стресу.
2. Забезпечення більш глибокого розуміння слухачами механізмів психотравматизації та захисних і зцілювальних чинників протидії.
3. Підвищення компетентності слухачів щодо засобів надання першої психологічної допомоги, а також систематичної підтримки.
4. Сприяння створенню безпечного здоров'язберезувального освітнього середовища в умовах розширеного запровадження дистанційних форм освіти; формування індивідуалізованої траєкторії розвитку здоров'язберезувального потенціалу педагога в медіапрактиках.
5. Визначення особливостей психолого-педагогічного супроводу дітей та їхніх родин залежно від груп ризику; забезпечення профілактики виникнення зловживань в інформаційному просторі.

1.4. Результати навчання

Підвищення кваліфікації педагогічних працівників передбачає формування їхніх загальних та фахових компетентностей.

Загальні компетентності спрямовані на формування у слухачів здатності:

- до застосування знань про функціонування сучасного медіапростору в практичних ситуаціях;
- до вільного використання цифрових технологій для реалізації освітніх завдань та вдосконалення професійної діяльності;
- до виявлення себе як відповідального громадянина і до участі в суспільному житті в умовах протистояння воєнній агресії.

Фахові компетентності передбачають розвиток знань, умінь, навичок та способів діяльності педагогічних працівників. Серед таких компетентностей:

- актуалізація досвіду використання Google class та інших інструментів дистанційного забезпечення педагогічної діяльності;
- підвищення психологічної пружності і саморегуляції медіапрактик;
- засвоєння і розуміння симптомів посттравматичного стресу і розладу;
- оволодіння сучасними принципами і методами психологічної підтримки і самодопомоги.

За результатами навчання слухачі мають уміти:

- упроваджувати результати навчання в освітній процес;
- аналізувати результати сучасних медіапсихологічних досліджень у сфері діагностики та аналізу соціально-психологічних проблем, пов'язаних з викликами війни, пандемії, дистанційної освіти;
- визначати пріоритети і потреби сучасного медійного простору;
- ідентифікувати медіаризики та зловживання цифровими практиками в умовах розширення дистанційних форм освіти;
- аналізувати вплив медіа- і кіберпрактик на здоров'я учасників освітнього простору в умовах війни;
- розробляти та організовувати заходи з промоції «медіаздоров'я»;
- виявляти в медіа потенційно шкідливий контент;
- створювати і підтримувати в освітньому середовищі атмосферу психологічної безпеки і травма-інформованого спілкування.

Обсяг: 30 год. (1 кредит ЄКТС)

Форма підвищення кваліфікації: дистанційна

2. Зміст програми та форми роботи

Зміст Програми передбачає теоретичну і практичну підготовку, а також виконання самостійної роботи.

Теоретичний компонент Програми спрямований на підвищення обізнаності слухачів у сфері медіапсихологічної науки і практики щодо воєнних трансформацій інформаційного простору, його впливу на людину в умовах війни;

Зміст *практичного компонента* Програми передбачає ознайомлення з діагностичним інструментарієм оцінювання інтенсивності медіатравми й симптомів посттравматичного стресу, критеріями і способами поліпшення психологічного благополуччя, формування вміння надавати дистанційну психологічну підтримку.

Практичні завдання слухачі виконують під час практичних занять, передбачених навчально-тематичним планом Програми.

Самостійна робота містить завдання, спрямовані на аналіз результатів опитування, створення індивідуального плану посттравматичного зростання, добір інструментів для інтегрованих модулів «хвилинок психологічної підтримки» для протидії медіатравматизації в роботі з дітьми, виконання вправ із психології політичної пропаганди за вибором.

Підвищення кваліфікації за дистанційною *формою навчання* передбачає проведення інтерактивних лекцій-вебінарів, відеоконференцій онлайн-практикумів, обговорення актуальних питань та обмін досвідом.

Зміст програми охоплює п'ять взаємопов'язаних тем.

Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, становить 30 год., з них: 10 год. – лекційні заняття, 4 год. – практична робота, 12 год. – самостійна робота, 2 год. – консультації, 2 год. – підсумкові заходи.

Навчально-тематичний план

Назва теми	Кількість годин					
	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	Консультації	Оцінювання результатів	Усього
Тема 1. Алгоритм екологічного подання потенційно травматичної інформації	1	1	2			4
Тема 2. Травма-інформована освіта: травма війни, вторинна травма, медіатравма (що з нами відбувається)	1	1	2			4
Тема 3. Воєнні трансформації інформаційного простору	1	1	2			4
Тема 4. Медійні засоби посилення ефекту враження і захист	2	2	2			6
Тема 5. Захист дітей у медіа: як говорити з дітьми про війну і ментальний щит	2	2	2			6
Консультації				2		2
Оцінювання результатів навчання			2		2	4
Усього	7	7	12	2	2	30

Форми організації освітнього процесу, методи і засоби навчання

Навчання здійснюється в таких формах: лекції, практичні заняття, самостійна робота, контрольні заходи.

Під час викладання програми використовують такі методи навчання: мультимедійна і спільна презентація; дискусійне обговорення проблемних питань; індивідуальна аналітична робота; групова робота; спільне навчання (робота у великій і малих групах).

Засоби навчання, які використовують у навчальному процесі: дидактичні матеріали, онлайн-платформа «ZOOM», інструменти Google class та інші застосунки Google, гаджети з доступом до інтернету; діагностичний інструментарій на інтернет-платформі, діагностичні опитувальники: «Методика оцінювання інтенсивності медіатравми», «Українська шкала симптомів посттравматичного стресу», шкали оцінювання психологічного благополуччя.

Система та критерії оцінювання результатів навчання

Контроль засвоєння навчальної програми здійснюється шляхом підтвердженого проходження практичних завдань у Google class, підтверджується відповідними базами даних. Система контролю: вхідне і вихідне діагностування; підготовка та захист проєктів.

За результатами навчання слухач отримує сертифікат про підвищення кваліфікації визначеного зразка.

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Тема 1. Алгоритм екологічного подання потенційно травматичної інформації

Ресурсна психологічна оболонка. Що захищає від травми. Готовність. Моральна позиція. Психологічна подушка безпеки.

Практична частина: актуалізація психологічної подушки безпеки. Час є, ми керуємо. Тіло є, ми керуємо. Світ є, сила стихій (ментальний щит).

Тема 2. Травма-інформована освіта: травма війни, вторинна травма, медіатравма (що з нами відбувається)

Травма і психотравма, метафори. Поняття і критерії психотравматизації. Вторинна травматизація. Медіатравматизація. Симптоми травматичного стресу

і посттравматичного стресового розладу, ковід-симптоми, комплексний ПТСР, колективна травма, трансгенераційне передавання травми. Українська статистика (обсяг симптомів). Моральна травма (шкода) і розвиток стресових розладів.

Аналіз власних результатів. Дистанційні безкоштовні сервіси надання психологічної допомоги. Зцілення, стихійні форми: адаптація станів (стратегії опанування ситуації), ситуація-тенденція-новоутворення (зміни характеру, ціннісне переосмислення, метацінності)

Тема 3. Воєнні трансформації інформаційного простору

ІПСО – інформаційно-психологічні спецоперації, інформаційна війна. Психологічні мішені. Тривожні інформаційні вири. Викривлення воєнного часу: обмеження свободи слова. Контрпропаганда. Ефекти інформаційного поля: поляризація, дегуманізація.

Практичний компонент: Методи зцілення від проблемного медіаспоживання. Мемоборона (гумористичний фронт). Моральний дух, ідентичність.

Тема 4. Медійні засоби посилення ефекту враження і захист

Медійні засоби посилення ефекту враження. Візуальне. Аудіовізуальне (десинхрон). Саспенс і його технічні характеристики.

Загальні принципи та вміння медіаграмотності, які захищають від медіатравматизації. Медіагігієна. Фільтри. Медіадієта, медіапауза. Фактчекінг-сервіси.

Практичний компонент: Визначення індивідуального графіка медіапауз залежно від оцінки власної інтенсивності медіатравми. Ознайомлення з фактчекінговими сервісами, виконання вправ.

Тема 5. Захист дітей у медіа: як говорити з дітьми про війну і ментальний щит

Захист дітей у медіа. Відповідальність медійників, відповідальність батьків. Діти і війна в медіа. Якісні медіа. Як говорити з дітьми про війну. Наслідки передчасної екзистенційної кризи. Як говорити про ядерну війну.

Мовчазні діти. Зцілення дитини від медіатравми: вікова відповідність, «ні» фоновому споживанню, розмова про нове (рефлексія), мама поруч і знає що робити, плануємо майбутнє.

Практичний компонент. Ознайомлення з комплексом вправ «Ментальний щит» для інтегрованих модулів психологічних хвилинок, виконання вправ. Створення власних наборів психологічної підтримки дітей.

Список рекомендованої літератури

1. Андрущенко Т. В., Зеленін В. В. Психологія політичної пропаганди : метод. рек. для самостійної роботи студентів. 2-ге вид., виправ. і допов. Київ : Гнозіс, 2022.

2. Вознесенська О. Л. Медіа-арттерапія як засіб подолання наслідків і профілактики психотравми : практ. посіб. Вид. 2-ге, стереотип. Київ, 2020.

3. Дослідження психологічного стану населення в умовах повномасштабної війни: пресреліз. URL: <https://ispp.org.ua/2022/09/13/doslidzhennya-psichologichnogo-stanu-naselennya-v-umovax-rovnomasshtabnoii-vijni/>

4. Інформаційні поведінка і потреби вчителів Донецької і Луганської областей України : інформ. бюл. / Л. А. Найдьонова, М. І. Найдьонов, Л. В. Григоровська, Н. Ф. Умеренкова ; упоряд. І. М. Найдьонов, Д. Я. Степченков ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2022. URL: http://profprestige.org.ua/publ/Inf_bul_2021vd.pdf

5. Медіаграмотність та інформаційна безпека : інформ. бюл. / О. О. Кришовська ; за ред. Л. А. Найдьонової ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2018. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/mediagramotnist-ta-informatsijna-bezpeka-2018/>

6. Медіакультура. Навчальна програма для учнів 9, 10, 11 класів закладів загальної середньої освіти (три роки навчання) / за ред. Л. А. Найдьонової ; уклад. Н. І. Череповська ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2018.

7. Найдьонова Л. А. Медіапсихологія: основи рефлексивного підходу. Київ, 2015.

8. Найдьонова Л. А. Діагностика булінгу і кібербулінгу : метод. рек. / Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2019.

9. Найдьонова Л. А. Цифрові ризики в умовах дистанційної освіти в часи пандемії. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2021. 3(1). URL: <https://doi.org/10.37472/2707-305X-2021-3-1-13-3>

10.Найдьонова Л. А. «Ментальний щит» для дітей: хвилинки психологічної самопомоги. *Освіта і суспільство*. 2022. URL: <https://naps.gov.ua/ua/press/releases/2688/> (або у відеоформаті: Найдьонова Л. А. Практична сесія із психологічної підтримки дітей у воєнний час: відео і презентація. 2022. URL: <https://drive.google.com/drive/folders/14E5imzA6zzvwVZCzd-igYNqOL9I3-ccU>)

11.Практикум «Медіакультура»: Робочий зошит курсу за вибором для учнів 10 класу загальноосвітніх навчальних закладів / за ред. Л. А. Найдьонової ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2013.

12.Спільний акт узгодження № 3. Висвітлення засобами масової інформації теми участі дітей у збройних конфліктах. (Спільні акти узгодження офіційно представлено на сайті Національної ради України з питань телебачення і радіомовлення). URL: <https://www.nrada.gov.ua/spilnyj-akt-uzgodzhennya-3-vysvitlennya-zasobamy-masovoyi-informatsiyi-temy-uchasti-ditej-u-zbrojnyh-konfliktah/>

13.Череповська Н. І. Медіаосвітні ресурси розвитку патріотизму і критичного мислення молоді. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2017.

ПОСТВІЙНА: РЕКОНСТРУКЦІЯ СВІДОМОСТІ ВІД УРАЖЕННЯ РАШИСТСЬКОЮ ПРОПАГАНДОЮ

Програма для підвищення кваліфікації вчителів на звільнених від російської окупації територіях

Розробник:

Найдьорова Л. А., д-р психол. наук, чл.-кор. НАПН України, заступник директора з наукової роботи Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

1.2. Загальні положення

Світ переживає постійне чергування викликів і катастроф, зумовлених як природними катаклізмами, так і людськими чинниками (техногенними або соціальними, напр. збройними конфліктами). Україна також перебуває в ситуації підвищеної небезпеки внаслідок повномасштабної воєнної агресії країни-терориста, окупації українських територій, бомбардування цивільної інфраструктури і постійної інформаційної війни. Звільнення тимчасово окупованих територій потребує реабілітації постраждалих громад не лише на індивідуальному і груповому рівні надання психологічних послуг. Ідеться також про реабілітацію свідомості членів локальних громад від російської пропаганди. Шкільні вчителі як лідери громадської думки в місцевих громадах можуть сприяти процесам відновлення громад шляхом активізації громадських рухів за медіаграмотність і звільнення від наслідків перебування у ворожому інформаційному просторі. Працюючи з батьками, учитель повсякчас стикається з наслідками ураження наших співгромадян російською пропагандою, а тому має розуміти психологічні механізми того, що

відбувається, спиратися на наукові знання про ці процеси, володіти засобами, які сприятимуть зціленню громади.

Серед завдань Програми – озброїти вчителя знаннями про тоталітаризм у його нових гібридних формах (рашизм), роль медіа в системі тиску на населення і його залякування, загальні схеми маніпулювання масовою свідомістю. Розуміння механізмів індоктринації (силового насаджування людям потрібних диктаторові ідей) на прикладі здійснення перевербовки в полоні дає змогу провести рефлексію ситуації в громаді за допомогою психодіагностичних інструментів. Розуміння динаміки поствоєнного відновлення громад, розірваних і розкиданих війною по країні і цілому світу (на основі вивчення світового досвіду локальних воєн), дає змогу напрацювати схеми прогнозування відновлення повоєнних громад в Україні, включно з подоланням наслідків інформаційного ураження рашистською пропагандою. Окремий напрям програми – аналіз «чорної педагогіки» (мілітаризації дитинства і створення альтернативної історії), реабілітація від впливів якої є безпосереднім завданням освітян деокупованих громад. Розуміння механізмів інформаційного ураження лежить в основі застосування медіаосвітніх засобів для сприяння відновленню.

Медіаосвіта – окремий напрям педагогічної діяльності, спрямований на розвиток у дитини необхідних психологічних новоутворень, які забезпечують здорову і розвивальну взаємодію із сучасним інформаційним простором. Результатом медіаосвіти є формування медіаграмотності, яка є базисом для її вищих форм рефлексивної і творчої медіакомпетентності та загалом медіакультури.

Відновлювальна медіаосвіта має стати поственцією ймовірних негативних медійних впливів на молодь, таких як викривлення уявлень про світ, своє тіло, людські стосунки, формування агресії та інших небажаних форм поведінки, затримка вольового розвитку і спонтанності. Медіаосвітні практики в дистанційному форматі стимулюють взаємодію дитини із сімейним

оточенням, а організація позашкільних (міжшкільних) заходів популяризації дитячої творчості сприяє відновленню громади загалом.

Програму створено в межах продовженого коригувального етапу всеукраїнського експерименту «Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику» (наказ МОН України № 1199 від 18.08.2017), який проводиться за ініціативою Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.

Програма спирається на аналіз світового досвіду, наукові розробки і результати прикладних досліджень, проведених лабораторією психології масової комунікації і медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України. Програму адаптовано для дистанційної форми проведення занять з підвищення кваліфікації. Усі дистанційні зустрічі побудовано таким чином, щоб сприяти створенню безпечної атмосфери і посиленню психологічного потенціалу стійкості учасників.

Навчальну програму підготовлено для системи післядипломної педагогічної освіти.

1.2. Цільова аудиторія

Учителі деокупованих громад.

1.3. Мета і завдання

Мета підвищення кваліфікації: розвиток загальних і фахових компетентностей учителів щодо організації медіаосвіти в школі і позашкільлі для сприяння повоєнному відновленню громад, що постраждали від окупації та ураження рашистською пропагандою.

Реалізація означеної мети передбачає вирішення таких **завдань**:

1. Ознайомити слухачів з механізмами ураження свідомості пропагандою в тоталітарному суспільстві і внаслідок перебування на окупованих територіях.

2. Представити психологічні механізми індоктринації як силового нав'язування людині потрібних маніпуляторів ідей, показати необхідність розрізнення індоктринації і навчання.
3. Забезпечити розуміння колективної травми і динаміки відновлення психологічного благополуччя постраждалої громади.
4. Забезпечити рефлексію основних наративів російської пропаганди та оволодіння засобами інформаційно-психологічної реабілітації ураженої свідомості.
5. Сформуванню уявлення про завдання медіаосвіти воєнного часу і повоєнного відновлення, сприяти засвоєнню форм і методів медіаосвітньої діяльності в громаді.

1.4. Результати навчання

Підвищення кваліфікації педагогічних працівників передбачає формування їхніх загальних та фахових компетентностей.

Загальні компетентності спрямовані на формування у слухачів низки здатностей:

- до застосування знань про функціонування сучасного медіапростору в практичних ситуаціях, розуміння воєнних трансформацій інформаційного простору;
- до виявлення себе як відповідального громадянина, підвищення готовності до участі в суспільному житті громади в період протистояння воєнній агресії та повоєнного відновлення;
- до критичного мислення щодо тоталітарних наративів рашистської пропаганди.

Фахові компетентності передбачають розвиток знань, умінь, навичок та способів діяльності педагогічних працівників:

- здатність до організації медіаосвіти в деокупованій громаді, що постраждала від тоталітарних інформаційних впливів і «чорної педагогіки»;

- володіння сучасними методами і прийомами медіаосвіти в громаді в умовах воєнного часу і повоєнного відновлення;
- уміння застосовувати прийоми інформаційно-психологічної реабілітації дітей та батьків для подолання наслідків ураження рашистською пропагандою.

За результатами навчання слухачі мають уміти:

- адекватно використовувати медіаосвітні терміни, знати завдання медіаосвіти в громаді, визначати пріоритети і потреби сучасного медійного простору та простору локальної громади;
- розуміти механізми інформаційного впливу в сучасному тоталітарному суспільстві, роль медіа та освіти в процесі внутрішньої «колонізації»;
- ідентифікувати медіаризики рашистських наративів, аналізувати медіаспоживання і вплив медіапрактик на здоров'я дітей і членів громади в умовах війни;
- спланувати і провести медіаосвітні заходи відповідно до фази зцілення повоєнної громади;
- комунікувати з огляду на завдання інформаційно-психологічної реабілітації;
- скласти план індивідуального розвитку медіаосвітньої діяльності і підвищення медіаграмотності.

Обсяг: 32 год. (1 кредит ЄКТС).

Форма підвищення кваліфікації: дистанційна.

2. Зміст програми та форми роботи

Зміст Програми передбачає теоретичну і практичну підготовку, а також виконання слухачами самостійної роботи.

Теоретичний компонент охоплює ознайомлення з поняттями і методами дослідження тоталітаризму в його сучасних, гібридних, формах, ролі медіа та освіти в пропагандистській машині, розуміння процесів індоктринації і маніпулювання базовими потребами для нав'язування потрібних ідей, різниці між індоктринацією і навчанням, розуміння динаміки відновлення поствоєнної громади, ролі медіаосвіти і громадського медіаосвітнього руху в процесах відновлення.

Зміст *практичного компонента* об'єднує насамперед рефлексивні практики, самооцінку рівня ураженості рашистською пропагандою; аналіз стану та етапу зцілення, на якому перебуває власна громада; тренінг комунікації в умовах відновлення громад; розроблення педагогом як лідером медіаосвіти в громаді індивідуального плану розвитку. Практичні завдання слухачі виконують під час практичних занять, передбачених навчально-тематичним планом Програми.

Самостійна робота містить завдання, спрямовані на аналіз результатів опитування, створення індивідуального плану впровадження медіаосвіти в громаді, добір інструментів для інтегрованих медіаосвітніх мікромодулів у роботі з дітьми, виконання вправ і рефлексії.

Підвищення кваліфікації забезпечується за дистанційною *формою навчання* завдяки проведенню інтерактивних лекцій-вебінарів, відеоконференцій, онлайн-практикумів, обговоренню актуальних питань та обміну досвідом.

Зміст програми охоплює п'ять взаємопов'язаних тем.

Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, становить 32 год., з них: 10 год. – лекційні заняття, 10 год. – практична робота, 10 год. – самостійна робота, 1 год. – консультації, 1 год. – підсумкові заходи.

Навчально-тематичний план

Назва теми	Кількість годин					
	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	Консультатії	Оцінювання результатів	Усього
Тема 1. Психологія тоталітаризму і роль медіа	2	2	2			6
Тема 2. Психологічні механізми індоктринації та інформаційної стійкості	2	2	2			6
Тема 3. Психологічні механізми і динаміка зцілення повоєнної громади	2	2	2			6
Тема 4. Основні наративи російської пропаганди в освіті	2	2	2			6
Тема 5. Медіаосвіта постраждалої від війни громади	2	2	2			6
Консультації				1		1
Оцінювання результатів навчання					1	1
Усього	10	10	10	1	1	32

Форми організації освітнього процесу, методи і засоби навчання

Навчання здійснюється в таких формах: лекції, практичні заняття, самостійна робота, контрольні заходи.

Під час викладання програми використовують такі методи навчання: мультимедійну і спільну презентацію; перегляд та обговорення фільмів; репрезентативну рефлексію з опертям на психодіагностику і дискусійне обговорення проблемних питань; індивідуальну аналітичну роботу; групову роботу (у великій і малих групах).

Засоби навчання, які використовують під час навчального процесу: дидактичні матеріали, онлайн-платформа «ZOOM», інструменти Google class та інші застосунки Google, гаджети з доступом до інтернету; діагностичний інструментарій на інтернет-платформі.

Система та критерії оцінювання результатів навчання

Засвоєння навчальної програми контролюється шляхом підтвердженого проходження практичних завдань у Google class, підтверджується відповідними базами даних. Система контролю: вхідне і вихідне діагностування; підготовка і захист проєктів.

За результатами навчання слухачі отримують сертифікат про підвищення кваліфікації визначеного зразка.

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Тема 1. Психологія тоталітаризму і роль медіа

Що таке тоталітаризм, його зв'язок з авторитаризмом, фашизмом. Сучасні гібридні форми тоталітаризму. Чим вимірюється схильність до тоталітаризму. Психологія внутрішньої «колонізації» і пострадянська людина. Демократії і демократичні цінності. Гуманізм і українське суспільство.

Практикум. Перегляд і аналіз фільму «Третя хвиля». Обговорення книг і фільмів, випущених під час війни.

Тема 2. Психологічні механізми індоктринації та інформаційної стійкості

Індоктринація («промивка» мізків). Емпірична база дослідження індоктринації – обмежене використання висновків. Схема перевербовки людини в полоні. Маніпулювання потребами і руйнування ідентичності. Роль соціальної згуртованості. Змінені стани свідомості. Зцілення від індоктринації. Різниця між індоктринацією і навчанням. Інформаційна стійкість. Роль медіаграмотності і медіаосвіти.

Практикум. Проходження тесту «Успіх у житті і кар'єрі – протидія відновленню тоталітаризму». Репрезентативна рефлексія результатів.

Тема 3. Психологічні механізми і динаміка зцілення повоєнної громади

Колективна травма війни. П'ятифазна модель зцілення повоєнної громади Кімберлі Мейнард, модель пульсації і мембрани травми Ерін Марц, модель пошуку комфорту у важкі часи щоденного повільного травмування Ерла Джонсона. Етапи відновлення громади. Соціальна поляризація. Роль безпеки. Страх помсти. Спільне горювання. Відновлення довіри. Переживання провини. Нові правила взаємодії. Посттравматичні стресові розлади і соціальна підтримка. Роль школи у відновленні громади.

Практикум. Рефлексія стадії, фази, етапу відновлення власної місцевої громади. Групова дискусія відповідності наявних моделей відновлення. Співтворчість моделювання відновлення.

Тема 4. Основні наративи російської пропаганди в освіті

Наративи – розповіді, вірусні елементи. Міфи і наративи. Візуальна і символічна фіксація медіавпливів. Z-символіка. Перелік найбільш шкідливих і фальшивих наративів. «Чорна педагогіка». Мілітаризація дитинства – злочин. Саморегуляція українських медіа для захисту дітей війни. Інформаційно-психологічна реабілітація, завдання і засоби. Особливості комунікації з мешканцями громади на різних етапах повоєнного відновлення.

Практикум. Самоаналіз і групова рефлексія ступеня ураженості рашистськими наративами і міфами. Аналіз медіаспоживання. Тренінг комунікативних технік інформаційно-психологічної реабілітації в медіаосвіті.

Тема 5. Медіаосвіта постраждалої від війни громади

Інформаційні потреби громади. Медіаінформаційна грамотність громади. Наснаження громади в медіапросторі. Загальнонаціональний індекс медіаграмотності: українські результати.

Практикум. Рефлексія ресурсів школи в забезпеченні медіаосвіти громади. Громадський медіаосвітній рух як ресурс громади. Індивідуальний план розвитку медіаосвітньої компетентності та медіаграмотності громад.

Список рекомендованої літератури

Основна література

1. Вознесенська О. Л. Мемотворчість як складова подолання наслідків колективної травматизації. *Простір арттерапії: місце особистості в часи суспільних трансформацій* : матеріали XIX Міжнародної міждисциплінарної науково-практичної конференції (м. Київ, 17-18 червня 2022 р.) / [за наук. ред. О. Л. Вознесенської, О. М. Скнар]. Київ, 2022.

2. Найдъонов М., Найдъонова Л., Григоровська Л. Психологічні проблеми вимірювання схильності до відтворювання фашизму, авторитаризму, тоталітаризму в суспільстві: до конструювання синтетичної шкали (аналіз міжнародного досвіду). *Проблеми політичної психології*. 2022. Т. 25, № 1. URL: <https://politpsy.org/index.php/popp/article/view/89>

3. Найдъонова Л. А. Інноваційні психологічні засоби розвитку медіаосвіти в умовах екстремальної дистанційності війни : метод. посіб. / за ред. О. Л. Вознесенської. Київ, 2022. URL: (у друці).

4. Найдъонова Л. А. Медіапсихологія війни : електронний підручник. Київ, 2022. URL: (у друці)

5. Найдъонова Л. А. Розвиток медіаосвіти в територіальній громаді для подолання наслідків війни : метод. рек. Київ, 2022. URL: (у друці)

6. Термінологічний словник російсько-української війни / за ред. М. М. Слюсаревського ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2022. URL: <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2022/04/Словник-війни-1.pdf>.

Додаткова література

1. Вознесенська О. Л. Медіа-арттерапія як засіб подолання наслідків і профілактики психотравми : практ. посіб. Вид. 2-ге, стереотип. Київ, 2020.

2. Інформаційні поведінка і потреби вчителів Донецької і Луганської областей України : інформ. бюл. / Л. А. Найдъонова, М. І. Найдъонов, Л. В. Григоровська, Н. Ф. Умеренкова ; упоряд. І. М. Найдъонов, Д. Я. Степченков ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2022. URL: http://profprestige.org.ua/publ/Inf_bul_2021vd.pdf

3. Найдъонова Л. А. Діагностика булінгу і кібербулінгу : метод. рек. / Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2019.

4. Найдьонова Л. А. Соціальна реабілітація постраждалих спільнот: групова рефлексія зцілення. Сучасні теорія і практика соціальної реабілітації : монографія / ред. О. В.Чуйко. Київ, 2021. С. 90–120.
5. Найдьонова Л. А. «Ментальний щит» для дітей: хвилинки психологічної самопомоги. Освіта і суспільство. 2022. № 3 (берез.). С. 9 (або URL: <https://naps.gov.ua/ua/press/releases/2688/>).
6. Найдьонова Л. А. Практична сесія із психологічної підтримки дітей у воєнний час. Відео і презентація. 2022. URL: <https://drive.google.com/drive/folders/14E5imzA6zzvwVZCzd-igYNqOL9I3-ccU>
7. Dimsdale J. E. Dark Persuasion. A History of Brainwashing from Pavlov to Social Media. Yale University press, 2021. 304 p.
8. Huttunen R. Indoctrination, Communicative Teaching and Recognition – Studies in Critical Theory and Democracy in Education. Joensuu, 2009. 87 p.
9. Langdon K. C., Tismaneanu V. Putin’s Totalitarian Democracy: Ideology, Myth, and Violence in the Twenty-First Century. Palgrave Macmillan, 2020. 256 p.
10. Ostrovsky, A. The Invention of Russia: The Rise of Putin and the Age of Fake News. Penguin Books, 2017. 400 p.
11. Treisman D. The New Autocracy: Information, Politics, and Policy in Putin’s Russia. Brookings Institution Press, 2018.
12. Winn D. The manipulated mind. Brainwashing, Conditioning and Indoctrination. London: The Octagon Press Ltd., 1983. 244 p.

МЕДІА-АРТТЕРАПІЯ

Програма курсу підвищення кваліфікації (стажування) для практичних психологів, соціальних педагогів, соціальних працівників та викладачів спеціальностей «Психологія», «Соціальна педагогіка», «Соціальна робота»

Розробник:

Вознесенська О. Л., канд. психол. наук, ст. наук. співроб. лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

1.1. Загальні положення

Засоби масової інформації та комунікації відіграють сьогодні надзвичайно важливу роль у житті кожної людини. Полієкранна культура сучасного інформаційного світу має багато очевидних і прихованих психологічних наслідків, зокрема і шкідливих для психіки. В умовах інформаційного суспільства медіа можуть бути і джерелом, і засобом психотравматизації особистості.

Пандемія COVID-19 і запроваджені карантинні обмеження призвели не лише до економічної кризи, а й погіршили загальне емоційне тло в суспільстві. Освіта була змушена перейти до масового застосування дистанційних форм навчання. Складноорганізований онлайн-простір інформаційного суспільства спонукає сучасного фахівця у сфері допомоги особистості шукати нові шляхи розв'язання психологічних проблем, пов'язаних з медіа. Медіатравматизація, медіазалежності, інфодемія – усе це є нагальними викликами, а їх подолання стає актуальним завданням для наук гуманітарної сфери.

Сьогодні психологічна допомога особистості в умовах інформаційного суспільства виходить на новий рівень свого розвитку. Протягом попередніх кількох десятиліть накопичено багатий практичний досвід застосування артметодів у різних сферах соціальної практики. Арттерапія фактично є одним із найбільш ефективних і поширених методів психологічної допомоги. Це зумовлено особливостями арттерапії як методу зцілення особистості і групи – її ресурсністю, необмеженим використанням, метафоричністю, застосуванням невербальної комунікації тощо. І потреба в подальшому розвитку арттерапії пов'язана саме з тими соціальними трансформаціями, які переживає наразі наше суспільство: підвищений рівень психологічної травматизації, дискомфорту, соціальні кризи і потрясіння, тупикові (у певному розумінні) екзистенційні ситуації, котрі потребують нових рішень. Тому, власне, й нарізла необхідність удосконалення навчальних програм, які разом із медіаторними засобами розширюють поле діяльності арттерапевта в умовах інформаційного суспільства.

Останнім часом змінюються форми та засоби мистецтва, розвиваються нові підходи до відображення реальності у творчості. Кожна сучасна людина в будь-який момент може стати митцем, адже вона постійно здійснює комунікацію за допомогою новітніх технологій: крізь призму інтернету, гаджетів та девайсів більшість із нас пізнає і бачить світ.

Поєднання арттерапії і медіамистецтва (медіа-арт) дає змогу збагатити визнаний метод допомоги особистості можливостями інформаційної доби і подолати наслідки травматизації в інформаційному світі. Зважаючи на мультидисциплінарний характер арттерапії як методу, її різновид – медіа-арттерапія – може стати адекватною відповіддю на виклики сучасності.

Актуальність Програми визначається також інтенсивним зростанням суспільного запиту на науково обґрунтовані засоби допомоги особистості, що базуються на врахуванні багатоманітності людини, дотриманні принципів деонтології, розвитку креативності, можливості застосування в освіті та соціальній сфері. В умовах соціально-економічних трансформацій,

запровадження дистанційних форм навчання під час пандемії COVID-19 та повномасштабного вторгнення Росії постала нагальна потреба у вдосконаленні кадрового та навчально-методичного забезпечення освіти щодо застосування здоров'язберезувальних технологій, що передбачає розкриття потенціалу як педагогічних працівників, так і здобувачів освіти, розвиток навичок психічної саморегуляції і творчого складника особистості.

Всеукраїнський експеримент з масового впровадження медіаосвіти, ініційований лабораторією психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, схвалений Президією НАПН України (Наказ МОН України № 1199 від 18.08.2017 р.), забезпечив майданчик для апробації медіа-арттерапевтичних засобів.

Науково-методичні засади Програми:

- гуманістична спрямованість: найважливішою цінністю є особистість з її здібностями та інтересами;
- інноваційний підхід до навчання;
- мультимодальність і комплексність заходів;
- упровадження найкращих світових практик та методів освіти;
- активність слухачів у навчанні, системність та послідовність: Програма передбачає партнерство всіх учасників освітнього процесу, використання різних форм інтерактивного навчання методами арттерапії, урахування життєвого досвіду та індивідуальних стилів сприймання і навчання учасників курсу підвищення кваліфікації, спрямованість на розвиток креативності та отримання навичок саморегуляції за допомогою медіа;
- компетентнісний підхід, забезпечення високого професійного рівня осіб, які беруть на себе відповідальність щодо здійснення освітнього процесу і підготовки високофахових спеціалістів з арттерапії.

Програма пропонує розглядати арттерапевтичні технології як комплекс заходів щодо профілактики, лікування, адаптації, реабілітації та навчання особистості, які максимально наближені до клієнта, як інструмент формування сприятливого середовища для розвитку всіх учасників. Саме арттерапія може

допомогти побудувати дієву систему психолого-педагогічного супроводу учасників освітнього процесу.

Програма побудована на детальному вивченні світового досвіду застосування арттерапії та медіа в практиці психологічної допомоги особистості і на власному практичному досвіді автора щодо застосування медіа-арттерапії в роботі з дітьми і дорослими, травмованими внаслідок бойових дій та гібридної війни. Дослідження довели дієвість медіа-арттерапевтичних практик в опрацюванні травм та підвищенні рівня медіакомпетентності учасників медіа-арттерапевтичного процесу.

Матеріали навчальної програми розроблено з огляду на сучасні теоретичні напрацювання в галузі арттерапії у науці та в практиці викладання курсів з арттерапії в Україні у закладах вищої освіти і курсів підвищення кваліфікації на базі НППЦ практичної психології та соціальної роботи НАПН України.

Програма передбачає формування загальних та фахових компетентностей щодо медіа-арттерапії. Програму створено для стажування викладачів системи підвищення кваліфікації та закладів вищої освіти, практичних психологів, соціальних педагогів системи освіти.

1.2. Цільова аудиторія

Психологи, соціальні педагоги, викладачі ЗВО та ІППО.

1.3. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою дисципліни є напрацювання теоретичного підґрунтя та набуття практичного досвіду використання методик медіа-арттерапії, розкриття особистісного потенціалу учасників курсу підвищення кваліфікації та розвиток їхніх здібностей до медіаторчості відповідно до вимог системи якості підготовки науково-педагогічних кадрів для вирішення сучасних психолого-педагогічних проблем. У процесі реалізації головної мети відбувається творчий розвиток особистості фахівця та підвищення рівня його медіакомпетентності.

Досягнення мети передбачає вирішення таких *завдань*:

- підвищення компетентності слухачів щодо новітніх технологій у галузі арттерапії;
- забезпечення більш глибокого розуміння слухачами науково-методичних засад застосування медіа-арттерапії в освітньому середовищі;
- удосконалення практичних навичок та вмінь, необхідних для професійної діяльності;
- набуття досвіду практичного застосування різноманітної медіаторчої діяльності в групі;
- формування та розвиток здібностей до медіаторчості;
- підвищення медіакомпетентності та розширення можливостей медіакомунікацій.

Навчання передбачає сприяння розвитку творчого потенціалу фахівця в цифрову добу.

1.4. Напрями підвищення кваліфікації:

розвиток загальних та фахових компетентностей; ознайомлення цільової аудиторії з особливостями впровадження медіа-арттерапії в практику допомоги особистості в закладі освіти будь-якого типу з метою створення в ньому здоров'язбережувального середовища і підвищення якості освіти в Україні; формування готовності організовувати освітній процес з урахуванням викликів інформаційного суспільства; сприяння творчому розвитку особистості слухача, який опановує курс підвищення кваліфікації.

1.5. Результати навчання

Підвищення кваліфікації педагогічних працівників передбачає формування їхніх загальних та фахових компетентностей.

Загальні компетентності спрямовані на формування у слухача:

- здатності бути гнучким у поточних ситуаціях і контекстах;
- залученості в етичну практику та дотримання принципів деонтології;

- поваги до соціальних стосунків та налагодження продуктивної комунікації з усіма учасниками освітнього процесу;

- мотивації до творчого пошуку й можливостей реалізації нових ідей;

- високого рівня медіакомпетентності і вільного використання цифрових технологій для реалізації медіатворчих заходів та вдосконалення професійної діяльності;

- здатності до рефлексії та саморозвитку;

- навичок саморегуляції засобами медіа-арттерапії.

Фахові компетентності передбачають:

- оволодіння навичками спілкування через засоби медіамистецтва;

- підвищення здатності до пошуку шляхів мобілізації творчого потенціалу людини, запуску її внутрішніх механізмів саморегуляції та зцілення з метою самоактуалізації;

- формування здатності розробляти та впроваджувати медіа-арттерапевтичні методики і технології втручання: реабілітаційні і коригувальні, розвиткові і формувальні;

- формування здатності оцінювати межі власної фахової компетентності, приймати рішення і продовжувати навчання та/або підвищувати свою професійну кваліфікацію відповідно до наявних потреб і запитів;

- знання методик і технологій медіа-арттерапії.

1.6. Очікувані результати підвищення кваліфікації:

- уміння аналізувати результати сучасних досліджень у сфері медіапсихології та застосування медіа-арттерапії в освітньому середовищі;

- розуміння постгуманістичних тенденцій інформаційного суспільства та особливості застосування медіа-арттерапії;

- використання медіа-арттерапії для реалізації освітніх завдань та вдосконалення професійної діяльності;

- запровадження в освітньому процесі інноваційних медіа-арттерапевтичних технологій, створення єдиного простору впровадження

арттерапії в освітньому закладі з метою створення сприятливого здоров'язбережувального середовища.

Обсяг: 96 год. (3 кредити ЄКТС)

Форма підвищення кваліфікації: змішана (дистанційна та очна)

2. Зміст програми і форми роботи

Зміст програми охоплює теоретичну, практичну підготовку педагогічних та науково-педагогічних працівників, а також виконання ними самостійної роботи.

Теоретичний компонент програми передбачає:

- ознайомлення з напрямками, видами арттерапії, функціями, формами в межах практики допомоги особистості в закладах освіти;
- оволодіння ґрунтовними знаннями щодо сутнісних ознак, особливостей та механізмів застосування медіа-арттерапії, видів медіатравматизації та способів її подолання;
- оволодіння методологією застосування цифрової фотографії та кінопродукції в практиці допомоги особистості;
- розвиток медіаторчості як найвищого рівня формування медіакомпетентності та застосування медіаторчості для подолання наслідків психотравматизації шляхом створення медіапродукції.

Зміст *практичного компонента* програми охоплює формування здатності та готовності до використання методів медіа-арттерапії в педагогічній та психологічній практиці допомоги особистості, сприяння впровадженню медіа-арттерапії в освітньому закладі будь-якого рівня. Практичні завдання слухачі виконують під час практичних занять, передбачених навчально-тематичним планом Програми.

Самостійна робота містить завдання, спрямовані на закріплення теоретичних та практичних знань, отриманих під час аудиторного навчання, набуття, поглиблення та удосконалення практичних навичок та вмінь у

застосуванні медіа-арттерапевтичних технологій в освіті та практиці допомоги особистості.

Підвищення кваліфікації практичних психологів, соціальних педагогів, педагогічних та науково-педагогічних працівників ЗВО та ІППО забезпечується частково *дистанційною формою навчання* завдяки проведенню лекцій, вебінарів та обговоренню актуальних питань, обміну досвідом на супервізіях та *очно* – завдяки виконанню практичних вправ для засвоєння медіа-арттерапевтичних методик, розуміння методології їх застосування.

Зміст програми охоплює 7 взаємопов'язаних тем.

У процесі викладання програми використовують такі **методи навчання**:

- мультимедійна презентація;
- дискусії;
- індивідуальна аналітична робота;
- індивідуальне виконання творчих завдань;
- групова робота (дискусії, обговорення, інтервізії, супервізії);
- спільне навчання (творча робота у великій і малих групах).

Засоби навчання, які використовують під час навчального процесу: дидактичні матеріали, онлайн-платформа «ZOOM», гаджети з доступом до інтернету; комп'ютер; фотоапарат; матеріали для творчості.

Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, становить 96 годин, з них: 20 годин лекцій, 48 годин практичних занять та 24 години самостійного аналізу літератури та виконання індивідуальних творчих завдань. Програма передбачає оцінювання отриманих знань у вигляді тестування та створення власних медіаторчих продуктів (фотопрезентацій, відеофільмів, блогів, анімаційних фільмів тощо).

Система та критерії оцінювання результатів навчання

Контроль засвоєння навчальної програми здійснюється шляхом підтвердженого використання цифрової платформи під час лекцій, виконання практичних завдань підтверджується фотокопіями результатів індивідуальної

творчості, рефератами, а також створенням індивідуальних та спільних творчих медіапродуктів, підготовкою і захистом медіаторчих проєктів.

За результатами навчання слухачі отримують сертифікат визначеного зразка про підвищення кваліфікації.

Навчально-тематичний план

Назва теми	Кількість годин					
	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	Консультації	Оцінювання результатів	Усього
Тема 1. Арттерапія як метод зцілення особистості: вступ до теорії та практики	6	8	6			20
Тема 2. Медіа-арттерапія: визначення, сутнісні ознаки, особливості та механізми застосування	4	4	4			12
Тема 3. Медіатравма: визначення, типологія в контексті медіаактивності	2	2				4
Тема 4. Фототерапія в епоху цифрової фотографії	2	8	4			14
Тема 5. Кінотерапія: рецептивна форма	2	8	4			14
Тема 6. Медіаторчість як засіб подолання наслідків психотравматизації	2	14				16
Тема 7. Візуально-нарративні засоби медіаторчості: блогерство як вид медіа-арттерапії	2	4	6			12
Консультації				2		2
Оцінювання результатів навчання					2	2
Усього	20	48	24	2	2	96

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Тема 1. Арттерапія як метод зцілення особистості: теорія і практика

Лекція 1 (2 год.). Основні поняття та історія розвитку арттерапії. Види арттерапії. Арттерапія в системі терапії мистецтвом. Школи сучасної арттерапії: психоаналітична, психодинамічна, гуманістична, екзистенційна, трансперсональна. Механізми образотворчої діяльності. Галузі застосування арттерапії та її обмеження. Арттерапія і заняття образотворчим мистецтвом: порівняльний аналіз. Арттерапевтичний кабінет і його оснащення. Етапи арттерапевтичної сесії. Способи реєстрації й оцінки арттерапевтичної роботи. Роль і функції арттерапевта. Переваги та ризики застосування арттерапії в соціальній сфері. Артпедагогіка. Недирективність стилю ведення арттерапевтичної сесії.

Лекція 2 (2 год.). Види арттерапевтичної роботи: індивідуальна арттерапія, закрита аналітична група, студійна відкрита група, тематично орієнтована група. Групова динаміка в арттерапевтичній групі. Груповий творчий продукт: рівні аналізу та обговорення. Самопрезентація і самовідчуття в групі. Психологічна атмосфера і ступінь згуртованості групи. Арттерапія в роботі з групою згуртованістю та груповими конфліктами. Робота з групою динамікою (діагностика і планування подальшої роботи). Межі та способи міжособистісної взаємодії. Розподілення ролей у групі.

Лекція 3 (2 год.). Діагностичний потенціал арттерапевтичних технік та інтерпретація в арттерапії. Межі арттерапевтичної діагностики. Проективний малюнок і арттерапія. Образотворчі критерії діагностики малюнка в арттерапії: композиція, вибір засобів утілення задуму тощо. Засоби обговорення творчого продукту: герменевтичний підхід. Матеріали для образотворчої діяльності та особливості використання для роботи з різними проблемами клієнта. Діагностичні ознаки, що виявляються завдяки аналізу низки малюнків. Композиція в малюнку. Колір. Рамки малюнку.

Практичне заняття 1(2 год.). *Техніка «монотипія», арттерапевтичні вправи на знайомство.*

Створення *хоку* як арттерапевтична вправа.

Практичне заняття 1 (2 год.). *Методика групової роботи «Тетралема навчання» (модель структурних розстановок).*

Практичне заняття 2 (2 год.). Вправа зі *створення групового малюнку «Сніданок, обід, вечеря»* (В. Л. Кокоренко, модифіковано О. Л. Вознесенською).

Практичне заняття 3 (2 год.). *Методика «Каракулі».* Різні види і можливості застосування.

Практичне заняття 4 (2 год.). Робота із *серією малюнків.*

Завдання для самостійної роботи (6 год.):

Намалювати малюнки, які б відображали ваше власне відчуття, розуміння та бачення з перерахованих тем:

Моє тіло.

Мій особистісний простір.

Звичайний психічний стан близьких мені людей.

Як мене бачать люди, як я бачу себе сам.

Мій звичайний емоційний стан.

Мій власний жест.

Мій зовнішній танець.

Мій внутрішній танець.

Моя стихія.

Я-реальне, Я-ідеальне.

Мій голос.

Біль.

Радість.

Мій ресурс.

Небо.

Годинник.

Міст.

Тема 2. Медіа-арттерапія: визначення, сутнісні ознаки, особливості та механізми застосування

Лекція 1 (2 год.). Відмінності сфери мистецтва від пізнання та дії за І. Кантом. Визначення та особливості сучасного (актуального) мистецтва. Мистецтва нових медіа чи електронні мистецтва. Різновиди медіа-арту. Особливості медіа-арту з т. зв. соціальної психології. Вплив соціальних контекстів на сучасне мистецтво. Медіа-арт як окрема частина сучасної культури. Спрямованість медіа-арту на комунікацію. Функції медіа-арту: саморегуляція медіакультури і виховання людини нового типу. Особливості постмодернізму як напрямку в мистецтві. Особливості арттерапії в епоху постмодерну.

Лекція 1 (2 год.). Визначальні риси медіа-арттерапії. Механізми терапевтичного впливу в медіа-арттерапевтичному процесі. Розвиток медіакомпетентності в процесі медіаторчості. Піксіляція як виражальний прийом анімації в медіа-арттерапевтичній роботі. Створення відеороликів як засобів упровадження в повсякденному житті мотиваційного особистого матеріалу. Дослідження саспенс як традиційної форми переходу з одного простору в інший. Дослідження маніпуляції в медіа-арттерапевтичній роботі.

Практичне заняття 1 (4 год.). Вивчення продуктів актуального мистецтва за допомогою фото і відео. Обговорення в малих групах.

Завдання для самостійної роботи (4 год.). Відвідування виставки актуального мистецтва. Написання есе на тему своїх вражень від виставки і розміщення його у власному блозі чи сторінці (групі) в соціальній мережі.

Тема 3. Медіатравма: визначення, типологія в контексті медіаактивності

Лекція 1 (2 год.). Нові загрози інформаційної доби. Медіапсихологія – нова галузь дослідження і потужний засіб вирішення проблем інформаційного суспільства. Поняття «інформаційна війна», «пропаганда». Медіакомпетентність як засіб протидії деструктивним інформаційним впливам

медіа. Медіаактивність особистості як показник її медіакомпетентності. Визначення медіатравми. Новинна травматизація. Стратегії захисту від медіатравматизації: блокування сприймання, емоційне оніміння, обезцінювання, та ознаки медіатравматизації українського суспільства: відмова від відповідальності за своє життя, надмірна пильність, підвищений рівень тривожності тощо. Критерії медіаактивності: контактний, комунікативний, когнітивний, творчий. Рівні медіаактивності. Типи медіатравм. Стратегії опанування колективної кумулятивної травми.

Практичне заняття 1 (2 год.). Групове обговорення типів медіатравм і засобів подолання наслідків медіатравматизації. Супервізія (інтервізія) випадків медіатравматизації з власної практики учасників.

Тема 4. Фототерапія в епоху цифрової фотографії

Лекція 1 (2 год.). Дослідження природи фотографії. Положення П. Бурдье щодо фотографії. Реальність очима фотографа: особисте бачення світу або певний авторський задум. Особливості фотографії як засобу відображення реальності за Р. Арнхеймом. Цифрові можливості фотомистецтва. Поняття «медіаперцептивна комунікація» за Н. І. Череповською. Вирішення завдань соціалізації особистості за допомогою фотозображень. Функції фотографії в психотерапевтичній роботі за О. І. Копитіном. Фототерапія як різновид медіа-арттерапії: різні підходи до визначення. Відмінності фототерапії від терапевтичної фотографії. Дослідження та обговорення особистих фотографій і пов'язаних з ними емоцій, асоціацій та почуттів: для чого? Основний зміст фототерапії. Техніки фототерапії за Д. Вайзер. Творча активність з готовими фотографіями. Діалог з фотографічними образами. Діагностика в арттерапії за допомогою фотозображень. Особливості використання фотопортретів у терапії. Феномен «селфі». Використання аналізу серії фотографій клієнта. Ландшафтна фототерапія. Фото-арттерапія Дж. Фрірера та І. Корбіт. Створення фотоальбому. Метод «фотографії, що реконструює» Р. Мартіна і Йо Спенсера. Ризики застосування фотографій.

Зцілення від колективних травм: фотографія як відображення певного історичного періоду.

Практичне заняття 1 (2 год.). Робота з готовими фотозображеннями. Аналіз, діагностика (робота в малих групах).

Практичне заняття 1 (3 год.). *Методика:* створення *фотоколажу* «Мій дім».

Практичне заняття 1 (3 год.). *Методика:* створення *фотоколажу* на тему «*Моя щаслива сім'я*» із власних сімейних фотографій.

Завдання для самостійної роботи (4 год.):

- Створити власну колекцію кататимних фотозображень.
- Підготувати серію фотозображень для роботи з фотоколажем на тему «Мій дім».
- Підготувати серію фотозображень на тему «Моя сім'я»
- Створити серію фотозображень на запропоновані теми та розмістити їх у власному блозі чи сторінці в соціальній мережі.

Тема 5. Кінотерапія: рецептивна форма

Лекція 1 (2 год). Кіномистецтво як складне мультимодальне мистецтво, що має естетичні якості театру, руху, літератури, образотворчого мистецтва та звуку. Фотографічна природа кінозображення. Кінофільм у просторі масової комунікації. Тенденції розвитку кінематографа. Класифікація продуктів кіномистецтва. Соціальні механізми формування кінематографічних штампів і стереотипів. Монтаж як основа кіномистецтва. Дві моделі кіноперегляду. Досвід використання кінофільмів у психології: методика А. Менегетті, кінойога Т. Спаркса, підхід у роботі з фільмами Г. Соломона, «Фільмотерапія, що режисується» С. Красіна, синематерапія А. Же Ву. Метапозиція глядача для подолання опору. Порівняння різних підходів до кінотерапії. Метафора як механізм впливу в кінотерапії. Мова образів кінопродукту. Навчальні і терапевтичні цінності використання кінотерапії. Основні механізми сприйняття

кінофільму. Форми проведення кінотерапії. Галузі застосування кінотерапії. Завдання, які можна вирішувати за допомогою кінотерапії. Функції кінотерапевта. Ресурсні можливості технології медіаклубу як засобу роботи з травматичними переживаннями. Різні форми проведення медіаклубу: традиційна (рефлексія емоцій, почуттів, аналіз сприйнятого, дискусія), рольова, стоп-кадр тощо. Критерії добору фільму для перегляду. Способи подолання колективної травми за допомогою кінотерапії.

Практичне заняття 1 (4 год.). Медіаклуб у роботі з почуттями (сором'язливістю, страхами, образою тощо) з подальшим вираженням почуттів в образотворчій діяльності під час роботи за методикою «Мандала» з метою розвитку психоемоційної культури, подолання наслідків психотравматичного досвіду.

Практичне заняття 1 (2 год.). Медіаклуб у роботі з травматичними переживаннями, пов'язаними з війною, з подальшим вираженням почуттів в образотворчій діяльності та русі (робота з анімаційним фільмом «Конфлікт»).

Практичне заняття 1 (2 год.). Робота з кінопродуктами з педагогічною метою, під кутом зору екзистенційних і світоглядних питань (перегляд кінофільмів та подальше їх обговорення в групі).

Завдання для самостійної роботи (4 год.). Створити власний «плей-лист» фільмів для застосування в кінотерапії на визначену тематику.

Тема 6. Медіаторчість як засіб подолання наслідків психотравматизації

Лекція 1 (2 год.). Медіаторчість як основа інновацій. Медіаторчість – найвищий рівень медіаактивності. Феномен спільної медіаторчості. Види спільної діяльності за Л. І. Уманським. Артмарафон як медіа-арттерапевтична методика. Медіаторчі засоби для профілактики та відновлення психічного здоров'я особистості: творчий компонент, можливість поділитися власним творчим досвідом з іншими, ознака асинхронності. Створення анімаційних фільмів як медіа-арттерапія.

Практичне заняття 1 (2 год.). Застосування хмарної платформи «Zoom» у груповій роботі для підтримки соціальної взаємодії та зменшення емоційної напруженості: бібліотерапевтична *гра* «Буриме», *методика* «Спільний малюнок онлайн» (за О. В. Луценко).

Практичне заняття 2 (2 год.). Ознайомлення з діагностичними методиками оцінювання рівня медіаторності.

Практичне заняття 3 (2 год.). Методологія покадрового оживлення паперової проєкції для реалізації тілесних відчуттів (за О. Є. Голубєвою, Н. О. Обуховою). Використання маніпуляцій з візуальним прототипом як форма тілесно-орієнтованої роботи. Екологічне проживання травматичного емоційного досвіду через гру з маріонеткою. Проєкція рухів маріонетки на власне тіло.

Практичне заняття 4 (4 год.). Створення анімаційних фільмів (групова робота): підготовка (розроблення ідеї, сценарію, режисури, створення образів персонажів тощо), знімання (безпосереднє оживлення персонажів).

Практичне заняття 5 (2 год.). Монтаж анімаційного фільму.

Практичне заняття 6 (2 год.). Медіаклуб: перегляд створеного анімаційного фільму та обговорення в групі (дискусійна форма роботи медіаклубу).

Тема 7. Візуально-нарративні засоби медіаторності: блогерство як вид медіа-арттерапії

Лекція 1 (2 год.). Феномен блогерства. Відмінності між блогом і традиційним щоденником: перетин приватного і суспільного. Відеоблогерство. Функції блога. Стратегії комунікації в блогах. Мотиви створення блога. Види блогів. Загальні страхи і позитивні аспекти, пов'язані з веденням блогів. Переваги застосування блогерства як формату медіаосвітньої інновації. Психотерапевтичні ефекти блогерства. Ігри з ідентичністю.

Практичне заняття 1 (2 год.). Поєднання фототерапії і блогерства: створення текстів до обраних фотографій як кататимних образів.

Практичне заняття 2 (2 год.). Створення текстів для власного блога.

Завдання для самостійної роботи (6 год.). Ведення власного блога (сторінки в соціальній мережі).

Форми медіаторчих проєктів: відеопрезентація, відеофільм, блог (не менше ніж 10 постів), влог (не менше ніж 10 відео), анімаційний фільм тощо.

Список рекомендованої літератури

Нормативно-правові документи

1. Деякі питання підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників : постанова Каб. Міністрів України від 21.08.2019 р. № 800. 2019. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/800-2019-%D0%BF#Text>

2. Про внесення змін до Порядку підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників : постанова Каб. Міністрів України № 1133. 2019. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1133-2019-%D0%BF#n20>

3. Про проведення всеукраїнського експерименту за темою: «Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику» на базі навчальних закладів України : наказ М-ва освіти України № 1199. 2017. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/nakaz-mon-pro-provedennya-vseukrayinskogoeksperymentu/>.

4. Концепція впровадження медіаосвіти в Україні : постанова Президії Нац. акад. пед. наук України від 20.05.2010 р., протокол №1-776-150). 2010. URL: <http://mediaosvita.org.ua/2013/11/18/kontseptsii-vprovadzhennia-mediaosvity-v-ukraini/>

5. Про розширення експериментальної діяльності за темою «Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику» : постанова Президії Нац. акад. пед. наук України від 17 вересня 2020 р. № 1-2/10-150. 2020. URL: http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2020/10/Postanova-NAPN-1-2_10-150-vid-17.09.2020.pdf

Основна література

1. Балашова О. Net. Art і парадокси сучасного мистецтва. *Філософська думка*. 2009. № 6. С. 81–90.

2. Вознесенська О. Л. Вікові особливості взаємодії дитини з медіа в родинному контексті. *Матеріали II Всеукраїнського психологічного конгресу, присвяченого 110-й річниці від дня народження Г. С. Костюка*. Київ, 2010.

С. 30–35. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/vikovi-osoblyvosti-vzayemodiyi-dytyny/>

3. Вознесенська О. Л. Медіаактивність як фактор становлення особистості сучасного студента. *Гене́за буття особистості* : II Міжнародна науково-практична конференція, 19-20 грудня 2011 р. Київ, 2011. Т. 2. С. 18–25.

4. Вознесенська О. Медіаторчість як складова сімейної медіаосвіти: використання ресурсів арт-терапії. *Медіаосвіта – пріоритетний напрям в освіті XXI століття: проблеми, досягнення і перспективи* : матеріали міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. 2016. URL: http://confhano.at.ua/load/statti/voznenska_o_sidorkina_m_mediatorchist_jak_skladova_simejnoji_mediaosviti_vikoristannja_resursiv_art_terapiji/3-1-0-234.

5. Вознесенська О. Л. Медіа-арттерапія: визначення, сутнісні ознаки, особливості та механізми впливу. *Простір арт-терапії*. 2017. Вип. 2 (22). С. 4–15.

6. Вознесенська О. Л. Медіаторчість як засіб розвитку соціального оптимізму в умовах медіатравматизації. *Медіаторчість у сучасних українських реаліях: протистояння медіатравмі* : матеріали наук.-практ. семінару. Київ, 2019. URL: <http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2018/08/Voznesenska-mediatorchist-yak-zasib-rozvytku-sotsialnogo-optymizmu-tezy-s-anotatsiyamy-1.pdf>

7. Вознесенська О. Л. Медіа-арттерапія як засіб подолання наслідків і профілактики психотравми : практич. посіб. Вид. 2-ге, стереотип. Київ, 2020.

8. Вознесенська О. Л., Сидоркіна М. Ю. Арт-терапія у подоланні психічної травми : практич. посіб. Вид. 2-ге, випр. та допов. Київ, 2016.

9. Голубева О. Є. Анімаційна студія у навчальному закладі. Київ, 2012.

10. Енциклопедичний словник з арт-терапії / О. Л. Вознесенська, О. М. Скар, О. А. Бреусенко-Кузнецов, О. О. Деркач, Л. В. Мова та ін. ; за заг. наук. ред. О. Л. Вознесенської, О. М. Скар. Київ : Вид. Назаренко Т. В., 2017.

11. Колошина Т. Ю. Арттерапия : метод. рек. Москва : Изд-во Ин-та психотерапии и клинической психологии, 2002. 84 с.

12. Копытин А. И. Основы арт-терапии. Санкт-Петербург : Лань, 1999. 256 с.

13. Копытин А. И. (ред.). Арт-терапия в эпоху постмодерна. Санкт-Петербург, 2002.

14. Копытин А. И. Теория и практика арт-терапии. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 366 с.

15. Копытин А. И. Руководство по групповой арт-терапии. Санкт-Петербург : Речь, 2003. 320 с.

16. Лебедева Л. Д. Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий. Санкт-Петербург : Речь, 2005. 256 с.

17. Медіапсихологія: метаморфози масової свідомості в умовах інформаційної війни : матеріали всеукр. наук.-практ. конф. / за ред. Л. А. Найдьонові. Київ, 2019. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/mediapsyhologiya-metamorfozy-masovoyi-svidomosti-v-umovah-informatsijnoyi-vijny/>

18. Назаревич В., Борейчук І. Метафора (психологія зображення). Київ : WISE BEE, 2017. 224 с.

19. Voznesenska O. Media-art-therapy for mental health care. *Mental Health Global Challenges XXI Century. MHGC Proceedings*. 2018. URL: <https://www.mhgc21.org/uploads/MHGC-Proceedings-2018.pdf>. DOI: <https://www.mhgc21.org/en/mhgc21/events/october2018/MHGC-Proceedings-2018/Media-Art-Therapy-for-Mental-Health-Care>

20. Voznesenska O. Media-Art-Therapy as a Helping Tool for the Personality in the Information Age. *European Journal of Interdisciplinary Studies* / Bucharest Economic Academy. Issue 01, March. 2019. URL: <https://ideas.repec.org/a/jis/ejistu/y2019i01id429.html>. DOI: <http://doi.org/10.24818/ejis.2019.04>

Додаткова література

1. Арнхейм Р. О природе фотографии. Психология художественного творчества. Минск, 1999. 258 с.

2. Барт Р. Camera lucida: Комментарий к фотографии / М. Рыклин (пер. с фр., послесловие и коммент.). Москва : Ad Marginem, 1997. 224 с.

3. Вайзер Д. Техники ФотоТерапии. Исследование секретов личных фотографий и семейных фотоальбомов / пер. Ю. Морозов Москва : Генезис, 2016. 464 с.

4. Вознесенська О. Л. Арт-терапевтичний вплив на структури особистості в роботі з образом «Я». *Простір арт-терапії терапії* : зб. наук. статей / УМО, 2016, ВГО «Арт-терапевтична асоціація» ; Семиченко В. А., Чуприков А. П. та ін. (редкол.). Київ, 2008. Вип. 2 (4), 4–15.

5. Вознесенська О. Л. Методичні засади підготовки майбутніх арт-педагогів. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. 2010. № 7 (194), квітень. С. 60–65.

6. Вознесенська О. Арт-терапевтичний простір постмодерністського часу. *Простір арт-терапії* : зб. наук. ст. / УМО, ВГО «Арт-терапевтична асоціація» ; Лушин П. В., Чуприков А. П. та ін. (редкол.). Київ, 2013. Вип. 1 (13). С. 26–37.

7. Вознесенська О. Л. Можливості арт-терапії в подоланні психічної травми. *Психологічна допомога особистості, що переживає наслідки травматичних подій* : зб. статей / Ін-т соц. та політ. психології НАПН України,

Представництво Польської акад. наук у м. Києві, Соц.-психол. метод. реабіліт. центр. Київ, 2015. С. 98–110.

8. Вознесеньська О. Л. Арт-терапевтична робота з пластичними матеріалами. *Простір арт-терапії терапії*: зб. наук. ст. / УМО, ВГО «Арт-терапевтична асоціація» ; Лушин П. В., Чуприков А. П. та ін. (редкол.). Київ, 2016. Вип. 1 (19). С. 20–40.

9. Вознесеньська О. Л. Використання мандали в медіаосвітніх заняттях. *Простір арт-терапії*: зб. наук. праць / УМО, ВГО «Арт-терапевтична асоціація» ; Лушин П. В., Чуприков А. П. та ін. (редкол.). Київ, 2016. Вип. 2 (18). С. 4–22.

10. Вознесеньська О. Л. Імплицитна типологія медіатравм в контексті медіаактивності особистості. *Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «Медіатравма в умовах інформаційної війни: психологічний та педагогічний аспекти»* (20-21 червня 2017 р.). Київ, 2017. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/voznensenska-o-l-implitsytna-typologiya-mediatravm-v-konteksti-mediaaktyvnosti-osobystosti/>

11. Вознесеньська О. Л. Арт-терапія як засіб психосоціального відновлення особистості. *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки* : [зб. наук. праць] / Київ. нац. ун-т імені Тараса Шевченка. Київ, 2018. № 3 (29). С. 40–47.

12. Вознесеньська О. Л. Мистецтво і суспільство. Світ сучасного мистецтва. 2019. URL: <http://mylookatcontemporaryart.tilda.ws/>

13. Вознесеньська О. Л. Мистецтво і суспільство. Світ сучасного мистецтва. (Продовження). 2020. URL: <http://mylookatcontemporaryart2.tilda.ws/>

14. Вознесеньська О. Л., Мова Л. В. Арт-терапія в роботі практичного психолога: використання арт-технологій в освіті. Київ : Шкільний світ, 2007. 120 с.

15. Вознесеньська О. Л., Сидоркіна М. Ю. Творча взаємодія з дитиною : метод. рек. Київ : Міленіум, 2009. 66 с.

16. Кіберсоціалізація : зб. наук. праць (2018–2020) / [ред. Л. А. Найдьонова, Н. Л. Дятел ; уклад. Ю. С. Чаплінська] ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 135 с. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/kibersotsializatsiya-zbirnyk-naukovyh-prats/>

17. Кокоренко В. Л. Арт-технологии в подготовке специалистов помогающих профессий. Санкт-Петербург : Речь, 2005. 102 с.

18. Колошина Т. Ю. Арттерапия в терапии кризисных состояний личности и группы : дис. ... канд. психол. наук. Ярославль, 2002. 144 с.

19. Концепція впровадження арттерапії в дитячих лікарнях / за ред. О. Л. Вознесеньської, О. М. Скар. Київ : Міленіум, 2002. 80 с.

20. Копытин А. И. Диагностика в арт-терапии. Метод «Мандала». Санкт-Петербург : Речь, 2002. 144 с.
21. Копытин А. И., Платтс Дж. Руководство по фототерапии. Москва : Когито-Центр, 2009. 184 с.
22. Мак-Нифф Ш. Творчество за рамками привычного: расширение возможностей психологических исследований с помощью искусства. *Арт-терапия – новые горизонты* / А.И. Копытин (ред.). Москва : Когито-центр, 2006. 336 с.
23. Найдьонова Л. А. Медіапсихологія: основи рефлексивного підходу. Київ, 2015.
24. Практическая арт-терапия: Лечение, реабилитация, тренинг / А. И. Копытин (ред.). Москва : Когито-Центр, 2008. 288 с.
25. Роменець В. А. Психологія творчості. Київ : Либідь, 2001. 330 с.
26. Сидоркіна М. Ю. Спільна художня творчість як чинник гармонізації сімейних стосунків : дис. ... канд. психол. наук. спец.: 19.00.05 «Соціальна психологія; психологія соціальної роботи». Київ, 2011. 216 с.
27. Слюсаревський М. М. Негативні інформаційні впливи на людину в сучасному світі: концептуальна модель. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 2021. № 3(1). DOI: <https://doi.org/10.37472/2707-305X-2021-3-1-13-2>
28. Тетерин С. Что такое медиа арт? – давайте разбираться вместе. URL: http://www.teterin.ru/index.php?option=com_frontpage&Itemid=1
29. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018.
30. Цорн П. Современные кочевники – медиа-арт и глобализация / пер. С. Мюллер. URL: <http://www.goethe.de/ins/kz/ru/alm/kul/mag/12154899.html>
31. Череповська Н. І. Медіаторчість як соціально-психологічний ресурс особистості. Типологія відеосприймання. *Актуальні проблеми психології. Т. 12. Психологія творчості*. Київ, 2009. Вип. 8. С. 318–325.
32. Череповська Н. І. Медіаперцептивна комунікація: ресурси перегляду візуальних медіатекстів. *Актуальні проблеми психології. Т. 12. Психологія творчості*. Київ, 2012. Вип. 15, ч. 1. С. 407–416.
33. Череповська Н. І. Медіаперцептивна комунікація: еволюція візуального сприймання. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. Київ, 2013. Вип. 32 (35). С. 303–311.
34. Череповська Н. І. Медіагігієна: підтримка психологічного добробуту дорослих і дітей. *Соціальний педагог*. 2020. № 9-10(165-166). С. 42–49. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/mediagigiyena-pidtrymka-spyhologichnogo-dobrotu-doroslyh-i-ditej/>

35. Череповська Н. І., Вознесенська О. Л. Медіаконтекст вияву патріотичних почуттів представниками Сходу і Заходу України. *Проблеми політичної психології* : зб. наук. праць. / Асоц. політ. психологів України, Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2015. Вип. 2 (16). С. 74–88.

36. McNiff S (Ed.). *Art as Research* Bristol–Chicago : Intellect, 2013. 240 p.

37. Muri A. S. Texture in the melting pot: Postmodernist art and art therapy. *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*. 1998. № 15 (4). P. 245–251.

Електронні ресурси

1. Національна бібліотека України ім. В. І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>

2. Бібліотека НАПН. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/561/>

3. Бібліотека лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти ІСПП НАПН України. URL: <http://mediaosvita.org.ua/biblioteka/>

4. Бібліотека ІСПП НАПН України. URL: <https://ispp.org.ua/elektronna-biblioteka/>

МЕДІАПСИХОЛОГІЯ І КІБЕРТЕХНОЛОГІЇ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ

Програма навчально-практичного спецкурсу для підвищення кваліфікації педагогічних працівників

Рецензенти:

Сидоркіна М. Ю., канд. психол. наук, ст. наук. співроб. лабораторії психології політичної поведінки молоді ІСПП НАПН України;

Лазоренко Б. П., канд. філос. наук, ст. наук. співроб, доцент, провід. наук. співроб. лабораторії соціальної психології особистості ІСПП НАПН України.

Розробник:

Чаплінська Ю. С., канд. психол. наук, ст. наук. співроб. лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Сучасний світ невпинно змінюється і привносить у життя людини все нові і нові технології, які полегшують та урізноманітнюють життя, а також забезпечують комфортні умови для праці, навчання і відпочинку. Те ж саме стосується і освітньої галузі. На тлі соціально-економічних та політико-воєнних умов досить активно останнім часом розвивалися та впроваджувалися в освітній процес технології дистанційного навчання; особливе місце відводилося, зокрема, індивідуальним та персоналізованим програмам. Стало можливим активне використання роботизованих помічників вчителя та залучення різноманітних медіакомпонентів і технологій для організації дистанційного освітнього процесу і його трансформації в гейміфікований формат, що значною мірою підвищує зацікавленість учнівської аудиторії.

Представлена програма розкриває зміст медіапсихологічних інновацій (авторські розробки) та особливості впровадження новітніх кібертехнологій в освітній процес. Її мета – розширити уявлення сучасних педагогів про методологічні і технічні можливості забезпечення навчального процесу та

сформувати у них навички застосування й адаптації представлених методик до будь-якої аудиторії, навчальної теми чи формату. Теоретичні концепції, представлені в цій програмі, спираються на провідні західні та вітчизняні наукові напрацювання останнього періоду; вони переосмислені з огляду на основні положення вітчизняної концепції впровадження медіаосвіти, збагачені авторським баченням. Усі теоретичні матеріали курсу будуть підкріплені практичними заняттями та завданнями для самостійної роботи.

Освітню програму «Медіапсихологія і кібертехнології в освітньому просторі: навчально-практичний спецкурс» розроблено відповідно до Закону України «Про освіту», Закону України «Про повну загальну середню освіту», постанови Кабінету Міністрів від 21.02.2018 р. «Про затвердження Державного стандарту початкової освіти», розпорядження Кабінету Міністрів від 14.12.2016 р. № 988 «Про схвалення Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року» за результатами наукового дослідження «Інноваційні психологічні засоби розвитку медіаосвіти в Україні» (ДР № 0120U000156), що проводилося лабораторією психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України у 2020–2022 рр.

Програму підготовлено для системи післядипломної педагогічної освіти. Під час підготовки матеріалів навчальної програми бралися до уваги сучасні теоретичні і практичні напрацювання колективу лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології.

Основною метою програми є формування навичок роботи з новітніми медіа- і кібертехнологіями, що дають змогу розширити арсенал методологічних можливостей працівників освітньої сфери.

Основна цільова аудиторія програми – педагогічні кадри освітніх організацій, викладачі інститутів післядипломної освіти, медіапедагоги і медіапсихологи, шкільні психологи.

Результатом опанування змісту спецкурсу фахівцями стане *оволодіння знаннями* у сферах фільманалізу і медіаклубних практик, роботопсихології та

освітніх ботів, а також імерсивної освіти; *розвиток умінь та навичок* проведення різних форм фільманалізу, розроблення медіаклубних занять, програмування освітніх чат-ботів.

Спецкурс розрахований на 30 годин, 15 з яких реалізуються у формі лекційно-практичних занять з елементами тренінгу на очному етапі навчання, а 15 – у формі самостійної роботи на дистанційному етапі. У разі потреби кількість годин можна змінити.

Спецкурс може реалізовуватися як очно, так і в онлайн-форматі.

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Назва теми	Вид занять	У тому числі			Загальна к-сть годин
		ауд.		самост.	
Тема 1. Фільманаліз у навчальному процесі	лекційне	1	3	3	6
	практичне	2			
Тема 2. Медіаклубні заняття: можливості, переваги, інновації	лекційне	1	3	3	6
	практичне	2			
Тема 3. Використання роботів в дошкільній та шкільній освіті	лекційне	1	3	3	6
	практичне	2			
Тема 4. Освітні боти: новітні технології в навчальному процесі	лекційне	1	3	3	6
	практичне	2			
Тема 5. Розширення освітніх можливостей: технології віртуальної та доповненої реальності	лекційне	1	3	3	6
	практичне	2			
Усього			15	15	30

Примітка. У разі потреби кількість годин та зміст модулів може бути змінено.

Очікувані результати навчання:

Назва теми	К-сть годин	Здобуті компетентності
Фільманаліз у навчальному процесі	6	<ul style="list-style-type: none"> ● розрізняти особливості фільманалізу, кінотренінгу і синемологічних практик; ● розуміти специфіку шести видів фільманалізу; ● уміти провести кожен із шести видів фільманалізу як самостійно, так і для групи
Медіаклубні заняття: можливості, переваги, інновації	6	<ul style="list-style-type: none"> ● знати особливості класичного проведення медіаклубного заняття; ● уміти обирати медіапродукти для кіноклубних занять; ● володіти інноваційними підходами до проведення медіаклубних занять: гейміфікованим і квест-медіаклубом; ● розробляти власні медіаклубні заняття для різновікових груп
Використання роботів у дошкільній і шкільній освіті	6	<ul style="list-style-type: none"> ● знати основні наукові напрямки сучасних досліджень з робототехніки і роботопсихології; ● розрізняти основні види роботів, що використовуються в освітньому процесі, та застосовувати здобуті теоретичні знання для вирішення професійних завдань у психолого-педагогічній діяльності; ● знати про переваги, недоліки та ризики використання роботів для навчання дітей різного віку; ● самостійно шукати та аналізувати наукову літературу за темою роботопсихології
Освітні боти: новітні технології в навчальному процесі	6	<ul style="list-style-type: none"> ● розуміти основні положення концепції роботів без тілесного втілення (програмні роботи); ● знати види та функції освітніх чат-ботів; ● самостійно розробляти сценарії для освітніх чат-ботів;

Назва теми	К-сть годин	Здобуті компетентності
		<ul style="list-style-type: none"> ● мати навички та володіти технічною компетентністю для самостійного програмування освітнього бота
Розширення освітніх можливостей: технології віртуальної та доповненої реальності	6	<ul style="list-style-type: none"> ● володіти імерсійними підходами і методами до навчання дітей різного віку; ● розуміти переваги та недоліки впровадження технологій віртуальної та доповненої реальності в освітній процес; ● усвідомлювати вікові ризики імерсивних методів навчання; ● формувати пропозиції щодо впровадження в різні навчальні дисципліни імерсивних методів навчання

ЗМІСТ НАВЧАЛЬНИХ МОДУЛІВ

Тема 1. Фільманаліз у навчальному процесі

Лекційне заняття:

Поняття фільманалізу та особливості практичної роботи з ним. Види фільманалізу і схеми роботи з ними. Поведінковий фільманаліз. Комунікативний фільманаліз. Емоційний фільманаліз. Когнітивний фільманаліз. Філософський фільманаліз, або самоаналіз за допомогою фільму. Загальний фільманаліз.

Практичне заняття:

Спільний перегляд відеофрагмента чи фільму. Коротке обговорення. Індивідуальна робота над філософським фільманалізом. Групова робота з чотирма видами фільманалізу (поведінковим, емоційним, когнітивним та комунікативним). Обговорення та загальні підсумки заняття.

Самостійна робота:

Провести за заданою схемою загальний фільманаліз (в індивідуальному форматі) одного із фільмів за списком.

Тема 2. Медіаклубні заняття: можливості, переваги, інновації

Лекційне заняття:

Поняття медіаклубу, його завдання та функції. Класичний підхід до проведення медіаклубних занять. Інноваційні підходи: гейміфікований і квест медіаклуб. Вебквести.

Практичне заняття:

Попередній перегляд заданого фільму (до заняття). Групова робота зі створення до переглянутого фільму заготовок: для класичного, гейміфікованого та квест-медіаклубів. Презентація та обговорення створених заготовок. Загальні підсумки заняття.

Самостійна робота:

Розробити для різних вікових категорій вебквест для медіаклубного заняття.

Тема 3. Використання роботів у дошкільній і шкільній освіті

Лекційне заняття:

Презентація основних напрямків наукових досліджень робототехніки і роботопсихології. Види роботів, які використовують у світовій практиці для навчання та раннього розвитку дітей. Використання роботів у початковій, середній і старшій школі.

Практичне заняття:

Визначення переваг, недоліків та ризиків використання роботів для навчання дітей, окремо для дошкілля, початкової, середньої та старшої школи у форматі «мозкового штурму».

Самостійна робота:

Висвітлення результатів різних психологічних експериментів, до яких були залучені діти (різні вікові категорії) і роботи. Можливості роботів в адаптації дітей до нового шкільного середовища.

Тема 4. Освітні боти: новітні технології в навчальному процесі

Лекційне заняття:

Концепція роботів без тілесного втілення (програмні роботи). Види і функції освітніх чат-ботів. Особливості навчальних чат-ботів та їхні основні структурні елементи (на прикладі популярних в Україні розробок). Можливість самостійного створення бота: огляд сучасних платформ для його побудови.

Практичне заняття:

Робота в парах: створення логічних заготовок, завдань та схем для створення власного освітнього бота. Презентація та обговорення створених заготовок. Загальні підсумки заняття.

Самостійна робота:

Реалізація і створення власного освітнього бота. (Посилання на готовий продукт слід надати членам групи для тестування та отримання від них зворотного зв'язку).

Тема 5. Розширення освітніх можливостей: технології віртуальної та доповненої реальності

Лекційне заняття:

Імерсивні підходи і методи навчання. Можливості технологій віртуальної та доповненої реальності в навчанні. Світові приклади і тенденції у віртуальній освіті. Імерсивна освіта в Україні.

Практичне заняття:

Визначення переваг і недоліків упровадження технологій віртуальної та доповненої реальності в освітній процес. Виокремлення ризиків та розроблення стратегій їх нівелювання (проводиться у формі дискусійної групової роботи).

Самостійна робота:

Формування пропозицій щодо впровадження в різні навчальні дисципліни імерсивних методів навчання. Визначення вікових ризиків імерсивних методів навчання.

Методи навчання

У викладанні спецкурсу використовують такі методи навчання:

- мультимедійна презентація;
- дискусійне обговорення проблемних питань;
- ситуаційні завдання («кейс-стаді»);
- мозковий штурм;
- індивідуальна аналітична робота;
- групова дискусія;
- спільне навчання (робота в парах і малих групах).

КОНТРОЛЬНІ ЗАХОДИ

Контроль знань проводиться у формі письмового тестування як завершальний етап навчального курсу. На практичних заняттях оцінюються виконані завдання та активність під час обговорення проблемних ситуацій.

Контрольні питання

1. Розкрити поняття фільманалізу. Дати порівняльну характеристику фільманалізу, кінотренінгу та синемологічної практики.
2. Дати порівняльну характеристику на вибір трьох різних видів фільманалізу.
3. Особливості роботи з поведінковим фільманалізом.
4. Особливості роботи з комунікативним фільманалізом.
5. Особливості роботи з емоційним фільманалізом.
6. Особливості роботи з когнітивним фільманалізом.
7. Особливості роботи з філософським фільманалізом.
8. Загальний фільманаліз. Схема роботи.
9. Поняття медіаклубу, його завдання та функції.
10. Вікові особливості проведення медіаклубних занять.
11. Охарактеризуйте класичний підхід до проведення медіаклубних занять.
12. Гейміфікований медіаклуб.

13. Квест-медіаклуб. Вебквести.
14. Основні напрямки наукових досліджень робототехніки і роботопсихології.
15. Види роботів, які використовують у навчальному процесі.
16. Роль роботів у навчанні та ранньому розвитку дітей.
17. Використання роботів для навчання дітей у початковій школі..
18. Використання роботів для навчання дітей у середній школі.
19. Використання роботів для навчання дітей у старшій школі.
20. Переваги, недоліки та ризики використання роботів для навчання дітей різного віку.
21. Психологічні експерименти, до яких були залучені діти різного віку і роботи.
22. Можливості роботів в адаптації дітей до шкільного середовища.
23. Концепція роботів без тілесного втілення (програмні роботи).
24. Види та функції освітніх чат-ботів.
25. Особливості навчальних чат-ботів та їхні основні структурні елементи.
26. Імерсивні підходи та методи навчання.
27. Можливості технологій віртуальної та доповненої реальності в навчанні.
28. Імерсивна освіта в Україні.
29. Визначення переваг та недоліків упровадження технологій віртуальної та доповненої реальності в освітній процес.
30. Вікові ризики імерсивних методів навчання.

Критерії та шкала оцінювання

Основними критеріями оцінювання результатів поточного та підсумкового контролю, що характеризують рівень компетентності слухача спецкурсу, є:

- повнота, глибина і характер знань навчального матеріалу за змістом навчальної дисципліни, що міститься в рекомендованих літературних джерелах;
- уміння аналізувати явища, що вивчаються, у їхньому взаємозв'язку і розвитку;
- характер відповідей на поставлені питання (чіткість, лаконічність, логічність, послідовність тощо);
- уміння застосовувати теоретичні положення щодо принципів створення наукового тексту під час вирішення індивідуальних завдань.

Оцінювання результатів усіх форм контролю за 100-бальною шкалою:

90-100	A	Відмінно
82-89	B	Добре
74-81	C	
64-73	D	Задовільно
60-63	E	
35-59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання
1-34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним проходженням курсу

Список рекомендованої літератури

1. Агафонова Н. А. Общая теория кино и основы анализа фильма, Минск : Тесей, 2008. 392 с.
2. Аналіз систем розпізнавання образів структури композитів : монографія / Добротвор І. Г., Стухляк П. Д., Микитишин А. Г., Митник М. М. Тернопіль : Тернопіл. нац. техн. ун-т імені Івана Пулюя, 2018. 224 с.
3. Волинець В. О. Віртуальна, доповнена і змішана реальність: сутність понять та специфіка відповідних комп'ютерних систем. *Питання культурології*. (2021). (37). С. 231–243. URL: <https://doi.org/10.31866/2410-1311.37.2021.237322>

4. Голубєва О. Є., Мироненко Г. В., Стерденко С. М. Медіаклуб: Комплексна програма Позашкільні медіаосвітні заняття. *Соціальний педагог*. 2014. 12 (96). С. 44–49.
5. Гончарова Н. Візуалізація навчальної інформації через використання технології доповненої реальності. *Інформаційні технології в культурі, мистецтві, освіті, науці, економіці та бізнесі*. 2019. С. 226–228.
6. Гончарова, Н. Технологія доповненої реальності в підручниках нового покоління. *Проблеми сучасного підручника*. 2019. Вип. 22. С. 46–56. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/psp_2019_22_8
7. Імерсивні технології в освіті / Ін-т інформ. технологій і засобів навчання НАПН України ; упоряд. Н. В. Сороко, О. П. Пінчук, С. Г. Литвинова. Київ: ІТЗН НАПН України, 2021. URL: https://lib.iitta.gov.ua/727353/1/Collection%20of%20materials%20of%20the%20I%20Scientific%20and%20Practical%20Conference%20with%20International%20Participation_.pdf.pdf
8. Климнюк В. Є. Віртуальна реальність в освітньому процесі. *Збірник наукових праць Харківського національного університету Повітряних Сил*. 2018. № 2(56). С. 207–212. URL: https://www.researchgate.net/publication/325873912_Virtualna_realnist_v_osvitnom_u_procesi
9. Медіакультура. Навчальна програма для учнів 9, 10, 11 класів закладів загальної середньої освіти (три роки навчання) / за ред. Л. А. Найдьонові ; уклад. Н. І. Череповська ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2018.
10. Мельник І., Задерей Н., Нефьодова Г. Доповнена та віртуальна реальність як ресурс навчальної діяльності студентів. *Інформаційні технології та комп'ютерне моделювання* : матеріали міжнар. наук.-практ. конф., Івано-Франківськ, 14–19 трав. 2018 р. Івано-Франківськ. С. 61–64. URL: <http://itcm.comp-sc.if.ua/2018/melnuk.pdf>
11. Міронова Т. В. Віртуальна і доповнена реальності в творчості українських митців. *Art and design*. 2021. №2(14). С. 141–151. URL: <https://artdesign.knutd.edu.ua/wp-content/uploads/sites/33/2021/08/13-AD-2-2021.pdf>
12. Найдьонова Л. А. Медіапсихологія: основи рефлексивного підходу. Кіровоград : Імекс, 2015. 243 с.
13. Найдьонова Л. А. Цифрові ризики в умовах дистанційної освіти в часи пандемії. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2021. № 3 (1). URL: <https://doi.org/10.37472/2707-305X-2021-3-1-13-3>
14. Остапенко І. В., Соснюк О. П. Можливості використання різних видів медіаконтенту для розвитку громадянської компетентності *Військова*

психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи : VII Міжнар. наук.-практ. конф. КНУ імені Тараса Шевченка. Київ, 2022. С. 110–113.

15. Чаплінська Ю. С. Використання різних підходів фільманалізу у практичній роботі психолога. *Проблеми сучасної психології* : зб. наук. праць Запорізь. нац. ун-ту та Ін-ту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Київ, 2018. 2 (14). С. 150–157.

16. Чаплінська Ю. С. Особливості проведення квест-медіаклубу. *Медіатворчість у сучасних українських реаліях: протистояння медіатравмі* : матеріали всеукр. наук. конф. з міжнар. участю, м. Київ, 25 черв. 2019 р. URL: <http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2019/06/CHaplinska-YU.S.-Osoblyvosti-provedennya-Kvest-mediaklubu.pdf>

17. Чаплінська Ю. С. Ставлення до робіт та роботизованих протезів: проблеми сьогодення і конструювання майбутнього. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2019. Вип. 43 (46). С. 229–238.

18. Чаплінська Ю. С., Череповська Н. І. Інновації в медіаосвіті: модифікована методика «Медіаклуб» для старшокласників. *Інформаційно-цифровий освітній простір України: трансформаційні процеси і перспективи розвитку* : матеріали методол. семінару НАПН України, м. Київ, 4 квіт. 2019 р. Київ, 2019. С. 120–130.

19. Череповська Н. І. Медіаосвітні ресурси розвитку патріотизму і критичного мислення молоді : навч.-метод. посіб. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2017. 156 с.

20. Череповська Н. І. Розвиток патріотизму молоді психологічними засобами методики «Медіаклуб». *Проблеми політичної психології* : зб. наук. праць / Асоц. політ. психологів України, Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2018. Вип. 7 (21). С. 150–160.

21. Юнтунен О. Психологічний аналіз фільма. Кинотерапія и кинотренинг: кино как лекарство. 2016. URL: <http://kinoterapia.info/psychoanalysis-of-film/>

22. Baranov O. A., Penzin S. N. The film is educational work with young students. Tver, 2005. 189 p.

23. Breazeal C. Designing Sociable Robots. MIT Press, Cambridge, MA, 2002. 282 p.

24. Goerz M. Film Analysis: Summary of Concepts and Terms. Semantic scholar. (2002). URL: <https://pdfs.semanticscholar.org/59ca/11b7dc9915e99bafc9e332e2dd9a5fbf10cd.pdf>

25. Han J., Jo M., Jones V., Jo J. H. Comparative study on the educational use of home robots for children. *Journal of Information Processing Systems*. 2008. 4(4). P. 159–168.

26. Heerink M., Daz Boladeras M., Albo-Canals J., Angulo Bahn C., et al. A field study with primary school children on perception of social presence and

interactive behavior with a pet robot. 2012. URL: https://www.researchgate.net/publication/229058745_A_field_study_with_primary_school_children_on_perception_of_social_presence_and_interactive_behavior_with_a_pet_robot

27. Highfield K., Mulligan J., Hedberg J. Early mathematics learning through exploration with programable toys. *Proc. Joint Conference Psychology and Mathematics*. 2008. P. 17–21.

28. Kahn P. H. Jr., Kanda T., Ishiguro H., Freier N. G., Severson R. L., Gill B. T., Ruckert J. H., Shen S. ‘Robovie, you’ll have to go into the closet now’: Children’s social and moral relationships with a humanoid robot. *Developmental Psychology*. 2012. № 48. P. 303–314.

29. Kennedy J., Baxter P., Senft E., Belpaeme T. Higher nonverbal immediacy leads to greater learning gains in child-robot tutoring interactions. *Proceedings of the International Conference on Social Robotics*. 2015. P. 327–336.

30. Leeuwen van T., Jewitt C. *Handbook Of Visual Analysis*, London : Sage, 2000.

31. Leite I., Martinho C., Paiva A. Social robots for long-term interaction: A survey. *International Journal of Social Robotics*. 2013. № 5. P. 291–308.

32. Libin A., Libin E. Robotic Psychology. *Encyclopedia of Applied Psychology* / Charles Spielberger (Ed.) Oxford : Elsevier, 2004. P. 295–298.

33. O’Donnell V. *Handbook of Visual Communication: Theory, Methods and Media* / [Ed. by K. Smith and others]. *Cultural Studies Theory*. Lawrence Erlbaum Associates. London, 2005. P. 521–537.

34. Nomura T., Omori A., Suzuki Y., Mizohata H., Yasumura K. Robotics in education: Psychological relationships with «making-artifacts» computers and mathematics in Japan. *Proceedings of the IEEE/RSJ International Conference on Intelligent Robots and Systems*. 2008. P. 3668–3673.

35. Ruvolo P., Fasel I., Movellan J. Auditory mood detection for social and educational robots. *Proc. Conference on Robotics and Automation*. 2008. P. 3551–3556.

36. Shellenbarger S. Why We Should Teach Kids to Call the Robot ‘It’. *The Wall Street Journal*. 2019. URL: <https://www.wsj.com/articles/why-kids-should-call-the-robot-it-11566811801>

37. Stoeckelmayr K., Tesar M., Hofmann A. Kindergarten children programming robots: a first attempt. *Proc. Robotics in Education*. 2011. P. 185–192.

38. Tanaka F., Matsuzoe S. Children teach a care-receiving robot to promote their learning: field experiments in a classroom for vocabulary learning. *Journal of HRI*. 2012. №1(1). P. 78–95.

39. Williams R., Machado C., Druga S., Breazeal C., Maes P. «My doll says it's ok»: a study of children's conformity to a talking doll. 2018. URL:

https://www.researchgate.net/publication/325705688_My_doll_says_it's_ok_a_study_of_children's_conformity_to_a_talking_doll

Електронні ресурси:

1. Как создать чат-бота. URL: https://www.youtube.com/watch?v=eQrTCHW2UqY&list=PLYPpxyHTcCsQanRQl4_Cy36Obny_i1Uhm (1 грудня 2020 р.)
2. Telegram-бот 2020. Как создать, сделать бота в Telegram. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=aBuyXt1JatI&t=79s> (1 грудня 2020 р.)
3. Віртуальний тур українськими музеями просто неба. URL: <https://museums.authenticukraine.com.ua/ua/> (1 грудня 2020 р.)
4. Віртуальні екскурсії музеями світу. URL: <https://zaporizhzhia.city/news/onlajn-muzei-svitu> (1 грудня 2020 р.)

ДОДАТКИ

Загальний фільманаліз

Загальний фільманаліз будується за традиційними принципами та етапами аналізу художнього твору (сюжет, ідея, композиція, виражальні засоби, історія створення, позиція автора. Також можна проаналізувати кожний компонент окремо: сценарій, режисуру, акторську гру, музику, костюми, декорації, монтаж, спецефекти тощо), але з обов'язковим розглядом елементів традиційного психологічного аналізу, а саме: аналізу особистості і поведінки героїв, їхніх стосунків, мотивів та наслідків їхніх вчинків, а також встановлення паралелей зі своїм особистим досвідом.

Опорні пункти для аналізу:

- основна психологічна тема фільму;
- коло психологічних проблем;
- системи стосунків героїв;
- риси характеру героїв;
- емоційна парадигма;
- моральні категорії;
- символізм, метафори, легенди і міфи;
- музичний супровід;
- виражальні засоби;
- цитати;
- схожа проблематика / особиста проблематика для глядача;
- аналіз рецензій.

Важливими, на нашу думку, є також питання, які можна поставити самому собі під час аналізу фільму:

- Чи сподобався фільм (чи ні)? Чим саме? Що конкретно сподобалося, що не сподобалося, що привернуло мою увагу?

- Як я можу охарактеризувати сюжет фільму, послідовність подій, дійових осіб?
- Який психологічний портрет кожного героя я можу скласти (особистісні особливості, моральні принципи, риси характеру, манери поведінки, історія життя тощо)?
- Які стосунки між героями, історія та особливості цих стосунків?
- Чи спостерігав я схожі ситуації і стосунки у своєму житті чи житті своїх близьких?
- Хто з героїв мені найбільш симпатичний/антипатичний і чому? Кому я співчуваю і чому? На кого з героїв схожий я або хтось із моїх знайомих? На кого я хотів би бути схожим?
- Який стиль спілкування героїв фільму? Як вони розв'язують свої проблеми?
- Що б я змінив у ситуації і як би я вчинив на місці героя/героїв? Що потрібно для цього зробити? Що б я взяв для себе як зразок для наслідування? Що я вважаю правильним або неправильним? Хто, на мою думку, має рацію, а хто не правий, хто винен і чому?
- Що б сталося, вчини той чи інший герой по-іншому?
- Чи трапилося у фільмі щось для мене нове, раніше невідоме? Чи зробив я якесь відкриття для себе?
- Які емоції викликав фільм? Що мене розсмішило, порадувало, засмутило, розгнівало, образило, злякало, відштовхнуло, що викликало в мене роздратування і т. ін.?
- Про що цей фільм (особисто для мене)?
- Яка основна проблема/конфлікт і як вирішує її режисер? Які художні і технічні прийоми допомагають йому в цьому? Що режисер хотів сказати своїм фільмом?
- Чому фільм має саме таку назву? Що вона означає? Як б назва справді розкрила сенс фільму?

- Які у фільмі трапляються метафори, символи, архетипи, міфи та легенди?
- Яким чином розвивалися б події, зніми режисер продовження фільму?
- Які психологічні, моральні, філософські проблеми порушено у фільмі? Які з них хвилюють мене зараз або хвилювали в минулому?
- Як цей фільм перегукується з моїм життям? Які уроки я взяв для себе і які висновки зробив?
- Які фільми/твори висвітлюють схожі проблеми?
- Як би поставився до фільму хтось із моїх знайомих (або подруга, мати, батько, дружина, чоловік, дитина) і чому? Кому б я порекомендував подивитися цей фільм і чому?

Розроблення вебквесту для медіаклубу

Вебквести побудовані на залученні інформаційних ресурсів інтернету для вирішення поставлених учителем завдань. Цей варіант активностей може стати вчителю в пригоді, якщо учні не дуже люблять фізичну активність, але з радістю готові «серфити» простори інтернету. Вебквест допомагає ефективно формувати у дітей цілу низку компетентностей: соціальних, навчальних, комунікативних, інформаційних.

Вікові категорії дітей:

- 6–8 років;
- 9–10 років;
- 11–13 років;
- 14–16 років.

Вебквест часто являє собою досить не простий пошук інформації в мережі. Це може бути створення різних медіаторів за мотивами певного фільму та завантаження їх на відповідні платформи. Інколи під час створення контенту висувається умова щодо часу. Рідше йдеться про головоломки (візуальні, аудіальні, текстові). Учасники вебквесту вчаться використовувати інформаційний простір інтернету для розширення сфери своєї творчої діяльності. Такий формат можна застосовувати у квест-медіаклубі, якщо після

перегляду фільму запропонувати дітям пошук інформації або створення медіаконтенту на певну тематику.

Також ви можете запропонувати дітям свій варіант вебквестів та їх реалізації в інтернет-середовищі.

Схема підготовки вебквесту для медіаклубу:

1. Добір медіаконтенту і його короткий опис. Виокремлення основної проблематики медіатвору та аргументування її важливості для роботи з відповідною дитячою аудиторією.

2. Довести відповідність дібраного медіаконтенту цільовій/віковій категорії.

3. Переписати питання для обговорення медіатвору (одразу після перегляду).

4. Підготовка вебзавдань для квесту відповідно до основної логічної схеми: виконання попереднього завдання є умовою для отримання та виконання наступного. Опис основних етапів квесту із чітким описом завдань та їхніх психологічних наслідків для дітей.

5. Визначити нагороди, які отримають діти/команди, що пройшли певний етап або повний квест.

6. Сформулювати теми обговорення для підбиття підсумків вебквесту.

7. Розробити рефлексивний лист для дітей, щоб отримати від них зворотний зв'язок.

НУШ: ОРГАНІЗАЦІЯ МЕДІАОСВІТИ В ПОЧАТКОВІЙ ШКОЛІ

Програма підвищення кваліфікації педагогічних та науково-педагогічних працівників

Розробник:

Найдьорова Л. А., д-р психол. наук, чл.-кор. НАПН України, заступник директора з наукової роботи Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

1.2. Загальні положення

Медіаосвіта – окрема галузь педагогічної діяльності, спрямована на розвиток у дитини психологічних новоутворень, які забезпечують здорову і розвивальну взаємодію із сучасним інформаційним простором. Результатом медіаосвіти є формування первинної медіаграмотності як базису для її вищих форм рефлексивної і творчої медіакомпетентності та загалом медіакультури.

З огляду на невинний розвиток масмедіа суспільство постійно досліджує і напрацьовує способи допомоги дитині в опануванні інформаційного простору як особливої частини культурного досвіду людства. Медіаосвіта – це насамперед практика підготовки дитини до ефективної взаємодії з медіа, завдяки чому зменшуються ризики негативного медійного впливу на процес соціалізації і збільшуються ресурсні можливості їхнього позитивного розвивального впливу.

Нова українська школа створює умови для того, аби всі потреби дітей знаходили відгук в освітньому середовищі, зокрема й ті, що пов'язані з повсякденними практиками використання медіа та сучасних інформаційно-комунікаційних технологій. Уже в початковій школі діти долучаються до

різноманітних медіапрактик, які стають відтак значною частиною їхнього життя. Тому організація медіаосвіти в новій українській школі є важливим складником формування безпечного і розвивального освітнього середовища.

Завдання медіаосвіти – профілактика ймовірних негативних медійних впливів на молодь, таких як викривлення уявлень про світ, своє тіло, людські стосунки, формування агресії та інших небажаних форм поведінки, затримка вольового розвитку і спонтанності. Особливість медіаосвіти в початковій школі пов'язана із психологічними спроможностями дитини, яка здійснює перехід від ігрової діяльності до навчальної, від родинного середовища до ширшого соціального середовища – освітнього. Модель медіаосвіти для дітей цього віку базується на перевагах ігрових методів у найрізноманітніших їхніх формах, що спрямовують психіку дитини на розвивальну діяльність: виконання вправ, досягнення результатів, налагодження дружніх стосунків.

Актуальність Програми визначається зростанням суспільного запиту на психологічну компетентність, медіаосвіту, формування в педагогів молодшої школи медіаграмотності, а відтак – необхідністю цілеспрямованого підвищення кваліфікації і формування професійних компетентностей саме в цьому напрямі. Програму створено в межах всеукраїнського експерименту «Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику» (наказ МОН України № 1199 від 18.08.2017 р.), який проводиться за ініціативою Інституту соціальної та політичної психології НАПН України. Зміст Програми підвищення кваліфікації відповідає авторським навчальним програмам «Я в медіапросторі» (1-3 рік навчання), рекомендованим Міністерством освіти і науки України (лист ІМЗО № 2.112-Г-831 від 28.11.2016 р.). Запропоновані модель і засоби організації медіаосвіти в початковій школі відповідають навчальним програмам НУШ-1, НУШ-2 щодо змістової лінії «Досліджуємо медіа», а також пропонують інтеграцію прийомів розвитку медіаграмотності учнів під час вивчення інших предметів (галузей). Програму максимально спрямовано на практичне використання медіаосвітніх знань для організації занять з дітьми, що

дає вчителю імпульс і чіткі орієнтири, відкриваючи перед ним безмежні перспективи для власної педагогічної творчості.

Програма спирається на аналіз світового досвіду, наукові напрацювання і результати прикладних досліджень, проведених лабораторією психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України. Пропоновані в Програмі вправи і завдання адаптовано для дистанційної форми проведення занять з підвищення кваліфікації. Усі дистанційні заняття побудовано таким чином, щоб сприяти створенню безпечної атмосфери і посиленню психологічного потенціалу стійкості учасників.

Навчальну програму підготовлено для системи післядипломної педагогічної освіти.

1.2. Цільова аудиторія

Учителі початкової школи.

1.3. Мета і завдання

Мета підвищення кваліфікації: удосконалення загальних і фахових компетентностей учителів початкової школи щодо організації медіаосвіти в школі в умовах війни та повоєнного суспільства.

Реалізація визначеної мети передбачає вирішення низки **завдань**:

1. Актуалізувати увагу на можливості виникнення і загострення медіаризиків в умовах війни; розкрити вплив медіа та кіберпрактик на здоров'я дітей і посилення травматичного стресу дитини під впливом батьківського стресу.
2. Представити вчителю ідеї і засоби початку медіаосвітньої діяльності, розмаїття ігрових форм для можливості управляти увагою дітей, підтримувати у них пізнавальну мотивацію.

3. Розкрити психолого-педагогічні прийоми реалізації наскрізної лінії «Досліджуємо медіа» в програмах нової української школи, описати різні прийоми.
4. Сформуванню вміння проводити вправи для соціалізації дітей, що дуже актуально для інклюзивних класів та компенсації втрат вимушеної дистанційності і кіберсоціалізації.
5. Сприяти створенню безпечного здоров'язберезувального освітнього середовища в умовах розширеного запровадження дистанційних форм освіти, формуванню індивідуалізованої траєкторії розвитку здоров'язберезувального потенціалу педагога в медіапрактиках.
6. Визначити особливості психолого-педагогічного супроводу дітей та їхніх родин залежно від груп ризику; забезпечити профілактику виникнення зловживань в інформаційному просторі.

1.4. Результати навчання

Підвищення кваліфікації педагогічних працівників передбачає формування їхніх загальних та фахових компетентностей.

Загальні компетентності спрямовані на формування у слухачів здатності:

- до застосування знань про функціонування сучасного медіапростору в практичних ситуаціях;
- до вільного використання цифрових технологій для реалізації освітніх завдань та вдосконалення професійної діяльності;
- до виявлення себе як відповідального громадянина і до участі в суспільному житті для чинення спротиву російській військовій агресії.

Фахові компетентності передбачають розвиток знань, умінь, навичок та способів діяльності педагогічних працівників, а саме:

- підвищення психологічної пружності і саморегуляції медіапрактик;
- засвоєння і розуміння принципів та засобів організації медіаосвіти дітей молодшого шкільного віку;

- оволодіння сучасними методами і прийомами медіаосвіти в умовах воєнного часу і повоєнного відновлення.

За результатами навчання слухачі мають уміти:

- адекватно використовувати медіаосвітні терміни; знати завдання медіаосвіти, сформульовані в Концепції впровадження медіаосвіти в Україні; визначати пріоритети і потреби сучасного медійного простору;
- розуміти ігрову модель організації медіаосвіти в початковій школі і творчо її застосовувати;
- ідентифікувати медіаризики та зловживання дітьми цифровими практиками в умовах розширення дистанційних форм освіти, аналізувати вплив медіапрактик на здоров'я дітей в умовах війни;
- спланувати і провести заняття курсу «Я в медіапросторі» та інтегрувати медіаосвітні мікромодулі в інші дисципліни;
- організовувати ігрову діяльність дітей для розвитку соціальних умінь та визначення індивідуальних особливостей соціалізації, зокрема з урахуванням потреб інклюзії;
- складати план індивідуального розвитку медіаосвітньої діяльності і підвищення медіаграмотності вчителя початкових класів.

Обсяг: 30 год. (1 кредит ЄКТС).

Форма підвищення кваліфікації: дистанційна.

2. Зміст Програми та форми роботи

Зміст Програми складається з теоретичної і практичної підготовки, а також виконання слухачами самостійної роботи.

Теоретичний компонент Програми спрямовано на підвищення обізнаності слухачів у сфері медіапсихологічної науки і практики щодо

розвитку дітей і ролі їхньої взаємодії із сучасним інформаційним простором, а також щодо основних вікових психологічних новоутворень, які визначають ризики для дітей цього віку. Ознайомлення з концепцією впровадження медіаосвіти та ігровою моделлю організації медіаосвіти в початковій школі.

Зміст *практичного компонента* охоплює змістову і методичну основу організації медіаосвіти в таких формах:

- а) виокремлені уроки медіаосвітнього курсу «Я в медіапросторі»;
- б) наскрізні лінії «Досліджуємо медіа» в програмі НУШ-1 і НУШ-2 для інтеграції в предмети;
- в) медіаосвіта в позакласній роботі;
- г) вправи для соціалізації дітей.

Практичні завдання слухачі виконують під час практичних занять, передбачених навчально-тематичним планом Програми.

Самостійна робота містить завдання, спрямовані на аналіз результатів опитування, створення індивідуального плану впровадження медіаосвіти, добір інструментів для інтегрованих медіаосвітніх мікромодулів у роботі з дітьми, виконання вправ і рефлексії.

Підвищення кваліфікації забезпечується дистанційною *формою навчання* шляхом проведення інтерактивних лекцій-вебінарів, відеоконференцій, онлайн-практикумів, обговорення актуальних питань та обміну досвідом.

Зміст програми складається з п'яти взаємопов'язаних тем.

Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, становить 30 год., з них: 10 год. – лекційні заняття, 8 год. – практична робота, 10 год. – самостійна робота, 1 год. – консультації, 1 год. – підсумкові заходи.

Навчально-тематичний план

Назва теми	Кількість годин					
	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	Консультації	Оцінювання результатів	Усього
Тема 1. Концепція впровадження медіаосвіти в НУШ	2					2
Тема 2. Вікова медіапсихологічна періодизація в умовах вимушеної дистанційності	2	2	2			6
Тема 3. Ігрова модель медіаосвіти в початковій школі	2	2	4			8
Тема 4. Форми викладання медіаосвіти	2	2	4			8
Тема 5. Медіаосвіта в позакласній роботі та інклюзії	2	2	2			6
Консультації				1		1
Оцінювання результатів навчання					1	1
Усього	10	8	10	1	1	32

Форми організації освітнього процесу, методи і засоби навчання

Навчання здійснюється в таких формах: лекції, практичні заняття, самостійна робота, контрольні заходи.

У викладанні програми використовують такі методи навчання: мультимедійна і спільна презентація; дискусійне обговорення проблемних питань; індивідуальна аналітична робота; групова робота; спільне навчання (робота у великій і малих групах).

Засоби навчання, які використовують під час навчального процесу: дидактичні матеріали, онлайн-платформа «ZOOM», інструменти Google class та інші застосунки Google, гаджети з доступом до інтернету; діагностичний інструментарій на інтернет-платформі.

Система та критерії оцінювання результатів навчання

Контроль засвоєння навчальної програми відбувається шляхом підтвердженого проходження практичних завдань у Google class, підтверджується відповідними базами даних. Система контролю: вхідне і вихідне діагностування; підготовка і захист проектів.

За результатами навчання слухачі отримують сертифікат про підвищення кваліфікації визначеного зразка.

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Тема 1. Концепція впровадження медіаосвіти в НУШ

Основні поняття медіаосвіти як окремої педагогічної галузі. Термінологічний апарат. Історія становлення медіаосвіти в Україні. Концептуальні завдання медіаосвіти. Медіаосвітні тренди. Завдання медіаосвіти воєнного часу і повоєнного відновлення. Захист дитини в медіа. Національний регулятор і медіаіндустрія.

Тема 2. Вікова медіапсихологічна періодизація в умовах вимушеної дистанційності

Вікові особливості впливу медіа на розвиток дитини. Особливості медіаризиків для дитини дошкільного віку і психологічні новоутворення, які захищають від медіатравматизації. Візуальна вразливість. Емоційний розвиток. Моральний розвиток. Особливості медіаризиків для молодшого школяра. Цифрова нерівність. Соціальні мережі. Дитяче блогерство. Комерційна експлуатація дитинства. Передчасна сексуалізація. Права дитини в цифровому просторі. Приватність. Найкращий інтерес дитини. Воєнний медіапростір і нові медіаризики. Медіатравматизація.

Практичний компонент: Аналіз медіапрактик дитини молодшого шкільного віку. Чек-лист сформованих психологічних новоутворень протекторів від шкідливих медіавпливів.

Тема 3. Ігрова модель медіаосвіти в початковій школі

Психологія гри. Соціальна ситуація розвитку і гра в молодшому шкільному віці. Ігрові методи і нова дидактика в умовах цифровізації. Мікромодулі. Мотивація гри і навчальної діяльності. Ігротерапія, казкотерапія. Здоров'язбережувальний вплив гри. Когнітивний розвиток у грі: увага, уява, пам'ять і мислення. Емоційно-вольовий розвиток у грі. Соціальний розвиток у грі. Ігрова модель організації медіаосвіти. Рефлексія гри.

Практичний компонент: Моделювання ігрових методів і вправ. Рефлексія гри. Складання ігрових ланцюжків.

Тема 4. Форми викладання медіаосвіти

Завдання і структура рекомендованих МОН України програм «Я в медіапросторі» для молодшої школи. Особливості кожного з 3-х років навчання. Тематичні цикли і мікромодулі. Наскрізна лінія «Досліджуємо медіа» в програмі НУШ-1 і НУШ-2. Форми організації медіаосвіти і форми викладання. Індивідуальні медіаосвітні траєкторії. Оцінювання результатів навчання.

Практичний компонент: Дискусія щодо проблем упровадження медіаосвіти в практику викладання в молодшій школі, аналіз ресурсів медіаосвітнього розвитку дитини у формальній і неформальній освіті, ролі сімейного оточення і сімейної медіакультури, роботи з батьками в умовах дистанційної освіти. Складання індивідуального плану розвитку медіаосвітньої діяльності і підвищення свого рівня медіаграмотності.

Тема 5. Медіаосвіта в позакласній роботі та інклюзії

Медіаосвіта в позакласній роботі. Студії і гуртки. Медіатворчість. Інклюзія в початковій школі. Проблеми інклюзії в дистанційній освіті. Інклюзія і соціалізація. Вправи для соціалізації дітей. Соціалізація в умовах війни. Як говорити з дітьми про війну. Наслідки передчасної зустрічі дитини з темою

смерті. Медіаторчість проти медіатравми. Дружба і дитяча соціальна підтримка.

Практичний компонент: Модулі психологічних хвилинок в іграх соціалізації, проведення вправ. Створення власних наборів психологічної підтримки дітей.

Список рекомендованої літератури

1. Вознесенська О. Л. Медіа-арттерапія як засіб подолання наслідків і профілактики психотравми : практ. посіб. Вид. 2-ге, стереотип. Київ, 2020. 124 с.
2. Іванова І. Б., Кожанова А. Ю. Я в медіапросторі : навчальна програма для учнів початкової школи (3 роки навчання) / М-во освіти і науки України (лист ІМЗО №2.112-Г-831 від 28.11.2016). Київ, 2016.
3. Найдьонова Л. А. Медіапсихологія: основи рефлексивного підходу : підручник / Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2015. 244 с.
4. Найдьонова Л. Діагностика булінгу і кібербулінгу : метод. рек. / Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2019. 105 с.
5. Найдьонова Л. А. «Ментальний щит» для дітей: хвилинки психологічної самодопомоги. *Освіта і суспільство*. 2022. № 3. С. 9 (або на сайті <https://naps.gov.ua/ua/press/releases/2688/>)
6. Найдьонова Л. А. Практична сесія із психологічної підтримки дітей у воєнний час. Відео і презентація. 2022. URL: <https://drive.google.com/drive/folders/14E5imzA6zzvwVZCzd-igYNqOL9I3-ccU>
7. Інформаційні поведінка і потреби вчителів Донецької і Луганської областей України : інформ. бюл. / Л. А. Найдьонова, М. І. Найдьонов, Л. В. Григоровська, Н. Ф. Умеренкова ; упоряд. І. М. Найдьонов, Д. Я. Степченков ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2022. URL: http://profprestige.org.ua/publ/Inf_bul_2021vd.pdf
8. Нова українська школа: організація медіаосвіти в початковій школі : навч.-метод. посіб. (рукопис) / А. Ю. Кожанова та ін. Київ, 2021.
9. Спільний акт узгодження № 3. Висвітлення засобами масової інформації теми участі дітей у збройних конфліктах. (Спільні акти узгодження офіційно представлено на сайті Національної ради України з питань телебачення і радіомовлення). URL: <https://www.nrada.gov.ua/spilnyj-akt-uzgodzhennya-3-vysvitlennya-zasobamy-masovoyi-informatsiyi-temy-uchasti-ditej-u-zbrojnyh-konfliktah/>

ДІАГНОСТИКА МЕДІАКУЛЬТУРИ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ В УМОВАХ ПАНДЕМІЇ: ТЕХНОЛОГІЯ РЕПРЕЗЕНТАТИВНОЇ РЕФЛЕКСІЇ

Програма підвищення кваліфікації педагогічних та науково-педагогічних працівників

Розробники:

Найдьорова Л. А., д-р психол. наук, чл.-кор. НАПН України, заступник директора з наукової роботи Інституту соціальної та політичної психології НАПН України;

Найдьоров М. І., д-р психол. наук, професор кафедри психології та соц.-гуманітар. дисциплін КІВТ ДУІТ;

Григорівська Л. В., канд. пед. наук, доцент, учений секретар Інституту соціальної та політичної психології НАПН України;

Умеренкова Н. Ф., канд. психол. наук, наук. співроб. лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

1.2. Загальні положення

Країна вступила в період інтенсивної цифрової трансформації в умовах війни, тривалих криз і численних реформ. Пандемія COVID-19 і запроваджені карантинні обмеження зумовили перехід до масового застосування дистанційних форм освіти. Особливе завдання суспільства в цей період – створити безпечні умови для розвитку дитини, зберегти здоров'я здобувачів освіти. У Національній стратегії розбудови безпечного і здорового освітнього середовища в новій українській школі (Указ Президента України від 25 травня 2020 р. № 195/2020) наголошується на тому, що «формування безпечного і здорового освітнього середовища вимагає вирішення низки проблем, зокрема пов'язаних ... з безвідповідальним використанням інтернету, недостатньою готовністю педагогічних працівників...». Серед причин безпекових проблем зазначено «уразливість дітей шкільного віку під час використання інтернету, нестачу навичок безпечної поведінки в інформаційному середовищі,

неконтрольований доступ до інтернету...», а також «недостатній рівень ефективності освіти, яка забезпечує соціальний і здоров'язбережувальний компоненти навчання, медіа- та цифрову грамотність учнів...». Основи і принципи медіаграмотності віднесено до складу цифрової компетентності в новому професійному стандарті вчителя, який цього року широко обговорювала педагогічна громадськість. У Державному стандарті базової середньої освіти (Постанова КМУ № 898 від 30.09.2020 р.), який має застосовуватися з 1 вересня 2022 р., передбачено формування таких умінь, що є наскрізними в усіх ключових компетентностях і традиційно описують компоненти медіаграмотності, а саме: «розуміння інформації, записаної (переданої) в різний спосіб або відтвореної технічними пристроями, що охоплює, зокрема, уміння виявляти приховану й очевидну інформацію» – у складі вміння читати з розумінням; «розрізняти факти, їх інтерпретації, розпізнавати спроби маніпулювання даними, використовуючи різноманітні ресурси і способи оцінювання якості доказів, надійності джерел і достовірності інформації» – у складі вміння критично і системно мислити. Загалом у Державному стандарті велику увагу приділено саме медіатексту, цей термін згадується в документі понад півтисячі разів.

Актуальність Програми визначається інтенсивним зростанням суспільного запиту на медіаосвіту, формування в педагогів медіаграмотності, а відтак – необхідністю цілеспрямованого підвищення кваліфікації і формування професійних компетентностей саме в цьому напрямі.

Всеукраїнський експеримент з масового впровадження медіаосвіти, ініційований Інститутом соціальної та політичної психології НАПН України, схвалений Президією НАПН України (Наказ МОН України № 199 від 18.08.2017 р.), забезпечив масштабний майданчик апробації медіапсихологічних інновацій. Інноваційну технологію репрезентативної рефлексії, розроблену в Інституті соціальної та політичної психології в межах прикладної тематики дослідження престижності професій і трансформації сучасного ринку праці (під керівництвом М. І. Найдьонова), покладено в основу

медіапсихологічних інновацій діагностично-розвивального проєкту «Медіакультура в часи пандемії», здійснюваного лабораторією психології масової комунікації та медіаосвіти у форматі всеукраїнського експерименту. Суть інноваційної психологічної технології репрезентативної рефлексії полягає у створенні за допомогою спеціальної інтернет-платформи репрезентації реальності, доступної користувачам на основі принципів спільного блага. Заклади освіти організують спільно з науковцями діагностичні зрізи за обраними та узгодженими показниками та діагностичними інструментами. Отриманий з урахуванням контролю процедур і захисту персональних даних масив доступний закладу освіти у вигляді персоналізованого динамічного бюлетеня, у якому представлено значення результатів діагностики учасників певного закладу на фоні загальних даних, які репрезентують спільноту учасників. Результати діагностики використовуються закладом освіти для групової рефлексії і формування індивідуалізованої розвивальної програми за допомогою запропонованих тематичних розвивальних модулів.

Програма передбачає формування загальних та фахових компетентностей щодо імплементації Державного стандарту базової середньої освіти з урахуванням особистісно орієнтованого, інтегрованого, компетентнісного, діяльнісного підходів. Навчальну програму підготовлено для системи післядипломної педагогічної освіти. Матеріали Програми розроблено на основі сучасних теоретичних напрацювань з проблем медіаосвіти і медіакультури в науці та практиці викладання курсу «Медіакультура» в закладах загальної середньої освіти, інших рекомендованих МОН України медіаосвітніх курсів.

1.2. Цільова аудиторія

Психологи, соціальні педагоги, учителі закладів освіти, викладачі.

1.3. Мета і завдання

Мета підвищення кваліфікації: удосконалення загальних і фахових компетентностей педагогічних і науково-педагогічних працівників у сфері

діагностики та аналізу соціально-психологічних проблем, пов'язаних з викликами пандемії та інфодемії з використанням медіапсихологічних інновацій.

Реалізація визначеної мети передбачає вирішення таких *завдань*:

1. Актуалізація уваги на можливості виникнення і загострення медіаризиків та зловживань цифровими практиками в умовах поширення дистанційних форм освіти; вплив медіа- та кіберпрактик на здоров'я дітей різного віку; виокремлення найбільш гострих і слабо рефлексованих, але не менш важливих проблем; роз'яснення здоров'язбережувального потенціалу медіаосвіти.
2. Забезпечення більш глибокого розуміння слухачами соціально-психологічних проблем цифрової трансформації суспільства і постгуманістичних тенденцій у технологічних інноваціях; здатності орієнтуватися в соціальних інноваціях; розуміння специфіки медіапсихологічних інновацій як бази сучасної медіаосвіти.
3. Підвищення рівня компетентності слухачів щодо рефлексивної, інноваційної, організаційної та інформаційно-цифрової компетентності до рівня сталого використання платформи дистанційної діагностики і забезпечення процедур проведення діагностичних зрізів.
4. Сприяння створенню безпечного здоров'язбережувального освітнього середовища в умовах розширеного запровадження дистанційних форм освіти; формування індивідуалізованої траєкторії розвитку здоров'язбережувального потенціалу закладу освіти.
5. Визначення особливостей психолого-педагогічного супроводу дітей та їхніх родин залежно від результатів діагностики і груп ризику; забезпечення профілактики виникнення зловживань цифровими практиками в інформаційному просторі та підвищення медіакультури в часи пандемії.
6. Забезпечення діагностики рівня розвитку медіакультури та її компонентів, необхідних молоді в сучасних умовах життя в країні;

налагодження каналів двосторонньої комунікації для отримання загальноукраїнських психометричних тестових норм, які дають змогу коректно оцінити індивідуальні результати тестування учня і закладу; створення для учнів умов у процесі проведення рефлексивних процедур, сприятливих для осмислення та обговорення тем, важливих для їхнього життєвого самоздійснення.

7. Ознайомлення з накопиченими інноваційними матеріалами, практичним досвідом, формами і технологіями роботи щодо діагностики, коригування та способів профілактики негативних явищ, пов'язаних зі змінами інформаційного простору.

1.5. Результати навчання

Підвищення кваліфікації педагогічних працівників передбачає формування їхніх загальних та фахових компетентностей.

Загальні компетентності спрямовані на формування у слухачів здатності:

- до застосування знань у практичних ситуаціях;
- до вільного використання цифрових технологій для реалізації освітніх завдань та вдосконалення професійної діяльності;
- до виявлення себе як відповідального громадянина і до участі в суспільному житті на різних рівнях;
- до взаємодії з іншими в медіапросторі та критичного оцінювання соціальних подій і явищ;
- до особистісного і професійного самовизначення, самоствердження і самореалізації впродовж життя;
- до навчання та оволодіння сучасними знаннями;
- до ухвалення ефективних рішень у професійній діяльності та відповідального ставлення до обов'язків;
- до творчого пошуку й реалізації нових ідей.

Фахові компетентності передбачають розвиток знань, умінь, навичок та способів діяльності педагогічних працівників:

- знати компоненти і базові процедури групової рефлексії в медіаосвіті, розуміти поняття репрезентативної рефлексії, уміти застосувати процедури групової рефлексії для забезпечення репрезентативної рефлексії (рефлексивна);
- знати поняття інновації, технологічних і соціальних інновацій, розуміти суть інноваційного процесу, уміти оцінювати готовність до запровадження інновацій у комунікації, бути самовмотивованими до запровадження медіапсихологічних інновацій (інноваційна);
- бути вмілими користувачами та спроможними пояснити здобувачам освіти правила використання тестових модулів дистанційного проведення діагностичних зрізів (інформаційно-цифрова);
- забезпечувати інформовану згоду здобувачів освіти і, в разі потреби, батьків щодо участі в діагностично-розвивальному проєкті «Медіакультура в часи пандемії», відповідально забезпечувати учасників персональними паролями для входу в ІКТ-систему, організувати процедури групового проходження тестового модуля, графік і контроль проходження модулів (організаційна);
- знати вікову періодизацію медіаризиків і нових інформаційно-психологічних ризиків в умовах пандемії, уміти регулювати медіапрактики для збереження і відновлення власного здоров'я, бути здатними здійснювати здоров'язбережувальні профілактичні заходи для здобувачів освіти в дистанційному форматі в межах експериментального проєкту «Медіакультура в часи пандемії» (здоров'язбережувальна).

Очікувані результати підвищення кваліфікації

Слухачі мають уміти:

- аналізувати результати сучасних досліджень у сфері діагностики та аналізу соціально-психологічних проблем, пов'язаних з викликами пандемії та інфодемії з використанням медіапсихологічних інновацій;

- упроваджувати результати навчання в освітній процес і психологічну та соціально-реабілітаційну практику;
- визначати пріоритети і потреби сучасного медійного простору;
- ідентифікувати медіаризики та зловживання цифровими практиками в умовах розширення дистанційних форм освіти;
- аналізувати вплив медіа та кіберпрактик на здоров'я учасників освітнього простору;
- розробляти та організовувати заходи щодо промоції «медіа-здоров'я»;
- консультувати учасників освітнього простору щодо соціально-психологічних проблем цифрової трансформації суспільства і постгуманістичних тенденцій у технологічних інноваціях;
- виявляти маніпулятивний контент медіа;
- запроваджувати в освітньому процесі інноваційні технології навчання, створювати єдиний інформаційний простір;
- використовувати груп-рефлексивний підхід у навчальному процесі.

Обсяг: 30 год. (1 кредит ЄКТС).

Форма підвищення кваліфікації: дистанційна.

2. Зміст програми та форми роботи

Зміст Програми охоплює теоретичну, практичну підготовку психологів, соціальних педагогів, педагогічних та науково-педагогічних працівників, а також виконання ними самостійної роботи.

Теоретичний компонент Програми спрямований на: опанування психологами, соціальними педагогами, педагогічними та науково-педагогічними працівниками понять медіапсихологічних інновацій; базових принципів інноваційної коду-технології, цифрової платформи, репрезентативної рефлексії; розуміння трендів медіаосвіти; ознайомлення з діагностичним інструментарієм, функціями групової рефлексії, процедурами

генерації персоналізованого бюлетеня, принципами добору розвивальних модулів.

Зміст *практичного компонента* Програми передбачає формування здатностей і готовності психологів, соціальних педагогів, педагогічних та науково-педагогічних працівників до організації і проведення процедур діагностичного зрізу; до аналізу отриманих результатів персоналізованого динамічного інформаційного бюлетеня.

Слухачі виконують практичні завдання під час практичних занять, передбачених навчально-тематичним планом Програми.

Самостійна робота містить завдання, спрямовані на здійснення порівняльного аналізу результатів опитування закладу освіти із загальнонаціональними з використанням принципів репрезентативної рефлексії; створення індивідуальної програми для закладів на основі запропонованих розвивальних модулів; аргументацію індивідуальної програми коригувальних заходів щодо розвитку медіаграмотності і медіакультури в закладі освіти для підлітків з урахуванням профорієнтаційного, здоров'язбережувального компонентів та компонента розвитку громадянської активності; обґрунтування діагностично-розвивальних заходів для батьків дітей різного віку.

Підвищення кваліфікації психологів, соціальних педагогів, педагогічних та науково-педагогічних працівників забезпечується дистанційною *формою навчання* завдяки проведенню інтерактивних вебінарів, відеоконференцій, онлайн-практикумів, обговоренню актуальних питань та обміну досвідом.

Зміст програми охоплює п'ять взаємопов'язаних тем.

Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, становить 30 год., із них: 6 год. – лекційні заняття, 14 год. – практична робота, 6 год. – самостійна робота, 2 год. – консультації, 2 год. – підсумкові заходи.

Навчально-тематичний план

Назва теми	Кількість годин					
	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	Консультації	Оцінювання результатів	Усього
Тема 1. Особливості інноваційної лоукод-технології: дистанційна діагностика медіакультури в умовах пандемії	2		2			4
Тема 2. Інноваційна технологія динамічного інформаційного бюлетеня, принципи аналізу даних і процедур репрезентативної рефлексії	2		2			4
Тема 3. Розвивальні модулі: як дібрати на основі отриманих даних	2		2			4
Тема 4. Організація і проведення процедур діагностичного зрізу (практика)		10				10
Тема 5. Аналіз отриманих результатів персоналізованого динамічного інформаційного бюлетеня (практика)		4				4
Консультації				2		2
Оцінювання результатів навчання					2	2
Усього	6	14	6	2	2	30

Форми організації освітнього процесу, методи і засоби навчання

Навчання здійснюється в таких **формах**: лекції, практичні заняття, самостійна робота, контрольні заходи.

Методи навчання

У викладанні програми використовують такі методи навчання:

- мультимедійна презентація;
- дискусійне обговорення проблемних питань;
- індивідуальна аналітична робота;
- групова робота;
- спільне навчання (робота у великій і малих групах).

Засоби навчання, які використовують під час навчального процесу: дидактичні матеріали, онлайн-платформа «ZOOM», гаджети з доступом до інтернету; діагностичний інструментарій на інтернет-платформі, діагностичні комплексні опитувальники: «Медіа і твоє майбутнє», «Медіакультура в часи пандемії COVID-19». Модульні тематичні блоки: «Роботи та штучний інтелект»; «Професійні уміння майбутнього»; «Патріотизм цифрової доби»; «Медіапрактики: що і скільки»; «Підлітки і COVID-19»; «Здоров'я підлітка і кіберпростір»; «Ресурси дистанційного навчання».

Система та критерії оцінювання результатів навчання

Засвоєння навчальної програми контролюється шляхом підтвердженого використання цифрової платформи, проходження практичних завдань підтверджується відповідними базами даних (внесення закладу в систему цифрової платформи, генерація відповідної кількості кодів-паролей, проходження ознайомчого тестування, проведення всіх блоків опитування здобувачами освіти, генерація персоналізованого динамічного бюлетеня закладу освіти), а також створення аргументованої індивідуальної траєкторії переліку із запропонованих розвивальних заходів. Система контролю: вхідне і вихідне діагностування; підготовка і захист проєктів.

За результатами навчання слухачі отримують сертифікат про підвищення кваліфікації визначеного зразка.

Тема 1. Особливості інноваційної лоукод-технології: дистанційна діагностика медіакультури в умовах пандемії

Поняття медіапсихологічних інновацій, інноваційної лоукод-технології, цифрової платформи, репрезентативної рефлексії. Тренди медіаосвіти: безпека і медіаграмотність як її ключовий компонент; медіакультура і здоров'я; медіаграмотність і цифрова компетентність, батьки і медіаграмотність. Діагностично-розвивальний проєкт «Медіакультура в часи пандемії», модульна побудова та індивідуалізована траєкторія. Організаційне та інформаційно-комунікаційне цифрове забезпечення.

Діагностичний інструментарій. Діагностичні комплексні опитувальники в рамках окреслених трендів: «Медіа і твоє майбутнє», «Медіакультура в часи пандемії COVID-19». Модульні тематичні блоки: «Роботи і штучний інтелект»; «Професійні уміння майбутнього»; «Патріотизм цифрової доби»; «Медіапрактики: що і скільки»; «Підлітки і COVID-19»; «Здоров'я підлітка і кіберпростір»; «Ресурси дистанційного навчання». Дорожня карта проєкту.

Тема 2. Інноваційна технологія динамічного інформаційного бюлетеня, принципи аналізу даних і процедур репрезентативної рефлексії

Ознайомлення із функціями групової рефлексії. Рефлексія взаємодії, взаєморозуміння і взаємоузгодження. Роль рефлексії медіапрактик у стратегії створення здоров'язбережувального освітнього середовища. Форма динамічного бюлетеня, процедури генерації персоналізованого бюлетеня. Принципи аналізу даних за формою динамічного бюлетеня. Структура представлення даних як спільного блага для учасників. Підходи до аналізу даних з використанням технології динамічного бюлетеня. Специфіка аналізу даних у розрізах (стать, вік, регіон). Особливості аналізу загальношкільних даних. Забезпечення індивідуального аналізу даних для респондентів з

урахуванням конфіденційності. Форми порівняльного аналізу національних, регіональних та загальношкільних даних. Принципи аналізу сильних і слабких показників. Використання даних для формування індивідуалізованої розвивальної траєкторії.

Тема 3. Розвивальні модулі: як дібрати на основі отриманих даних

Принципи добору розвивальних модулів. Показники для добору модулів за напрямом забезпечення дієвої профілактики деструктивних інформаційних впливів, зокрема в умовах інфодемії, зменшення кібервіктимізації (профілактика різних форм кібербулінгу). Показники для вибору модулів за напрямом розвитку спільної медіаторчості учнів для згуртування групи (класу), регуляції групових конфліктів, створення сприятливого середовища для розвитку дітей в умовах інклюзивного навчання. Показники для добору модулів за напрямом переосмислення патріотизму і власного світогляду в умовах цифрової доби і тривалої війни. Показники для добору модулів за напрямом розвитку саморегуляції інформаційної поведінки школярів, розвиток здоров'язбережувальних умінь щодо екранних практик, зокрема в умовах дистанційного навчання. Показники для добору модулів за напрямом розвитку критичного мислення школярів, індивідуальної та групової рефлексії в дистанційних формах освіти. Показники для добору модулів за напрямом «медіапсихологія пандемії і психологічне благополуччя», разом з аспектом візуальної вразливості та міфологізації COVID-19.

Тема 4. Організація і проведення процедур діагностичного зрізу (практика)

Проведення діагностичного зрізу. Реєстрація. Генерація індивідуальних паролів для пробного тестування і для основних респондентів. Проведення тестування за сімома діагностичними модулями. Опис основних процедур і технологічних операцій.

Тема 5. Аналіз отриманих результатів персоналізованого динамічного інформаційного бюлетеня (практика)

Ознайомлення з функціями групової рефлексії та їх демонстрація під час практичного заняття. Проведення демонстрації форми динамічного бюлетеня з використанням персонального пароля в розрізі області та в розрізі закладу освіти. Тестування учасниками можливості генерації регіонального і загальношкільного динамічного бюлетеня. Демонстрація принципів порівняльного аналізу національних і загальношкільних даних. Апробація аналізу даних на основі згенерованого бюлетеня. Демонстрація принципу генерації персонального динамічного бюлетеня для учнів. Обговорення представлення учням можливості аналізу персональних результатів та можливості самоаналізу в розрізі школи та України.

Орієнтовні питання для обговорення на конференції з обміну досвідом роботи:

1. Психологічні проблеми дистанційної освіти і здоров'язберезувальний потенціал медіаосвіти.
2. Здоров'язберезувальне освітнє середовище і роль регулювання медіапрактик.
3. Прогнози технологічного розвитку і необхідні соціальні інновації, оцінювання готовності до невизначених викликів майбутнього. Функції перспективної рефлексії і самовизначення майбутнього.
4. Роботизація, кіборгізація, загрози і можливості. Який порядок денний технологічного майбутнього створюють медіа.
5. Професійний вибір у кіберпросторі і психологічні основи професійного самоздійснення на сучасному ринку праці.
6. Медіаторчість і збереження здоров'я в часи пандемії.
7. Патріотизм інформаційної доби – тенденції останніх років. Репрезентація суб'єктивних вражень і кількісних показників.

8. Медіаграмотність, розпізнавання фейків і медіапсихологічний зміст сучасних медіаосвітніх трендів.
9. Міфологізація ковіду і психологічне благополуччя в умовах дистанційної освіти й карантинних обмежень

Орієнтовна тематика творчих проєктів / практичні завдання

Творчий проєкт для завершення навчальної програми – практичне завдання підготовки переліку аргументів у вигляді аналізу показників закладу освіти для обґрунтування вибору одного з тематичних розвивальних напрямів, включених до індивідуалізованої розвивальної траєкторії закладу освіти. Для виконання практичного завдання обирається один (або кілька – за бажанням) змістових діагностичних блоків, представлених на схемах:

Перша частина «Медіа і твоє майбутнє»



РОБОТИ ТА ШТУЧНИЙ ІНТЕЛЕКТ

- взаємодія із роботами, штучним інтелектом та розумними речами;
- ставлення до роботизації власного тіла;
- цікавість до робототехніки;
- фільми про роботів;
- ризики надмірної роботизації людського буття.



ПРОФЕСІЙНІ УМІННЯ МАЙБУТЬОГО

- комунікативні навички;
- впевненість у собі;
- поведінка в конфліктних ситуаціях;
- самопідготовка до вибору професії;
- життєві цінності та орієнтири.



ПАТРІОТИЗМ ЦИФРОВОЇ ДОБИ

- ставлення до українського медіаконтенту;
- відстеження подій в країні;
- патріотична активність;
- новинна грамотність;
- досвід переживання війни;
- віртуалізація соціального простору;
- позитивне ставлення до життя.

Основна частина «Медіакультура в часи пандемії COVID-19»



Список рекомендованої літератури

Нормативно-правові документи

1. Деякі питання підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників: постанова Каб. Міністрів України від 21.08.2019 р. № 800. 2019. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/800-2019-%D0%BF#Text>

2. Концепція впровадження медіаосвіти в Україні: постанова Президії Нац. акад. пед. наук України від 20.05.2010 р., протокол №1-776- 150. 2010. URL: <http://mediaosvita.org.ua/2013/11/18/kontseptsiia-vprovadzhennia-mediaosvity-v-ukraini/>

3. Про внесення змін до Порядку підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників: постанова Каб. Міністрів України № 1133. 2019. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1133-2019-%D0%BF#n20>

4. Про проведення всеукраїнського експерименту за темою «Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику» на базі навчальних закладів України: наказ М-ва освіти України № 1199. 2017. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/nakaz-mon-pro-provedennya-vseukrayinskogoeksperymentu/>.

5. Про розширення експериментальної діяльності за темою «Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику: постанова Президії Нац. акад. пед. наук України від 17.09.2020 р № 1-2/10-150. 2020. URL: http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2020/10/Postanova-NAPN-1-2_10-150-vid-17.09.2020.pdf

Основна література

1. Вознесенська О. Л. Медіа-арттерапія як засіб подолання наслідків і профілактики психотравми : практ. посіб. Вид. 2-ге, стереотип. Київ, 2020. 124 с.

2. Медіаграмотність та інформаційна безпека : інформ. бюл. / О. О. Кришовська ; за ред. Л. А. Найдьонової ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2018. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/mediagramotnist-ta-informatsijna-bezpeka-2018/>

3. Медіакультура. Навчальна програма для учнів 9, 10, 11 класів закладів загальної середньої освіти (три роки навчання) / за ред. Л. А. Найдьонової ; уклад. Н. І. Череповська ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2018.

4. Найдьонова Л. А. Медіапсихологія: основи рефлексивного підходу : підручник / Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2015. 244 с.

5. Найдьонова Л. А. Діагностика булінгу і кібербулінгу : метод. рек. / Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2019.

6. Найдьонова Л. А. Цифрові ризики в умовах дистанційної освіти в часи пандемії. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2021. 3 (1). URL: <https://doi.org/10.37472/2707-305X-2021-3-1-13-3>

7. Практикум «Медіакультура»: Робочий зошит курсу за вибором для учнів 10 класу загальноосвітніх навчальних закладів / за ред. Л. А. Найдьонової ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2013.

8. Чаплінська Ю. С. Парасоціальні стосунки: діти та роботи. Що треба знати батькам? *Дошкільна освіта в контексті ідей Нової української школи* : зб. наук. праць / за заг. ред. Г. В. Беленької, В. І. Бондар, І. М. Шоробури. Хмельницький : Мельник А. А., 2020. С. 410–422.

9. Череповська Н. І. Медіаосвітні ресурси розвитку патріотизму і критичного мислення молоді. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2017.

Додаткова література

1. Вознесеньська О. Л. Вікові особливості взаємодії дитини з медіа в родинному контексті. *Матеріали II Всеукр. психол. конгр., присв. 110-й річниці від дня народження Г.С. Костюка*. Київ, 2010. С. 30–35. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/vikovi-osoblyvosti-vzayemodiyi-dytyny/>
2. Вознесеньська О. Л. Батьківська медіапедагогіка в системі позашкільної освіти. *Директор школи*. 2011. № 3 (51), 32–38. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/batkivska-mediapedagogika-v-syste/>
3. Вознесеньська О. Л. Медіаактивність як фактор становлення особистості сучасного студента. *Генеza буття особистості: матеріали 2-ї Міжнар. наук.-практ. конф., 19-20 груд. 2011 р. Київ, 2011. Т. 2. С. 18–25.*
4. Вознесеньська О. Л. Медіа-арттерапія: визначення, сутнісні ознаки, особливості та механізми впливу. *Простір арт-терапії*. 2017. Вип. 2 (22). С. 4–15.
5. Вознесеньська О. Медіатворчість як складова сімейної медіаосвіти: використання ресурсів арт-терапії. *Медіаосвіта – пріоритетний напрям в освіті XXI століття: проблеми, досягнення і перспективи* : матеріали міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. 2016. URL: http://confhano.at.ua/load/statti/voznesevska_o_sidorkina_m_mediatorchist_jak_skladova_simejnoji_mediaosviti_vikoristannja_resursiv_art_terapiji/3-1-0-234.
6. Вознесеньська О. Л. Медіатворчість як засіб розвитку соціального оптимізму в умовах медіатравматизації. *Медіатворчість у сучасних українських реаліях: протистояння медіатравмі* : матеріали наук.-практ. семінару. Київ, 2019. URL: <http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2018/08/Voznesenska-mediatorchist-yak-zasib-rozvytku-sotsialnogo-optymizmu-tezy-s-anotatsiyamy-1.pdf>
7. Голубєва О. Є. Анімаційна студія у навчальному закладі. Київ, 2012.
8. Лемак М. В., Петрище Ю. В. Психологу для роботи: діагностичні методики : метод. видання : збірник. Ужгород : Вид-во А. Гаркуші, 2012. 616 с.
9. Малецька О. О. Особливості впливу професійного самовизначення учнів у сфері інформаційних технологій на їх комунікативну сферу. *Психологія в Україні та за кордоном* : матеріали 4-ї Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Львів, 24-25 берез. 2017 р.). Херсон : Гельветика, 2016. С. 58–61.
10. Малецька О. О. Кіберспорт як захоплення та напрям професійного самовизначення школярів. Психолого-педагогічні засади формування особистості в умовах глобальних освітніх трансформацій. *Науковий вісник КВНЗ «Вінницька академія неперервної освіти»* : зб. матеріалів всеукр. наук.-практ. конф. / за наук.ред. А. І. Анцибора. Вінниця, 2018. С. 78–81.
11. Малецька О. О. Модель комунікативних стилів майбутніх фахівців у галузі інформаційних технологій. *Габітус* : наук. журн. із соціології та психології. 2020. №16. С. 59–64.

12. Малецька О. О. Особливості соціалізації та кіберсоціалізації підлітків в сучасних умовах. *Теорія і практика сучасної психології* : зб. наук. праць. 2020. № 1. С. 74–79.
13. Медіапсихологія: метаморфози масової свідомості в умовах інформаційної війни : матеріали всеукр. наук.-практ. конф. / за ред. Л. А. Найдьонові. Київ, 2019. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/mediapsyhologiya-metamorfozy-masovoyi-svidomosti-v-umovah-informatsijnoyi-vijny/>
14. Соціально-психологічні чинники престижності професій: підготовка молоді до активного самоздійснення на сучасному ринку праці навч. посіб. для студ. вищих навч. закл. / М. І. Найдьонов та ін. ; за ред. М. І. Найдьонова, Л. В. Григоровської ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013.
15. Кіберсоціалізація : зб. наук. праць (2018–2020) / [ред. Л. А. Найдьонова, Н. Л. Дятел ; уклад. Ю. С. Чаплінська] ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 135 с. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/kibersotsializatsiya-zbirnyk-naukovyh-prats/>
16. Слюсаревський М. М. Негативні інформаційні впливи на людину в сучасному світі: концептуальна модель. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2021. № 3(1). DOI: <https://doi.org/10.37472/2707-305X-2021-3-1-13-2>
17. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018.
18. Умеренкова Н., Дятел Н. Медіапрактики і здоров'я дітей: сучасні виклики діагностики. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2020. Вип. 46 (49). С. 106–122. DOI: [https://doi.org/10.33120/ssj.vi46\(49\).160](https://doi.org/10.33120/ssj.vi46(49).160)
19. Чаплінська Ю. С. Ставлення до роботів та роботизованих протезів: проблеми сьогодення і конструювання майбутнього. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2019. Вип 43 (46). С. 229–238.
20. Чаплінська Ю. С. Можливості використання чат-ботів в освітній сфері. *Медіатворчість у сучасних реаліях: протистояння медіатравмі* : зб. матеріалів всеукр. наук. інтернет-конф. з міжнар. участю (м. Київ, 19 черв. 2020 р. / уклад. Ю. С. Чаплінська ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Вип. третій. Київ, 2020. URL: http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2020/07/CHaplinska_YUS_Vykorystannya_chat-botiv_v_osviti.pdf
21. Медіатворчість у сучасних реаліях: протистояння медіатравмі : зб. наук. праць (2017–2020) / Ю. С. Чаплінська (Уклад.), Н. Л. Дятел, (Ред.). Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/mediatvorchist-v-suchasnyh-realiyah-protystoyannya-mediatravmi-zbirnyk-naukovyh-prats-2017-2020/>

32. Voznesenska O. Media-Art-Therapy as a Helping Tool for the Personality in the Information Age. *European Journal of Interdisciplinary Studies* / Bucharest Economic Academy. 2019. Is. 1, March. URL: <https://ideas.repec.org/a/jis/ejistu/y2019i01id429.html>; DOI: <http://doi.org/10.24818/ejis.2019.04>

Електронні ресурси

1. Діагностично-розвивальний проєкт «Медіакультура в умовах пандемії» / Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. URL: <http://mediaosvita.org.ua/2020/10/31/diagnostychno-rozvyvalnyj-proyekt-mediakultura-v-umovah-pandemiyi/>

2. Діагностично-розвивальний проєкт «Медіакультура в часи пандемії». Ч. 1. Медіа і твоє майбутнє : динам. довідк. бюл. / Л. А. Найдьонова, Н. І. Череповська, Ю. С. Чаплінська, О. О. Малецька, М. І. Найдьонов ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2020. URL: http://questionary.profprestige.org.ua/bulletin.php?bulletin_id=4&ind_type=all&fbclid=IwAR26ETyaSQaXsI86SLPSx3Txxkzi0XnivRQP--cQZO3T11WNaiqXJdVzjUsA

3. Медіа і твоє майбутнє. 1-ша частина: Questionary. URL: http://questionary.profprestige.org.ua/android_asset/run.html#media20_ukr_uv#800000

4. Медіакультура в часи пандемії COVID-19. Основна частина: Questionary. URL: http://questionary.profprestige.org.ua/android_asset/run.html#media20_ukr_b#800000

5. Національна бібліотека України ім. В. І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>

6. Бібліотека НАПН України. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/561/>

7. Бібліотека ІСПП НАПН України. URL: <https://ispp.org.ua/elektronna-biblioteka/>

8. Бібліотека лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти ІСПП НАПН України. URL: <http://mediaosvita.org.ua/biblioteka/>

ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА МЕДІАОСВІТА: ІНСТРУМЕНТИ І МЕТОДИКА ВПРОВАДЖЕННЯ (УСІ РІВНІ ОСВІТИ)»

**Програма курсу підвищення кваліфікації для вчителів,
практичних психологів та соціальних педагогів закладів освіти**

Розробник:

Умеренкова Н. Ф., канд. психол. наук, ст. наук. співроб. лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

1.1. Загальні положення

Країна вступила в період інтенсивної цифрової трансформації в умовах війни, численних кризових ситуацій і реформ. Пандемія COVID-19 і запроваджені карантинні обмеження зумовили перехід до масового застосування дистанційних форм освіти. Повномасштабне вторгнення РФ на територію України породило додаткові виклики і для системи освіти, і для психічного здоров'я громадян загалом та вихованців закладів освіти зокрема. Вимушене переміщення, евакуація за кордон, навчання в укриттях загострили потребу в удосконаленні дистанційних форм навчання для забезпечення освітнього процесу загалом. Тож нинішні обставини спричинили збільшення частки дистанційного та онлайн-навчання в загальній кількості навчальних годин. До того ж безпекові ризики на території України та вимушена евакуація за кордон привели до збільшення частки екранних практик дітей у практиках соціальної взаємодії з друзями та однолітками. Нові обставини в умовах війни, пов'язані із власною безпекою і безпекою навчального процесу, доступом до

технічних ресурсів забезпечення дистанційного навчання і різноманітним емоційним станом учнів, також зумовили чималі виклики і для педагогічних працівників.

У Національній стратегії розбудови безпечного і здорового освітнього середовища в новій українській школі (Указ Президента України від 25 травня 2020 р. № 195/2020) наголошується на тому, що «формування безпечного і здорового освітнього середовища вимагає вирішення низки проблем, зокрема пов'язаних ... з безвідповідальним використанням інтернету, недостатньою готовністю педагогічних працівників...». Серед причин безпекових проблем зазначено «уразливість дітей шкільного віку під час використання інтернету, нестача навичок безпечної поведінки в інформаційному середовищі, неконтрольований доступ до інтернету...», а також «недостатній рівень ефективності освіти, яка забезпечує соціальний і здоров'язбережувальний компоненти навчання, медіа- та цифрову грамотність учнів...».

Актуальність програми визначається інтенсивним зростанням суспільного запиту на здоров'язбережувальні технології, які дають змогу компенсувати медіаопосередкований навчальний процес, зокрема, в умовах дистанційного навчання під час війни. Це стосується, як учнів, так і вчителів. Дослідження останнього періоду демонструють, що збільшення частки екранних практик впливає на самопочуття учнів. Ідеться, зокрема, про безпрецедентно високі показники соматичного дискомфорту у дітей (дискомфорт у спині і головний біль). Так, кожен четвертий підліток скаржиться на погане самопочуття постійно, що пов'язано як із зменшенням рухової активності, скороченням тривалості сну, так і невиробленістю звички моніторити час свого перебування онлайн –звички, необхідної для саморегулювання онлайн-практик (Найдьонова, Умеренкова, Дятел, 2021). Що ж стосується вчителів, то серед психологічних ресурсів покращення свого психологічного стану і протистояння професійному вигоранню вони найменше використовують турботу про власне тіло (Найдьонова та ін., 2021), що свідчить про потенціал для застосування тілесно-орієнтованих засобів супроводу

медіаопосередкованого навчального процесу як компонента здоров'язбережувальної медіаосвіти. Усе це разом зумовлює необхідність цілеспрямованого підвищення кваліфікації педагогів та формування у них професійних компетентностей саме в цьому напрямі.

Усеукраїнський експеримент з масового впровадження медіаосвіти, ініційований лабораторією психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, схвалений Президією НАПН України (Наказ МОН України № 1199 від 18.08.2017 р.), забезпечив майданчик апробації тілесно орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти для всіх рівнів освіти. Методику та інструменти впровадження компонентів здоров'язбережувальної медіаосвіти в навчальний процес закладу освіти апробовано на базі приватного освітнього закладу ТОВ «Науковий ліцей/пансіон «Міжнародна зелена школа ім. Кліма Чурюмова».

Навчальну програму підготовлено для системи післядипломної педагогічної освіти. Матеріали навчальної програми розроблено з огляду на сучасні теоретичні напрацювання з проблем медіаосвіти і медіакультури в науці та практиці викладання курсу «Медіакультура» в закладах загальної середньої освіти, інших рекомендованих МОН України медіаосвітніх курсів.

1.2. Цільова аудиторія

Психологи, соціальні педагоги, учителі закладів освіти, викладачі.

1.3. Мета і завдання

Мета навчального курсу – надання слухачам узагальненого і систематизованого знання про психологічні механізми тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти, ознайомлення слухачів курсу із практичними інструментами впровадження компонентів здоров'язбережувальної медіаосвіти під час медіаопосередкованого навчання.

Досягнення мети передбачає вирішення таких **завдань**:

- підвищення компетентності слухачів щодо психологічних механізмів тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти;
- удосконалення практичних умінь застосування тілесно-орієнтованих технік під час медіаопосередкованого навчання;
- формування уявлення про технологію впровадження компонентів здоров'язбережувальної медіаосвіти в закладі освіти;
- сприяння створенню безпечного здоров'язбережувального освітнього середовища в умовах розширеного запровадження дистанційних форм навчання.

1.4. Напрями підвищення кваліфікації:

Розвиток загальних та фахових компетентностей; ознайомлення цільової аудиторії з особливостями впровадження інструментів здоров'язбережувальної медіаосвіти в практику допомоги особистості в закладі освіти будь-якого типу з метою створення в закладі здорово'язбережувального середовища і підвищення якості освіти в Україні.

1.5. Результати навчання

Підвищення кваліфікації педагогічних працівників передбачає формування їхніх загальних та фахових компетентностей.

Загальні компетентності спрямовані на формування у слухачів здатності:

- до застосування знань у практичних ситуаціях;
- до взаємодії з іншими в медіапросторі та критичного оцінювання соціальних подій і явищ;
- до особистісного і професійного самовизначення, самоствердження і самореалізації впродовж життя;
- до навчання та оволодіння сучасними знаннями;
- до ухвалення ефективних рішень у професійній діяльності та відповідального ставлення до обов'язків;
- до творчого пошуку й реалізації нових ідей.

Фахові компетентності передбачають розвиток знань, умінь, навичок та способів діяльності педагогічних працівників:

- знати, як використовувати стратегії роботи з учнями, які сприяють розвитку їхньої позитивної самооцінки, я-ідентичності (психологічна);
- усвідомлювати особисті відчуття, почуття, емоції, потреби, уміти керувати власними емоційними станами; уміти конструктивно та безпечно взаємодіяти з учасниками освітнього процесу (емоційно-етична);
- уміти використовувати інструменти залучення батьків до реалізації програм здоров'язбережувальної медіаосвіти в рамках освітнього процесу на засадах партнерства (компетентність педагогічного партнерства);
- знати, як організувати безпечне освітнє середовище, використовувати здоров'язбережувальні технології під час медіаопосередкованого освітнього процесу; уміти здійснювати профілактично-просвітницьку роботу з учнями та іншими учасниками освітнього процесу щодо безпеки життєдіяльності; знати принципи та особливості формування в учнів культури здорового, безпечного життя; уміти зберігати особисте фізичне, психічне здоров'я під час професійної діяльності (здоров'язбережувальна).

1.6. Очікувані результати підвищення кваліфікації

Педагогічні працівники мають бути здатними:

- упроваджувати результати навчання в освітній процес і психологічну практику;
- розробляти та організувати заходи з промоції «медіаздоров'я»;
- консультувати учасників освітнього процесу щодо соціально-психологічних проблем цифрової трансформації суспільства і постгуманістичних тенденцій у технологічних інноваціях, зокрема в умовах війни;
- використовувати тілесно-орієнтовані засоби супроводу медіаосвіти для реалізації освітніх завдань.

Обсяг: 15 год. (½ кредита ЄКТС).

Форма підвищення кваліфікації: дистанційна, змішана.

2. Зміст програми та форми роботи

Зміст програми охоплює теоретичну, практичну підготовку психологів, соціальних педагогів, педагогічних працівників, а також виконання ними самостійної роботи.

Теоретичний компонент спрямований:

- на ознайомлення з поняттями здоров'язбережувальної медіаосвіти, тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти, здоров'язбережувального потенціалу медіаосвіти під час дистанційного навчання, зокрема в умовах війни;
- на оволодіння знаннями про механізми застосування тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти, зокрема під час дистанційного навчання;
- на оволодіння методологією впровадження тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти під час навчального процесу.

Зміст *практичного компонента* програми передбачає формування здатності і готовності психологів, соціальних педагогів, педагогічних працівників до використання тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти в педагогічній діяльності та практиці допомоги особистості; оволодіння інструментами впровадження компонентів здоров'язбережувальної медіаосвіти в навчальний процес у закладах будь-якого рівня. Практичні завдання слухачі виконують під час практичних занять, передбачених навчально-тематичним планом програми.

Самостійна робота містить завдання, спрямовані на закріплення теоретичних і практичних знань, здобутих під час аудиторного навчання, поглиблення, набуття та удосконалення практичних умінь у застосуванні тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаопосередкованого процесу навчання в освіті та практиці допомоги особистості.

Форми організації освітнього процесу, методи і засоби навчання

Навчання здійснюється в таких **формах**: лекції, практичні заняття, самостійна робота, контрольні заходи. Забезпечується завдяки *дистанційній формі навчання* шляхом проведення інтерактивних вебінарів, відеоконференцій, онлайн-практикумів, обговорення актуальних питань та обміну досвідом.

Зміст програми охоплює **три взаємопов'язані теми**.

У викладанні програми використовують такі **методи навчання**:

- мультимедійна презентація;
- дискусії;
- індивідуальна аналітична робота;
- індивідуальне виконання творчих завдань;
- групова робота (дискусії, обговорення);
- спільне навчання (практичне застосування інструментів у великій і малих групах).

Засоби навчання, які використовують під час навчального процесу: дидактичні матеріали, онлайн-платформа «ZOOM», гаджети з доступом до інтернету.

Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту програми, становить 15 год., з них: 3 год. – лекційні заняття, 6 год. – практична робота, 5 год. – самостійна робота, 1 год. – підсумкові заходи.

Система та критерії оцінювання результатів навчання

Засвоєння навчальної програми контролюється шляхом підтвердженого використання цифрової платформи під час лекцій, проходження практичних завдань; підтверджується представленням досвіду застосування отриманих інструментів під час освітнього процесу, а також створенням індивідуального плану впровадження компонентів здоров'язбережувальної медіаосвіти в навчальний процес, адаптованого до особливостей закладу освіти

За результатами навчання слухачі отримують сертифікат про підвищення кваліфікації визначеного зразка.

Навчально-тематичний план

Назва теми	Кількість годин					
	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	Консультації	Оцінювання результатів	Усього
Тема 1. Тілесно-орієнтовні засоби супроводу медіаосвіти: практичні інструменти	1	2	2			5
Тема 2. Методика впровадження здоров'язбережувальних компонентів на уроках	1	2	1,5			4,5
Тема 3. Інтеграція здоров'язбережувальних компонентів в освітній процес освітнього закладу	1	2	1,5			4,5
Оцінювання результатів навчання					1	1
Усього	3	6	5		1	15

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Тема 1. Тілесно-орієнтовні засоби супроводу медіаосвіти: практичні інструменти

Лекція (1 год.). Ознайомлення з поняттями здоров'язбережувальної медіаосвіти. Тілесно-орієнтовані засоби супроводу медіаосвіти. Психофізіологічні механізми взаємовпливів соматичного та емоційного стану особистості. Здоров'язбережувальний потенціал медіаосвіти під час дистанційного навчання, зокрема в умовах війни.

Практичне заняття (2 год.)

Спільне виконання серії тілесно-орієнтованих технік з використанням білатеральної стимуляції та м'язової релаксації, зокрема з використанням самоскринінгу.

Завдання для самостійної роботи (2 год.)

Вибрати кілька вправ для щоденного особистого застосування із веденням щоденника спостережень впливу.

Тема 2. Методика впровадження здоров'язбережувальних компонентів медіаосвіти на уроках

Лекція (1 год.) Механізми застосування тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти, зокрема під час дистанційного навчання. Методологія використання тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти під час уроків з різних предметів. Вікові особливості застосування тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти.

Практичне заняття (2 год.). Робота в малих групах (моделювання): застосування тілесно-орієнтованих технік із групою під час свого уроку.

Завдання для самостійної роботи (2 год.)

Відпрацювання учнями продемонстрованих під час уроку тілесно-орієнтованих технік.

Тема 3. Інтеграція здоров'язбережувальних компонентів в освітній процес закладу освіти

Лекція (1 год.). Взаємодія між різними учасниками освітнього процесу для створення здоров'язбережувального середовища в закладі освіти. Роль і місце учасників освітнього процесу під час упровадження тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти в навчальний процес. Методологія впровадження тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти в навчальний процес.

Практичне заняття (2 год.). Робота в групах (моделювання): проведення навчально-практичного заходу для батьків та педагогічного колективу.

Завдання для самостійної роботи (на вибір) (2 год.):

- розробити план упровадження тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти в навчальний процес свого закладу;
- розробити план проведення батьківських зборів на тему здоров'язбережувальної медіаосвіти;
- розробити план проведення практикуму для педагогів під час педради про застосування тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти;
- розробити план виховних просвітницьких заходів у закладі освіти на тему психічного здоров'я в контексті зв'язку фізичного та емоційного самопочуття.

Список рекомендованої літератури

Нормативно-правові документи

1. Деякі питання підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників: постанова Каб. Міністрів України від 21.08.2019 р. № 800. 2019. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/800-2019-%D0%BF#Text>

2. Концепція впровадження медіаосвіти в Україні: постанова Президії Нац. акад. пед. наук України від 20.05.2010 р., протокол № 1-776-150). URL: <http://mediaosvita.org.ua/2013/11/18/kontsepsiia-vprovadzhennia-mediaosvity-v-ukraini/>

3. Про внесення змін до Порядку підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників: постанова Каб. Міністрів України від 27.12.2019 р. № 1133. 2019. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1133-2019-%D0%BF#n20>

4. Про проведення всеукраїнського експерименту за темою «Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику» на базі навчальних закладів України: наказ М-ва освіти України від 18.08.2017 р. № 1199. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/nakaz-mon-pro-provedennya-vseukrayinskogoeksperymentu/>.

5. Про розширення експериментальної діяльності за темою «Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику: постанова Президії Нац. акад. пед. наук України від 17.09.2020 р. № 1-2/10-150). URL: http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2020/10/Postanova-NAPN-1-2_10-150-vid-17.09.2020.pdf

Основна література

1. Вознесенська О. Л. Медіа-арттерапія як засіб подолання наслідків і профілактики психотравми : практ. посіб. Вид. 2-ге, стереотип. Київ, 2020. 124 с.

2. Інформаційні поведінка і потреби вчителів Донецької і Луганської областей України : інформ. бюл. Листопад 2021 / Л. А. Найдьонова, М. І. Найдьонов, Л. В. Григоровська, Н. Ф. Умеренкова ; упоряд. І. М. Найдьонов, Д. Я. Степченков ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2022. 102 с. URL: http://profprestige.org.ua/publ/Inf_bul_2021vd.pdf.

3. Медіаграмотність та інформаційна безпека : інформ. бюл. / за наук. ред. Л. А. Найдьонової, упоряд. О. О. Кришовська ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2018. 128 с. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/mediagramotnist-ta-informatsijna-bezpeka-2018/>

4. Медіакультура. Навчальна програма для учнів 9, 10, 11 класів закладів загальної середньої освіти (три роки навчання) / Л. А. Найдьонова (Ред.), Н. І. Череповська (Уклад.) ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2018.

5. Найдьонова Л. А. Медіапсихологія: основи рефлексивного підходу : підручник / Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2013. 244 с.

6. Найдьонова Л. А.. Цифрові ризики в умовах дистанційної освіти в часи пандемії. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2021. № 3(1). DOI: <https://doi.org/10.37472/2707-305X-2021-3-1-13-3>

7. Найдьонова Л. А., Умеренкова Н. Ф., Дятел Н. Л. Екранний час і здоров'я підлітків: як віднайти баланс у часи пандемії. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2021. Вип. 48(51). С. 169–187. DOI: [https://doi.org/10.33120/sssppj.vi48\(51\).247](https://doi.org/10.33120/sssppj.vi48(51).247)

8. Практикум «Медіакультура»: Робочий зошит курсу за вибором для учнів 10 класу загальноосвітніх навчальних закладів / Л. А. Найдьонова, О. Т. Баришполець, О. Є. Голубєва та ін. ; наук. ред. Л. А. Найдьонова ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2013. 100 с.

9. Сапольски Р. Психология стресса. Санкт-Петербург : Питер, 2015.

10. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самодопомоги в умовах тривалої травматизації : монографія. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018.

Додаткова література

1. Вознесенська О. Л. Вікові особливості взаємодії дитини з медіа в родинному контексті. *Матеріали 2-го Всеукр. психол. конгр., присв. 110-ї річниці від дня народження Г. С. Костюка*. Київ, 2010. С. 30–35. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/vikovi-osoblyvosti-vzayemodiyi-dytyny/>

2. Вознесенська О. Л. Батьківська медіапедагогіка в системі позашкільної освіти. *Директор школи*. 2011. № 3 (51). С. 32–38. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/batkivska-mediapedagogika-v-syste/>

3. Вознесенська О. Медіаторчість як складова сімейної медіаосвіти: використання ресурсів арт-терапії. *Медіаосвіта – пріоритетний напрям в освіті XXI століття: проблеми, досягнення і перспективи* : матеріали міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. Київ, 2016. URL: http://confhano.at.ua/load/statti/voznesevska_o_sidorkina_m_mediatorchist_jak_skladova_simejnoji_mediaosviti_vikoristannja_resursiv_art_terapiji/3-1-0-234.

4. Вознесенська О. Л. Медіаторчість як засіб розвитку соціального оптимізму в умовах медіатравматизації. *Медіаторчість у сучасних українських реаліях: протистояння медіатравмі* : матеріали наук.-практ. семінару. Київ, 2019. URL: <http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2018/08/Voznesenska-mediatorchist-yak-zasib-rozvytku-sotsialnogo-optymizmu-tezy-s-annotatsiyamy-1.pdf>

5. Кіберсоціалізація : зб. наук. праць (2018–2020) / [ред. Л. А. Найдьонова, Н. Л. Дятел ; уклад. Ю. С. Чаплінська] ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 135 с. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/kibersotsializatsiya-zbirnyk-naukovyh-prats/>

6. Медіаторчість в сучасних реаліях: протистояння медіатравмі : зб. наук. праць (2017–2020) / Ю. С. Чаплінська (Уклад.), Н. Л. Дятел (Ред.). Кропивницький : Імекс-ЛТД, (2020). URL:

<http://mediaosvita.org.ua/book/mediatvorchist-v-suchasnyh-realiyah-protystoyannya-mediatravmi-zbirnyk-naukovyh-prats-2017-2020/>

7. Психічне здоров'я дітей в умовах сучасних викликів / ДУ «Інститут громадського здоров'я ім. О. М. Марзєєва НАМНУ». 2020. URL: <http://www.health.gov.ua/www.nsf/all/u05-02-88?opendocument>

8. Умеренкова Н. Ф., Дятел Н. Л. Медіапрактики і здоров'я дітей: сучасні виклики діагностики. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2020. Вип. 46 (49). С. 106–122. DOI: [https://doi.org/10.33120/ssj.vi46\(49\).160](https://doi.org/10.33120/ssj.vi46(49).160)

9. Чаплінська Ю. С. Ризики та переваги користування дітьми гаджетами. *Психолог дошкілля*. 2020. № 9-10. С. 62–73 URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/ryzyky-ta-perevagy-korystuvannya-gadzheta-my-ditmy/>

10. Чаплінська Ю. С., Кабанова П. С. Ризики кіберсоціалізації: сьогодення та недалеке майбутнє. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. 2021. Вип. 47(50). С. 160–179.

11. Череповська Н. І. Медіаторчість як соціально-психологічний ресурс особистості. Типологія відеосприймання. *Актуальні проблеми психології. Т. 12. Психологія творчості*. Київ, 2009. Вип. 8. С. 318–325.

12. Eagleman D. *The Brain: The Story of You*. 2016.

Електронні ресурси:

1. Бібліотека ІСПП НАПН України. URL: <https://ispp.org.ua/elektronna-biblioteka/>

2. Бібліотека лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти ІСПП НАПН України. URL: <http://mediaosvita.org.ua/biblioteka/>

3. Бібліотека НАПН України. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/561/>

4. Відео про стрес. URL: https://www.youtube.com/watch?v=6uUUy-_tefY

5. Дитяча травма і мозок. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=NPK0P4LCpF4>

6. Медіакультура в часи пандемії : діагностично-розвивальний проєкт. 1-ша частина: Медіа і твоє майбутнє. Динамічний довідковий бюлетень. Січень 2021 / Л. А. Найдьонова, Н. І. Череповська, Ю. С. Чаплінська, О. О. Малецька, М. І. Найдьонов ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2021. 126 с. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/informatsijnyj-byuleten-2021-ch-1-media-i-tvoje-majbutnye-dynamichnyj-dovidkovyj-byuleten/>

7. Медіакультура в часи пандемії : діагностично-розвивальний проєкт. 2-га частина: COVID-19, інфодемія, здоров'я і психологічне благополуччя підлітків / Л. А. Найдьонова, Н. І. Череповська, Н. Ф. Умеренкова, Н. Л. Дятел,

О. Л. Вознесенська, К. Ю. Кузін, К. Ю. Гутник ; упоряд. І. М. Найдьонов, Т. В. Данилова ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2021. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/informatsijnyj-byulleten-2021-ch-2-covid-19-infodemiya-zdorov-ya-i-psyhologichne-blagopoluchchya-pidlitkiv/>

8. Медіакультура в часи пандемії : діагностично-розвивальний проєкт. 3-тя частина: Медіапрактики підлітків України в умовах карантинних обмежень / Л. А. Найдьонова, Н. І. Череповська, Н. Ф. Умеренкова, Н. Л. Дятел, О. Л. Вознесенська, К. Ю. Кузін, К. Ю. Гутник ; упоряд. І. М. Найдьонов, Т. В. Данилова ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2021. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/informatsijnyj-byulleten-2021-ch-3-mediapraktyku-pidlitkiv-ukrayiny-v-umovah-karantynnyh-obmezhen/>

9. Національна бібліотека України ім. В. І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>

10. Особливості надання різних видів допомоги залежно від віку дитини та її знаходження у небезпечному Яна Драпкін (ізраїльський Центр травми та стійкості NATAL). URL: <https://www.youtube.com/watch?v=UTDWR-MrsbE>

11. YouTube канал лабораторії психології масової комуніації та медіаосвіти ІСПП НАПН України.

Корисні посилання

1. Медіакультура в умовах пандемії: цикл навчально-розвивальних заходів діагностично-розвивального проєкту. 2021. URL: <https://bit.ly/3xnzVjU>

2. Соціальна обумовленість та показники здоров'я підлітків та молоді: за результатами соціологічного дослідження в межах міжнародного проєкту «Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді» / UNICEF. 2019. URL: <https://www.unicef.org/ukraine/media/921/file/Social%20conditionality%20and%20indicators%20of%20adolescent%20and%20youth%20health%20in%20Ukraine.pdf>

3. Техніка прогресивної м'язової релаксації за Джекобсоном: коротка версія з вправами. Youtube. 2022. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=k6Kz48NJ4xg&t=26s>

4. Техніка прогресивної м'язової релаксації за Джекобсоном: методика виконання. Youtube. 2022. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=5d4zL6weP1c>

5. Умеренкова Н. Ф. Здоров'я і медіапрактики: як збалансувати : онлайн-практикум. 2021. <https://www.youtube.com/watch?v=MzK5CpbrSAk>

6. Hand Model of Brain by Dr Daniel Siegel. URL: <https://www.youtube.com/watch?v=gm9CIJ74Oxw>

7. IREX в Україні. Батьківські зборі з медіаграмотності онлайн «Батьки і діти: на одній медіаграмотній хвилі». 2021. URL: https://www.youtube.com/watch?v=25pt43K_nh4

БАЛАНС МЕДІАСПОЖИВАННЯ: ЕКРАННІ ПРАКТИКИ БЕЗ ШКОДИ ЗДОРОВ'Ю

Програма курсу підвищення кваліфікації для вчителів, практичних психологів та соціальних педагогів закладів освіти

Розробник:

Дятел Н. Л., молод. наук. співроб. лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

1.1. Загальні положення

Виклики пандемії та повномасштабної війни, з якими наразі зіткнулася наша країна, зумовили спочатку необхідність швидкого переходу освітнього процесу в онлайн-форму, а відтак напрацювання нових підходів до змішаної форми навчання, що поєднувала б часткове повернення до офлайн-навчання поряд із синхронним та асинхронним форматами онлайн-освіти. На 2020 рік через карантинні обмеження припадає перша хвиля вимушеного дистанційного навчання, до умов якої довелося раптово адаптуватися як педагогічним працівникам, так і учням та їхнім батькам. Після 24 лютого 2022 року через вимушену міграцію населення зі східних і південних регіонів країни, а також через масові відключення світла та зв'язку відбулася наступна хвиля адаптаційних заходів, що передбачали переведення освітнього процесу в онлайн-формат, навіть у разі зміни місця проживання дитини, але разом із тим можливість відвідувати школу, якщо немає зв'язку вдома, а також збалансовувати уривчастий характер освітнього процесу, який переривається тривогами і знеструмленнями.

Цілком очевидним є те, що за такого формату навчання кількість часу, який діти проводять перед монітором, істотно збільшується. Нормативні документи та організація уроків не здатні повністю регулювати обсяг екранного часу дітей протягом дня, адже і в післяурочний час, і в момент асинхронного навчання учні також можуть користуватися гаджетами як для виконання домашніх завдань, так і для відпочинку чи емоційного розвантаження. Тому гостро постає питання, як досягти балансу між здоров'ям учнів і збільшенням частоти і тривалості їхніх екранних практик в умовах вимушеної дистанційної освіти.

Зауважимо, що, незважаючи на події, які лежать в основі таких змін, їхню різнобічність розглядають не тільки в негативному ключі. Ідеться про швидкий розвиток цифрового простору, зростання рівня його доступності та пришвидшену оптимізацію щодо вирішення питань, які раніше забирали набагато більше часу (Livingstone, 2021). Водночас робляться спроби дослідження та оновлення стандартів рекомендованої тривалості екранного часу та його наповнення для різних категорій користувачів (Trimper, 2021). Разом із тим довгострокові результати змін для сфери цифрового здоров'я обговорюються рідко і не отримали поки що однозначної оцінки. Утім, окремі дослідження показують, що заходи, спрямовані на регуляцію екранного часу, можуть позитивно впливати на стан здоров'я дітей. Крім того, заходи, які охоплюють усю сім'ю, загалом приводять до більших змін у стані здоров'я, ніж ті, які спрямовані тільки на дітей (Hantrais et al., 2021).

У межах Всеукраїнського експерименту з масового впровадження медіаосвіти, ініційованого лабораторією психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України (наказ МОН України від 18.08.2017 р. № 1199), було проведено дослідження динаміки медіапрактик учнів. Опитування проводилось у 2021 році в межах діагностично-розвивального проєкту «Медіакультура в умовах пандемії».

Отримані результати засвідчили, що діти недостатньо усвідомлюють причинно-наслідкові зв'язки між їхніми медіапрактиками і самопочуттям. Такий

стан речей зумовлює необхідність проведення додаткової роз'яснювальної роботи як з боку батьків, так і з боку педагогічних працівників про принципи функціонування організму на психофізіологічному рівні, а також яким чином можна регулювати свій емоційний та фізіологічний стан здоров'я.

Напрацювання збалансованості полягає передусім в актуалізації проблеми для всіх, хто є дотичним до поставленого питання, – учнів, їхніх батьків, учителів. Наразі для багатьох зміст їхніх медіапрактик не завжди є очевидним і нагадує клубок сплутаних різнокольорових ниток – більшість хіба що відмічає кількість часу, проведеного онлайн, лише в загальних рисах уявляючи його наповнення, а дехто не відстежує цього взагалі.

Розібратися в цьому питанні допомагають спеціальні застосунки для моніторингу часу, налагодження програм батьківського контролю екранного часу (зокрема регуляція забарвлення екрана в різний час доби) та цифрового благополуччя. На сьогодні такі застосунки часто вже за замовчуванням вбудовані в програмне забезпечення смартфонів, окремих платформ та сайтів (наприклад, Youtube) або легко завантажуються з відповідних сайтів.

Утім, важливо розуміти, що моніторинг та свідоме дотримання здорового формату використання гаджетів є не тільки питанням використання певних інструментів. Найбільше значення тут має формування загальної культури уваги до цифрового здоров'я особистості. Така культура починається з побудови довірливих взаємин між дорослими і дітьми, обговорення та усвідомлення необхідності дотримання балансу, замінює контроль на спільний з дитиною менеджмент екранного часу, а також містить психоедукаційний компонент, який дає змогу зрозуміти психофізіологічне обґрунтування тих чи інших правил.

Педагоги, заручившись підтримкою батьків, мають звернути увагу на необхідність пошуку форм роз'яснення причинно-наслідкових зв'язків між розподілом екранного часу, сном і самопочуттям, а також зв'язків між онлайн-активністю і гарним самопочуттям, щоб своєчасно надавати допомогу дітям у регулюванні їхнього екранного часу, зберігаючи довірливе спілкування.

1.2. Цільова аудиторія

Психологи, соціальні педагоги, учителі закладів освіти, викладачі.

1.3. Мета і завдання

Мета навчального курсу – сприяти виробленню у слухачів систематизованого розуміння ідеї збалансованості медіапрактик, їхнього функціоналу; запропонувати набір практичних інструментів, що допомагають відстежувати час, проведений онлайн, а також способи його оптимізації в сучасних умовах.

Досягнення мети передбачає вирішення таких **завдань**:

- формування у слухачів поглибленого розуміння поточної картини медіапрактик;
- виокремлення та розрізнення функцій, які виконують медіапрактики в різних сферах життя;
- розвиток навичок моніторингу та аналізу індивідуальних медіапрактик в різних сферах життя;
- усвідомлення принципів збалансування медіапрактик та оптимізації моделей медіаспоживання відповідно до індивідуальних потреб особистості;
- формування у слухачів навичок упровадження практик моніторингу та підтримки балансу медіапрактик серед учнів загальноосвітніх закладів.

1.4. Напрями підвищення кваліфікації:

Розвиток загальних і фахових компетентностей; ознайомлення цільової аудиторії з особливостями дотримання балансу медіаспоживання в практиці допомоги особистості в освітньому закладі будь-якого типу з метою підвищення якості освіти в Україні.

1.5. Результати навчання

Підвищення кваліфікації педагогічних працівників передбачає формування у них загальних і фахових компетентностей.

Загальні компетентності спрямовані:

- на розвиток у слухачів критичного мислення та медіаграмотності, удосконалення їхніх навичок самоаналізу (пізнавальна);
- на опанування ними вміння працювати з різними програмами скринінгу екранних практик (практична);
- на розвиток їхньої здатності до оптимізації власних медіапрактик, варіювання та адаптації їх до поточних потреб і можливостей (творча);
- на розуміння соціальної ролі медіапростору, необхідності володіння культурою збалансування медіапрактик, а також удосконалення вміння протистояти загальномережевим ризикам та специфічним для України наслідкам інформаційної війни (соціальна).

Фахові компетентності передбачають розвиток знань, умінь, навичок та способів діяльності педагогічних працівників. Зокрема, вони мають:

- знати, як використовувати в роботі з учнями стратегії, які сприяють розвитку їхньої культури самотурботи (психологічна);
- бути здатними до рефлексії, володіти навичками балансування медіапрактик для створення умов референтності у взаємодії з учнями (емоційно-етична);
- залучати батьків до підтримки та реалізації ідеї збалансованості медіапрактик (педагогічне партнерство);
- організовувати роботу з учнями та іншими учасниками освітнього процесу щодо культури самотурботи та балансування власних медіапрактик для підтримання психічної рівноваги і резильєнтності; знати принципи та особливості формування в учнів культури здорового, безпечного життя (здоров'язберезувальна).

1.6. Очікувані результати підвищення кваліфікації:

- упроваджувати результати навчання в освітній процес і психологічну практику;
- розробляти та організовувати заходи щодо оптимізації та балансування медіаспоживання;
- консультувати учасників освітнього процесу щодо впливу соціальних процесів на їхнє світосприйняття та задоволення освітніх і дозвіллевих потреб, щодо особливостей підтримання психічної рівноваги, зокрема в умовах війни;
- використовувати принципи збалансованого медіаспоживання для супроводу медіаосвіти в процесі реалізації освітніх завдань.

Обсяг: 15 год. (½ кредита ЄКТС).

Форма підвищення кваліфікації: дистанційна.

2. Зміст програми та форми роботи

Програма передбачає теоретичну і практичну підготовку психологів, соціальних педагогів та педагогічних працівників, а також виконання ними самостійної роботи.

Теоретичний компонент спрямований:

- на ознайомлення з концепціями балансу медіаспоживання, рекреаційними медіапрактиками, культурою самотурботи, зокрема в умовах війни;
- на оволодіння знаннями про механізми практик балансування медіаспоживання, зокрема під час дистанційного навчання;
- на оволодіння навичками аналізу та оптимізації медіаспоживання.

Зміст *практичного компонента* Програми охоплює формування у психологів, соціальних педагогів та педагогічних працівників здатності і готовності до аналізу індивідуальних особливостей медіапрактик особистості; уважне ставлення до особистих потреб, які реалізуються за допомогою різних практик, та впровадження формування навичок їх оптимізації у навчальний процес у закладах будь-якого рівня. Практичні завдання слухачі виконують під час практичних занять, передбачених навчально-тематичним планом Програми.

Самостійна робота містить завдання, спрямовані на вивчення індивідуальної картини медіапрактик, їх аналіз та балансування.

Форми організації освітнього процесу, методи і засоби навчання

Навчання здійснюється в таких **формах**: лекції, практичні заняття, самостійна робота, контрольні заходи. Застосовуються *дистанційна або гібридна форми навчання*, а саме: проведення інтерактивних вебінарів, відеоконференцій, онлайн-практикумів, обговорення актуальних питань та обмін досвідом.

Зміст програми охоплює **три взаємопов'язані теми**.

У викладанні Програми використовують такі **методи навчання**:

- презентація;
- дискусії;
- індивідуальна аналітична робота;
- індивідуальне виконання творчих завдань;
- групова робота (дискусії, обговорення);
- спільне навчання (практичне застосування інструментів у великій і малих групах).

Засоби навчання, які використовують під час навчального процесу: дидактичні матеріали, онлайн-платформа «ZOOM» або Google Teams, гаджети з доступом до інтернету.

Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, становить 15 год., з них: 5 год. – лекційні заняття, 8 год. – практична робота, 2 год. – самостійна робота, 1 год. – підсумкові заходи.

Система та критерії оцінювання результатів навчання

Засвоєння навчальної програми контролюється шляхом підтвердженого використання цифрової платформи під час лекцій, виконання практичних завдань; підтверджується представленням досвіду застосування отриманих інструментів під час освітнього процесу, а також створенням індивідуального плану впровадження компонентів здоров'язбережувальної медіаосвіти, адаптованого до особливостей закладу освіти, у навчальний процес.

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Розділ, тема	Заняття	Тривалість, год.
I. Сучасна картина медіапрактик		
1.1. Динаміка медіаспоживання в умовах вимушеного переходу на дистанційну освіту. Особливості медіапрактик в умовах карантину та війни. Індивідуальна картина медіапрактик. Їх типи та роль у житті людини.	лекція	2
Аналіз картини медіапрактик особистості. Визначення їхніх функцій та індивідуального значення.	практичне	1
1.2. Ознайомлення із застосунками, які допомагають відстежувати медіавикористання	лекція	1
Аналіз даних скринінгу індивідуального медіаспоживання.	самостійне	2
Складання картини медіапрактик особистості та визначення їхніх функцій.	практичне	1
II. Баланс медіаспоживання. Оптимізація індивідуальних практик		
2.1. Баланс медіаспоживання у сфері роботи і навчання.	лекція	1
Способи оптимізації індивідуальної моделі медіаспоживання у сфері професійної або навчальної діяльності.	практичне	1,5
2.2. Баланс медіаспоживання для відпочинку або самотурботи.	лекція	1
Способи оптимізації індивідуальної моделі медіаспоживання у сфері дозвілля.	практичне	1,5
III. Інтеграція принципів збалансованого медіаспоживання в освітній процес навчального закладу		
Розроблення ідей популяризації збалансованого медіаспоживання серед учнів та їхніх батьків.	практичне	2
Підбиття підсумків	практичне	1

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Тема 1. Сучасна картина медіапрактик

Лекція 1 (2 год.).

Динаміка медіаспоживання в умовах вимушеного переходу на дистанційну освіту. Особливості медіапрактик в умовах карантину та війни. Індивідуальна картина медіапрактик. Їхні типи і роль у житті людини.

Практичне заняття (1 год.)

Аналіз картини медіапрактик особистості. Визначення їхніх функцій та індивідуального значення.

Складання індивідуальної карти медіапрактик та особливостей їх реалізації.

Лекція 2 (1 год.)

Ознайомлення із застосунками, що допомагають відстежувати медіавикористання. На прикладі застосунків моніторингу (AntiSocial, Цифрове благополуччя), самозвіту (Daylio), самотурботи (Finch) та гейміфікованих трекерів діяльності (Do It Now, Habitica).

Завдання для самостійної роботи (2 год.)

Аналіз даних скринінгу індивідуального медіаспоживання.

Використання скринінгових додатків для збирання даних щодо власної картини медіаспоживання.

Практичне заняття (1 год.)

Складання картини медіапрактик особистості та визначення їхніх функцій.

Використання обраних додатків, оптимізація їх використання на основі отриманих даних (поліпшення списків діяльності, встановлення таймерів, застосування інших регулювальних функцій) та створення самозвітів за їхніми результатами.

Тема 2. Баланс медіаспоживання. Оптимізація індивідуальних практик

Лекція 1 (1 год.)

Баланс медіаспоживання у сфері роботи і навчання.

Визначення тривалості медіапрактик у зазначених категоріях, їхні особливості, ієрархія та часові рамки, практичні витрати часу, можливості модерації.

Практичне заняття (1,5 год.)

Способи оптимізації індивідуальної моделі медіаспоживання у сфері професійної або навчальної діяльності.

Лекція 2 (1 год.)

Баланс медіаспоживання для відпочинку або самотурботи.

Визначення конструктивних, нейтральних та деструктивних медіапрактик. Визначення їхніх функцій і потреб, які вони реалізують. Пошук способів оптимізації та альтернативного забезпечення потреб.

Практичне заняття (1,5 год.)

Способи оптимізації індивідуальної моделі медіаспоживання у сфері дозвілля.

Тема 3. Інтеграція принципів збалансованого медіаспоживання в освітній процес навчального закладу

Практичне заняття (2 год.)

Розроблення ідей популяризації збалансованого медіаспоживання серед учнів та їхніх батьків.

Практичне заняття (2 год.)

Підбиття підсумків. Зворотний зв'язок та обмін результатами власного практичного використання здобутих знань.

Список рекомендованої літератури

Нормативно-правові документи

1. Деякі питання підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників : постанова Каб. Міністрів України від 21.08.2019 р. № 800. 2019. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/800-2019-%D0%BF#Text>

2. Концепція впровадження медіаосвіти в Україні : постанова Президії Нац. акад. пед. наук України від 20.05.2010 р., протокол №1-776- 150. 2010. URL: <http://mediaosvita.org.ua/2013/11/18/kontseptsiia-vprovadzhennia-mediaosvity-v-ukraini/>

3. Про проведення всеукраїнського експерименту за темою «Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику» на базі навчальних закладів України : наказ М-ва освіти України № 1199). 2017. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/nakaz-mon-pro-provedennya-vseukrayinskogoeksperymentu/>.

4. Про розширення експериментальної діяльності за темою «Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику» : постанова Президії Нац. акад. пед. наук України від 17 вересня 2020 р. № 1-2/10-150). 2020. URL: http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2020/10/Postanova-NAPN-1-2_10-150-vid-17.09.2020.pdf

Основна література

1. Дворник М. С. Використання смартфон-застосунків в умовах психотравматизації населення. *Інформармаційні технології і засоби навчання*. 2019. 5(73). С. 236–248.

2. Дворник М. С. Супровід особистості електронними засобами: соціально-психологічний аспект. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2020. (1). С. 118–126.

3. Дятел Н. Л. Баланс екранного часу в умовах дистанційної освіти: застосунки моніторингу. *Кіберсоціалізація в умовах зростання невизначеності* : матеріали 5-го наук.-практ. семінару. Київ, 2021. URL: <https://bit.ly/3wJyADs>

4. Дятел Н. Л. Розподіл онлайн часу учнів в умовах дистанційної освіти. *Медіаторчість у сучасних реаліях: протистояння медіатравмі* : матеріали всеукр. наук. інтернет-конф. (з міжнар. участю). Київ, 2021. URL: <https://bit.ly/3qARcod>

5. Інформаційні поведінка і потреби вчителів Донецької і Луганської областей України : інформ. бюл. / Л. А. Найдюнова, М. І. Найдюнов, Л. В. Григоровська, Н. Ф. Умеренкова ; упоряд. І. М. Найдюнов, Д. Я. Степченков ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2022. URL: http://profprestige.org.ua/publ/Inf_bul_2021vd.pdf

6. Найдюнова Л. А. Цифрові ризики в умовах дистанційної освіти в часи пандемії. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*. 2021. № 3(1). URL: <https://doi.org/10.37472/2707-305X-2021-3-1-13-3>

7. Цикл навчально-розвивальних заходів діагностично-розвивального проєкту «Медіакультура в умовах пандемії». 2021. URL: <https://bit.ly/3xnzVjU>

8. Livingstone S., Mascheroni G., Stoilova M. The outcomes of gaining digital skills for young people's lives and wellbeing: A systematic evidence review. *New media & society*. 2021. DOI: <https://doi.org/10.1177/14614448211043189>

Додаткова література

1. Найдьонова Л. А., Умеренкова Н. Ф., Дятел Н. Л. Екранний час і здоров'я підлітків: як віднайти баланс у часи пандемії. *Наукові студії із соціальної та політичної психології* / Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2021. Вип. 48 (51). С. 169–187. DOI: [https://doi.org/10.33120/sssppj.vi48\(51\).247](https://doi.org/10.33120/sssppj.vi48(51).247)

2. Кіберсоціалізація : зб. наук. праць (2018–2020) / [ред. Л. А. Найдьонова, Н. Л. Дятел ; уклад. Ю. С. Чаплінська] ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. 135 с. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/kibersotsializatsiya-zbirnyk-naukovyh-prats/>

3. Психічне здоров'я дітей в умовах сучасних викликів / ДУ «Інститут громадського здоров'я ім. О. М. Марзєєва НАМНУ». 2020. URL: <http://www.health.gov.ua/www.nsf/all/u05-02-88?opendocument>

4. Чаплінська Ю. С. Ризики та переваги користування дітьми гаджетами. *Психолог дошкілля*. 2020. № 9-10 (134-135). URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/ryzyky-ta-perevagy-korystuvannya-gadzheta-my-ditmy/>

5. Чаплінська Ю. С., Кабанова П. С. Ризики кіберсоціалізації: сьогодення та недалеке майбутнє. *Наукові студії із соціальної та політичної психології* / Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2021. Вип. 47(50). С. 160-179.

6. Медіаторчість у сучасних реаліях: протистояння медіатравми : зб. наук. праць (2017–2020) / Чаплінська Ю. С. (Уклад.), Дятел Н. Л. (Ред.). Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/mediatvorchist-v-suchasnyh-realiyah-protystoyannya-mediatravmi-zbirnyk-naukovyh-prats-2017-2020/>

Електронні ресурси

1. AntiSocial Phone Usage Tracker. <https://antisocial.io/>
2. Daylio – Journal, Diary and Mood Tracker. <https://daylio.net/>
3. Do It Now: RPG To Do List
4. Habitica - Gamify Your Life. <https://habitica.com/>
5. Global Kids Online. <http://globalkidsonline.net/about/>

ПАТРІОТИЗМ МОЛОДІ ЦИФРОВОЇ ДОБИ: ІННОВАЦІЙНІ ЗАСОБИ РОЗВИТКУ

Програма підвищення кваліфікації педагогічних, науково-педагогічних працівників та осіб, які працюють у сфері національно-патріотичного виховання молоді

Розробник:

Череповська Н. І., канд. психол. наук, ст. наук. співроб., завідувач лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

1.1. Загальні положення

Тридцять років тому Україна поновила свою незалежність, а вже з 2014 року і дотепер змушена активно відстоювати свою територіальну цілісність, своє право на існування як незалежної, соборної, демократичної держави. Разом з тим у своєму подальшому цивілізаційному розвитку Україна активно намагається долати актуальні політичні, економічні, ідеологічні перешкоди.

Нині країна перебуває не тільки в стані «гарячої» війни, а й під постійним інформаційним впливом з боку країни-агресора. В умовах шаленого психологічного тиску через традиційні й новітні медіа, спрямованого на руйнування національної ідентичності українців, постає нагальна потреба у визначенні засад державної інформаційної політики щодо протидії агресивному впливу ворожої пропаганди, розробленні інноваційних підходів до формування системи захисту та розвитку інформаційного простору України, підвищенні медіаграмотності суспільства загалом, що й знайшло своє відображення в Указі

Президента України № 47 від 25 лютого 2017 р. про затвердження рішення Ради національної безпеки і оборони України «Про Доктрину інформаційної безпеки України» (2017).

Від 2015 року в Україні на державному рівні започатковано шерех заходів щодо більш активного, цілеспрямованого впровадження національно-патріотичного виховання молоді, стимулювання її патріотичної активності. Так, розроблено низку державних документів, вагомо представлених передусім Указом Президента України «Про стратегію розвитку національно-патріотичного виховання української молоді» (2015 р.), Концепцією національно-патріотичного виховання дітей та молоді (2019 р.) та іншими важливими напрацюваннями. Також було створено одну з перших програм українського патріотичного виховання дітей та учнівської молоді (Бех, Чорна, 2015).

Постановою Кабінету Міністрів України від 30 червня 2021 р. № 673 затверджено Державну цільову соціальну програму національно-патріотичного виховання. Так, у документі «Про затвердження Державної цільової соціальної програми національно-патріотичного виховання на період до 2025 року» (2021 р.) зазначено актуальність підготовки педагогічних кадрів до реалізації загальнодержавної політики щодо удосконалення та розвитку національно-патріотичного виховання шляхом формування та утвердження української громадянської ідентичності на основі національних та загальнолюдських цінностей, принципів любові і гордості за власну державу, її історію, мову, здобутки та досягнення у сфері культури, економіки, науки, спорту; дієве сприяння в захисті та охороні національної державної незалежності і територіальної цілісності України; усвідомлення громадянського обов'язку щодо розвитку успішної країни та забезпечення власного добробуту в ній.

Щоб досягти мети Державної цільової соціальної програми національно-патріотичного виховання, потрібно вирішити такі чотири пріоритетні завдання: формування української громадянської ідентичності; військово-патріотичне виховання як формування у громадян готовності до захисту України;

формування науково-методологічних і методичних засад національно-патріотичного виховання; співпраця органів державної та місцевої влади з інститутами громадянського суспільства щодо національно-патріотичного виховання.

Виконання пріоритетних завдань, зокрема формування науково-методологічних і методичних засад національно-патріотичного виховання, здійснюється за допомогою низки заходів, спрямованих на реалізацію цілісної загальнодержавної політики національно-патріотичного виховання. Серед цих заходів насамперед такі:

- розроблення за участю наукових установ та представників інститутів громадянського суспільства методики, спрямованої на об'єднання суспільства навколо української державності та її майбутнього;
- розроблення та впровадження стандартів, показників та критеріїв ефективності національно-патріотичного виховання;
- підвищення рівня компетентностей осіб, які працюють у сфері національно-патріотичного виховання або долучаються до реалізації державної політики в зазначеній сфері;
- упровадження системи підготовки та мотиваційних факторів для громадських активістів, які займаються питаннями національно-патріотичного виховання дітей та молоді;
- розроблення рекомендацій щодо роботи центрів національно-патріотичного спрямування та інших організацій, що реалізують проекти (заходи) з національно-патріотичного виховання;
- включення проблематики національно-патріотичного виховання до дослідницьких програм та планів наукових установ і закладів освіти;
- сприяння розробленню та виконанню планів дій і програм з національно-патріотичного виховання органами державної влади та органами місцевого самоврядування разом з інститутами громадянського суспільства згідно з пріоритетними завданнями, визначеними Державною програмою;

- проведення моніторингу діяльності органів державної влади та органів місцевого самоврядування, інститутів громадянського суспільства у сфері національно-патріотичного виховання («Про затвердження Державної цільової соціальної програми національно-патріотичного виховання на період до 2025 року» (2021 р.)).

Актуальність національно-патріотичного виховання молоді завжди зумовлюється вимогами певного історичного часу. Так, в умовах гібридної війни та інформаційної зокрема значно зростає роль патріотизму як потенційного ресурсу збереження національної ідентичності українців. Інформаційно-психологічна – ідеологічна – війна, яка спрямована на спотворення свідомості українців і відбувається переважно в інформаційному просторі, потребує від молоді вже не тільки розвиненого свідомого, дієвого патріотизму. Наразі набуває актуальності розвиток медіаінформаційної грамотності, а також патріотична активність у новій, кіберсоціальной реальності. Ідеться про якісно нову форму традиційного патріотизму, яка реалізується виключно в інформаційному просторі і в соціальних мережах зокрема. Тобто в інформаційну добу актуалізується патріотизм «інформаційний», провідними функціями якого є збереження, захист і просування українських цінностей у кіберсередовищі. Тому зазначені патріотичні дії молоді в соціальних мережах мають бути спрямовані: 1) на збереження українського медіаконтенту через його поширення (Череповська, 2020); 2) на захист українського інформаційного простору як протидію ворожій пропаганді (Череповська, 2021а); 3) на створення оригінального медіаконтенту патріотичного змісту як просування українських цінностей у кіберпросторі (Череповська, 2020b; 2021b; 2021c).

Зазвичай традиційний патріотизм, як система цінностей і смислів, елементів світогляду, патріотичного самовизначення особистості, її спрямованість на дії для блага Батьківщини, формується в процесі первинної (батьківське, родинне коло, друзі), а по тому – вторинної (соціальні інституції: дитячі садки, школи, заклади вищої освіти, армія, підприємства, партії, засоби

масової інформації тощо) соціалізації. Разом з тим у цифрову добу в умовах розвитку інформаційних технологій та інформаційного суспільства він формується в процесі кіберсоціалізації і реалізується в кіберсередовищі через активність патріотичного змісту.

Відповідно, соціальний запит полягає в розширенні й удосконаленні арсеналу патріотичних якостей сучасного патріота як розвитку певних когнітивно-інструментальних дій, які б забезпечили здатність до здійснення захисту, збереження українського інформаційного простору від руйнівних впливів ззовні, а також здатність до створення оригінального українського медіаконтенту як нового українського світу та його просування в інтерактивному середовищі.

Програма базується на таких науково-методичних засадах: гуманістичний підхід до особистості, інноваційний підхід навчання, полімодальність і комплексність.

Також програма «Патріотизм молоді цифрової доби: інноваційні засоби розвитку» спрямована на формування загальних і фахових компетентностей на основі особистісно орієнтованого, інтегрованого, компетентнісного, діяльнісного підходів. Програму призначено для системи післядипломної педагогічної освіти. Матеріали розроблено з огляду на сучасні теоретичні та емпіричні напрацювання з проблем національно-патріотичного виховання молоді, а також медіаосвіти та медіакультури в закладах середньої освіти.

Упровадження програми підвищення кваліфікації ґрунтується на нормативно-правових документах, у яких визначено актуальність підготовки педагогічних кадрів щодо реалізації загальнодержавної, інформаційної політики в галузі національно-патріотичного виховання молоді.

Актуальність курсу полягає в тому, що в умовах гібридної війни і постійного шаленого інформаційно-психологічного тиску з боку країни-агресора через традиційні й новітні медіа, спрямованого на руйнування національної ідентичності українців, постає нагальна потреба більш активно, цілеспрямовано впроваджувати національно-патріотичне виховання молоді.

Метою курсу є набуття його слухачами компетентностей з розвитку патріотизму молоді, зокрема, стимулювання її патріотичної активності в інформаційному інтерактивному просторі. Досягненню мети сприяє виконання завдань теоретично-практичного курсу, які реалізуються за допомогою інноваційних засобів розвитку: збереження й поширення проукраїнського медіаконтенту в соціальних мережах, захисту від ворожої пропаганди в інтерактивному середовищі, створення і просування нових українських цінностей і смислів за допомогою медіаторчих проєктів.

Упровадження програми підвищення кваліфікації ґрунтується на нормативно-правових документах, у яких визначено актуальність підготовки педагогічних кадрів щодо реалізації загальнодержавної політики в галузі національно-патріотичного виховання.

1.2. Цільова аудиторія

Учителі базової і старшої школи закладів освіти різних типів і форм власності, а також психологи, соціальні педагоги, медіапедагоги, викладачі спеціальностей «Соціальна педагогіка», «Соціальна робота» та особи, які працюють у сфері національно-патріотичного виховання молоді соціальні педагоги.

1.3. Мета і завдання

Метою підвищення кваліфікації є удосконалення загальних і фахових компетентностей педагогічних працівників, викладачів та осіб, пов'язаних з національно-патріотичним вихованням молоді у сфері розвитку духовно-моральних цінностей. Зокрема, це набуття компетентностей виховання патріотизму в сучасній молоді й стимулювання її патріотичної активності та здатності до когнітивно-інструментальних дій патріотичного змісту в інформаційному інтерактивному просторі.

Поставленої мети можна досягти, вирішивши низку *завдань* теоретично-практичного курсу, серед яких:

- актуалізація проблеми патріотичного виховання української молоді;

- забезпечення поглибленого розуміння патріотизму в умовах кіберсоціалізації сучасної молоді;
- підвищення компетентності слухачів щодо нової форми патріотизму, яка реалізується виключно в інформаційному інтерактивному середовищі;
- визначення функціональних особливостей, суті «інформаційного» патріотизму;
- забезпечення слухачів теоретико-практичним інструментарієм у форматі інноваційних засобів розвитку патріотизму молоді цифрової доби;
- ознайомлення з теоретичними напрацюваннями, практичними розробками, статистичними даними останнього періоду у сфері виховання патріотизму.

1.4. Профілі базових компетентностей слухачів

Головна ідея підвищення кваліфікації слухачів курсу полягає в підвищенні їхньої кваліфікації, що передбачає формування загальних та фахових компетентностей.

Загальні компетентності спрямовані на формування у слухачів здатності:

- до усвідомлення себе як відповідального громадянина, патріота України на різних рівнях суспільного життя;
- до саморозвитку, оволодіння сучасними знаннями;
- до застосування знань у практичних ситуаціях;
- до використання цифрових технологій для реалізації освітніх завдань та вдосконалення професійної діяльності;
- до критичного оцінювання подій і явищ у суспільстві, світі;
- до конструктивної комунікації в медіапросторі з іншими;
- до творчої реалізації нових ідей.

Фахові компетентності передбачають розвиток знань, умінь, навичок та способів діяльності педагогічних працівників, а саме:

- знання державних нормативно-правових документів щодо національно-патріотичного виховання молоді і дорослих;

- знання особливостей трансформації патріотизму в різні історичні часи й цифрову добу зокрема;
- спроможність пояснити здобувачам ризики інформаційно-психологічної війни і навчити практичних умінь протидії ворожій пропаганді;
- уміння бути вмілими користувачами медіа- та інформаційних технологій з метою виявлення пропагандивного контенту;
- розуміння суті інноваційного процесу та вміння запроваджувати медіапсихологічні інновації у виховний процес;
- здатність запроваджувати в процес національно-патріотичного виховання молоді інноваційні медіапсихологічні технології, створювати єдиний інформаційний патріотичний простір.

1.5. Очікувані результати навчання

Набуті загальні та фахові компетентності, отримані слухачами в процесі засвоєння зазначеного курсу, передбачають певні вміння, як-от:

- упроваджувати результати навчання у виховний процес;
- аналізувати результати сучасних досліджень / статистику, пов'язані з національно-патріотичним вихованням молоді в Україні, та поширювати ці знання серед учасників освітньо-виховного процесу;
- аналізувати вплив медіа та кіберпрактик на формування світоглядних, патріотичних переконань молоді;
- ідентифікувати та аналізувати медіаконтент ідеологічного, маніпулятивного змісту;
- розробляти та організовувати колективні, масові заходи патріотичного змісту, використовуючи медіа- та інформаційні засоби;
- мотивувати здобувачів на творення оригінального патріотичного контенту, поширення нового «українського світу» в інформаційному просторі.

Обсяг: 30 годин (1 кредит ЄКТС).

Форма підвищення кваліфікації: відповідно до об'єктивних обставин, технічних можливостей (дистанційна; онлайн; змішана).

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАМИ

2.1. Зміст та форми реалізації виховної програми

Зміст Програми національно-патріотичного виховання молоді цифрової доби охоплює теоретичну і практичну підготовку слухачів курсу, а також виконання ними самостійної роботи.

Теоретична частина Програми передбачає: осмислення психологами, соціальними педагогами, педагогічними, науково-педагогічними працівниками актуальності національно-патріотичного виховання української молоді в цифрову добу, поглиблене розуміння таких феноменів, як «кіберсоціалізація», «інформаційна війна», «інформаційний патріотизм»; оволодіння базовими принципами медіапсихології та інноваційними медіаосвітніми технологіями.

Практичний компонент Програми спрямований на формування у педагогічних працівників готовності до організації та вмінь щодо проведення різноформатних патріотичних заходів патріотичного змісту за допомогою медіатехнологій і технічних засобів.

Самостійна робота спрямована на індивідуальне опрацювання додаткового теоретичного матеріалу щодо зазначеної теми; передбачає самостійне створення занять, проєктів, заходів патріотичного змісту на підставі запропонованих розвивальних модулів як в окремому класі, так і в освітньому закладі загалом.

Підвищення кваліфікації психологів, соціальних педагогів, педагогічних та науково-педагогічних працівників, а також осіб, які працюють у сфері національно-патріотичного виховання молоді, забезпечується за допомогою як *дистанційної* форми навчання шляхом проведення інтерактивних відеоконференцій, онлайн-практикумів, обговорення актуальних питань та обміну досвідом, так і *традиційної* форми в аудиторії.

Зміст програми охоплює **п'ять взаємопов'язаних частин:**

1. Кіберсоціалізація.
2. Інформаційний патріотизм.
3. Інформаційна війна і пропаганда.

4. Медіаторчість.

5. Проекти патріотичного змісту (конкурс робіт: презентацій, проєктів, заходів).

Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, становить 30 год., з них: 8 год. – лекційні заняття; 8 год. – практична робота; 11 год. – самостійна робота; 2 год. – консультації; 1 год. – оцінювання результатів навчання.

2.2. Навчально-тематичний план

Назва теми	Кількість годин					
	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	Консультації	Оцінювання результатів	Усього
«Кіберсоціалізація» Введення до курсу	2		2			4
Інформаційний патріотизм Модуль 1. Збереження і поширення українського медіаконтенту в соціальних мережах	2	2	3			7
Інформаційна війна і пропаганда Модуль 2. Захист інформаційного простору від ворожої пропаганди в соціальних мережах	2	2	3			7
Медіаторчість Модуль 3. Творення нових, оновлення традиційних українських символів	2	2	3			7
Конкурс проєктів патріотичного змісту Підсумкові заходи щодо практичних здобутків		2				2
Консультації				2		2
Оцінювання результатів навчання					1	1
Усього	8	8	11	2	1	30

2.3. Форми реалізації програми

Навчання здійснюється в таких формах: лекції, практичні заняття, самостійна робота, консультативні та підсумкові і контрольні заходи.

Методи навчання

У викладанні програми використовують такі методи навчання:

- мультимедійна презентація;
- дискусивне обговорення проблемних питань;
- спільне навчання / практичні завдання (фронтальний, груповий формати);
- групова робота з виконання спільних проєктів;
- індивідуальна теоретично-аналітична робота.

Засоби навчання, які використовують під час навчального процесу: інформативні (мінілекції, емпірика, статистика), дидактичні матеріали, зразки медіаторчих проєктів патріотичного змісту, взяті з інтернет-ресурсів; онлайн-платформа «ZOOM», гаджети з доступом до інтернету.

2.4. Система та критерії оцінювання результатів навчання

Засвоєння навчально-виховної програми контролюється шляхом: обов'язкової присутності на ZOOM-конференціях / або в аудиторії; активної участі в обговоренні за кожною зазначеною темою; активної участі в дискусії за результатами самостійного опрацювання додаткового матеріалу; виконання всіх практичних завдань та домашніх зокрема.

Оцінювання індивідуальних, групових завдань, виконаних у форматі самостійної роботи, здійснюється через презентацію створених медіаторчих проєктів патріотичного змісту.

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Курс «Патріотизм молоді цифрової доби: інноваційні засоби розвитку» охоплює п'ять взаємопов'язаних частин, які відображають загальну структуру змісту програми: *введення* до загального контексту, три тематичні *розвивальні*

модулі, практичні *результати*. Програма також містить *посилання* на основні джерела інформації.

Кіберсоціалізація (Введення)

Соціалізація особистості: традиційні види. Медіа- та інформаційні технології як агенти соціалізації. Кіберсоціалізація особистості як ресурси і ризики. «Теорія поколінь». Покоління «зет»: психологічні особливості сприймання, мислення. Кіберсоціалізація і духовно-моральні цінності. Патріотизм: соціальний і психологічний аспекти. Види патріотизму. Патріотизм цифрової доби та його нові якості. «Дієвість» патріотизму учнівської молоді в кіберсередовищі і в реальному житті.

Тема 1. Інформаційний патріотизм (Модуль 1)

Поняття про «інформаційний» патріотизм: його визначення як нової форми патріотичної активності особистості в соціальних мережах. Способи функціонування і суть «інформаційного» патріотизму: збереження і поширення контенту патріотичного змісту, захист інформаційного середовища від ворожої пропаганди, просування українських цінностей у соціальних мережах через творення оригінального медіаконтенту.

Модуль 1. *Збереження і поширення українського медіаконтенту в соціальних мережах*. Мотивація на оптимальну патріотичну активність у соціальних мережах: «для чого?». Саморегуляція патріотичної активності. Створення тематичних календарів, прив'язаних: до державних свят, важливих для країни сучасних подій, вшанування історичної пам'яті щодо трагічних для нашої країни подій; до визначних дат і біографій відомих і маловідомих історичних осіб, діячів культури і мистецтва; до національно-визвольних рухів тощо.

Тема 2. Інформаційна війна і пропаганда (Модуль 2)

Гібридна війна. Інформаційна війна: мета, завдання. Кібервійна (техногенні втручання) та ідеологічна (інформаційно-психологічний вплив на цільову аудиторію супротивника). Методи наступальної і захисної інформаційних воєн. Пропаганда як «надпотужна» зброя інформаційної війни. Пропаганда: зміст, принципи, види, способи управління емоціями, пропаганда/контрпропаганда. Різниця між схожими поняттями: ідеологія, реклама, інформація, маніпулювання.

Модуль 2. *Захист інформаційного простору від ворожої пропаганди в соціальних мережах*. Визначення видів пропаганди. Застосування технік: «як розрізнити пропаганду від інформації», «як розпізнати пропаганду й уберегтися від її психологічного впливу», «як чинити спротив пропаганді» тощо. Пропаганда і контрпропаганда.

Тема 3. Медіаторчість (Модуль 3)

Просування українських цінностей в інтерактивному інформаційному середовищі. Активне творення нового українського світу в соціальних мережах через оригінальний медіаконтент. Медіаторчість як спосіб патріотичної самопрезентації. Принципи творення: одноосібний і груповий.

Модуль 3. *Творення нових, оновлення традиційних українських символів*. Медіаторчість. Види патріотичного медіаконтенту: візуальний (цифрований малюнок, карикатура, комікс, листівка, плакат, інфографіка; світлина, колаж), аудіовізуальний (слайд-шоу, відео, ролик, фільм), текстовий (пост, мотиватор, цифровані вірші, есе), а також змішані формати патріотичного змісту. Переваги візуального, аудіовізуального медіаконтенту в соціальних мережах (зображення замінює купу слів, легше запам'ятовується, впливає на емоції). Можливості різноманітних форм утілення: від творчих проєктів дизайнерів з «осучаснення» історичних персонажів, культурних діячів України (і через ляльку «барбі-кен» зокрема) до «оновлення» традиційних українських Образів і Символів, створення тематичних відео до уроків з давньої/сучасної історії, відеороликів, присвячених сучасним героям АТО/ООС, а також розроблення, планування,

організація, візуальна фіксація флешмобів, районних естафет та інших заходів патріотичного змісту. Техніки стимуляції творчого мислення аналогізування, комбінування, реконструювання; крім того, методики: «брейнстормінг», «гроно асоціацій», «знайди спільне» та ін. Технічно-інформаційна грамотність: володіння спеціальними програмами, технологіями.

Тема 4. Практичні результати курсу (*Конкурс представлених робіт, проєктів патріотичного змісту*)

Підготовка презентацій різноформатних проєктів патріотичного змісту, виконаних як одноосібно, так і авторськими групами відповідно до тем зазначеного курсу. Роботи розглядаються, обговорюються всіма учасниками і керівником. Конкурс представлених робіт слухачів за різними номінаціями становить завершальний етап курсу.

Виконання Програми «Патріотизм молоді цифрової доби: інноваційні засоби розвитку» передбачає навчально-методичне забезпечення:

- однойменний розділ у методичних рекомендаціях для вчителів «Інноваційні психологічні засоби розвитку медіаосвіти» (*колективна праця співробітників лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти*);
- навчально-методичний посібник для вчителів та вихователів закладів позашкільної освіти «Патріотизм молоді цифрової доби: інноваційні засоби розвитку» (*Н. І. Череповська*).

Список рекомендованої літератури

Нормативно-правові документи

1. Концепція впровадження медіаосвіти в Україні. *Освіта*. 2010. № 32 (7-14 липня). С. 3-4.
2. Концепція національно-патріотичного виховання дітей та молоді. 2019. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0641729-15#Text>

3. Про затвердження Державної цільової соціальної програми національно-патріотичного виховання на період до 2025 року. 2021 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/673-2021-%D0%BF#Text>

4. Про затвердження рішення Ради національної безпеки і оборони України від 29.12.2016 р. «Про Доктрину інформаційної безпеки України»: указ Президента України від 25 лютого 2017 р. № 47. 2017. URL: <https://www.president.gov.ua/documents/472017-21374>

5. Про Стратегію національно-патріотичного виховання дітей та молоді на 2016–2020 роки: указ Президента України від 13.10.2015 р. № 580. 2015. URL: <https://www.president.gov.ua/documents/5802015-19494>

Основна література

1. Андрущенко Т. В., Зеленін В. В. Психологія політичної пропаганди : метод. рек. для самостійної роботи студентів. 2-ге вид., випр.і допов. Київ : Гнозис, 2022.

2. Бех І., Чорна, К. Програма українського патріотичного виховання дітей та учнівської молоді. *Гірська школа Українських Карпат*. 2015. № 12-13. С. 26–37.

3. Бим-Бад Б. М., Поведская Е.В., Масейра А. Д. Человек и новые информационные технологии: завтра начинается сегодня. Санкт-Петербург : Речь, 2007.

4. Вагнер Т., Дінтерсміт Т. Мистецтво навчати. Як підготувати дитину до реального життя. Київ : Наш Формат, 2017.

5. Ващенко Г. Виховання любові до Батьківщини (націоналізм і інтернаціоналізм). Лондон : Вид. КК СУМ у В. Британії, 1954.

6. Горностаї П. П. Війна ідентичностей: хто кого. *Міжгрупова взаємодія в умовах війни: ідентичності, картини світу, долання травми* : матеріали круглого столу (Київ, 9 червня 2022 р.) / Нац. акад. пед. наук України, Ін-т соц. та політ. психології, Асоц. Політ. психологів України. Київ : Талком, 2022. С. 12–16.

7. Горностаї П. П. Гражданское общество Украины: свобода или смерть. 2015. URL: <http://gorn.kiev.ua/publ93.htm>

8. Горностаї П. П. Информационный Франкенштейн, или Реальные последствия информационной войны. 2015. <http://gorn.kiev.ua/publ89.htm>

9. Девтеров І. В. Особливості процесу кіберсоціалізації людини. 2010. <https://ela.kpi.ua/bitstream/123456789/33880/1/Cybersocialization.doc>.

10. Девтеров І. В. Соціалізація людини у кіберпросторі. Київ : НТУУ «КПІ», ВПІ ВПК «Політехніка», 2012.

11. Донцов Д. Патріотизм. Львів : Книгозбірня Вістника, 1936. С. 48–63.

12. Жадько В. О. Інформаційні війни в історії та сучасності: характерні ознаки новітніх протистоянь. *Гібридна війна і журналістика. Проблеми інформаційної безпеки* : навч. посіб. / ред. В. О. Жадько. Київ : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. С. 64–95.
13. Керделан К., Грезийон Г. Дети процессора: Как Интернет и видеоигры формируют завтрашних взрослых / пер. с фр. А. Луцанова. Екатеринбург : У-Фактория, 2006.
14. Козаченко О. О. Соціальні медіа як інструмент патріотичного виховання : матеріали 6-ї Міжнар. наук.-практ. конф. «Соціальний розвиток України та патріотичне виховання громадян», 18-19 жовтня 2012 р., м. Запоріжжя. Запоріжжя : В.М. Систеров, 2012. С. 369–371.
15. Матящук В. П. Сучасне патріотичне виховання в школах України. Тернопіль : Мандрівець, 2014.
16. Медіапсихологія: на перетині інформаційного та освітнього просторів : монографія / за наук. ред. Л. А., Найдьонової, Н. І. Череповської. Київ : Міленіум, 2014. 348 с.
17. Найдьонова Л. А. Психологічні проблеми кіберсоціалізації в умовах інформаційної війни. *Кіберсоціалізація* / Л. А. Найдьонова, Н. Л. Дятел (Ред.), Ю. С. Чаплінська (Уклад.). Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2020. С. 23–27.
18. Остапенко І. В. Медіаконтент як засіб розвитку громадянської компетентності молоді : метод. рек. / Нац. акад. пед. наук України, Ін-т соц. та політ. психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2022. 36 с.
19. Смолл Г., Ворган Г. Мозг онлайн. Человек в эпоху Интернета / пер. Б. Козловский. Москва : КоЛибри, Азбука-Аттикус, 2011. 352 с.
20. Согорін А. А. Реклама як засіб патріотичного виховання (за результатами масового та експертного опитувань). *Український соціум*. 2016. № 4 (59). С. 134–139.
21. Череповська Н. І. Медіаосвітні ресурси розвитку патріотизму і критичного мислення молоді : навч.-метод. посіб. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2017.
22. Череповська Н. І. Інформаційний патріотизм молоді: медіаторчість. *Медіаторчість у сучасних реаліях: протистояння медіатравмі* : зб. наук. праць / [уклад. Ю. С. Чаплінська]. Кропивницький, 2020а. С. 204–208. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/iii-vseukrayinska-naukovo-praktychna-internet-konferentsiya-z-mizhnarodnoyu-uchastyu-mediatvorchist-v-suchasnyh-realiyah-protystoyannya-mediatravmi/>
23. Череповська Н. І. Медіаосвітні практики розвитку інформаційного патріотизму молоді. *Проблеми політичної психології*. Київ, 2020б. Вип. 9 (23). С. 241–254.

24. Череповська Н. І. Розвиток патріотизму дітей дошкільного віку за допомогою медіапсихологічних ресурсів *Дошкільна освіта в контексті ідей Нової української школи* : зб. наук. праць / за ред. Г. В. Беленької, В. І. Бондар, І. М. Шоробури. Хмельницький : Мельник А. А., 2020b. С. 435–449.

25. Череповська Н. І. Інформаційний патріотизм молоді як протидія ворожій пропаганді. *Актуальні проблеми психологічної протидії негативним інформаційним впливам на особистість в умовах сучасних викликів* : зб. матеріалів методол. семінару НАПН України 8 квіт. 2021 р. / С. Д. Максименко (Ред.). Київ : Пед. думка, 2021a. С. 445–452.

26. Череповська Н. І. Медіапсихологічні особливості патріотизму в інформаційну добу. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. Київ, 2021b. Вип. 48(51). С. 248–260.

27. Череповська Н. І. Оновлення національних символів у контексті розвитку інформаційного патріотизму молоді. *Історія в нас і ми в історії: психологія історичної пам'яті* : матеріали П'ятого круглого столу круглого столу (з міжнародною участю). Спецпроект «Історична нарація та її вплив на національну свідомість українців» (25 жовтня 2021 р.). / О. В. Яремчук, В. М. Саєнко. (Ред.). Київ, 2021c. URL: <https://ispp.org.ua/2021/12/23/materiali-v-kruglogo-stolu-z-mizhnarodnoyu-uchastyu-mi-v-istoriii-i-istoriya-v-nas-psixologiya-istorichnoii-pamyati-25-zhovtnya-2021-r-m-kiiiiiv/>

28. Череповська Н. І. Патріотична активність молоді в соціальних мережах: медіаторчість. *Медіаторчість у сучасних реаліях: протистояння медіатравмі*. Вип. четвертий : матеріали всеукр. наук. інтернет-конф. (з міжнар. участю) (м. Київ, 25 червня 2021 р.) / Л. А. Найдьонова (Ред.). 2021d. URL: http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2021/09/Cherepovska_Patriotychna_aktyvnist_molodi_mediatvorchi_st.pdf

29. Череповська Н. І. Пропаганда в інтернеті: як розпізнати пропаганду й уберегтися від її психологічного впливу? *Медіапсихологічні ресурси подолання травми війни* : практ. посіб. / уклад. Н. Череповська, Н. Умеренкова ; Нац. акад. пед. наук України, Ін-т соц. та політ. психології. 2-ге вид., випр. та допов. Київ, 2021e. (Пропаганда: С. 82–89, 178–176; Ознаки інформаційної війни: С. 83–84). URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/mediapsyhologichni-resursy-podolannya-travmy-vijny-2/>

30. Чистяков А. В. Социализация личности в обществе Интернет-коммуникаций (социокультурный анализ): автореф. дис. ... д-ра социол. наук) / Ростов. гос. пед. ун-т. Ростов-на-Дону, 2006.

ЧАСТИНА II

МЕДІАОСВІТА ПОЗАШКІЛЬНА (ПРОГРАМИ ДЛЯ ДІТЕЙ)

МЕНТАЛЬНИЙ ЩИТ

Програма дистанційної психологічної підтримки для різновікової групи дітей

Розробник:

Найдьорова Л. А., д-р психол. наук, чл.-кор. НАПН України, заступник директора з наук. роботи Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.

Програма пройшла апробацію в науковому ліцеї/пансіоні «Міжнародна зелена школа імені Кліма Чурюмова» в дистанційному форматі протягом березня-червня 2022 р.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

1.2. Загальні положення

Війна прийшла у світ дітей не за їхнім вибором, зламала звичний спосіб життя, принесла реальну загрозу дитячому життю і здоров'ю близьких. Діти прагнуть бути сильними, здаються раптом подорослішалими, але вони все ще залишаються дітьми, дітьми війни. Тривалі надмірні стреси змінюють внутрішні умови формування важливих психологічних новоутворень вікового розвитку дитини, а травматичні стреси батьків впливають на соціальну ситуацію розвитку дитини. У цих умовах надзвичайної важливості набуває психологічна підтримка дитини, яку може надати заклад освіти під час освітнього процесу. Дитині і родині буває важко організувати систематичну психологічну підтримку, тоді як заклад освіти може, не докладаючи якихось

надзусиль, розв'язати проблему систематичності, упровадивши психологічні хвилинки в розклад за прикладом Всеукраїнської школи онлайн.

Запропонована програма забезпечує щоденну психологічну підтримку дітей у дистанційному форматі. Програма складається з мікромодулів 15-хвилинних занять, які можна включати в розклад як окремий психологічний практикум або використовувати для розвантаження в межах уроків. У другому варіанті, однак, важче забезпечити систематичність.

Комплекс занять описує вправи й принципи їх поєднання в ланцюжки і цикли з огляду на стани дітей, їхні уподобання, а також стани й уподобання вчителя. Набір вправ спрямовано на антистресове розвантаження, зменшення тривожності та її тілесних наслідків, удосконалення вмінь емоційної саморегуляції, управління своїми станами і думками. Комплекс складається з найпростіших тілесних вправ, які поєднуються з активізацією дитячої уяви. Діти не просто роблять тілесні чи дихальні вправи – вони посилюють себе, переймаючи в уяві потужність природних стихій.

Медіаосвітній компонент дистанційної психологічної підтримки полягає в тому, що увесь комплект поєднується з досвідом медіаспоживання, оскільки символічний ряд основних природних стихій доступний дітям в їхньому досвіді не лише через безпосередню взаємодію з водою, землею, повітрям і сонцем, а й через культурні стереотипи відображення стихій у сучасній медіапродукції.

Програму можна використовувати для роботи з різновіковою групою дітей, а також з окремими класами молодшої і базової школи. Мікромодулі можна пропонувати як дітям дошкільного віку, так і старшокласникам – на вибір педагога. Програму апробовано в ліцеї імені Кліма Чурюмова в березні-червні 2022 р. у формі щоденних практикумів з ментального здоров'я.

1.2. Цільова аудиторія

Діти різного віку (від дошкільників до старшокласників) у закладах освіти.

1.3. Мета і завдання

Мета: надання психологічної підтримки через систематичне виконання символно-тілесних вправ, розвиток загальних умінь саморегуляції.

Реалізація визначеної мети передбачає вирішення таких **завдань**:

1. Ознайомлення з ідеєю пов'язаності в людині трьох складників – душі, тіла й духу, які можуть взаємопідсилювати одне одного.
2. Пояснення зв'язку між тілесною основою і душею, яка реагує і переживає; роз'яснення можливості, впливаючи на тіло, змінювати душевні стани.
3. Пояснення зв'язку між духом (волею управління уявою) і єднанням зі спільним духом українців, які виборюють свободу, посилити відчуття належності і власного індивідуального внеску в майбутню перемогу.
4. Ознайомлення з вправами, які дають змогу зменшити власне відчуття безпорадності і слабкості через уявну взаємодію із силами чотирьох природних стихій.
5. Ознайомлення з основними принципами саморегуляції – забезпечити баланс збудження/заспокоєння, мобілізації/розслаблення, звільнення від небажаних станів і думок, відволікання і контейнерування, управління взаємодією з найближчим оточенням.
6. Надання можливості вибору вправ, які більше подобаються, дають більший ефект; демонстрування способів узгодження уподобань з виявленням уваги до розмаїття потреб кожного.
7. Забезпечення моніторингу стану дітей завдяки спостереженню за виконанням вправ, забезпечення доступу (маршруту) до консультування дітей і батьків з фахівцями в разі виявлення такої потреби.

1.4. Результати навчання

Підвищення вітальності (життєвої сили) і стресостійкості дітей; профілактика ускладнень у навчанні внаслідок пригнічення сильними емоціями когнітивних функцій; профілактика травматичних стресових розладів,

психосоматичних розладів, зменшення дитячих страждань через війну, зокрема внаслідок медіатравматизації висвітленням подій війни.

Загальні здоров'язбережувальні компетентності:

- елементарні знання про емоційні стани, пов'язаність тіла та емоцій з думками і намірами, вплив на здоров'я та успіх у навчанні;
- знання про природні стихії і їхню символіку, активізація уяви під впливом медіапродукції і без візуальних образів;
- виявлення власних уподобань, спрямування уваги на власні відчуття різної модальності (зорові, слухові, тактильні, температурні, кінестетичні, нюхові і смакові), уміння використовувати їх для зворотного зв'язку щодо своїх душевних станів і їхньої зміни внаслідок учинених дій;
- активізація критичного мислення у сфері медіаспоживання образів стихій.

За результатами навчання учні мають уміти:

- позбавлятися від нав'язливих негативних думок та емоційних станів для підвищення концентрації;
- визначати свій емоційний стан, впливати на його поліпшення виконанням тілесно-символьних вправ;
- оцінювати зміни власних станів після виконання вправ;
- активізувати свої стани, підвищувати мобілізованість виконанням вправ;
- зменшувати збудження і заспокоюватися, розслаблятися виконанням тілесних вправ;
- вибирати, які вправи їм краще підходять, скласти свій перелік улюблених вправ, уміти розказати про це;
- самостійно застосовувати вправи поза заняттям, після тривалого перебування за комп'ютером, перед сном, перед важливим заняттям, поділитися своїм досвідом застосування вправ.

Обсяг: 15 хвилин на день, збільшується в разі потреби.

Форма проведення: дистанційна.

2. Зміст програми та форми роботи

Зміст Програми складається з опису вправ та інформаційного компонента короткого супроводу їх проведення (вступів і підсумків). Дібрано короткі вправи, виконання яких триває до 5 хвилин.

Кожне заняття передбачає обговорення в очікуванні приєднання (фонове спілкування), вступ до вправ (1-5 хвилин), виконання базової вправи, вивчення нової чи виконання обраної з раніше вивчених вправ, відповіді на питання, підбиття підсумків. Бажано залишати можливість бути на зв'язку протягом від'єднання (резервувати 5-10 хвилин), щоб ті, хто бажає поставити запитання індивідуально, могли скористатися цим, перебуваючи на зв'язку. Дуже важливо, щоб дитина мала можливість висловити те, що її турбує, не публічно, особливо якщо вона потребує психологічної допомоги.

Ведення дистанційних занять базується на основних принципах анімації, які враховують особливості сприймання медіаобразів дитячою психікою, а саме: вводити за одне заняття одну вправу як інформаційну одиницю. Базова вправа повторюється щоразу, на кожному занятті, забезпечуючи цілісність програми. Як першу базову вправу рекомендується взяти вправу «Сила води» (реквізит – склянка чистої питної води). Протягом одного заняття виконується дві, максимум – три вправи. Перший тижневий цикл передбачає уведення вправ на всі чотири стихії. Далі друга вправа варіюється, надається можливість обрати, яку вправу робити. Вправи впроваджуються з поясненням, який саме вони викликають тілесний відгук і як це впливає на душевні стани. Вправи містять елемент самодіагностики, самодослідження, що дуже важливо обговорити після виконання вправ.

Учитель, організовуючи виконання вправ, має сам їх виконувати разом з дітьми і не приховувати задоволення, яке він отримує; показувати власні уподобання, не нав'язуючи, а пояснюючи, що в кожного можуть бути свої, якісь інші, що кожен має обрати улюблену стихію, яка потім може і помінятися. Потрібно прислухатися насамперед до себе.

Навчально-тематичний план

ЦИКЛ першого тижня (ознайомлюємо з базовими вправами)
Заняття 1. Як влаштована людина: душа, тіло, дух. Базова вправа «Сила води». Пити в безпеці: посилюємо відчуття від ковтка. Стихії укріплюють ментальний щит нашого духу.
Заняття 2. Сила води. Уявляємо потужну хвилю. Активізуємо уяву, посилюючи силу ковтка і воду по всьому тілу. Перевірка: фонтанчики-кулачки, ласти в калюжці – стопи. Тупаємо і шльопаємо ногами.
Заняття 3. Сила води+Сила землі (Велетень). Пояснення механізму зв'язку емоції і м'язів, досягнення м'язового розслаблення через напруження. Посилення кінестетичних відчуттів.
Заняття 4. Сила води+Сила повітря. Гелікоптер: вітер звільняє, видуває усе погане з голови. Важливо частіше бувати на повітрі
Заняття 5. Сила води+Сила сонця. Світло лікує депресію. Сонячний дощик. Стовп сонячного світла. Важливо ловити обличчям реальні сонячні промені

ЦИКЛ другого тижня (закріплюємо вправи і даємо пояснення)
Заняття 1. Як влаштована людина: душа, тіло, дух. Чи вдалося побувати на реальній прогулянці? Базова вправа «Сила води». Пити в безпеці: посилюємо відчуття від ковтка. Посилаємо по всьому тілу, активізуємо тілесні відчуття, наповнюємо кожну клітину водою.
Заняття 2. Сила води+ Сила землі (Велетень). У чому сила землі – усе з неї росте, земля зберігає зернятка і цибулини від морозів. Вправа «Цибулинка роду» – наснажуємо дух силою землі.
Заняття 3. Сила води+Сила повітря. Гелікоптер: вітер звільняє, видуває усе погане з голови. Наснаження духу через допомогу іншому.
Заняття 4. Сила води+Сила повітря. Гелікоптер: вітер звільняє, видуває усе погане з голови. Зв'язок емоцій і дихання, чому важко дихати. Свічка і квіточка.
Заняття 5. Сила води+Сила сонця. Світло лікує депресію. Сонячний дощик. Стовп сонячного світла. Важливі прогулянки.

ЦИКЛ третього тижня (додаємо вибір вправ і більше пояснень діагностики)
Заняття 1. Як влаштована людина: душа, тіло, дух. Чи допомогли комусь, як відчували себе? Базова вправа «Сила води». Пити в безпеці: посилюємо відчуття від ковтка. Посилаємо по всьому тілу, активізуємо тілесні відчуття, наповнюємо кожну клітину водою. Яку вправу хочеться зробити? Віртуальне умивання.
Заняття 2. Сила води+Сила повітря. Гелікоптер: вітер звільняє, видуває усе погане з голови. Яку інформацію дає нам масаж голови. Чому щоки і ніс бувають дуже холодні. Вправа «Бокс» (розігрів).
Заняття 3. Сила води+ Сила землі (Велетень). Вправа «Цибулинка роду» – наснажуємо дух силою землі. Чому у велетня буває важка вага на плечах? Черепашка. Вправа «Метроном».
Заняття 4. Сила води+Сила повітря. Вправи для ший: «Метроном». «Пружинка». «Літак». «Чапля».
Заняття 5. Сила води+Сила сонця. Віртуальне умивання. Чому заспокоює реальне умивання холодною водою. Стовп сонячного світла. Планування прогулянки. Віртуальна прогулянка в улюблене сонячне місце.

ЦИКЛ четвертого тижня (додаємо проведення вправи дитиною)
Заняття 1. Як влаштована людина: душа, тіло, дух. Як сила мого духу допомагає іншим? Базова вправа «Сила води». Хто покаже? Пити в безпеці. Насолоджуємося смаком води. Яку вправу хочеться зробити? Хоровод пальчиків.
Заняття 2. Сила води+Сила сонця. Віртуальна прогулянка в улюблене сонячне місце. Які там відчуття від сонця на обличчі, температура, звуки, запахи?
Заняття 3. Сила води+Сила землі. Ритми землі – сезони. Управління ритмами – масаж мозку. Кулачкові ритми. Закінчуємо вправою за вибором або «Гелікоптер» (скорочено)
Заняття 4. Сила води+ Сила землі (Велетень). Український герб як цибулинка роду – наснажуємо дух силою землі. Чому у велетня буває важка вага на плечах? Вправа «Метроном».
Заняття 5. Сила води+Сила повітря. «Метелик» (шия). Згадуємо вправи для ший. Хто покаже? «Метроном». «Пружинка». «Літак». «Чапля». Плануємо прогулянку на природі.

У наступні місяці цикли повторюються, збільшується варіабельність вправ та інтерактивність. Діти можуть розповісти про якісь нові вправи, які вони придумали чи про які звідкись довідалися. Учитель також може додавати вправи. Можна визначити разом з дітьми, до якої стихії їх краще віднести і чому. Візуальні образи як фон екрана також можуть інтенсифікувати спілкування. Базові вправи і символна рамка чотирьох стихій – це сталі елементи, навколо яких вибудовують спільно з дітьми, зважаючи на їхні уподобання, усі варіації.

Тривалість програми може бути різною і становити від одного до трьох місяців. У разі потреби програму повторюють. Цей курс може бути включено до програм профілактики булінгу, поственції суїцидів, для психологічної підтримки учнів в інших надзвичайних ситуаціях. Доцільно звертатися до такого курсу перед періодом якихось випробувань чи напередодні інших подій, що підвищують стресове навантаження.

Форми організації освітнього процесу, методи і засоби навчання

Навчання здійснюється в таких формах: практичні заняття, самостійна робота.

У викладанні програми використовують такі методи навчання: групову дистанційну роботу з виконання вправ; самостійне виконання вправ і завдань; обговорення уподобань і вражень; делегування проведення вправ окремим учням; індивідуальне консультування; взаємодію з батьками в разі виникнення потреби в наданні психологічної допомоги.

Засоби навчання, які використовують під час навчального процесу: онлайн-платформа «ZOOM» або інша програма забезпечення відеоконференції вчителя з учнями.

Система та критерії оцінювання результатів навчання

Оцінювання не проводиться, стимулюється самооцінювання у формі вибору учнем найбільш приємних і дієвих вправ, стихії, яка її/його найбільше зараз підтримує і наснажує.

Учитель, здійснюючи спостереження, може орієнтуватися на такі критерії:

- зміна міміки під час виконання вправ, що свідчить про настрій дитини (якщо змін міміки немає, це можна вважати ознакою слабого впливу вправ; значить, потрібне ретельніше спостереження, обговорення, можливо, звернення по допомогу до психолога);
- активність у виборі вправи – активних учнів можна винагороджувати тим, що саме їм запропонувати провести цю вправу з іншими дітьми як ведучому (лише після достатнього її засвоєння протягом кількох тижнів); спостереження за пропущеними елементами вправи інформативне для вчителя щодо коригування акцентів в інструктуванні під час подальшого проведення цієї вправи.

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Інформаційний компонент

Пояснення наводять здебільшого для наймолодших. У разі виконання вправи в різновіковій групі варто пояснити, що це робиться для того, щоб було зрозуміло наймолодшим. Якщо це група старшого віку, окремі зменшувальні лексеми та інтонації краще прибрати.

Тіло, душа і дух. У нас є тіло, душа і дух. Наш дух може допомогти душі (нашим переживанням і почуттям) за допомогою тіла. Керуємо тілом, керуємо собою. Робимо вправи разом.

Душа – це почуття, вони зазвичай мінливі і різноманітні. У почуттів є два полюси, коли потрібно підключати дух на самопомогу: тривога-страх-паніка (один полюс). Безпомічність-пригніченість-виснаженість-байдужість (другий полюс). Обидва полюси зараз нормальні, але можна собі і допомогти – це також

нормально. Ми вже з'ясували, що душа теж може втомитися. Але вона може і відновитися. Звідки душа бере сили для відновлення? Від єднання зі світом – сонцем, вітром, водою, землею.

Наш дух через уяву і тіло може допомогти нашій душі. Про душу і тіло потрібно дбати, щоб підсилювати свій дух, щоб йому було на що спертися. Об'єднаний дух українцям дуже потрібен зараз, у ці важкі часи. І ваша частинка духу теж дуже потрібна. Тренуйтеся, разом ми сильні духом і все здолаємо.

Молодшим школярам це може сподобатися як гра. Для старших дітей – серйозна справа на самодопомогу, якщо без вправ не виходить.

ОПИС ВПРАВ

ОСНОВНІ ВПРАВИ

СТИХІЯ ВОДИ

Вправа «Сила води» (Повернення собі тіла). Почати можна з ковтка простої води та уявного відстежування, як вона протікає через горлечко, груди, потрапляє в животик і розносить свою силу води по всьому тілу – до ручок (стиснути і розправити пальчики кілька разів), до ніжок (потупотіти, стиснути і розправити пальчики кілька разів) і до голови, звісно, до нашого мозку. Ковтаємо. О, яка чудова вода! Коли ми прикладаємо пальці до горла, щоб відчувати, як перекочується ковток життєдайної води, то посилаємо знак психіці, що ми в безпеці. Адже жодна тварина не йде до водопою, якщо за нею женеться хижак. Пити можна тоді, коли ти в безпеці. Ковток води посилює відчуття безпеки. Вода потрібна кожній клітині нашого тіла. Коли води не вистачає, стрес посилюється. Уявімо собі, як ми посилаємо воду в кожну клітину власного тіла.

Допоможемо воді розтектися тілом. Розігріваємо долоньки, потираючи їх одна об одну.

Повернення собі власного тіла. Робимо ковток, проводимо його від горла до живота. Долоньками торкаємося плечей, відтак торкаємо шию від потилиці до плечей: чи м'язи м'якенькі, чи тверді, як грудочки? Якщо тверді, кладемо

долоньки (руки навхрест) і трохи їх зігріваємо, притискаємо пальчиками (можна трохи пом'яти, як тісто чи пластилін). Рухаємося від шиї до рук, обмацуємо м'язи. Перевіряємо, чи дійшла вода до кінчиків пальців. Стискаємо кулаки, а потім їх розтискаємо, уявляючи, що вода з пальців б'є фонтанчиками.

Ковтаємо ще раз. Посилаємо воду по тілу вниз. Від горла до живота (погладимо животик), а потім вона іде до ніг. Постукаємо по колінах, торкнемося м'язів на своїх ніжках, легенько потremo їх. Потупаємо ніжками, постискаємо пальчики на ногах. Усе тіло зараз зі мною тут і в порядку. Перевіряємо, чи дійшла вода до кінчиків пальців на ногах. Уявляємо, що наші ноги – це ласти у воді, і коли ми шльопаємо ступнями, по воді розходяться кола.

Віртуальне умивання. Розігріваємо свої долоньки. Тремо їх одна об одну, щоб вони зігрілися. Далі вже теплі долоньки кладемо собі на щічки: чи вони тепліші за долоньки, чи, навпаки, холодніші? Потім кладемо на носик – носик холодніший, ніж щічки? Якщо холодніший, значить, треба зігрітися. Відтак торкаємося вушок, а вони які – тепліші? Зазвичай вушка холодніші (хай дитина відповідає, порівнює – що тепліше; важливо, щоб вона намагалася порівняти). Потім долоньками ніби умиваємось – від лоба до підборіддя, торкаємося очей. Уявляємо, ніби тепла водичка тече по обличчю і змиває шкаралупку нашого напруження. Не забуваємо про вушка, шию – їх теж треба обмити уявною теплою водичкою, щоб змити все, що могло налипнути, від чого хочеться звільнитися.

СТИХІЯ ЗЕМЛІ

Вправа «Сила землі» (Велетень). Це вправи на стабілізацію, відчуття фізичної опори, необхідної для відновлення впевненості. Для вправи потрібен надійний стілець зі спинкою. (Або можна спорудити щось схоже). Потрібно сісти, поставити ноги на підлогу і натиснути ними на землю, відчутти опору своїми ступнями. А далі напружитися так, наче ти вдавлюєшся в сидіння, наче стаєш кам'яним велетнем, який давить на стілець і ногами, і навіть сідницями, спиною. Напружуючись, можна втягнути животик, наче хочеш пупком дістати

аж до хребта, до спини. Руки можна стиснути в кулачки, напружити лікті і плечі – ти велетень. І затриматися в такому стані кам'яного велета, ніби ти вростаєш у землю, а вона передає тобі свої сили. Земля – вона дуже велика, у неї багато сили, щовесни вона відновлює життя і всіх нас годує. Ти твердо стоїш на землі, і вона наснажує тебе своєю силою. Це коротка вправа, після напруження можна розслабитися, потрясти руками. Варто спитати в дітей, що вони відчують. У дистанційному форматі не у всіх відразу все вийде, особливо коли ви не всіх бачите. А можливо, щось заважало і відволікало. Важливо «запустити» образ і потім сказати, що «ти можеш спробувати тоді, коли тобі буде зручно». Якщо якась вправа не виходить, можна робити частіше те, що дає більший ефект, і не кидати цих спроб єднання зі світом, щоб уявні стихії давали свої сили нам для нашого відновлення.

Звісно, головне – забезпечити дитині відчуття, що вона не сама, протистояти її бажанню ізолюватися, м'яко й обережно повертати до спільних справ і станів. Обнімати, підтримувати, бути поруч в емоціях. Але не давати зосереджуватися тільки на власних стражданнях. Завжди можна знайти того, кому ще гірше, і спробувати допомогти йому чимось посильним – хоч розмовою, хоч поглядом, а може, і зробити щось, що засвідчило б підтримку.

Вправа «Бокс». Буває, що ми мерзнемо не тільки тому, що навколо холодно, а й тому, що засиділися перед екраном без руху. Можна трішечки побоксувати, адже бокс гарно розігриває. Найчастіше буває холодно через те, що наші м'язи залякли і не пускають кров погріти носика. Тому кілька боксерських рухів не завадить. Тільки не в екран, а вбік.

Коли діти роблять вправу «Сила землі» – «Велетень», дехто з хлопчиків починає боксувати стиснутими кулаками перед екраном. Добре, якщо ви можете організувати «боксерську грушу», щоб діти по черзі могли боксувати. Покажіть, як поставити правильно руку для удару (прямий зап'ясток, правильно стиснутий кулак – великий палець не всередині кулачка), щоб уникнути пошкоджень. Якщо буде забиття кісточок кулака чи якісь больові відчуття, це може навіть психологічно бути для підлітка цілющим. Але молодшим дітям

важко контролювати свої рухи, тому їм більше підходять вправи з подушкою, а то й безконтактні. Можна робити вправу і без груші, коли кулак однієї руки рухається різко вперед, а інша зігнута в лікті рука рухається різко назад, додаючи сили, і водночас різкий видих. Технічно правильно поставлений удар за умови безконтактного боксування дає найкраще відчуття розігріву.

Як, стало тепліше? (Можна для порівняння поторкати носик і щічки).

Кулачкові ритми. Якщо ви лягли спати, а вас щось мучить і не дає заснути, теж можна вдатися до тілесних вправ. Тут нам допоможуть наші кулачки і пальчики ніг. Головне тут – ритм. Потрібно стиснути свій кулачок, потримати стиснутим і потім розслабити (не розкривати пальчики, хай будуть у кулачку, але не стиснуті), потримати розслабленим. Знову стиснути, потримати, і розслабити, потримати. Спочатку темп стискання-розслаблення може бути який завгодно, але поступово маєте його робити повільнішим, іще повільнішим, іще повільнішим. Стискати слабше і вповільнювати ритм. Так поступово ритмічні кулачки допоможуть розслабитися і заснути. Можна робити це лише однією рукою, якою зручніше, – теж спрацює. Таку ж ритмічну вправу можна робити пальчиками ніг (наші «нижні кулачки»). Можна однією ніжною згинати пальчики, підтягуючи їх до себе, ніби стискати кулачки, а іншою, навпаки, розтискати пальчики, розчепірювати їх якнайсильніше. Завмерли в крайньому положенні – і знову повільно рухаємо навпаки. Яка була розчепірена – стискаємо, яка була стиснута – розчепірюємо. Вийшло? Головне – ритм, і керуйте. Спробуйте ці вправи виконати потім самостійно. Виберіть, яка з них вам більше до вподоби.

Ці кулачково-пальчикові вправи працюють і в інший бік. Якщо треба себе активізувати, зібратися, мобілізуватися, ритм поступово пришвидшують (це буде корисно для мозку, який треба налаштувати на навчання чи якусь іншу дію).

СТИХІЯ ПОВІТРЯ

Вправа «Гелікоптер» (Жу-жу-жу). Теплими, розігрітими ручками, напівзгинаючи пальчики, робимо «звірячі лапки» і починаємо досліджувати

«лапками» голову, розтріпуючи волосся на голові, наче від великого вітру, здійсненого вертольотом. Якись місця на голівці можуть бути більш чутливими, якись узагалі не відчуватися (тоді треба розтерти чи натиснути там трохи більше, щоб відчуті). Спочатку повільний масажик, а потім його можна робити дуже швидко, підспівуючи – видихаючи «жу-жу-жу» – і розтріпуючи волосся. Водночас проходити швидко-швидко пальчиками по всій голівці в різних напрямках. Маківку, потилицю, скроні. Як завгодно, де захочеться. Ми звільняємо нашу голову від думок, що заважають зосередитися на головному. І додаємо нашому мозку сили, адже кров принесе більше кисню і більше корисних речовин, які потрібні, щоб формувати нові знання. Завершується вправа розчісуванням волосся пальчиками і пригладжуванням нової зачіски. Усе, ми готові до зосередженого навчання. Дівчаткам, у кого хвостики чи кіски, цю вправу варто повторити ще раз, коли вони ще не будуть заплетені (зранку або вже увечері). А тепер замість «жу-жу-жу» робити дощик, постукуючи пальчиками, як краплинками, і крутити-метилати хвостиком, трясти кісками. Вітер «здуває» всі погані думки і звільняє наш душевний простір для важливої справи.

Вправа «Хоровод пальчиків». Якщо концентрації наразі недостатньо, можна зробити ще одну вправу – «Хоровод пальчиків». Якщо натренуватися, то пальці будуть літати, як вітер. Ритмічно масажувати великим пальцем (нігтиком) пучку кожного пальчика на руці, натискаючи на них послідовно, у чіткому ритмі, по порядку – від мізинчика до вказівного. Натисли, відчули, потримали, відпустили. Знову натисли, відчули, потримали, відпустили. А потім кожен пальчик дає здачу великому, натискаючи на його пучку своїм нігтиком – по порядку, від вказівного до мізинчика. Натисли, відчули, потримали, відпустили. І знову. Такий хоровод пальчиків. Головне – тримати ритм. Якщо треба заспокоїтися, то ритм слід поступово зменшувати. Якщо, навпаки, потрібно зібратися і зосередитися, ритм можна поступово збільшувати. Для опанування цієї вправи потрібно трохи часу, щоб вивчити і зробити звичною – можна окремо практикувати без цього комплексу. Вправа

добре відволікає від емоцій, сприяє налаштуванню, бо треба стежити за ритмом і не плутати пальчики. (Для дорослих: ця вправа створює в мозку збудження в моторній частині і лобних ділянках, яке протистоїть зонам емоційного збудження, що нейрофізіологічно сприяє досягненню балансу). Поки цю вправу не засвоїли, можна завершувати роботу просто веселим, безшабашним, навіть трохи диким (як у кого виходить) розвантажувальним «жу-жу-жу-жу».

Вправа «Метелик». Руки покласти навхрест на плечі і ліктями махати, як метелик крильцями. Вправа дає змогу розслабити м'язи, що перебувають у напруженні, коли дитина постійно сидить перед екраном. Вправа сприяє м'язовому розслабленню. А полетіти метелик може в уявне спокійне і красиве місце, де можна погрітися на сонечку.

СТИХІЯ СОНЦЯ (ТЕПЛА)

Вправа «Сила сонця». Що рекомендують фахівці для профілактики занурення в негативні стани і сповзання в депресію? Насамперед світлотерапію – перебувати в яскраво освітленому просторі, гуляти на повітрі, на сонці.

Можна гуляти на повітрі із сонячного боку, якщо це можливо (у безпечні періоди без обстрілів). Якщо це тимчасово неможливо, можна заплющити очі й пригадати, як гарно було тобі на сонечку.

Уяви стовп сонячного проміння, як це буває, коли воно пробивається крізь крони дерев. Такий потужний стовп сонця. Уяви, що ти заходиш із прохолоди лісу в сонячні промені. Ти соїш у стовпі сонячного світла. Уяви, що ці промені ідуть від самого сонця, нашого великого світила, і продовжуються аж до центру планети Земля. У центрі планети і ядрі теж величезна сила вогню. Уяви, як сонячне світло омиває тебе всього з голови до ніг і витягує все темне, забираючи його аж до центру землі, де під сильним тиском глибини це темне, від чого ти хочеш звільнитися, спалахує і згорає без сліду. Постій у сонячному світлі, нехай усе темне згорить. Відчуй себе вільним і оновленим.

Вправа «Сонячний дощик». Уяви собі промені сонця і заходь відтак у стовп життєдайного сонячного проміння. А тепер уяви теплий душ із сонячних

променів, які торкаються легенько твоєї шкіри і лоскочуть сонячними зайчиками. Зігрійся і розслабся від сонячного дотику, нехай сонячний дощик змиє з тебе все погане.

Вправа «Сонячний спогад». Уяви, як яскраво світить сонце, аж хочеться мружитись, як воно торкається твоїх щічок, нагріває, наснажує світлом. Побудь на сонечку у своєму безпечному спогаді. Пригадай, що було навколо, коли тобі було добре на сонечку, які ти бачив барви, чув звуки, можливо, відчував запахи, тепло-прохолоду. Це дає змогу затримати себе в цьому уявному безпечному місці, а в цей час психіка самовідновлюється. Вона така, вір їй, вона впорається, просто треба їй трішки допомогти.

Вправа «Віртуальні обійми». Накопичене тепло сонця зберігається в нашій душі, і ми можемо зігріти цим теплом іншу людину. Домовляєтеся, що берете зараз по різні боки зв'язку в руки подушку, згорнутий плед чи куртку, іграшку (будь-яку м'яку об'ємну річ). Обнімаєте її (можна одночасно), притискаєте до себе так, наче ту рідну людину, яка зараз на великій відстані від вас. І передаєте їй сонячне тепло своєї душі. Так ви допомагаєте своїй обнімальній уяві, додаючи тактильних стимулів. Покажіть дітям, як це працює. Психологи виявили, що для отримання ефекту присутності потрібен тактильний канал +іще один (слуховий чи зоровий). І це відчуття обіймів долає відстані.

ДОДАТКОВІ ВПРАВИ

Вправа «Намалюй і знищ». Від своїх емоцій, які заважають, переслідують і не відпускають, можна звільнитися, вдавшись до символізації. Малюємо на папірці (можна навіть на газеті чи упаковці) те, від чого нам погано, що заважає, гнітить, злить. Потім треба цей папірець різко зіжмакати і порвати на дрібні шматочки або сильно зіжмакати і закинути якнайдалі. Відтак підбираємо сміття і ще раз закидаємо якнайдалі. Варіант «знищення» поганих емоцій за допомогою ліплення: із чого завгодно (навіть із грязюки) виліплюємо те, що заважає, – опредмечуємо наш гнів, злість, страх, тривогу. Ставимо

зліплене символічне зображення перед собою і різко ударяємо по фігурці, перетворюємо її на млинець, розплескуємо кількома ударами, знову збираємо в кульку – і знову розплескуємо, збираємо – і знову розплескуємо.

Вправа «Вистав вартового». Інколи здається, що в тебе немає права відпочити, ти просто не можеш розслабитися. Можна собі допомогти, виконавши цю вправу. Отже, признач вартового. Це може бути будь-який предмет (ліхтарик, телефон), іграшка, яку ти береш у руки і «доручаєш» побути на чатах. Так, наче це твоя частинка уваги і тривоги буде тимчасово жити в цьому предметі. Постав його на видному місці або десь поряд. Тепер він стоїть на варті, а ти можеш перепочити. Якщо трапиться щось неочікуване, усе відразу до тебе повернеться. А зараз маєш вартового, його черга стояти на чатах, ти ж можеш трохи відпочити. Так в ігровій формі дитина може дозволити собі не тривожитися якийсь час. Ще один варіант: намалюй себе в обладунках вартового. Передай намальованому вартовому на якийсь час цю місію. Нехай малюнок висить на стіні і всіх оберігає. Коли ти відновився, можеш згорнути малюнок до наступного перепочинку. Цей новий ритуал саморегулювання (чи придумайте щось схоже) може допомогти дитині переключатися, адже бути постійно на сторожі протягом тривалого часу неможливо. Це принцип упровадження символічного предмета у фантазійний простір дитини.

Комплекс вправ для реабілітації шиї

Важливий для дітей, які скаржаться на головний біль. Головний біль – це загальна соматична реакція на дуже багато чинників. Він часто супроводжує підвищену температуру, є симптомом початку вірусного захворювання тощо. Також головний біль може бути реакцією соматизації тривалого стресу. Механізм тут такий: стрес, негативна емоція тривоги і страху рефлекторно супроводжуються стисканням м'язів шиї і плечей (голова ніби втягується в наш м'язовий панцир, як у зляканої черепашки). Якщо емоції тривалі, як у нашому випадку реальних зовнішніх загроз чи емпатичних переживань за інших, то

м'язи переходять у стан, схожий на спазм, стискають судини, зменшують кровотік, мозок починає голодувати (мало крові – мало кисню, інших потрібних для життєдіяльності клітин поживних речовин). Головний біль – це сигнал судин, що організм потребує нашої допомоги. Реабілітаційний комплекс вправ для шиї тому й реабілітаційний, бо якщо м'язи в перенапруженому стані (тверді, як грудочки), то звичайні вправи (нахилення голови вперед-назад, обертальні рухи тощо), якщо їх робити різко, без попереднього розігріву м'язів, можуть бути травматичними. Особливо зважаючи на те, що дистанційна освіта перед екраном – це чинник перенапруження шиї (щоб краще розгледіти екран, дитина нахиляє голову вперед і довго так її утримує, м'язи шиї через це зазнають перенапруження). Щоб пояснити цей зв'язок, можна скористатися образом черепашки, яка намагається сховати голову, втягуючи її в панцир.

Вправа «Метроном» (це своєрідний маятник «навпаки», коли тягарець на штоку коливається ритмічно зліва направо). Сидимо, руки лежать на колінах, дивимося прямо. Голова – тягарець, шия – шток (він не гнеться, а рівно відхиляється трохи вліво, щоб можна було відчутися, як напружилися м'язи справа від шиї). Фіксуємося в цьому положенні і рахуємо до 15. Відчуваємо, як зліва плече і рука розслабляються, стають ніби важчими. Дорахувавши повільно до 15, повертаємо голову в положення прямо і нахиляємо повільно в інший бік. Фіксуємо і рахуємо до 15. Не треба нахил робити дуже глибоким (намагатися покласти голову на плече), достатньо трохи відхилитися, щоб відчутися напруження м'язів. Цю вправу повторюємо 15 разів, щоб м'язи розігрілися, трохи розтягнулися, розслабилися. Це найдовша базова вправа, саме з неї починається комплекс.

Вправа «Пружинка». Уявляємо, що наша шия тримає голову, як пружинка, прикріплена ззаду до черепа. Ми розтягуємо пружинку, підіймаючи маківку голови вгору. Не нахиляємо голову вперед, а тягнемося вгору – до космосу; підборіддя можна трохи нахилити, але шия має бути прямою. Рахуємо до п'яти. Розслабляємо пружинку, м'язи розслабляються, і шия стає

ніби коротшою, водночас голова трохи відхиляється назад. Цю вправу робимо два-три рази.

Вправа «Факір». Руки піднімаємо вгору і замикаємо колом, пальчики до пальчиків угорі – виходить ніби змія-кобра. Голова в центрі, а навколо – коло з наших рук. Уявляємо, що факір грає на сопілці і кобра повертає голову. Повільно вліво, зупинилася, дивиться вліво, рахуємо до п'яти, повертаємо повільно голову прямо. Рахуємо до п'яти. Повільно повертаємо вправо, порахували до п'яти, повертаємо прямо, знову рахуємо до п'яти. І так – два-три рази. Опускаємо руки, можна трохи ними потрясти.

Вправа «Літачок». Руки – це крила літачка, піднімаємо їх горизонтально. Груди подаємо вперед, а крила під кутом – трохи назад. Літачок летить уперед, м'язи максимально напружені. Рахуємо до п'яти. Опускаємо руки, можна ними трохи потрясти. Знову летимо: злітаємо повільно, летимо швидко, напружені руки – долонями донизу, груди – уперед. Летимо швидко, рахуємо до п'яти, опускаємо руки. Так два-три рази. Потім літачок летить з поворотом, для цього праве крило піднімається вгору, а ліве – униз. Летимо на рахунок п'ять, опускаємо крила, летимо вліво – ліве крило вище, праве – нижче. Рахуємо до п'яти. Опускаємо. Що робить літачок, діти додумують самі. Треба тільки коригувати, що скидають літаки на зброю, а не на людей. Це російська пропаганда заряджена на дегуманізацію. Наше завдання – зберігати в дітях людяність, знищувати зброю ворогів. Пам'ятаймо, що війна, хоч вона і прийшла в наші домівки, це не дитяча справа.

Вправа «Чапля». Вона ходить по болоту, крила заводить назад. Тому тягнемо прямі руки-крила ззаду якомога вище, голову повільно відводимо назад, ніби чапля дивиться в небо. Тримаємо тіло в напруженні, рахуємо до п'яти. Опускаємо руки, можна ними потрясти. Знову чапля повільно дивиться в небо, підіймає ззаду крила. Рахуємо до п'яти. Опускаємо.

Вправа «Дерево». Знову ставимо руки колом навколо голови. Тільки долоні розгортаємо, як листочки дерева до сонця, – вони дивляться вгору. Зчіпляємо пальцями гілки вгорі над головою. Тепер дерево кроною росте,

гілки-руки напружуються, тягнуться кожна у свій бік, але пальці зчеплені – і виходить напруження без руху. Рахуємо до п'яти. Руки-віти відпочивають, не опускаємо, просто перестаємо тягнутися. Порахували до п'яти – знову ростемо вбік. Вправу повторюємо два-три рази. Останній раз розчіпляємо пальці і даємо рукам повільно вирости, розкриваючи крону вгорі над головою, як тризуб.

Увесь комплекс не вміщується в заняття (потребує 15-20 хвилин, бо виконується повільно), тому вправи розучуються поступово. Загалом цей комплекс забезпечує повільне і нетравматичне зняття шийних м'язових затискань і нормалізацію судинного кровотоку до головного мозку. Коли це робити – питання зручності (вранці-увечері, після дистанційних занять). Для профілактики – хоча б один раз на добу.

Список рекомендованої літератури

1. Найдьонова Л. А. «Ментальний щит» для дітей: хвилинки психологічної самопомоги. *Освіта і суспільство*. 2022. № 3. С. 9. URL: <https://naps.gov.ua/ua/press/releases/2688/>
2. Найдьонова Л. А. Онлайн-практикуми з ментального здоров'я і психологічні хвилинки всеукраїнського розкладу: медіапсихологічні закони дистанційної підтримки навчання дітей під час війни. *Психологія російсько-української війни: внутрішній погляд* : матеріали Всеукр. круглого столу, м. Київ, 7 квіт. 2022 р. / за ред. М. Слюсаревського, С. Чуніхіної. Київ, 2022. С. 26–27. URL: <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2022/10/krStilWoor-%D0%B2%D0%B5%D1%80%D1%81%D1%82%D0%BA%D0%B0-1.pdf>
3. Найдьонова Л. А. Психологічний імунітет: 8 ключів, щоб відновити сили. *Освіторія*. 2022. № 12, берез. URL: <https://osvitoria.media/experience/psychologichnyj-imunitet-9-klyuchiv-shhob-vidnovyty-syly/>
4. Найдьонова Л. А. Практикум з ментального здоров'я: заняття для щоденного підтримання психологічної рівноваги в умовах значного стресу / Київська Мала академія наук. 2022. URL: <https://kman.org.ua/ua/podiyi/Praktikum-z-mentalnoho-zdorovya>
5. Найдьонова Л. А. Ментальний щит : практ. заняття з дистан. психол. підтримки. Підготовка до роботи з дітьми різного віку. 2022. URL: <https://drive.google.com/drive/folders/14E5imzA6zzvwVZCzd-igYNqOL9I3-ccU?usp=sharing>

МЕДІАПСИХОЛОГІЯ

Автори:

Найдьорова Л. А., д-р психол. наук, чл.-кор. НАПН України, завідувач лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України;

Дятел Н. Л., молод. наук. співроб. лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.

Програма пройшла апробацію в Київській Малій академії наук учнівської молоді в дистанційному форматі протягом 2020-2021, 2021-2022 і 2022-2023 н. рр.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Сучасні діти й підлітки не уявляють свого життя без медіа. Вони отримують інформацію і засвоюють зразки поведінки з медіа, що визначає їхню кіберсоціалізацію, яка відбувається часто поза участю батьків в умовах, коли повний контроль медіасередовища є неможливим.

Навчання в секції медіапсихології передбачає формування системи знань про психологічні особливості інформаційного суспільства, пошук, сприймання, критичний аналіз, адекватне оцінювання та осмислення різноманітної медіапродукції, а також створення власних медіапродуктів на основі усвідомленої системи цінностей і переконань у взаємодії з іншими людьми.

За допомогою курсу медіапсихології формується ціннісна смислова саморегуляція – основний психологічний механізм, який допомагає розвивати загальну медіаграмотність особистості, відповідає за мотивацію застосування здобутих знань у практичній діяльності, формування медіакомпетентності з огляду на новітні феномени інформаційного суспільства.

Послідовність блоків програми передбачає практичне засвоєння теоретичних знань, розвиток різнобічних навичок, які дають змогу ефективно і

збалансовано взаємодіяти з медіасередовищем не просто розуміючи його закони та принципи, а й через наявність у людини власної картини світу, напрацьованих особистих цінностей та готовності їх відстоювати, розуміння соціокультурного й політичного контексту функціонування медіа в сучасному світі.

Метою програми є формування в учнів системи знань щодо інформаційного суспільства, системи медіа, особливостей побудови стосунків за допомогою медіа, соціальних мереж, віртуальних застосунків та інших можливостей медіа в сучасному світі; розвитку критичного мислення та аналітичних здібностей щодо медіапростору і медіаспоживання, спрямованих на ефективну реалізацію здобутих знань для формування об'єктивної та осмисленої картини світу; засвоєння способів загальної та індивідуальної регуляції медіапрактик та напрацювання навичок захисту від кіберризиків.

Основні завдання програми полягають у формуванні таких компетентностей:

- пізнавальної: розвиток критичного мислення учнів та медіаграмотності, розвиток мотивації до вивчення і пояснення явищ та процесів медіасвіту, сприяння розширенню науково-дослідницького інтересу та формування дослідницьких навичок;
- практичної: опанування учнями уміння працювати з різними джерелами інформації та знання специфіки їх функціонування; уміння рефлексувати та регулювати власну діяльність як у межах медіапростору, так і зберігаючи баланс з іншими видами діяльності;
- творчої: розвиток в учнів здатності до свідомої зцілювальної медіатворчості для самовираження, здатності аналізувати об'єкти медіатворчості на аудиторію та вміння прогнозувати вплив, який матимуть їхні власні твори на користувачів;
- соціальної: розуміння соціальної ролі медіапростору, його невід'ємності та масштабності в сучасному світі, переваг та викликів зростання обсягу екранного часу у зв'язку з пандемією, уміння протистояти

загальномережевим проблемам кіберризиків та специфічним для України наслідкам інформаційної війни.

Програма секції медіапсихології призначена для роботи з учнями старшого шкільного віку. Вона передбачає навчання в секції учнів 9–11 класів. Кількісний склад навчальної групи – 10-12 учнів. Велика увага приділяється розвитку навичок критичного мислення та саморегуляції, а також проведенню медіапсихологічних досліджень, рефлексії набутого досвіду, вирішенню творчих завдань та формуванню медіакультури підлітків.

Програма ґрунтується на Державному стандарті базової і повної загальної освіти. Зміст Програми реалізується з огляду на здібності та вікові особливості учнів за допомогою як традиційних форм і методів навчання (індивідуальна, групова форми, методи бесіди, лекції, екскурсії, семінари, практикуми в наукових закладах), так і інтерактивних методів (круглий стіл, тренінг, моделювальна гра, дебати, навчальна дискусія, метод case-study або метод конкретних ситуацій). Під час проведення занять керівник секції використовує різноманітні засоби навчання: презентації, наочні посібники, роздатковий матеріал, технічні засоби навчання.

Програма передбачає варіативність технологій, методів і форм навчання. У процесі організації навчально-виховного процесу застосовують сучасні технології, що зарекомендували себе як ефективні та цікаві, зокрема сформульовані за принципами НУШ.

Заняття секції поєднують онлайн- та офлайн-формати на основі використання різноманітних методів навчання, серед яких: пояснювально-ілюстративні (розповідь, пояснення, бесіда, демонстрація, досліди та ін.), репродуктивні (відтворювальні) та проблемно-пошукові (проблемний виклад матеріалу, дослідницькі, частково-пошукові) методи навчання.

Учасники програми мають змогу представляти результати своїх досліджень на наукових конференціях, семінарах та круглих столах, які проводяться науково-дослідними інститутами, закладами вищої освіти, та в науково-дослідницькій роботі Малої академії наук. Перевірка та оцінювання

знань й умінь учнів здійснюється під час виконання вихованцями практичних робіт, а також у формі вікторин, змагань, під час захисту наукових робіт.

Програма є орієнтовною. Керівник секції може вносити зміни й доповнення в зміст програми, плануючи свою роботу з урахуванням інтересів її членів чи обраного напрямку діяльності позашкільного закладу освіти.

Розподіл годин за темами – орієнтовний. Керівник секції, беручи до уваги рівень підготовки учнів, може визначати, скільки годин потрібно на опанування тієї чи іншої теми, і вносити до програми відповідні корективи. Перелік обладнання в програмі подано як орієнтовний відповідно до можливостей освітнього закладу.

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Розділ, тема	Кількість годин		
	усього	теоретичних	практичних
Вступ. Знайомство. Презентація секції «Медіапсихологія»	4	-	4
Розділ 1. Теорія проведення наукових досліджень	54	12	42
1.1 Основні методи науково-психологічних досліджень.	14	2	12
1.2. Основні принципи медіапсихологічних досліджень. Тематичне різноманіття медіапсихології.	9	2	7
1.3. Вибір теми і предмета наукового медіапсихологічного дослідження.	9	2	7
1.4. Основні поняття наукового дослідження та шляхи їх визначення.	9	2	7
1.5. Вимоги до робіт, що подаються на II етап Всеукраїнського конкурсу-захисту науково-дослідних робіт.	9	2	7
Розділ 2. Загальна медіапсихологія	45	10	35
2.1. Розвиток інформаційного суспільства. Інформація і комунікація.	9	2	7
2.2. Людина інформаційного суспільства. Основи сучасної аналітики та пошук інформації.	9	2	7

2.3. Медіапрактики та взаємодія в інфопросторі.	9	2	7
2.4. Масмедіа: ефекти і впливи. Медіавиробники і медіаспоживачі. Регулювання медіапростору.	9	2	7
2.5. Права дитини в цифровому середовищі.	9	2	7
Розділ 3. Кіберкультура	27	6	21
3.1. Інтернет як технологія і як соціальний контекст. Нові можливості.	9	2	7
3.2. Бюджет часу і психологічне благополуччя.	9	2	7
3.3. Нетикет і емоційна регуляція онлайн-комунікації.	9	2	7
Розділ 4. Картина світу в кіберпросторі.	36	8	28
4.1. Медіа як ресурс розвитку особистості. Співвідношення онлайн-та офлайн-світів у формуванні картини світу.	9	2	7
4.2. Ризики нерегульованого використання медіа.	9	2	7
4.3. Механізми впливу масової інформації на особистість. Види маніпуляцій.	9	2	7
4.4. Соціальний досвід у медіа. Парасоціальні стосунки.	9	2	7
Розділ 5. Критичне мислення	54	12	42
5.1. Звичка і мотивація перевірки інформації. Уміння ставити запитання.	9	2	7
5.2. Логіка і економіка інформації.	9	2	7
5.3. Цілі, завдання та користь споживання інформації.	9	2	7
5.4. Принципи формальної і неформальної логіки в аналітиці.	9	2	7
5.5. Настановлення, упередженість і «білі плями» людського сприймання.	9	2	7
5.6. Критичне мислення в онлайн-комунікації.	9	2	7
Розділ 6. Системний аналіз і стратегічне мислення	36	8	28
6.1. Причинно-наслідкові зв'язки в	9	2	7

прийнятті рішень.			
6.2. Ієрархізація даних і вміння визначати пріоритетність даних.	9	2	7
6.3. Комплексне вирішення задач і гнучкість мислення.	9	2	7
6.4. Планування і прогнозування.	9	2	7
Розділ 7. Саморегуляція і емоційний інтелект	54	12	42
7.1. Актуальність розвитку емоційного інтелекту.	9	2	7
7.2. Ціннісно-сміслова саморегуляція.	9	2	7
7.3. Рефлексія. Оцінка зворотного зв'язку.	9	2	7
7.4. Саморегуляція медіасприймання.	9	2	7
7.5. Рольовий підхід у вирішенні задач.	9	2	7
7.6. Основні техніки самовладання і самопрезентації.	9	2	7
Розділ 8. Безпека в медіапросторі	36	8	28
8.1. Інформаційна безпека. Протистояння маніпуляціям.	9	2	7
8.2. Кібербулінг та інші загрози медіасвіту.	9	2	7
8.3. Традиції та ініціативи захисту дитини в інформаційному просторі. Загальні алгоритми захисту.	9	2	7
8.4. Оптимізація різних видів взаємодії та індивідуальні моделі захисту.	9	2	7
Підсумкове заняття. Висновки.	2	2	-
Захист індивідуальних досліджень	16	2	14
Усього	360	80	280

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Вступ. Знайомство. Презентація секції «Медіапсихологія» (4 год.)

Ознайомлення з Правилами техніки безпеки. Ознайомлення з програмою роботи секції медіапсихології. Представлення учасниками секції своїх наукових інтересів.

Розділ 1. Теорія проведення наукових досліджень (45 год.)

1.1. Методи наукових досліджень. Організація наукового дослідження та контроль чистоти результатів (9 год.)

Теоретична частина. Основні методи науково-психологічних досліджень. Стандартизація дослідження. Поняття надійності і валідності.

Практична частина. Найвідоміші психологічні дослідження. Їхні слабкі і сильні сторони.

1.2. Основні принципи медіапсихологічних досліджень. Тематичне різноманіття медіапсихології (9 год.)

Теоретична частина. Базові поняття медіапсихології. Напрями та особливості побудови медіапсихологічних досліджень.

Практична частина. Участь у дискусії щодо сучасних медіа з представниками медіавиробництва.

1.3. Вибір теми і предмета наукового медіапсихологічного дослідження (9 год.)

Теоретична частина. Планування медіапсихологічного дослідження. Етичний кодекс і культура дослідника.

Практична частина. Визначення основних елементів наукових робіт учнів на основі обраної теми.

1.4. Основні поняття наукового дослідження та шляхи їх визначення (9 год.)

Теоретична частина. Мета і принципи визначення наукової новизни, актуальності, об'єкта, предмета, гіпотези, мети і завдань наукового дослідження.

Практична частина. Підготовка плану дослідження і його оформлення.

1.5. Вимоги до робіт, що подаються на II етап Всеукраїнського конкурсу захисту науково-дослідних робіт (9 год.)

Теоретична частина. Загальні положення проведення II етапу Всеукраїнського конкурсу-захисту науково-дослідних робіт. Вимоги до оформлення роботи, поданої на конкурс-захист МАН.

Практична частина. Похід на медіавиробництво. Знайомство із співробітниками студії анімації «Червоний собака» та особливостями роботи анімаційного виробництва.

Розділ 2. Загальна медіапсихологія (45 год.)

2.1. Розвиток інформаційного суспільства. Інформація і комунікація (9 год.)

Теоретична частина. Історія розвитку медіаресурсів. Сучасний медіаландшафт. Взаємодія в інформаційному просторі.

Практична частина. Обговорення європейських критеріїв медіаграмотності.

2.2. Людина сучасного інформаційного суспільства. Основи сучасної аналітики і пошук інформації (9 год.)

Теоретична частина. Кіберсоціалізація і її вікові норми. Ключові принципи медіаграмотності.

Практична частина. Принципи забезпечення інформаційної безпеки в умовах інфодемії.

2.3. Медіапрактики і взаємодія в інфопросторі (9 год.)

Теоретична частина. Види взаємодії з медіаресурсами, їхні особливості. Можливості та правила різних видів взаємодії в онлайн-середовищі.

Практична частина. Діагностика медіапрактик особистості. Застосунки, що допомагають відстежувати і коригувати медіаактивність.

2.4. Масмедіа: ефекти і впливи. Медіавиробники і медіаспоживачі. Регулювання медіапростору (9 год.)

Теоретична частина. Розвиток ЗМІ. Медіаефекти і їхні психологічні механізми. Новинна грамотність: декодування медіамеседжів.

Практична частина. Практикум «Факт і точка зору в ЗМІ».

2.5. Права дитини в цифровому середовищі (9 год.)

Теоретична частина. Сучасні українські практики і перспективи розвитку питання медіабезпеки.

Практична частина. Обговорення: «Медіаризики і вікові новоутворення, які їм запобігають».

Розділ 3. Кіберкультура (27 год.)

3.1. Інтернет як технологія і як соціальний контекст. Нові можливості (9 год.)

Теоретична частина. Сучасні питання кіберпростору. Соціальні мережі. «Інформаційні бульбашки» онлайн-взаємодії. Кіберспорт. Штучний інтелект.

Практична частина. Обговорення сучасних міфів кіберсвіту і потенційних шляхів його розвитку.

3.2. Бюджет часу і психологічне благополуччя (9 год.)

Теоретична частина. Концепція економіки власного часу. Медіапрактики в бюджеті вільного часу і в навчанні. Прокрастинація. Рефлексивний підхід та оптимізація діяльності.

Практична частина. Тренінг з аналізу та оптимізації медіапрактик. **3.3.**

Нетикет і емоційна регуляція онлайн-комунікації (9 год.)

Теоретична частина. Мова кіберпростору. Механізми діалогу культур в інтернеті. Передавання і викривлення інформації під час спілкування. Синхронне і асинхронне онлайн-спілкування.

Практична частина. Особливості етикету в онлайн-спілкуванні. Нетикет у різних країнах.

Розділ 4. Картина світу в кіберпросторі (36 год.)

4.1. Медіа як ресурс розвитку особистості. Співвідношення онлайн- і офлайн-світів у формуванні картини світу (9 год.)

Теоретична частина. Інтернет як засіб розширення горизонтів комунікативної свободи. Можливості набуття соціокультурного досвіду. Організація подій.

Практична частина. Тренінг «Ознаки мови ворожнечі і способи її уникнення».

4.2. Ризики нерегульованого використання медіа (9 год.)

Теоретична частина. Суб'єктне і об'єктне сприйняття. Побудова навичок саморегуляції під час використання інтернету.

Практична частина. Діагностика соціального благополуччя особистості.

4.3. Механізми впливу масової інформації на особистість. Види маніпуляцій (9 год.)

Теоретична частина. Маніпуляції в ЗМІ і в індивідуальному спілкуванні. Способи відстежування і протистояння.

Практична частина. Основи критичного мислення – способи протистояння маніпуляціям та ухвалення рішень в умовах тиску.

4.4. Соціальний досвід у медіа. Парасоціальні стосунки (9 год.)

Теоретична частина. Сучасна міфологія і поведінкові патерни у світі медіа. Формування уявлень про соціальну взаємодію. Парасоціальні стосунки.

Практична частина. Дискусія «Кіберпростір і стосунки: дружба і кохання в медіа і в житті».

Розділ 5. Критичне мислення (54 год.)

5.1. Звичка і мотивація перевірки інформації. Уміння ставити запитання (9 год.)

Теоретична частина. Навіщо перевіряти інформацію? Критичне мислення як компетентність майбутнього і запорука особистого благополуччя.

Практична частина. Розвивальна гра «Правда чи вигадка? Міські легенди і хибні переконання».

5.2. Логіка і економіка інформації (9 год.)

Теоретична частина. Поняття інформації, її види та способи передавання. Властивості інформації. Теорія ігор. Прогнозування на основі даних.

Практична частина.

5.3. Цілі, завдання і користь споживання інформації (9 год.)

Теоретична частина. Визначення особистих і командних цінностей під час роботи над спільними задачами.

Практична частина. Рольова гра «Далека веселка».

5.4. Принципи формальної і неформальної логіки в аналітиці (9 год.)

Теоретична частина. Індукція і дедукція в практичному застосуванні. Відмінність формальної і неформальної логіки. Аргументи і докази. Вага елементів інформації.

Практична частина. Вирішування задач з формальної і неформальної логіки.

5.5. Настановлення, упередженість і «білі плями» людського сприймання (9 год.)

Теоретична частина. Поняття настановлення. Звідки беруться упередження і методи роботи з ними. Особливості та основні види викривлень сприйняття.

Практична частина. Демонстрація відео з місця події і подальша гра «Покази свідків».

5.6. Критичне мислення в онлайн-комунікації (9 год.)

Теоретична частина. Особливості сприймання інформації та емоційного реагування в онлайн-комунікації. Навички саморегуляції і критичного оцінювання ситуації в онлайн-взаємодії.

Практична частина. Розроблення моделей реагування в умовах виникнення різних кіберзагроз.

Розділ 6. Системний аналіз і стратегічне мислення (36 год.)

6.1. Причинно-наслідкові зв'язки у прийнятті рішень (9 год.)

Теоретична частина. Моделі і методи прийняття рішень. Поняття достатньої поінформованості. Етапи прийняття рішень. Наслідки і відповідальність.

Практична частина. Комплексний аналіз історичної події за вибором.

6.2. Ієрархізація даних і вміння визначати пріоритетність даних (9 год.)

Теоретична частина. Принципи організації інформації. Категорія та ієрархія. Індивідуальні, суспільні інтереси та мета завдання.

Практична частина. Вправа-фасилітація «Організація шкільного концерту».

6.3. Комплексне вирішення задач і гнучкість мислення (9 год.)

Теоретична частина. Концепція VUCA-світу. Перетворення проблеми на задачу. Етапи вирішення задач. Розвиток навичок комплексного вирішення задач.

Практична частина. Вправи на вміння комплексно вирішувати проблеми («Золота рибка», «Так/Ні»).

6.4. Планування і прогнозування (9 год.)

Теоретична частина. Принципи побудови прогнозів. Уміння робити висновки на основі неповних фактів.

Практична частина. Дискусія на тему перспектив глобалізації і можливого майбутнього.

Розділ 7. Саморегуляція і емоційний інтелект (54 год.)

7.1. Актуальність розвитку емоційного інтелекту (9 год.)

Теоретична частина. Поняття саморегуляції і емоційного інтелекту та їхня роль у структурі особистості.

Практична частина. Тренінг «Емоційна палітра».

7.2. Ціннісно-сміслова саморегуляція (9 год.)

Теоретична частина. Аналіз власних цінностей. Уміння розрізняти особисті і навіяні погляди.

Практична частина. Діагностика ціннісних орієнтацій та мотивації.

7.3. Рефлексія. Оцінка зворотного зв'язку (9 год.)

Теоретична частина. Функції рефлексії в комунікації. Критика і зворотний зв'язок. Уміння взаємодіяти з конструктивною і неконструктивною критикою.

Практична частина. Рефлексивна гра як антиманіпуляція і критичне мислення.

7.4. Саморегуляція медіасприймання (9 год.)

Теоретична частина. Базові стратегії самоконтролю. Етапи перебігу емоцій, їх усвідомлення та саморегуляція на кожному з етапів.

Практична частина. Емпатія та співпереживання в онлайн- і офлайн-взаємодії.

7.5. Рольовий підхід у вирішенні задач (9 год.)

Теоретична частина. Поняття ролі в діяльності. Рамка ситуації у виборі моделі поведінки. Робота з позиції «я-індивідуальність» та «я виконавець ролі».

Практична частина. Тренінг самовладнання та управління власними емоціями.

7.6. Основні техніки самовладання і самопрезентації (9 год.)

Теоретична частина. Імідж та створення власного бренду.

Слабкі і сильні сторони в самопрезентації. Як подолати хвилювання.

Практична частина. Рольова гра із самопрезентації в заданій сфері.

Розділ 8. Безпека в медіапросторі (36 год.)

8.1. Інформаційна безпека. Протистояння маніпуляціям (9 год.)

Теоретична частина. Поняття про медіаімунітет і психологічний самозахист.

Практична частина. Практикум з протистояння медіаманіпуляціям і медіанасильству.

8.2 Кібербулінг та інші загрози медіасвіту (9 год.)

Теоретична частина. Проблема медіанасильства і кібербулінгу.

Практична частина. Поради щодо профілактики і подолання кібербулінгу.

8.3. Традиції та ініціативи захисту дитини в інформаційному просторі. Загальні алгоритми захисту (9 год.)

Теоретична частина. Сучасна практика захисту прав людини в інтернеті. Міжнародні і національні практики. Організації і події, пов'язані із захистом дитини в інтернеті.

Практична частина. Участь у круглому столі на тему «Захист дитини в інтернеті»

8.4. Оптимізація різних видів взаємодії та індивідуальні моделі захисту (9 год.)

Теоретична частина. Оцінка особистих ресурсів і напрацювання індивідуальних моделей поведінки та захисту в умовах кібернебезпек.

Практична частина. Брейнштурм на тему «Поради для батьків щодо захисту дитини в інтернеті».

Підсумкове заняття. Висновки (2 год.)

Підбиття підсумків роботи секції за навчальний рік. Визначення перспектив подальших наукових розвідок учнів.

Захист індивідуальних досліджень (16 год.)

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Члени секції мають знати:

- визначення медіапсихології як науки та її основні поняття;
- місце медіапсихології в системі сучасних наук;

- основні напрями сучасної медіапсихології;
- методи збирання психологічної інформації та методика проведення психодіагностичних досліджень;
- вимоги до оформлення роботи дослідника Малої академії наук;
- основні компетентності особистості майбутнього;
- принципи впливу медіа;
- алгоритми аналізу інформації;
- способи саморегуляції та інформаційного захисту;
- основні відмінності онлайн- і офлайн-взаємодії;
- принципи нетикету.

Члени секції мають уміти:

- проводити повний цикл медіапсихологічного дослідження;
- - презентувати результати власної роботи на широкий загал;
- використовувати різні інформаційні джерела і критично їх оцінювати;
- оформляти науково-дослідну роботу відповідно до вимог;
- використовувати методи самопізнання і самовдосконалення;
- - визначати впливи медіапростору на особистість і власний вплив на медіасередовище;
- регулювати власну діяльність і підтримувати баланс взаємодії в медіапросторі.

Члени секції мають набути досвід:

- здійснення дослідження в галузі медіапсихології;
- використання психодіагностичного інструментарію;
- опису результатів дослідження;
- оформлення науково-дослідної роботи члена Малої академії наук.

Обладнання	Кількість шт.
Апаратура:	
Принтер	1
Мультимедійний проєктор	1
Екран/дошка	1
Накопичувач USB Flash-drive	1
Навушники	За кількістю учнів
Окуляри 3D реальності	За кількістю учнів
Планшети	За кількістю учнів
Комп'ютер	За кількістю учнів
Канцелярське приладдя:	
Папір друкарський А-4, А-3	За потребою
Кольоровий папір	За потребою
Ножиці	За потребою
Кулькові ручки	За потребою
Графітні олівці	За потребою
Папки	За потребою
Файли	За потребою

Список рекомендованої літератури

1. Баришполец О. Т. Український словник медіакультури. Київ : Міленіум, 2014. 196 с.
2. Баришполец О. Т. Брехня в інформаційному просторі та міжособовій комунікації : монографія / Нац. акад. пед. наук, Ін-т соц. та політ. психології. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2014. 648 с.
3. Бурлачук Л. Ф. Психодиагностика личности. Київ : Здоров'я, 2011. 248 с.

4. Голубева Э. А. Способности и индивидуальность. Москва : Прометей, 2003. 306 с.
2. Кіберсоціалізація в умовах інформаційної війни : матеріали наук.-практ. семінару (м. Київ, 16 трав. 2018 р.) / [за ред. Н. Л. Дятел]. 2018. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/kibersotsializat...matsijnoyi-vijny/>
3. Медіаграмотність та інформаційна безпека : інформ. бюл. / за наук. ред. Л. А. Найдьонові ; упоряд. О. О. Кришовська ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2018. 128 с.
4. Медіакультура. Навчальна програма для учнів 9, 10, 11 класів закладів загальної середньої освіти (три роки навчання) / за ред. Л. А. Найдьонові ; уклад. Л. А. Найдьонова, Н. І. Череповська ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2018. 78 с.
5. Медіатравма в умовах інформаційної війни: психологічний та педагогічний аспекти : матеріали 1-ї Всеукр. наук. конф. (м. Київ, 20-21 черв. 2017 р.). Київ, 2017. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/materialy-vseukrayinskoji-naukovopraktychnoji-konferentsiyi-mediatravma-v-umovah-informatsijnoyi-vijny-psyhologichnyj-ta-pedagogichnyj-aspekty/>
6. Медіакультура : підручник для учнів старших класів / за ред. Л. А. Найдьонові : електронне видання. Київ, 2018.
7. Петровская Л. А. Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг. Москва : Изд. МГУ, 2009. 216 с.
8. Практикум «Медіакультура»: Робочий зошит курсу за вибором для учнів 10 класу загальноосвітніх навчальних закладів / Л. А. Найдьонова, О. Т. Баришполець, О. Є. Голубева ; упоряд. Н. І. Череповська. Київ : Міленіум, 2017. 94 с.
9. Психологія особистості : словник-довідник / за ред. П. П. Горностая, Т. М. Титаренко. Київ : Рута, 2001. 320 с.
10. Рибалка В. В. Психологія розвитку творчої особистості : навч. посіб. Київ : ІЗМН, 2006. 236 с.
11. Терно С. Теорія розвитку критичного мислення (на прикладі навчання історії) : [посіб. для вчителя] / Запоріж. нац. ун-т. Запоріжжя, 2011. 105 с
12. Технології розвитку критичного мислення учнів / Кроуфорд А., Саул В., Метьюз С., Макінстер Д. ; наук. ред., передм. О. І. Пометун. Київ : Плеяди, 2006. 220 с.
13. Шейбе С., Рогоу Ф. Медіаграмотність : підручник для вчителів / пер. з англ. С. Дьома ; за заг. ред. В. Ф. Іванова, О. В. Волошенюк. Київ : Центр Вільної Преси, Академія Української Преси, 2017. 319 с.
14. Щекин Г. В. Как эффективно управлять людьми: психология кадрового менеджмента. Киев : МАУП, 1999. 400 с.

15. Экономическая психология / под ред. И. В. Андреевой. Санкт-Петербург : Питер, 2000. 512 с.
16. Talbot M. Critical Reasoning. *Philosophy Now*. Jan, 2015. URL: https://philosophynow.org/issues/106/Critical_Reasoning
17. The Foundation for Critical Thinking. Defining Critical Thinking. *The Foundation for Critical Thinking*. 2016. URL: <http://www.criticalthinking.org>.
18. The 10 skills you need to thrive in the Fourth Industrial Revolution. *The World Economic Forum*. 2016. URL: <https://www.weforum.org/agenda/2016/01/the-10-skills-you-need-to-thrive-in-the-fourth-industrial-revolution/>

КІБЕРПСИХОЛОГІЯ

Автори:

Найдьонова Л. А., д-р психол. наук, чл.-кор. НАПН України, заступник директора з наукової роботи Інституту соціальної та політичної психології НАПН України;

Чаплінська Ю. С., канд. психол. наук, ст. наук. співроб. лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України;

Дятел Н. Л., молод. наук. співроб. лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.

Рецензенти:

Дворник М. С., канд. психол. наук, ст. наук. співроб., завідувач лабораторії соціальної психології особистості Інституту соціальної та політичної психології НАПН України; *Паньковець В. М.*, канд. психол. наук, доцент кафедри соціальної психології ф-ту психології Київського національного університету імені Тараса Шевченка.

Програма пройшла апробацію в Київській Малій академії наук учнівської молоді в дистанційному форматі протягом 2022-2023 н. р.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Увесь світ віртуалізується, цифровізація суспільства та освіти набирає шалених обертів. Те, що вчора було лише кіберпанком, що можна було побачити тільки у фантастичних фільмах і комп'ютерних іграх, сьогодні стає матеріальною реальністю найближчого оточення: віртуальні секретарі, розумні речі, роботи; у кожній кишені – власний штучний інтелект у смартфоні; звичними стали фітнес-браслети, смарт-годинники, гугл-карти та інші гаджети і застосунки. Розумними стають не лише пилососи, а й цілі заводи і міста. Сучасні діти й підлітки інколи втрачають межу між віртуальним, штучним кіберсвітом комп'ютерних ігор та соцмереж і реаліями повноформатного соціального життя та спілкування. Сучасні діти отримують інформацію і засвоюють зразки поведінки з інтернету, кіберсоціалізуються, часто поза

участю батьків – в умовах, коли зовнішній контроль медіа- і кіберсередовища стає неможливим.

Навчання в секції кіберпсихології передбачає формування у дітей системи знань про психологічні особливості взаємодії людини з кіберсвітом – штучно створеними інформаційно-технічними об'єктами і системами, які змінюють наше життя і суспільство. Навчання спрямоване на пошук, сприймання, критичний аналіз, адекватне оцінювання та осмислення різноманітних кібертехнологій (гейміфікації, віртуальної і доданої реальності, імерсивних технологій, робототехніки), а також створення безпечних кіберпрактик на основі усвідомленої системи цінностей і переконань у взаємодії з іншими людьми.

Курс кіберпсихології сприяє формуванню ціннісної смислової саморегуляції – основного психологічного механізму, який допомагає розвивати особистість і протистояти негативним наслідкам кіберсоціалізації, мотивує до застосування здобутих знань у практичній діяльності.

Послідовність блоків програми передбачає практичне засвоєння теоретичних знань – від загального огляду психологічної науки через вивчення особливостей взаємодії людини зі штучним інтелектом до інновацій у власних кіберпрактиках. Програма покликана забезпечити різнобічний розвиток умінь, які дають людині змогу ефективно та збалансовано взаємодіяти із сучасним кіберсередовищем, – не просто розуміючи його закони та принципи, а й завдяки наявності власної картини світу, напрацьованих особистих цінностей та готовності їх відстоювати, розумінню соціокультурного й політичного контексту розвитку інформаційних технологій у сучасному світі і майбутньому людства.

Метою програми є формування в учнів системи знань щодо психологічного забезпечення безпеки інформаційно-технічних інновацій у сучасному суспільстві, особливостей побудови стосунків зі штучним інтелектом, роботами та іншими інформаційно-технічними об'єктами кіберпростору; розвиток критичного мислення та аналітичних здібностей щодо

медіапростору і медіаспоживання, спрямованих на ефективну реалізацію здобутих знань для формування об'єктивної та осмисленої картини світу; засвоєння способів загальної та індивідуальної регуляції медіапрактик та напрацювання навичок захисту від кіберризиків.

Основні завдання програми полягають у формуванні таких компетентностей:

- пізнавальної: розвиток в учнів критичного мислення та підвищення рівня їхньої медіаграмотності, розвиток у них мотивації до вивчення і пояснення явищ та процесів медіасвіту, сприяння розширенню науково-дослідницького інтересу та формування дослідницьких навичок;
- практичної: опанування учнями вміння працювати з різними джерелами інформації та знання специфіки їх функціонування; вміння рефлексувати та регулювати власну діяльність як у межах медіапростору, так і зберігаючи баланс з іншими видами діяльності;
- творчої: розвиток в учнів здатності до свідомої зцілювальної медіатворчості для самовираження, до аналізу об'єктів медіатворчості на аудиторію та вміння прогнозувати вплив, який матимуть їхні власні твори на користувачів;
- соціальної: розуміння соціальної ролі медіапростору, його невід'ємності та масштабності в сучасному світі, переваг та викликів зростання обсягів екранного часу у зв'язку з пандемією; вміння протистояти загальномережевим проблемам кіберризиків та специфічним для України наслідкам інформаційної війни.

Програма секції медіапсихології призначена для роботи з учнями старшого шкільного віку. Вона передбачає навчання в секції учнів 9–11 класів. Кількісний склад навчальної групи – 10-12 учнів.

Велика увага приділяється розвитку навичок критичного мислення та саморегуляції, а також проведенню медіапсихологічних досліджень, рефлексії набутого досвіду, вирішенню творчих завдань та формуванню медіакультури учнів.

Програма ґрунтується на Державному стандарті базової і повної загальної освіти. Зміст програми реалізується з огляду на здібності та вікові особливості учнів за допомогою як традиційних форм і методів навчання (індивідуальна, групова форми, методи бесіди, лекції, екскурсії, семінари, практикуми в наукових закладах), так і інтерактивних методів (круглий стіл, тренінг, моделювальна гра, дебати, навчальна дискусія, метод case-study або метод конкретних ситуацій). Під час проведення занять керівник секції використовує різноманітні засоби навчання: презентації, наочні посібники, роздатковий матеріал, технічні засоби навчання.

Програма передбачає варіативність технологій, методів і форм навчання. У процесі організації навчально-виховного процесу застосовують сучасні технології, що зарекомендували себе як ефективні та цікаві, зокрема сформульовані за принципами НУШ. Під час занять поєднують онлайн- та офлайн-формати, використовуючи різноманітні методи навчання, серед яких: пояснювально-ілюстративні (розповідь, пояснення, бесіда, демонстрація, досліди та ін.), репродуктивні (відтворювальні) та проблемно-пошукові (проблемний виклад матеріалу, дослідницькі, частково-пошукові) методи навчання.

Учасники програми мають змогу представляти результати своїх досліджень на наукових конференціях, семінарах та круглих столах, які проводяться науково-дослідними інститутами, закладами вищої освіти, і в науково-дослідницькій роботі Малої академії наук.

Перевірка та оцінювання знань й умінь учнів здійснюється під час виконання вихованцями практичних робіт, а також у формі вікторин, змагань, під час захисту наукових робіт.

Програма є орієнтовною. Керівник секції, плануючи свою роботу, може вносити зміни й доповнення в зміст Програми з огляду на інтереси дітей чи обраний напрям діяльності позашкільного освітнього закладу.

Розподіл годин за темами також орієнтовний. Керівник секції, беручи до уваги рівень підготовки учнів, може визначати, скільки годин потрібно на

опанування тієї чи іншої теми, і вносити до Програми відповідні корективи. Перелік обладнання в програмі подано як орієнтовний відповідно до можливостей закладів освіти. Рекомендовано проведення екскурсій і відвідування центрів колективного користування технологіями, з якими учні прагнуть ознайомитися, зокрема щодо роботехніки, розумних речей тощо.

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Розділ, тема	Кількість годин		
	усього	теоретичних	практичних
Вступ. Знайомство. Презентація секції «Кіберпсихологія»	4	-	4
Розділ 1. Теорія проведення наукових досліджень	54	12	42
1.1. Основні принципи кіберпсихологічних досліджень. Тематичне різноманіття кіберпсихології як новітньої галузі в системі психологічних наук	9	2	7
1.2 Основні методи науково-психологічних досліджень.	12	2	12
1.3. Вибір теми і предмета наукового кіберпсихологічного дослідження.	9	2	7
1.4. Основні поняття наукового дослідження та шляхи їх визначення.	9	2	7
1.5. Вимоги до робіт, що подаються на II етап Всеукраїнського конкурсу-захисту науково-дослідних робіт.	9	2	7
Розділ 2. Кіберпсихологія і технології	45	10	35
2.1. Інженерна психологія. Автоматизація і роботизація. Штучний інтелект і алгоритми. Цифрові двійники і машинне навчання. Розумні речі і міста.	9	2	7
2.2. Людина інформаційного суспільства. Розвиток інформаційно-комунікаційних технологій. Основи сучасної аналітики і пошук інформації.	9	2	7
2.3. Психологія взаємодії в	9	2	7

Розділ, тема	Кількість годин		
	усього	теоретичних	практичних
кіберпросторі. Ігрові і комерційні середовища. Світи, функції і ролі в кібервзаємодії.			
2.4. Роботопсихологія. Типи роботів і розмаїття штучного інтелекту. Виробники і споживачі в кіберпросторі.	9	2	7
2.5. Права дитини в цифровому середовищі.	9	2	7
Розділ 3. Кіберкультура і інтернет-психологія	27	6	21
3.1. Інтернет як технологія і як соціальний контекст. Нові можливості і ризики.	9	2	7
3.2. Бюджет часу і психологічне благополуччя. Благополуччя в кіберпросторі і добробут.	9	2	7
3.3. Нетикет і емоційна регуляція онлайн-комунікації.	9	2	7
Розділ 4. Картина світу в кіберпросторі. Ігрові світи.	36	8	28
4.1. Кіберсвіти як ресурс розвитку особистості. Співвідношення онлайн- і офлайн-світів у формуванні світогляду	9	2	7
4.2. Ризики нерегульованого і надмірного перебування в кіберпросторі. Кіберспорт.	9	2	7
4.3. Механізми впливу кіберпростору на особистість. Види маніпуляцій. Кібербулінг і чатинг.	9	2	7
4.4. Соціальний досвід у кіберпросторі. Аватари і персонажі. Парасоціальні стосунки з ботами.	9	2	7
Розділ 5. Критичне мислення в кіберпросторі	54	12	42
5.1. Звичка і мотивація перевірки інформації. Уміння ставити запитання. Мова кіберпростору.	9	2	7
5.2. Логіка і економіка інформації. Кібергроші і алгоритми.	9	2	7

Розділ, тема	Кількість годин		
	усього	теоретичних	практичних
5.3. Цілі, завдання і користь споживання інформації. Досягнення в кіберпросторі і офлайн-реальність	9	2	7
5.4. Принципи формальної і неформальної логіки в аналітиці. Кіберінструменти посилення власного інтелекту.	9	2	7
5.5. Настановлення, упередженість і «білі плями» людського сприймання. Сенсори нового покоління. Зд-звук, гаптика.	9	2	7
5.6. Критичне мислення в онлайн-комунікації і розширеній реальності.	9	2	7
Розділ 6. Системний аналіз і стратегічне мислення	36	8	28
6.1. Причинно-наслідкові зв'язки в прийнятті рішень. Ефект присутності і психологія сприймання.	9	2	7
6.2. Ієрархізація даних і вміння визначати пріоритетність даних. Кібервізуалізації і різні модальності сприймання, когнітивні стилі і мислення.	9	2	7
6.3. Комплексне вирішення задач і гнучкість мислення. Дизайн кіберпростору, управління увагою і особливості темпераменту (юзерський досвід).	9	2	7
6.4. Планування і прогнозування. Часова перспектива в кіберпросторі.	9	2	7
Розділ 7. Саморегуляція та емоційний інтелект в кіберпросторі	54	12	42
7.1. Актуальність розвитку емоційного інтелекту. Чи можуть роботи кохати? Штучний емоційний інтелект.	9	2	7
7.2. Ціннісно-смілова саморегуляція. Чим можуть допомогти роботи? Чого людство навчить роботів своїми діями?	9	2	7
7.3. Рефлексія. Оцінювання	9	2	7

Розділ, тема	Кількість годин		
	усього	теоретичних	практичних
зворотного зв'язку. Групова рефлексія та імерсивні технології.			
7.4. Саморегуляція сприймання віртуальної, доданої, розширеної реальності.	9	2	7
7.5. Рольовий підхід у вирішенні задач. У чому роботи кращі, а з якими завданнями люди справляються краще за роботів?	9	2	7
7.6. Основні стратегії і техніки опанування та самопрезентації.	9	2	7
Розділ 8. Безпека в кіберпросторі	36	8	28
8.1. Інформаційна безпека в кіберпросторі. Кібератаки і кібербезпека. Кіберполіція і кіберзлочини.	9	2	7
8.2. Способи протидії різним видам кібербулінгу та іншим загрозам.	9	2	7
8.3. Традиції та ініціативи захисту дитини в інформаційному просторі. Загальні алгоритми захисту.	9	2	7
8.4. Оптимізація різних видів взаємодії та індивідуальні моделі захисту.	9	2	7
Підсумкове заняття. Висновки.	2	2	-
Захист індивідуальних досліджень	16	2	14
Усього	360	80	280

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Вступ. Знайомство. Презентація секції «Кіберпсихологія» (4 год.)

Ознайомлення з Правилами техніки безпеки. Ознайомлення з програмою роботи секції кіберпсихології. Огляд кіберпсихології як науки. Представлення учасниками секції своїх пізнавальних і наукових інтересів.

Розділ 1. Теорія проведення наукових досліджень (9 год.)

1.1. Основні принципи кіберпсихологічних досліджень. Тематичне різноманіття кіберпсихології як новітньої галузі в системі психологічних наук (9 год.)

Теоретична частина. Базові поняття кіберпсихології. Напрями та особливості побудови кіберпсихологічних досліджень.

Практична частина. Участь у дискусії щодо сучасного кіберпростору з представниками інформаційно-технологічної індустрії. Епохи кіберпростору. Фантасти і футурологи.

1.2. Основні методи науково-психологічних досліджень (17 год.)

Теоретична частина. Основні методи науково-психологічних досліджень. Доказовість. Перенесення висновків на інших досліджуваних. Стандартизація методів дослідження. Поняття надійності та валідності. Дизайн дослідження.

Практична частина. Найвідоміші психологічні дослідження та експерименти (спостереження, бесіда, тести, моделювання). Їхні слабкі і сильні сторони. Застосування традиційних психологічних методів у кіберпсихології. Формула успішної науки: сумнівайся, перевіряй, домовляйся, радій.

1.3. Вибір теми і предмета наукового кіберпсихологічного дослідження (9 год.)

Теоретична частина. Планування медіапсихологічного дослідження. Етичний кодекс і культура дослідника.

Практична частина. Визначення основних елементів наукових робіт учнів на основі обраної теми.

1.4. Основні поняття наукового дослідження та шляхи їх визначення (9 год.)

Теоретична частина. Мета і принципи визначення наукової новизни, актуальності, об'єкта, предмета, гіпотези, мети і завдань наукового дослідження.

Практична частина. Підготовка плану дослідження та його оформлення.

1.5. Вимоги до робіт, що подаються на II етап Всеукраїнського конкурсу захисту науково-дослідних робіт (9 год.)

Теоретична частина. Загальні положення проведення II етапу Всеукраїнського конкурсу-захисту науково-дослідних робіт. Вимоги до оформлення роботи, поданої на конкурс-захист МАН, для учасників різного віку.

Практична частина. Екскурсія в офіс Гугл в Україні (або іншої ІТ-компанії). Зустріч з професійним кіберпсихологом.

Розділ 2. Кіберпсихологія і технології (45 год.)

2.1. Інженерна психологія. Автоматизація і роботизація. Штучний інтелект і алгоритми. Цифрові двійники і машинне навчання. Розумні речі і міста (9 год.)

Теоретична частина. Історія розвитку кіберпсихології. Інженерна психологія. Автоматизація і роботизація. Штучний інтелект і алгоритми. Цифрові двійники і машинне навчання. Розумні речі і міста. Сучасний дослідницький ландшафт. Цифровізація і кіберпсихологія.

Практична частина. Обговорення досвіду взаємодії з кіберпростором і технологіями. Практикум з управління розумними речами (пилосос). Програмування і моделювання психологічного дослідження.

2.2. Людина інформаційного суспільства. Розвиток інформаційно комунікаційних технологій. Основи сучасної аналітики і пошук інформації (9 год.)

Теоретична частина. Кіберсоціалізація і її вікові норми. Ключові принципи цифрової і медіаграмотності.

Практична частина. Принципи забезпечення інформаційної безпеки в умовах інфодемії, міфологізація ковіду.

2.3. Психологія взаємодії в кіберпросторі. Ігрові і комерційні середовища. Світи, функції і ролі в кібервзаємодії (9 год.)

Теоретична частина. Види взаємодії з медіаресурсами, їхні особливості. Можливості та правила різних видів взаємодії в онлайн-середовищі.

Практична частина. Діагностика медіапрактик особистості. Застосунки, які допомагають відстежувати і коригувати медіаактивність.

2.4. Роботопсихологія. Типи роботів і розмаїття штучного інтелекту. Виробники і споживачі в кіберпросторі (9 год.)

Теоретична частина. Розвиток роботехніки і роботопсихології. Медіаефекти і їхні психологічні механізми. Медіавплив на уявлення про кіберпростір і роботів

Практична частина. Практикум «Фільм-аналіз на тему роботів».

2.5. Права дитини в цифровому середовищі (9 год.)

Теоретична частина. Сучасні українські практики і перспективи розвитку питання захисту дитини в кіберпросторі. Концепція забезпечення цифрових прав дитини. Концепція виховання дитини в цифровому просторі.

Практична частина. Пишемо закон про права дитини у взаємодії з роботами, кіборгами, штучним інтелектом та іншими парасоціальними суб'єктами кіберпростору.

Розділ 3. Кіберкультура і інтернет-психологія (27 год.)

3.1. Інтернет як технологія і як соціальний контекст. Нові можливості і ризики (9 год.)

Теоретична частина. Сучасні питання кіберпростору. Соціальні мережі. «Інформаційні бульбашки» онлайн-взаємодії. Штучний інтелект і тілесність. Біоакінг і телемедицина.

Практична частина. Обговорення сучасних міфів кіберсвіту і потенційних шляхів його розвитку. Ознайомлення з цифровими застосунками для здоров'я.

3.2. Бюджет часу і психологічне благополуччя. Благополуччя в кіберпросторі і добробут (9 год.)

Теоретична частина. Концепція економіки власного часу. Медіапрактики в бюджеті вільного часу і в навчанні. Прокрастинація і способи запобігання. Рефлексивний підхід та оптимізація діяльності.

Практична частина. Тренінг з аналізу та оптимізації кіберпрактик для підвищення психологічного благополуччя.

3.3. Нетикет і емоційна регуляція онлайн-комунікації (9 год.)

Теоретична частина. Мова кіберпростору. Механізми діалогу культур в інтернеті. Передавання і викривлення інформації під час спілкування. Синхронне і асинхронне онлайн-спілкування.

Практична частина. Особливості етикету в онлайн-спілкуванні. Етикет у різних країнах. Тренінг «Розпізнавання і протидія мові ворожнечі».

Розділ 4. Картина світу в кіберпросторі. Ігрові світи (9 год.)

4.1. Кіберсвіти як ресурс розвитку особистості. Співвідношення онлайн- і офлайн-світів у формуванні світогляду

Теоретична частина. Інтернет як засіб розширення горизонтів комунікативної свободи. Можливості набуття соціокультурного досвіду. Організація подій. Цінності у світі і кіберсвіті: один світогляд на багато світів.

Практична частина. Тренінг «Світоглядне ядро і картина світів».

4.2. Ризики нерегульованого і надмірного перебування в кіберпросторі. Кіберспорт (9 год.)

Теоретична частина. Кіберспорт: історія виникнення і перспективи розвитку. Суб'єктивне і об'єктивне сприйняття кіберспорту. Азарт і змагання: психологічні аспекти. Регулювання і міра перебування в кіберпросторі. Саморегуляція під час користування інтернетом.

Практична частина. Діагностика соціального благополуччя особистості. Дискусія «Як регулюються різні кіберсвіти? Ядро саморегуляції».

4.3. Механізми впливу кіберпростору на особистість. Види маніпуляцій (9 год.)

Теоретична частина. Маніпуляції в кіберпросторі і в індивідуальному спілкуванні. Профілювання і таргетована реклама. Способи відстежування маніпуляцій і протистояння.

Практична частина. Основи критичного мислення – способи протистояння маніпуляціям та прийняття рішень в умовах тиску.

4.4. Соціальний досвід у кіберпросторі. Аватари і персонажі. Парасоціальні стосунки з ботами (9 год.)

Теоретична частина. Сучасна міфологія і поведінкові патерни в кіберсвітах. Формування уявлень про соціальну взаємодію. Парасоціальні стосунки.

Практична частина. Дискусія «Кіберпростір і стосунки: дружба і кохання в кіберпросторі і в житті».

Розділ 5. Критичне мислення в кіберпросторі (54 год.)

5.1. Звичка і мотивація перевірки інформації. Уміння ставити запитання. Мова кіберпростору (9 год.)

Теоретична частина. Навіщо перевіряти інформацію? Критичне мислення як компетентність майбутнього і запорука особистого благополуччя. Аргументи і взаєморозуміння. Роботи-лінгводроїди (як виникає мова).

Практична частина. Розвивальна гра «Правда чи вигадка? Міські легенди і хибні переконання».

5.2. Логіка і економіка інформації. Кібергроші і алгоритми (9 год.)

Теоретична частина. Поняття інформації, її види та способи передавання. Інформація і гроші. Властивості інформації. Властивості грошей. Класифікація ресурсів, якими обмінюються люди. Теорія ігор: ресурси і вигоди. Прогнозування на основі даних. Біг-дата і алгоритми.

Практична частина. Різновиди кібергрошей: електронні картки, блокчейн, біткоїн, скіни, дата-гроші. Конвертації.

5.3. Цілі, завдання і користь споживання інформації. Досягнення в кіберпросторі і офлайн-реальність (9 год.)

Теоретична частина. Визначення особистих і командних цінностей під час роботи над спільними задачами. Цілі і прагнення. Кіберпанк і моделі успіху.

Практична частина. Рольова гра «Далека веселка» (що вкінці райдуги).

5.4. Принципи формальної і неформальної логіки в аналітиці. Кіберінструменти посилення власного інтелекту (9 год.)

Теоретична частина. Індукція і дедукція в практичному застосуванні. Відмінність формальної і неформальної логіки. Аргументи і докази. Вага елементів інформації.

Практична частина. Вирішення задач з формальної і неформальної логіки. Огляд застосунків для різних інтелектуальних задач і підвищення рівня організованості.

5.5. Настановлення, упередженість і «білі плями» людського сприймання. Сенсори нового покоління. Зд-звук, гаптика (9 год.)

Теоретична частина. Поняття настановлення. Звідки беруться упередження і методи роботи з ними. Особливості та основні види викривлень сприймання. Сенсорна система і пам'ять у реалі і віртуалі. Повноформатна взаємодія і розширена реальність. Сенсорна система і сенсори нового покоління.

Практична частина. Демонстрація відео з місця події і подальша гра «Покази свідків».

5.6. Критичне мислення в онлайн-комунікації і розширеній реальності (9 год.)

Теоретична частина. Особливості сприймання інформації та емоційного реагування в онлайн-комунікації. Навички саморегуляції і критичного оцінювання ситуації в онлайн-взаємодії.

Практична частина. Розроблення моделей реагування в умовах виникнення різних кіберзагроз.

Розділ 6. Системний аналіз і стратегічне мислення (36 год.)

6.1. Причинно-наслідкові зв'язки в прийнятті рішень. Ефект присутності і психологія сприймання (9 год.)

Теоретична частина. Моделі і методи прийняття рішень. Поняття достатньої поінформованості. Етапи прийняття рішень. Наслідки і відповідальність. Вплив присутності іншого. Ефект присутності в кіберпросторі.

Практична частина. Комплексний аналіз історичної події на вибір.

6.2. Ієрархізація даних і вміння визначати пріоритетність даних. Кібервізуалізації і різні модальності сприймання, когнітивні стилі і мислення (9 год.)

Теоретична частина. Принципи організації інформації. Категорія та ієрархія. Індивідуальні, суспільні інтереси і мета завдання. Когнітивні стилі в роботі з інформацією. Візульні і аудіальні переваги. Діапазони найвищої продуктивності.

Практична частина. Вправа-фасилітація «Організація шкільного концерту».

6.3. Комплексне вирішення задач і гнучкість мислення. Дизайн кіберпростору, управління увагою та особливості темпераменту (юзерський досвід) (9 год.)

Теоретична частина. Концепція VUCA-світу. Складнокоординованість. Перетворення проблеми на задачу. Етапи вирішення задач. Розвиток умінь комплексного вирішення задач. Дизайн кіберпростору, управління увагою та особливості темпераменту (юзерський досвід).

Практична частина. Вправи на вміння комплексно вирішувати проблеми («Золота рибка», «Так/Ні», задачі на кмітливість).

6.4. Планування і прогнозування. Часова перспектива в кіберпросторі (9 год.)

Теоретична частина. Принципи побудови прогнозів. Уміння робити висновки на основі неповних фактів. Прогноз, план і реалізація. Воля і організованість. Психологічний час і часова перспектива в кіберпросторі.

Практична частина. Дискусія на тему перспектив глобалізації і можливого майбутнього.

Розділ 7. Саморегуляція та емоційний інтелект в кіберпросторі (54 год.)

7.1. Актуальність розвитку емоційного інтелекту. Чи можуть роботи кохати? Штучний емоційний інтелект (9 год.)

Теоретична частина. Поняття саморегуляції і емоційного інтелекту та їхня роль у структурі особистості. Емоційно-вольова сфера людини і штучний інтелект. Розпізнавання емоцій. Штучне моделювання емоцій. Штучний емоційний інтелект – міф чи завдання найближчих років?

Практична частина. Тренінг «Емоційна палітра».

7.2. Ціннісно-сміслова саморегуляція. Чим можуть допомогти роботи? Чого людство навчить роботів своїми діями? (9 год.)

Теоретична частина. Аналіз власних цінностей. Уміння розрізняти особисті і навіяні погляди. Ідеали і мотивація. Цінності і смисли в навчанні і машинному навчанні.

Практична частина. Діагностика ціннісних орієнтацій та мотивації. Дискусія «Чиї цінності і смисли в кіберпросторі».

7.3. Рефлексія. Оцінювання зворотного зв'язку. Групова рефлексія та імерсивні технології (9 год.)

Теоретична частина. Функції рефлексії у творчості і в комунікації. Конфліктність і конфлікт. Критика і зворотний зв'язок. Уміння взаємодіяти з конструктивною і неконструктивною критикою. Імерсивні технології і суб'єкти.

Практична частина. Рефлексивна гра як антиманіпуляція. Критичне мислення і групова рефлексія.

7.4. Саморегуляція сприймання віртуальної, доданої, розширеної реальності (9 год.)

Теоретична частина. Віртуальна, додана, розширена та інші реальності. Базова реальність. Базові стратегії самоконтролю. Динаміка і етапи перебігу емоцій, їх усвідомлення та саморегуляція на кожному з етапів.

Практична частина. Емпатія і співпереживання в онлайн- і офлайн-взаємодії.

7.5. Рольовий підхід у вирішенні задач. У чому роботи кращі, а з якими завданнями люди справляються краще за роботів? (9 год.)

Теоретична частина. Поняття ролі в діяльності. Рамка ситуації у виборі моделі поведінки. Робота з позиції «я-індивідуальність» і «я-виконавець ролі».

Практична частина. Тренінг самовладнання та управління власними емоціями в рольовому моделюванні взаємодії між людьми, між людьми і роботами.

7.6. Основні стратегії і техніки опанування і самопрезентації (9 год.)

Теоретична частина. Стратегії опанування стресів. Діапазон стратегій. Самопрезентація. Імідж і створення власного бренду. Слабкі і сильні сторони в самопрезентації. Як подолати хвилювання.

Практична частина. Рольова гра із самопрезентації в заданій сфері.

Розділ 8. Безпека в кіберпросторі (36 год.)

8.1. Інформаційна безпека в кіберпросторі. Кібератаки і кібербезпека. Кіберполіція і кіберзлочини (9 год.)

Теоретична частина. Інформаційна безпека і кібербезпека. Поняття «кіберіммунітет» і «психологічний самозахист». Кібератака і кібербезпека. Кіберзлочини і кіберполіція.

Практична частина. Практикум з протистояння кіберризикам, маніпуляціям і медіанасильству.

8.2. Способи протидії різним видам кібербулінгу та іншим загрозам (9 год.)

Теоретична частина. Проблема кібернасильства і кібербулінгу. Класифікація і види кібербулінгу. Кіберризиками і протидія.

Практична частина. Поради щодо профілактики і подолання кібербулінгу.

8.3. Традиції та ініціативи захисту дитини в інформаційному просторі. Загальні алгоритми захисту (9 год.)

Теоретична частина. Сучасна практика захисту прав людини в інтернеті. Міжнародні і національні практики. Організації і події, пов'язані із захистом дитини в інтернеті.

Практична частина. Участь у круглому столі на тему «Захист дитини в інтернеті».

8.4. Оптимізація різних видів взаємодії та індивідуальні моделі захисту (9 год.)

Теоретична частина. Оцінка особистих ресурсів і напрацювання індивідуальних моделей поведінки та захисту в умовах кібернебезпек.

Практична частина. Брейншторм на тему «Поради для батьків щодо захисту дитини в інтернеті».

Підсумкове заняття. Висновки (2 год.)

Підбиття підсумків роботи секції за навчальний рік. Визначення перспектив подальших наукових розвідок учнів.

Захист індивідуальних досліджень (16 год.)

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Члени секції мають знати:

- визначення кіберпсихології як науки та її основні поняття;
- місце кіберпсихології в системі сучасних наук;
- основні напрями сучасної кіберпсихології;
- методи збирання психологічної інформації та методика проведення психодіагностичних досліджень;
- вимоги до оформлення роботи дослідника Малої академії наук;

- основні компетентності особистості майбутнього;
- принципи впливу кіберпростору і новітніх технологій;
- алгоритми аналізу інформації;
- способи саморегуляції та інформаційного захисту;
- основні відмінності онлайн- і офлайн-взаємодії
- принципи нетикету.

Члени секції мають уміти:

- проводити повний цикл кіберпсихологічного дослідження;
- презентувати результати власної роботи на широкий загал;
- використовувати різні інформаційні джерела і критично їх оцінювати;
- оформляти науково-дослідну роботу відповідно до вимог;
- використовувати методи самопізнання і самовдосконалення;
- визначати впливи кіберпростору на особистість і власний вплив;
- регулювати власну діяльність і підтримувати баланс взаємодії в кіберпросторі.

Члени секції мають набути досвід:

- проведення дослідження в галузі кіберпсихології;
- використання психодіагностичного інструментарію;
- опису результатів дослідження;
- оформлення науково-дослідної роботи члена Малої академії наук

Обладнання	Кількість шт.
Апаратура:	
Принтер	1
Мультимедійний проєктор	1
Екран/дошка	1
Накопичувач USB Flash-drive	1
Навушники	За кількістю учнів
Окуляри 3D-реальності	За кількістю учнів

Планшети	За кількістю учнів
Комп'ютер	За кількістю учнів
Робот	1
Канцелярське приладдя:	
Папір друкарський А-4, А-3	За потребою
Кольоровий папір	За потребою
Ножиці	За потребою
Кулькові ручки	За потребою
Фломастери	За потребою
Фарби і пензлики	За потребою
Кольорові олівці	За потребою
Графітні олівці	За потребою
Папки	За потребою
Файли	За потребою

Список рекомендованої літератури

1. Баришполец О. Т. Український словник медіакультури. Київ : Міленіум, 2014. 196 с.
2. Баришполец О. Т. Брехня в інформаційному просторі та міжособовій комунікації : монографія / Нац. акад. пед. наук, Ін-т соц. та політ. психології. Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2014. 648 с.
3. Бурлачук Л. Ф. Психодіагностика личности. Киев : Здоровье, 2011. 248 с.
4. Голубева Э. А. Способности и индивидуальность. Москва : Прометей, 2003. 306 с.
2. Дворник М. С. Прокрастинація в конструюванні особистісного майбутнього. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 120 с.
3. Кіберсоціалізація в умовах інформаційної війни : матеріали наук.-практ. семінару (м. Київ, 16 травня 2018 р.) / [за ред. Н. Л. Дятел]. 2018. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/kibersotsializat...matsijnoyi-vijny/>

4. Медіаграмотність та інформаційна безпека : інформ. бюл. / за наук. ред. Л. А. Найдьонової ; упоряд. О. О. Кришовська ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2018. 128 с.
5. Медіакультура. Навчальна програма для учнів 9, 10, 11 класів закладів загальної середньої освіти (три роки навчання) / за ред. Л. А. Найдьонової ; уклад. Л. А. Найдьонова, Н. І. Череповська ; Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Київ, 2018. 78 с.
6. Медіатравма в умовах інформаційної війни: психологічний та педагогічний аспекти : матеріали I Всеукр. наук. конф. (м. Київ, 20-21 черв. 2017 р.). 2017. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/materialy-vseukrayinskoyi-naukovo-praktychnoyi-konferentsiyi-mediatravma-v-umovah-informatsijnoyi-vijny-psyhologichnyj-ta-pedagogichnyj-aspekty/>
7. Медіакультура: підручник для учнів старших класів / за ред. Л. А. Найдьонової (електронне видання). Київ, 2018.
8. Найдьонова Л. А. Кібербулінг, або Віртуальна агресія. Способи розпізнавання і захист дитини / упоряд. В. О. Снігульська. Київ, 2014. 96 с.
9. Найдьонова Л. А. Діагностика булінгу і кібербулінгу : метод. рек. / Ін-т соц. та політ. психології НАПН України. Вид. 2-ге, допов. Київ, 2020. 105 с.
10. Петровская Л. А. Компетентность в общении. Социально-психологический тренинг. Москва : Изд. МГУ, 2009. 216 с.
11. Практикум «Медіакультура»: Робочий зошит курсу за вибором для учнів 10 класу загальноосвітніх навчальних закладів / Л. А. Найдьонова, О. Т. Баришполець, О. Є. Голубева ; упоряд. Н. І. Череповська. Київ : Міленіум, 2017. 94 с.
12. Психологія особистості : словник-довідник / за ред. П. П. Горностая, Т. М. Титаренко. Київ : Рута, 2001. 320 с.
13. Рибалка В. В. Психологія розвитку творчої особистості : навч. посіб. Київ : ІЗМН, 2006. 236 с.
14. Терно С. Теорія розвитку критичного мислення (на прикладі навчання історії) : [посіб. для вчителя] / Запоріж. нац. ун-т. Запоріжжя, 2011. 105 с.
15. Технології розвитку критичного мислення учнів / Кроуфорд А., Саул В., Метьюз С., Макінстер Д. ; наук. ред., передм. О. І. Пометун. Київ : Плеяди, 2006. 220 с.
16. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018.
17. Шейбе С., Рогоу Ф. Медіаграмотність : підруч. для вчителів / пер. з англ. С. Дьома ; за заг. ред. В. Ф. Іванова, О. В. Волошенюк. Київ : Центр Вільної Преси, Академія Української Преси, 2017. 319 с

18. Щекин Г. В. Как эффективно управлять людьми: психология кадрового менеджмента. Киев : МАУП, 1999. 400 с.
19. Экономическая психология / под ред. И. В. Андреевой. Санкт-Петербург : Питер, 2000. 512 с.
20. Talbot M. Critical Reasoning. *Philosophy Now*. Jan, 2015 URL: https://philosophynow.org/issues/106/Critical_Reasoning
21. The 10 skills you need to thrive in the Fourth Industrial Revolution. *The World Economic Forum*. 2016. URL: <https://www.weforum.org/agenda/2016/01/the-10-skills-you-need-to-thrive-in-the-fourth-industrial-revolution/>
22. The Foundation for Critical Thinking. Defining Critical Thinking. *The Foundation for Critical Thinking*. 2016. URL: <http://www.criticalthinking.org>.

Додаткова література

1. Attrill A., Fullwood C. Applied Cyberpsychology: Practical Applications of Cyberpsychological Theory and Research. Palgrave Macmillan UK, 2016.
2. Attrill-Smith A., Fullwood C., Keep M., Kuss D. J. The Oxford Handbook of Cyberpsychology. Oxford University Press, 2019.
3. Barak A. Psychological Aspects of Cyberspace: Theory, Research, Applications. Cambridge University Press, 2008.
4. Calleja G. In-Game: From Immersion to Incorporation. MIT Press, 2011.
5. Connolly I., Palmer M., Barton H., Gráinne K. An introduction to cyberpsychology. Taylor and Francis; Routledge, 2016.
6. Ewalt D. M. Defying Reality: The Inside Story of the Virtual Reality Revolution. Prentice Hall Press, 2018.
7. Gordo-López A. J., Parker I. Cyberpsychology. Macmillan Education UK, 1999.
8. Guidelines for parents and educators on Child Online Protection. ITU Publications International Telecommunication Union, 2020.
9. Harley D., Morgan J., Frith H. Cyberpsychology as Everyday Digital Experience across the Lifespan. Macmillan Publishers Ltd., 2018.
10. Immersed in Media: Telepresence Theory, Measurement & Technology / Lombard M., Biocca F., Freeman J., Jsselsteijn W., Schaevitz R. J. Springer International Publishing, 2015.
11. Khader M., Ne S., Xiau W., Cha T. Introduction to Cyber Forensic Psychology: Understanding the Mind of the Cyber Deviant Perpetrators. World Scientific Pub Co Inc., 2021.
12. Parsons T. Cyberpsychology and the Brain. Cambridge University Press, 2017.

13. Parsons T. *Ethical Challenges in Digital Psychology and Cyberpsychology*. Cambridge University Press, 2019.
14. Raghav R. *Immersive Systemic Knowing: Advancing Systems Thinking Beyond Rational Analysis*. Springer International Publishing; Springer, 2020.
15. Rubin P. *Future Presence: How Virtual Reality Is Changing Human Connection, Intimacy, and the Limits of Ordinary Life*. HarperOne, 2018.
16. Salle de R., Wynne P. *Our Senses: An Immersive Experience*. Yale University Press, 2018. Steinicke, F. *Being Really Virtual: Immersive Natives and the Future of Virtual Reality*. Springer International Publishing; Springer, 2016.
17. Wankel C., Blessinger P. *Increasing Student Engagement and Retention Using Immersive Interfaces: Virtual Worlds, Gaming, and Simulation*. Emerald Group Publishing Limited, 2012.
18. Whitty M. T., Young G. *Cyberpsychology: The Study of Individuals, Society and Digital Technologies*. BPS Blackwell, 2016.

МЕДІАТВОРЧІСТЬ І БЛОГЕРСТВО (три роки навчання)

Навчальна програма з позашкільної освіти соціально-реабілітаційного спрямування

Розробник:

Вознесенська О. Л., канд. психол. наук, ст. наук. співроб. лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.

У Конвенції ООН про права дитини закріплено «право вільно висловлювати свої думки, шукати, отримувати і передавати інформацію й ідеї будь-якого роду незалежно від кордонів в усній, письмовій формі чи за допомогою інших засобів на вибір дитини». Медіа є частиною життя як дорослих, так і дітей. Діти й підлітки прагнуть рівноправного, нарівні з дорослими залучення до системи масових комунікацій. Для гуртківців «Медіаторчість і блогерство» реалізація свого права на висловлювання є реальністю.

Тематичний план, програму навчання складено за рівнями розвитку гуртківців:

- початковий рівень навчання – один рік навчання, два заняття на тиждень, загалом 144 год. на рік (учні 5-6 класів);
- основний рівень навчання – I рік навчання (учні 7–8 класів); II рік навчання (учні 9–11 класів).

Програма «Медіаторчість і блогерство», спрямована на розвиток усебічно розвиненої, інтелігентної, високоморальної особистості, передбачає підготовку дітей до життя в інформаційному суспільстві, формування соціально активних, творчих, здатних розвивати суспільство особистостей.

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Наш час – це час медіатекстів майже без обмеження обсягів інформації. Дослідники звертають увагу на все більший вплив інформаційного середовища на розвиток дітей, які сьогодні мають доступ до медіапродукції всього світу. Створюючи особливий інформаційний простір, численні і різноманітні медіа впливають на формування соціальних, моральних, художніх, естетичних цінностей та інтересів особистості, стають важливим чинником становлення її свідомості, світоглядних позицій.

Реформування системи освіти має забезпечити впровадження нових підходів, форм і методів навчання та виховання, що відповідають потребам розвитку особистості у воєнний і поствоєнний час, сприяють розкриттю її талантів, духовно-емоційних, розумових та фізичних здібностей; забезпечують формування цілісної картини світу, духовності, культури особистості. Одним із пріоритетних завдань освіти є виховання успішної особистості, сприяння її гармонійному розвитку в інформаційному світі. Медіаграмотність – один із складників успішного розвитку майбутніх поколінь.

Навчальна програма «Медіаторчість і блогерство», розроблена на основі Законів «Про освіту» і «Про позашкільну освіту», Типових навчальних планів для організації навчально-виховного процесу в позашкільних навчальних закладах системи Міністерства освіти і науки України, Положення про порядок організації індивідуальної та групової роботи в позашкільних навчальних закладах, ґрунтується на принципах науковості, гуманізації, культуровідповідності, індивідуального підходу в навчанні, відповідності завданням освіти й виховання. Програма бере до уваги анатомо-фізіологічні та психологічні особливості розвитку дітей різних вікових груп, а також містить терапевтичний компонент для опанування травматичного досвіду війни, пережитого багатьма дітьми.

Актуальність розроблення навчальної програми зумовлюється необхідністю впровадження медіаосвітнього компонента в організацію роботи

позашкільних навчальних закладів, сприяння професійному самовизначенню їхніх вихованців, підготовки їх до життя в поствоєнному інформаційному світі.

Мета програми «Медіаторчість і блогерство» (соціально-реабілітаційний напрям позашкільної освіти) – виховання творчої еліти, формування соціально активної, усебічно розвиненої особистості, здатної реалізувати свої знання і творчі вміння в інформаційному світі відповідно до вікових та індивідуальних особливостей і нагальних викликів у сучасних умовах інформаційного простору оновлення та розбудови повоєнної України.

У процесі реалізації мети Програми вирішуються такі **завдання**:

I. Навчальні:

- формування в учнів системи знань про сучасні медійні технології, інформаційне суспільство, особливості самореалізації та побудови стосунків за допомогою медіа; розуміння ролі соціальних мереж, віртуальних застосунків та інших можливостей медіа в сучасному світі; ознайомлення з особливостями журналістської професії, а також професій, що безпосередньо чи опосередковано пов'язані з медіасферою;
- ознайомлення учнів з тенденціями розвитку системи медіа, змінами в провідних аудіовізуальних екранних і цифрових медіа, традиційними і новітніми видами медіатекстів, зразками сучасного медіамистецтва, «масової» і «елітарної» медіакультури з метою формування у них особистої аудіовізуальної медіакультури;
- вивчення основ фотографії і відеознімання, комп'ютерної обробки зображень і відео, монтажу, формування в учнів здатності практично застосовувати знання та вміння з фотографування та відеознімання для взаємодії з аудіовізуальними творами в будь-яких медіа і спілкуванні загалом;
- вивчення основ журналістської творчості та набуття учнями практичних умінь, необхідних для свідомої зцілювальної медіаторчості з метою самовираження, здатності до аналізу психологічних впливів продуктів медіаторчості, вміння прогнозувати вплив власної медіапродукції на глядачів і користувачів (з огляду на повагу до приватності, гідності та

різноманіття), готовності відповідати за наслідки створення і поширення медіаконтенту;

- формування комунікативної компетентності, набуття первинного досвіду блогерської діяльності та початкової професійної орієнтації;
- засвоєння учнями знань і вмінь, спрямованих на ефективну організацію й отримання практичного досвіду створення колективного та індивідуального блогів, відеоблогу та інших медіапродуктів – анімаційних фільмів, фотопроектів тощо.

II. Розвивальні:

- усебічний розвиток творчих здібностей, креативного мислення; формування інтересів, схильностей на основі здорового способу життя та психологічного благополуччя в цифровому світі;
- розвиток медіакомунікативних навичок, розширення репертуару поведінки під час взаємодії в інформаційному світі;
- розширення загальної обізнаності та підвищення рівня медіакультури, зокрема вміння аналізувати й оцінювати вплив медіа на свій емоційний стан, свої уявлення і переконання, як неодмінного складника розвитку людини цифрової доби;
- формування навичок емоційної і ціннісно-сислової саморегуляції у взаємодії з медіа: підвищення здатності до емоційного усвідомлення та оцінювання свого психічного стану, розширення діапазону здоров'язбережувальних та відновлювальних медіапрактик;
- розвиток здатності до самовираження за допомогою медіатворчості різних модальностей;
- особистісне саморозкриття.

III. Виховні:

- формування навичок колективної діяльності та діалогового спілкування, сучасного світосприйняття, активної життєвої позиції;
- формування толерантності, культури міжнаціонального спілкування в багатонаціональному соціумі;

- формування уявлення про блогерство, що відіграє специфічну роль у житті суспільства, та сприяння формуванню ставлення до медіа як до ресурсу саморозвитку і засобу медіатворчості, саморегуляції, самовираження та самоздійснення;
- розвиток медіакультури і культури спілкування в цифровому світі – формування медіакомпетентності і цифрової грамотності;
- виховання культури поведінки і мовлення в медіапросторі;
- реалізація бажання учнів робити особистий внесок своїми навчальними проектами в розвиток відкритого інформаційного простору повоєнної України.

Матеріал курсу розподілено відповідно до умовного поділу навчального процесу на чотири чверті. Програма курсу для кожного року навчання охоплює чотири змістові модулі. Кожного наступного року структура зберігається, а змістове наповнення модулів ускладнюється відповідно до мотивації та інтересів вікових періодів розвитку дитини. Програму побудовано за принципами системності, наступності та поступового поглиблення і розширення знань. Загалом вона охоплює такі **напрями**:

- Я в інформаційному світі (1-й модуль кожного року навчання);
- Світ зображень (2-й модуль кожного року навчання);
- Світ відео і кіно (3-й модуль кожного року навчання);
- Я – блогер (4-й модуль кожного року навчання).

Тематичний план, програму навчання складено відповідно до рівнів розвитку гуртківців:

- **початковий рівень навчання** – один рік навчання, два заняття на тиждень, загалом 144 год. на рік (учні 5-6 класів);
- **основний рівень навчання** – I рік навчання – два заняття на тиждень, загалом 144 год. на рік (учні 7-8 класів); II рік навчання – два заняття на тиждень, загалом 144 год. на рік (учні 9-11 класів).

На початковому рівні навчання пропонується узагальнення наявного досвіду взаємодії з медіа, медіаторчості і формування основи творчого рівня медіакультури через спроби створення медіапродуктів – фотозображень, відео, анімаційних фільмів – за допомогою звичайного смартфона. Навчання сприяє самодослідженню дітей, активізації професійного і творчого самовизначення й осмислення проєкту власного майбутнього.

1-й рік основного рівня навчання передбачає переосмислення і поглиблення змісту знань, основну структуру яких закладено в попередній рік навчання, створення медіапродуктів на професійній техніці, просту обробку їх за допомогою спеціального комп'ютерного забезпечення та представлення цих медіапродуктів в інформаційному просторі за допомогою колективного та індивідуальних блогів, розширення вмінь отримання зворотного зв'язку та спілкування щодо власних медіаторчих продуктів у безпосередньому і медіатизованому спілкуванні.

На 2-му році основного рівня навчання акцент слід зробити на саморегуляції за допомогою блогерської діяльності та комунікативній і креативній індивідуальній діяльності. Діти ознайомлюються з різними видами медіаторчості, долучаються до створення індивідуальних і групових медіа-артоб'єктів. Навчання сприяє усвідомленій медіаторчості та професійному самовизначенню старшокласників.

Мета роботи – розширення життєвого і цифрового досвіду школярів, залучення їх у творче середовище, розвиток їхнього загального творчого потенціалу і спеціальних медіаторчих здібностей та реалізація їх медіаторчими засобами, задоволення потреб старшокласників у початковій професійній орієнтації та підвищення їхнього рівня медіакультури.

Медіаторчість і блогерство – своєрідна форма взаємодії зі світом, тому в процесі такої взаємодії у дітей розширюється світогляд, розвивається комунікабельність, що дуже важливо для життя в інформаційному суспільстві в повоєнній країні. Медіаторчість сприяє відновленню після травматичних подій, подоланню їхніх наслідків, самовираженню і рефлексії, підвищенню

загальної культури дитини (і зокрема медіакультури), а також розвитку як критичного, так і образного мислення, формуванню здатності до саморегуляції в медіапросторі та застосуванню здоров'язбережувальних медіапрактик. Заняття в гуртку сприятимуть моральному і патріотичному вихованню старшокласників. Тому що саме через творчість людина визначає своє ставлення до життя, своє місце в ньому.

Спілкування в процесі навчання вибудовується таким чином, що підтримується вміння нестандартно мислити, висувати новаторські ідеї, проявляти глибокий інтерес до опанування знань та навичок у межах програми, а також тих, що виходять за її рамки в суміжні сфери. Створюване в гуртку соціально-психологічне освітнє середовище максимально стимулює дітей та підлітків до самостійної роботи, пошуку нової інформації, дослідницької і творчої діяльності. Соціально-психологічна модель організації занять адекватна її цілям, стимулює конкуренцію та інновації.

Усі заняття гуртка «Медіаторчість і блогерство» можна поділити на три види: здобування знань та засвоєння практичних навичок, пов'язаних із взаємодією з медіапростором; ознайомлення із сучасними медіапродуктами (творами медіамистецтва) та їх творче вивчення; творча трансформація інформаційної реальності, її осмислення через створення власних медіаторчих продуктів. Отже, форми занять: лекція (виклад теоретичного матеріалу із використанням керівником гуртка наочного матеріалу у вигляді презентацій), інтерактивні методи – обговорення, дискусії, експерименти, навчальні і творчі ігри, самостійна пошуково-дослідницька робота (інтернет-ресурси), підготовка гуртківцями самостійних теоретичних і практичних проєктів, пов'язаних з темами, що вивчаються, та створення власних медіапродуктів.

Заняття у дві академічні години проводяться два рази на тиждень – усього 144 години впродовж навчального року (три роки навчання). Майже 80 % занять можна проводити в дистанційному режимі.

Зарахування дітей у групу початкового рівня не обумовлюється якимись особливими вимогами. Зарахування в групу основного рівня навчання

здійснюється на основі оцінювання природних здібностей, нахилів, рівня розвитку дитини, її особистої активності. Разом з тим необхідно брати до уваги і бажання дитини вивчати «Медіаторчість і блогерство» (саме активність, цілеспрямованість, наполегливість можуть допомогти в розвитку необхідних якостей, навіть якщо вони не виявляються досить яскраво спочатку).

Заняття «Медіаторчість і блогерство» – один із способів морального і патріотичного виховання дітей, тому що специфіка блогерської діяльності (літературна та аудіовізуальна творчість, спілкування з людьми, розширення світогляду, ерудованість) допомагає слухачам у виборі моральних ідеалів. Заняття допоможуть дітям навчитися взаємодії в інформаційному просторі, розвинути навички критичного сприймання інформації, медіатизованого спілкування, сприятимуть підвищенню ерудиції дітей і дадуть знання у сфері засобів масової інформації, сучасного медіамистецтва та інших сферах життєдіяльності людини інформаційного світу, а також сприятимуть становленню саморегуляції в медіапросторі, опануванню травматичних наслідків війни, застосуванню навичок медіаторчості для відновлення і розвитку.

Пріоритетними в проведенні занять слід вважати: розвиток медіаграмотності (опанування комп'ютерних програм обробки зображень, відео, взаємодії в цифровому просторі); розвиток аудіовізуальної медіакультури, мовленнєвих навичок, культури мовлення та поведінки; розвиток критичного мислення, аналітичних здібностей дітей, уміння нестандартно мислити, яскраво, образно і цікаво викладати свої думки за допомогою слів, зображень, відео; формування навичок саморегуляції під час взаємодії в медіапросторі.

Важливим завданням є створення простору для індивідуальної медіаторчості і розвиток творчого потенціалу колективу вихованців з цікавими ідеями і здатністю до колективної медіаторчості (створення анімаційних фільмів, колективного блогу, групових медіапроектів). Дуже важливий і психологічний фактор – створення в дитячому колективі творчої

атмосфери взаєморозуміння, підтримки, здорової творчої конкуренції, яка допоможе стимулювати роботу колективу. Групову динаміку слід розглядати як творчий і навчальний ресурс.

Заняття за програмою «Медіаторчість і блогерство» (протягом трьох років) дають змогу кожному учню створити власний блог, опанувати навички медіаторчості, тому оптимальним віком для занять у цьому гуртку можна вважати 11-16 років.

Для практичних занять рекомендується широке використання сучасних комп'ютерів, обладнаних програмами обробки фотозображень та відео, цифрових фотоапаратів, відеокамер, смартфонів, мультимедіа для перегляду творів сучасного медіамистецтва, кінофільмів тощо; для демонстрації наочних прикладів і візуалізації знань доцільно використовувати проєктор.

Програма «Медіаторчість і блогерство» передбачає різноманітні дієві форми навчання і виховання: дискусії; екскурсії на виставки сучасного медіамистецтва; зустрічі з цікавими людьми; пресконференції з проблемних питань; уроки ораторської майстерності; комунікативні і творчі ігри; захист творчих проєктів; практичні лабораторії зі створення відеоблогів; мікродослідження (індивідуальне збирання інформації, групові опитування) тощо.

Результатом занять у гуртку «Медіаторчість і блогерство» є формування всебічно розвиненої, інтелігентної, високоморальної особистості; підготовка її до життя в інформаційному суспільстві; формування соціально активних, творчих, здатних розвивати суспільство особистостей.

Формами контролю за результативністю навчання є підсумкові заняття, участь у виставках, конкурсах, ведення кожним вихованцем власного блогу (відеоблогу) тощо. Навчання в гуртку не потребує спеціальної підготовки та знань. Навчальний матеріал програми адаптований до занять з вихованцями з різним рівнем підготовленості. Програма є орієнтовною. У разі потреби керівник гуртка може вносити до неї зміни, які, утім, не повинні впливати на загальний зміст навчальної програми та кількість навчальних годин.

Незмінними мають залишатися мета, завдання і прогнозований результат освітньої діяльності.

МЕДІАТВОРЧІСТЬ І БЛОГЕРСТВО
Початковий рівень (один рік навчання)
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ з/п	Тема	Години		
		усього	теор.	практ.
Я в інформаційному світі (22 год.)				
1.1.1.	Вступне заняття	4	2	2
1.1.2.	Кліпове мислення	4	2	2
1.1.3.	Жанри медіа. Види медіа	6	2	4
1.1.4.	Медіаклуб	8	2	6
	<i>Самостійна робота</i>	2		2
Світ зображень (32 год.)				
1.2.1.	Фотографія як мистецтво	2	2	
1.2.2.	Вступ до цифрової фотографії	4	2	2
1.2.3.	Предметна фотографія	4	1	3
1.2.4.	Від мемів до сценаріїв для Youtube-каналу	4	1	3
1.2.5.	Програми обробка фотографій: принципи застосування	4	2	2
1.2.6.	Анімація зі смислом – Маріонетки	8	1	7
1.2.7.	Додаткові аксесуари професійного фотографа	6	2	4
	<i>Самостійна робота</i>	8		8

№ з/п	Тема	Години		
		усього	теор.	практ.
Світ відео і кіно (42 год.)				
1.3.1.	Вплив відео на психіку людини	2	1	1
1.3.2.	Хто такий відеоблогер? Основні поняття відеоблогінгу	8	3	5
1.3.3.	Відеопрезентація	4	2	2
1.3.4.	Монтаж мобільного відео	8	2	6
1.3.5.	Озвучування мобільного відео	6	2	4
1.3.6.	Управління швидкістю відеоряду	6	2	4
1.3.7.	Освітлення під час відеознімання	8	2	6
	<i>Самостійна робота</i>	8		8
Я – блогер (24 год.)				
1.4.1.	Блогерство як явище: що таке і навіщо це все треба?	8	2	6
1.4.2.	Створення тексту для блогу: основні правила	10	2	6
1.4.3.	Підсумкові заняття. Презентація та обговорення продуктів власної медіаторчості	6	2	4
	<i>Самостійна робота</i>	6		6
Усього:		144		

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Модуль I. Я В ІНФОРМАЦІЙНОМУ СВІТІ

1.1.1. Вступне заняття (4 год.)

Знайомство з гуртківцями. Пояснення цілей і задач гуртка. Ознайомлення вихованців з метою та завданнями гуртка. Правила поведінки в гуртку. Правила безпеки праці.

Творчий конкурс: складання оповідання за однією із запропонованих керівником тем.

Практичні заняття. Читання та обговорення оповідань у групі гуртківців.

1.2.1. Кліпове мислення (4 год.)

П'ять основних причин появи кліпового мислення за К. Г. Фрумкіним. Ознаки та особливості кліпового мислення: багатозадачність, швидка реакція, захист від інформаційних перевантажень. Чим небезпечне кліпове мислення: підвищення сприйнятливості до маніпуляцій та впливу. Онлайн-сервіси для створення інтелект-карт.

Практичні заняття

Дискусія на тему «Як кліпове мислення заважає/допомагає мені жити».

Самостійна робота

1. Підготовка проєкту (презентації) про кліпове мислення.
2. Створення інтелект-карт

1.2.3. Жанри медіа і види медіа (6 год.)

Масмедіа і директ-медіа – у чому різниця? Що таке цензура? Яким є вплив медіа на людину і суспільство? Засоби масової інформації і нові медіа: особливості подання інформації. Що таке громадські медіа? Психологія масової комунікації як наука.

Практичні заняття

1. Дискусія на тему, якими знаннями, здібностями, навичками має володіти людина, що працює в ЗМІ, а якими – та, яка ідентифікує себе як фахівця з нових медіа.

2. Читання та обговорення оповідань у групі гуртківців.

Самостійна робота

Створення короткого оповідання в обраному жанрі для публікації (обрати конкретне місце для публікації – газета, журнал, інтернет-ресурс, соціальна мережа).

1.2.4. Медіаклуб (8 год.)

Медіаклуб: основні завдання і принципи роботи. Як медіапродукти впливають на людину? Що таке рефлексія і навіщо вона потрібна під час споживання медіаконтенту? Художня творчість як засіб рефлексії емоцій на медіапродукцію.

Практичні заняття

1. Обговорення в групі емоцій – які бувають, як часто відчуються, у яких випадках, з чим пов'язані ті, які найбільш приємні чи неприємні.

2. Перегляд медіапродуктів (анімаційні фільми «Образа», «Про страхи», «Баранець», «Безглуздий вомбат» тощо: обирається залежно від особливостей групової динаміки і поточної ситуації).

3. Рефлексія своїх почуттів у художній чи літературній творчості.

4. Обговорення впливу творчості на емоції після перегляду анімаційних фільмів.

Модуль II. СВІТ ЗОБРАЖЕНЬ

1.2.1. Фотографія як мистецтво (2 год.)

Історія фотографії. Світлові експерименти. Видатні фотографи минулого і сучасності. Види і жанри фотографії. Фотографія як мистецтво. Фотографія як засіб. Фотографія як мета.

Практичні заняття

Груповий перегляд самостійно зроблених фотографій та їх обговорення.

Самостійна робота

1. Створення 10-12 фотографій, які належать до різних жанрів.
2. Пошук прикладів робіт видатних фотохудожників.
3. Відвідування виставки сучасного фотомистецтва.

1.2.2. Вступ до цифрової фотографії (4 год.)

Формати записування цифрових файлів. Концепція колірної температури. Баланс білого. Як правильно фокусувати камеру на об'єкті знімання. Три кити експозиції – діафрагма, витримка і світлочутливість ISO. Довга і коротка витримка. Діафрагма і на що вона впливає. Розмиття та промальовування заднього плану, поняття «боке» діафрагми. Знімання в пріоритеті витримки. Фокусування. Кут огляду об'єктива. Об'єм і форми. «Змазування» (розмиття) і «заморожування» об'єкта знімання. Правила наведення різкості.

Практичні заняття

1. Встановлення на камері потрібних налаштувань.
2. Груповий перегляд самостійно зроблених фотографій та їх обговорення.

Самостійна робота

Створення п'яти фотографій на будь-яку тематику для подальшої роботи з ними. Вони мають відрізнятися одна від одної планами, тонами, текстурою об'єктів, формами.

1.2.3. Предметна фотографія (4 год.)

«Портрети» предметів. Основні напрямки і застосування комерційної предметної фотографії. Види, цілі, особливості. Натюрморт і фотографія для каталогів. Особливості знімання на білому тлі. Налаштування камери і культура роботи фотографа. Світло та освітлення в предметній фотографії. Баланс білого. Природне світло. «Неправильне» ефектне світло. Колір джерел світла і

баланс білого. Типологія світла. Спрямоване, розсіяне світло і його розташування – інструменти для підкреслення чи згладжування фактури. Знімання дошки.

Практичні заняття

1. Еспериментування зі світлом під час фотографування предметів: «природне» освітлення, «ефектне» освітлення, світло, що малює, що заповнює, контрове світло. Робота з об'ємом. Тіні від об'єкта і на об'єкті фотографування. Знімання коробки. Рефлекси з фону. Три джерела світла, що малює.

2. Експериментування зі світлом з предметами, що мають різну фактуру.

3. Груповий перегляд самостійно зроблених фотографій і їх обговорення.

Самостійна робота

4. Фотографування об'єкта на світлому і темному тлі із «жорстким» і розсіяним світлом.

5. Створення і фотографування Flat Lay композиції.

6. Створення 3-5 фуд-фотографій.

1.2.4. Від мемів до сценаріїв для Youtube-каналу (4 год.)

Що таке мем? Види і тематика мемів. Особливості створення мемів: ідея, пошук матеріалів та втілення ідеї.

Практичні заняття

1. Добирання картинок під певні почуття так, щоб створити мем.

2. Створення мемів з кількох зображень на вибір.

3. Груповий перегляд самостійно зроблених мемів, їх обговорення та вдосконалення.

Самостійна робота

1. Створення власних мемів: ідея, пошук матеріалів, реалізація.

2. Створення сценарію для короткого (до 1 хв.) ролика на Youtube-каналі, який може стати мемом.

1.2.5. Програми обробки фотографій: принципи застосування (4 год.)

Навіщо і в яких випадках потрібне коригування фотозображень. Обробка фотографій у застосунку SnapSeed. Коригування: криві, пензлик, точкове коригування.

Практичні заняття

1. Практика роботи в редакторі SnapSeed.
2. Груповий перегляд самотійно оброблених фотографій, їх обговорення та вдосконалення.

Самотійна робота

Обробка авторських фотографій з минулих занять у SnapSeed; зосередження уваги на тоновому, кольоровому і текстурному контрастах.

1.2.6. Анімація зі смыслом (8 год.)

Анімація – зніманн окремими кадрами.

Практичні заняття (групова робота)

1. Створення маріонеток, «тілесна робота» – рухи маріонеток.
2. Покадрове знімання анімаційного фільму.
3. Перегляд створеного анімаційного фільму і поширення його в інтернет-мережі.

1.2.7. Додаткові аксесуари професійного фотографа (6 год.)

Додаткові аксесуари: штатив, кріплення телефона, кульова головка, джерела світла (LED-світильники). Тематичне предметне знімання. Робота з блискучими і прозорими об'єктами. Особливості знімання їжі: фуд-фотографія. Баланс білого під час роботи з прозорими і відбиваючими об'єктами. Показання для комбінованого знімання.

Практичні заняття

1. Експериментування з фотографуванням скляних келихів, пляшки – на чорному і білому тлі.
2. Знімання води і бризок. Знімання льоду. Заморожуємо рух. Варіанти знімання бризок.

3. Робота з прапорами і гелевими фільтрами. Знімання зі змішаним світлом (імпульсний і постійний).

4. Груповий перегляд самостійно зроблених фотографій, їх обговорення та вдосконалення.

Самостійна робота

Знімання їжі і предметів – полірованого металу, прозорих і непрозорих ємностей.

Модуль III. СВІТ ВІДЕО І КІНО

1.3.1. Вплив відео на психіку людини (2 год.)

Як фільми змушують нас сміятися або плакати. Психічні процеси ідентифікації і проєкції. Усвідомлення та засоби вираження своїх почуттів.

Практичні заняття

1. Груповий перегляд мультфільму «Конфлікт» (1994 р.).

2. Малювання власних почуттів за допомогою фарб. Малювання мандали (малюнок у колі).

3. Обговорення малюнків почуттів: делікатність спілкування про емоційні стани – говорити про свої почуття, своє сприйняття творів.

1.3.2. Хто такий відеоблогер? Основні поняття відеоблогінгу (8 год.)

Блог і влог – спільне і розбіжності. «Камера як скальпель: вона лікує». Застосування непрофесійного обладнання (смартфона) для влогінгу. Основні складники відеоролика. Сценарій відеоролика. Поняття епізоду. Відеознімання предметів. Розподільча здатність камери. Частота кадрів. Мобільне відео: що таке розмір кадру, RAW і JPEG діафрагма, баланс білого, світлочутливість ISO у відеозніманні. Налаштування смартфона. Пропорції кадру, розширення. Стабілізація відео. Як встановлювати фокус у відео. Важливість ракурсу відеознімання. Поняття плану у відео: дальній, середній, широкий (великий), макрознімання. Поняття переходу між епізодами.

Практичні заняття

1. Налаштування власного смартфона. Вибір потрібної діафрагми, витримки, балансу білого й ISO.

2. Практика фільмування на смартфон: знімання відеоролика з предметом із 4-5-ти епізодів. Застосування різних планів знімання.

3. Груповий перегляд знятих самостійно відеороликів, їх обговорення та вдосконалення.

Самостійна робота

1. Знімання короткого (10-15 сек) відеоролика з предметом (їжею, квіткою, деревом, іграшкою) із 4-5-ти епізодів із застосуванням руху камери та різних планів знімання.

2. Знімання 3-х відеороликів з різним розширенням.

1.3.3. Відеопрезентація (4 год.)

Відеопрезентація: що, навіщо, як? Робота з комп'ютерною програмою PowerPoint. Титри. Переходи. Анімація. Робота зі звуком. Контент-план і його реалізація.

Практичні заняття

1. Написання сценарію відеопрезентації на розповідь (із застосуванням відомих творів чи власних).

2. Перегляд та обговорення відеопрезентацій вихованців гуртка.

Самостійна робота

Створення відеопрезентації із застосуванням комп'ютерних програм, накладанням звуку і титрів.

1.3.4. Монтаж мобільного відео (6 год.)

Вивчення застосунку Inshot. Обрізка відео, видалення непотрібного. Монтаж серії зображень. Поєднання відео і зображень. Поняття «переходів» між окремими кадрами під час монтажу. Як поміняти кадри чи відеоепізоди місцями на застосунку в смартфоні.

Практичні заняття

1. Налаштування власного смартфона.
2. Монтаж відеоролика з предметом із 4-5-ти епізодів.
3. Груповий перегляд змонтованих самостійно відеороликів, їх обговорення та вдосконалення.

Самостійна робота

Монтаж знятого на попередньому занятті короткого (10-15 сек) відеоролика з предметом (їжею, квіткою, деревом, іграшкою) із 4-5-ти епізодів із застосуванням руху камери та різних планів знімання.

1.3.5. Озвучування мобільного відео (6 год.)

Вплив музики на сприймання відеоряду. Приклади роликів з однаковим відеорядом, але різним озвученням. Застосунки для мобільного телефона, де можна знайти різні звуки і музику. Робота з озвучуванням. Добирання музики під відеоряд. Поняття «біту».

Практичні заняття

1. Інтернет-пошук сайтів зі звуками.
2. Добирання музики під зображення природного ландшафту і природних стихій, запропоновані викладачем.
3. Монтаж з урахуванням «бітів».
4. Груповий перегляд озвучених самостійно відеороликів, їх обговорення та вдосконалення.

Самостійна робота

1. Добирання кількох треків під кілька різних відео, щоб одне і те ж саме відео сприймалося з різним настроєм (повільні і динамічні відео, радісні і моторошні відео).
2. Знімання відео на задану викладачем тему під треки з різним настроєм.
3. Озвучування короткого (10-15 сек) відеоролика з предметом (їжею, квіткою, деревом, іграшкою) із 4-5-ти епізодів, знятого і змонтованого на попередніх заняттях.

1.3.6. Управління швидкістю відеоряду (6 год.)

Швидкість відеоряду. Уповільнений режим (знімання 240 кадрів на секунду). Знімання пришвидшеного відео. Приклади застосування уповільненого і пришвидшеного відео. Уповільнення або пришвидшення відеоряду під час монтажу.

Практичні заняття. Знімання уповільненого відео (наприклад, як воду наливають у склянку). Знімання пришвидшеного відео (наприклад, як рухається людина). Груповий перегляд знятих самостійно відеороликів з уповільненим і пришвидшеним зніманням, їх обговорення та вдосконалення.

Самостійна робота

1. Придумати сюжет і зняти відеоролик, де буде адекватним застосування уповільненого відео.
2. Придумати сюжет і зняти відеоролик, де буде застосовуватися пришвидшене відео.

1.3.7. Освітлення під час відеознімання (6 год.)

Важливість освітлення. «Шуми» під час відеознімання у випадку поганого освітлення. Природне і штучне освітлення. «Теплота» освітлення. Освітлення і колір відеоряду. Контрове освітлення, відблиски, відображення.

Практичні заняття

1. Знімання відео із штучним і природним освітленням.
2. Груповий перегляд знятих самостійно відеороликів з різним освітленням, їх обговорення та вдосконалення.

Самостійна робота

Зняти низку коротких відеороликів (10-15 сек) із 4-5-ти епізодів кожен, у яких застосовується різне освітлення (на вулиці, на природі в тіні, на сонці, у хмарну погоду; у приміщенні, коли об'єкт знімання розташований щодо джерела світла під різними кутами, на різній відстані від фону, тощо).

Модуль IV. Я – БЛОГЕР

1.4.1. Блогерство як явище: що таке і навіщо потрібне (6 год.)

Блоги як частина медіапростору. Чому вони такі популярні? Види блогів (на прикладах зразків сучасних українських блог-платформ). Діапазон ресурсів, тем і контенту. Мікроблоги. Співвідношення понять «блогосфера», «література», «мистецтво». Роль уяви, фантазії в блогерстві. Чи може блог бути витвором мистецтва? Реальність і фантазія. Правда і вигадка. Ознайомлення з епістолярною творчістю класиків: листування і щоденники. Лист у засобах масової інформації. Щоденник письменника, ученого. Роль щоденника в розвитку спостережливості, у вихованні характеру, пізнанні самого себе, укріпленні самодисципліни. Жанрова свобода щоденника (спогади, виписки з прочитаного, міркування, оцінювання людей і подій тощо).

Соціальні мережі як платформи для блогів. Особиста сторінка чи персональний сайт? Записник і робочий блокнот. Відмінності між блогом і традиційним щоденником: перетин приватного і суспільного. Знання та навички, необхідні блогеру. Есе (есеї). Загальна характеристика. Особливості жанру. Мова есе, його художність, філософічність. Ефект «думок у голос». Роль асоціацій.

Практичні заняття

1. Дискусія: портрет блогера.
2. Есе на тему «Портрет блогера-початківця»
3. Робота зі словесними асоціаціями: а) зі словосполученням; б) з окремим словом; в) зі звукосполученням, яке не має лексичного значення; г) з певним кольором, іменем, предметом, явищем тощо.
4. Написання асоціативного оповідання про один із предметів (книгу, годинник, ліхтар, мушлю тощо), зображених на фотографіях, які учні зробили на занятті з предметного фотознімання.

1.4.2. Створення тексту для блога: основні правила (10 год.)

Платформи для блогерства. Поняття про жанр. Інформаційні, аналітичні, розважальні, художньо-публіцистичні жанри блогів. Оповідання та описи. Поняття теми, тематики і проблематики блога. Ідея блога. Спочатку ідея, потім текст, потім заголовок. Портрет, предмет, природа і пейзажі в блогах. Опис різного часу доби, пір року.

Практичні заняття

1. Пошук і вивчення.

2. Написання перших мінітекстів для блога в будь-якому з вивчених жанрів (з визначенням його теми і головної проблеми). Теми: «Що таке блогерство», «Хто такий блогер», «Навіщо мені займатися блогерством».

3. Доопрацювання оповідання про предмети на фотозображеннях з попередньої теми з огляду на належність цих речей певній людині так, щоб предмети характеризували цю людину.

4. Добирання (створення) заголовків до запропонованих керівником текстів.

Самостійна робота

Порівняльний аналіз різних блог-платформ.

1.4.3. Підсумкові заняття (6 год.)

Закріплення теоретичних знань, здобутих протягом року. Створення кожним учнем авторського блога з назвою і характеристикою. Презентація власних текстів для блогів. Реєстрація на блог-платформах. Завдання на літо.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати:

- поняття «кліпове мислення», «масова комунікація», «нові медіа», «медіапродукти»;
- основні терміни фотографії: «колірна температура», «баланс білого», «діафрагма», «витримка» і «світлочутливість», «фокус», «контрове освітлення»;

- види і жанри фотографії;
- поняття «мем» і їхні види;
- поняття «блог» і «влог», «блогосфера», «мікроблог», «платформа для блогів», види блогів;
- основні поняття відеознімання: «епізод», «розподільча здатність камери», «частота кадрів», «розширення», «ракурс», «план»;
- основні поняття монтажу: «озвучування», «перехід», «біт», «швидкість відеоряду», «шуми», «стабілізація відео»;
- сильні і слабкі сторони себе як особистості, особистісну значущість.

Вихованці мають уміти:

- оперувати основними журналістськими термінами, поняттями, пов'язаними з фотографуванням, відеозніманням; складати літературні твори (малі форми) відповідно до вимог певного жанру;
- порівнювати та аналізувати медіапродукти, рефлексувати власні емоції та переживання від сприймання медіапродуктів;
- розмірковувати на задану тему й оцінювати побачене, прочитане;
- створювати мінітексти, фотографії, відео, меми;
- коригувати фотозображення в застосунку SnapSeed;
- робити презентації за допомогою комп'ютерної програми PowerPoint;
- створювати титри, переходи, анімацію та здійснювати монтаж в Inshot;
- критично ставитися до власної творчості; мати навички самоаналізу і рефлексії; усвідомлювати власні емоції, викликані медіапродуктами; управляти ними; застосовувати здобуті знання на практиці.

МЕДІАТВОРЧІСТЬ І БЛОГЕРСТВО

І рік навчання, основний рівень

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ з/п	Тема	Години		
		усього	теор.	практ.
2.1. Я в інформаційному світі (20 год.)				
2.1.1.	Масова комунікація як вид інформаційної діяльності	4	2	2
2.1.2.	Український медіапростір та місце блогів у ньому	6	2	4
2.1.3.	Фейки, маніпуляції та інші інструменти інформаційної війни	4	2	2
2.1.4.	Медіатравматизація: як ЗМІ стають джерелом травми	6	2	2
	<i>Самостійна робота</i>	2		2
Світ зображень (32 год.)				
2.2.1.	Усе про оптику	2	1	1
2.2.2.	Експозиція: що це таке	2	1	1
2.2.3.	Основи композиції (години)	4	2	2
2.2.4.	Розуміння світла як основного інструменту фотографа	8	2	6
2.2.5.	Колористика	6	2	4
2.2.6.	Взаємодія з моделлю	8	2	6
	<i>Самостійна робота</i>	8		8
Світ відео і кіно (40 год.)				
2.3.1.	Від мемів до сценаріїв для Youtube-каналу	6	2	4

№ з/п	Тема	Години		
		усього	теор.	практ.
2.3.2.	Додаткові пристрої для відеоблогінгу	8	2	6
2.3.3.	Композиція кадру відео	6	2	4
2.3.4.	Монтаж відео за допомогою комп'ютерної програми Movavv	6	2	4
2.3.5.	Озвучування відеоряду за допомогою програми Movavv	6	2	4
2.3.6.	Анімація зі смислом	8	2	6
	<i>Самостійна робота</i>	8		8
Я – блогер (30 год.)				
2.4.1.	Передумови виникнення блогерства	4	2	2
2.4.2.	Як створюється блог	8	4	4
2.4.3.	Структурування тексту	8	2	6
2.4.4.	Як захопити увагу читача	4	2	2
2.4.5.	Підсумкові заняття	6	2	4
	<i>Самостійна робота</i>	4		
Усього:		144		

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Модуль I. Я В ІНФОРМАЦІЙНОМУ СВІТІ

2.1.1. Масова комунікація як вид інформаційної діяльності (4 год.)

Чим є і чим не є сучасні медіа. Журналістика як один із головних чинників професійної масової комунікації. Поняття журналістики та співвідношення журналістики і блогерської діяльності: хто такі журналісти і чому з'явилися блогери. Журналістика й Інтернет. Історія світової комп'ютерної мережі як поля блогера. Інтернет – джерело інформації. Головні

риси інтернет-інформації. Інформаційні агентства. Новинні сайти. Електронні версії друкованих видань, телевізійних каналів та радіостанцій.

Практичні заняття

1. Порівняння прозаїчного твору з екранізацією. Втрати й здобутки кіно порівняно з літературним першоджерелом.
2. Порівняння матеріалу на одну тему в друкованих ЗМІ й на телебаченні.

2.1.2. Український медіапростір і місце блогів у ньому (6 год.)

Феномен соціальних мереж і загальнодоступних технологій як чинник кризи в журналістиці, відмирання газет та журналів тощо. Корпоративні ЗМІ як іграшки в руках власників. Зниження освітнього рівня журналістів та рівня їхніх моральних орієнтирів, спрямованість на швидкий успіх і хайп за прикладом соціальних мереж. Світові тренди і тенденції розвитку ЗМІ. Неприбуткові ЗМІ, або як монетизувати свій блог. Позитивні і негативні сторони блогерства.

Практичні заняття

1. Індивідуальна робота: «розкрутити» дві теми (однакові та актуальні для всіх гуртківців – мобінг, медіатравматизація тощо).
2. Групова робота: презентація текстів гуртківцями (по черзі); дискусія, де роль модератора виконує викладач, обмін думками.

2.1.3. Фейки, маніпуляції та інші інструменти інформаційної війни (4 год.)

Хаос інформаційного простору. Психологічні мішені воєн XXI століття і медіапсихологічна зброя. Проблема з фейковими новинами. Методи маніпулювання ЗМІ. Вплив російської пропаганди і контрпропаганди. Системна робота проти ЗМІ з боку мережі проплачених блогерів-«ЛЮМів». Критичне мислення і патріотизм. Цілі інформаційної війни другого покоління. Шість принципів впливу на аудиторію.

Практичні заняття

Групова робота. Гуртківці у двох підгрупах працюють з однією нейтральною новиною. Одна з підгруп має представити головного героя новини як позитивного героя, друга – як негативного. Презентації та обговорення в групі.

2.1.4. Медіатравматизація: як ЗМІ стають джерелом травми (6 год.)

Феномен медіатравматизації в інформаційному суспільстві. Загрози медіатравматизації воєнного часу. Типи медіатравм за критерієм рівня медіаактивності можливої відповіді.

Практичні заняття

Обговорення в групі можливих медіатравм, пов'язаних з війною.

Самостійна робота

Підготовка в мінігрупах із 3-5 вихованців дослідницьких журналістських проєктів про випадки медіатравматизації.

Модуль II. СВІТ ЗОБРАЖЕНЬ

2.2.1. Усе про оптику (2 год.)

Фотокамера, об'єктиви, фотоапарати. Класифікації об'єктивів та їхні види. Поняття світлочутливості – світлосила об'єктива (ISO). Фокусна відстань об'єктива. Поняття глибини різкості.

Практичні заняття

Експерименти з фотографуванням за допомогою різних об'єктивів.

2.2.2. Експозиція: що це таке (2 год.)

Визначення експозиції. Поняття ступеня експозиції. Експозамір (як читати підказки фотоапарата). Стандартні ряди експозиційних значень. Співвідношення витримки і діафрагми. Визначення експопарі. Експокоригування.

Практичні заняття

1. Експерименти з фотографуванням із різними ступенями експозиції.
2. Знімання в режимі «Р».

Самостійна робота

Тренування навичок експокоригування.

2.2.3. Основи композиції (4 год.)

Композиція (побудова кадру) Поняття композиції і її компоненти. Обговорення доступних фотографу художніх засобів. Гармонія, контраст: «золотий перетин», правило третин, точки напруги, симетрія. Засоби досягнення рівноваги в кадрі. Візуальна динаміка: властивості ліній, лінії сил. Лінійна і тональна перспективи. Ритм. Естетика форми у фотографії. Роль об'єктів, знімання та їхні форми для художнього вираження. Експресія форми. Контрасти світлих і темних форм та їхня співзвучність. Візуальна динаміка. Ракурс як виражальний засіб. Геометрія. Компонування. Глибина в кадрі. Об'єм і площина. Зв'язок об'єктів на площині. Структура композиції. Діагоналі і вертикалі. Масштаб. Лаконічність і заповненість кадру. Принципи компонування і кадрування.

Практичні заняття

1. Практика роботи з композицією.
2. Груповий перегляд самостійно зроблених фотографій, їх обговорення та вдосконалення.
3. Аналіз композиційної побудови кадру

Самостійна робота

Знімання предметів різних форм, запропонованих викладачем, з різною побудовою композиції.

2.2.4. Розуміння світла як основного інструменту фотографа (8 год.)

Світло: постановка і керування. Роль світла у процесі роботи над зображенням. Вплив світла на художню фотографію. Природне і штучне світло.

Характер освітлення – м'яке і жорстке освітлення. Основні джерела світла: таке, що малює; таке, що заповнює; контрове; фонове. Вибір і встановлення джерел освітлення залежно від мети знімання. Джерела постійного та імпульсного світла. Студійне обладнання (парасольки, софт-бокси, відбивачі та ін.). Світлоформувальні насадки і пасивні джерела світла. Використання відбивача. Студійне знімання. Особливості знімання в умовах природного освітлення. Золота година. М'яке і жорстке світло. Відкладений спуск.

Практичні заняття

1. Робота з непрофесійною моделлю, студійне знімання: вибір світла з урахуванням образу моделі. Використання різних фокусних відстаней. Вибір ракурсу та знімання з урахуванням композиційних правил.

2. Робота з постійними джерелами світла. Застосування двох джерел світла. Практика використання відбивача світла.

3. Груповий перегляд самостійно зроблених фотографій, їх обговорення та вдосконалення.

Самостійна робота

1. Зробити кілька фотопортретів своїх близьких, друзів, знайомих з різним освітленням.

2. За допомогою вивчених у минулому році інструментів SnapSeed обробити фотографії, звертаючи увагу на тоновий, кольоровий і текстурний контрасти: ретуш портрета (відтінки шкіри, яскравість фону, контраст на фото і тонування знімка).

2.2.5. Колористика (6 год.)

Виявлення кольору: визначення поняття чистоти і якості кольору в образотворчому мистецтві. Сприймання кольору і його вплив на глядача. Колір як формотворчий фактор. Концепція тональності у фотографії, відтінки. Насиченість кольору. Об'ємність кольору і півтони. Колірні акценти. Виявлення колірної плями. Колористика: контрастні кольори, поєднання кольорів у єдину систему, колірна гармонія, поєднання схожих і різних за

спектром кольорів. Колірне компонування: колірний ритм, складні комбінації кольорів, використання другорядних кольорів. Умови для експресії кольорів. RAW-формат і програмні інструменти обробки фотографій.

Практичні заняття

1. Робота з різними кольоровими палітрами: контрастними кольорами, з урахуванням колірного ритму, комбінування кольорів.

2. Практика роботи з RAW-форматом і RAW-конверторами, виправлення експозиції, балансу білого тощо.

3. Груповий перегляд самостійно зроблених фотографій, їх обговорення та вдосконалення.

4. Відвідування виставки сучасного мистецтва.

Самостійна робота

Зробити й обробити п'ять кольорових фотографій на будь-яку тему.

2.2.6. Взаємодія з моделлю (8 год.)

Психологічні закономірності взаємодії з моделлю під час знімання. Кадрування портретів. Засоби виразності в далекоплановому і погрудному портреті. Неприпустимі помилки в роботі над фотопортретом. Світло під час знімання художнього портрета. Основні режими камери: який для якого виду знімання. Портрет без спотворень: модель, beauty, selfie. Композиційні прийоми для передавання емоцій. Серійне знімання.

Практичні заняття

1. Добирання світла під образ моделі.

2. Експериментування зі створенням портретів різних моделей у різних образах – зі зміною ракурсів, поз, світла тощо.

3. Груповий перегляд самостійно зроблених фотопортретів і селфі, їх обговорення та вдосконалення.

Самостійна робота

1. Створення та обробка п'яти кольорових фотопортретів однієї моделі (знайомого, родича, друга) у різних образах з різним освітленням.

2. Створення певного образу і селфі (3-4 образи на вибір дитини або за завданням викладача).

3. Створення селфі впродовж тижня щодня в різних емоційних станах і фіксування своїх емоцій.

Модуль III. СВІТ ВІДЕО І КІНО

2.3.1. Додаткові пристрої для відеоблогінгу (8 год.)

Правовий статус відеоблогера. Авторські права. Як обрати локацію для знімання: де дозволено, а де заборонено фільмувати. Як обрати обладнання для фільмування. Мінімальний набір обладнання для блогера. Штатив для закріплення смартфона чи камери на необхідній висоті і під правильним кутом. Петличка або направлений мікрофон для розмовного відео. Світлове обладнання (кільцева лампа). Стабілізатор коливань камери. Застосування різних об'єктивів.

Практичні заняття

1. Знімання відео з мікрофоном і без із порівнянням результату.
2. Знімання відео зі стабілізатором і без із порівнянням результату.
3. Експерименти з різним світловим обладнанням і різними об'єктивами.
4. Груповий перегляд знятих самостійно відеороликів з використанням додаткових пристроїв, їх обговорення та вдосконалення.

Самостійна робота

Знімання низки коротких відеороликів із застосуванням різних додаткових пристроїв.

2.3.2. Композиція кадру відео (6 год.)

Правильна компоновка відео: сітка золотого перерізу, сюжетно важливий об'єкт. Глибина різкого зображення простору. Важливе і неважливе: як викинути все зайве. Розстановка акцентів. Об'ємний світлотіньовий малюнок. Переходи між епізодами камерою.

Практичні заняття

1. Експерименти зі зніманням переходів між епізодами.
2. Груповий перегляд знятих самостійно відеороликів з правильною і неправильною композицією та їх обговорення.

Самостійна робота

1. Знімання шести коротких роликів (10-15 сек): трьох – з правильною композицією, трьох – з неправильною, та пояснити чому.
2. Створення мемів із кадрів з неправильною композицією у відео, знайденому в інтернеті, чи у власному.
3. Знімання короткого відеоролика із чотирьох-п'яти епізодів із застосуванням різних переходів камерою чи смартфоном.

2.3.3. Монтаж відео за допомогою комп'ютерної програми Movavv (6 год.)

Вивчення програми Movavv. Обрізка відео, видалення непотрібного. Монтаж серії зображень. Поєднання відео і зображень. «Переходи» між окремими кадрами під час монтажу: хвиля, осколки, градієнт, змійка, витіснення, заміщення, пензлик тощо. Кадрування (обрізка країв). Кольорокоригування (поліпшення і налаштування кольорів). Швидкість відео, прозорість, поява та зникнення. Додавання «шумів» у відео: навіщо і як. Ефекти до відео: тремтіння камери, «запаморочення», скручування, затемнення, розмиття, фігури, що літають, засвічення, мозаїка тощо. Наближення, віддалення, панорама. Робота з додавання титрів.

Практичні заняття

1. Експерименти з відеоефектами.
2. Монтаж відеоролика з предметом із чотирьох-п'яти епізодів.
3. Груповий перегляд змонтованих самостійно відеороликів, їх обговорення та вдосконалення.

Самостійна робота

Монтаж знятого на попередньому занятті короткого (10-15 сек) відеоролика з чотирьох-п'яти епізодів із застосуванням руху камери та різних планів знімання.

2.3.4. Озвучування відеоряду за допомогою програми Movavi (6 год.)

Зміна гучності, швидкості, поява та зникнення. Запис аудіо. Еквалайзер. Видалення шумів. Аудіоефекти. Авторські права на використання музики, розміщеної в інтернеті. Відповідність музики, ритму відеоряду, вставляємо переходи під час «біту».

Практичні заняття

1. Експерименти з аудіоефектами.
2. Озвучування відеоролика з предметом із чотирьох-п'яти епізодів.
3. Груповий перегляд озвучених самостійно відеороликів, їх обговорення та вдосконалення.

Самостійна робота

Озвучування знятого самостійного відеоролика з чотирьох-п'яти епізодів із застосуванням аудіоефектів та узгодження переходів між епізодами з музикою і звуками.

2.3.5. Анімація зі смыслом (8 год.)

Пластилінова анімація: можливості та обмеження. Монтаж анімаційного фільму. Глядацький етап: важливість спільного перегляду, можливість поділитися почуттями, презентація готового фільму аудиторії. Засоби поширення власного анімаційного фільму.

Практичні заняття (групова робота)

1. Розроблення ідеї, сценарію; режисура майбутнього анімаційного фільму; визначення героїв та їх створення з пластиліну.
2. Покадрове знімання анімаційного фільму – безпосереднє оживлення персонажів.

3. Засвоєння технологій монтажу анімаційних фільмів.

4. Перегляд створеного анімаційного фільму та поширення його в інтернеті.

Модуль IV. Я – БЛОГЕР

2.4.1. Передумови виникнення блогерства (4 год.)

Активний розвиток блогосфери і мережевих сервісів. Тема блога. Пошук теми. Як, чому, навіщо? Ідея. Поняття «жанр». Термін «жанр» у літературі, журналістиці, блогерстві, спільне і відмінне. Ознайомлення із системою жанрів. Творчість у межах певного жанру. Тревел-блоги, кулінарні блоги. Мотивація блогера. Як правильно «розкрутити» тему, щоб вона зацікавила ЗМІ та широку аудиторію. Тексти чи відео – що обрати? Назва, яка інтригує, але не розкриває суті блога.

Практичні заняття

1. Визначити на підставі сформованої ідеї п'ять підтем, які можуть бути темами для блогів. Написати короткий текст блога, використовуючи ідею й одну з тем.

2. Практична робота з визначення основних якостей, відмінностей, притаманних тим чи іншим жанрам.

Самостійна робота

1. Написання тексту про подорож.

2. Написання тексту про певне місце (Карпати, Київ, Дніпро тощо) або про певний час (десятиріччя, століття тощо).

3. Написання тексту про приготування певної страви.

2.4.2. Як створюється блог (8 год.)

Заголовок – це мистецтво. Історія заголовка в друкованих ЗМІ. Важливість вибору влучного слова або словосполучення. Відповідність заголовка жанру та змісту матеріалу. Види і типи заголовків. Заголовковий комплекс. Вимоги до заголовка. Методика роботи над заголовком. Принципи

правильного заголовка. Використання як заголовка прислів'їв, приказок, крилатих висловів, рядків із відомих пісень, віршів тощо. Обсяги блога. Принцип «перевернутої піраміди». Лід, його різновиди в журналістських творах та особливості побудови. Оглав та інші елементи. Візуальні гачки для читачів.

Що таке інформаційний блог. Поняття «розроблення теми». Що таке новина. Новина як основа будь-якого інформаційного блога. Роль новини для ЗМІ. Як створити інформаційний блог, коли ви опинилися на місці події. Чому і коли подія стає новиною. Репортаж у блогосфері. Особливості репортажу, його відмінність від інших інформаційних жанрів. Способи збирання матеріалу для написання репортажу. Закони жанру. Мова жанру. Особливості роботи блогера-репортера. Важливість для блогера розвитку спостережливості та уваги до навколишньої дійсності. Особистість журналіста в репортажі. Емоції автора. Створення репортажної картинки, атмосфери події. Різновиди заміток: хроніка, замітка, розширена замітка, репліка. Особливості збирання інформації для замітки. Побудова замітки.

Практичні заняття

1. Написання тексту для інформаційного блога: Хто? Що? Де? Коли? Чому? Як? Обрати одну тему і кілька варіантів заголовків. Написати лід, план по абзацах.

2. Створення заголовків (кілька варіантів). Шліфування заголовків; якщо доречно, уведення «кодових» слів, на які реагує аудиторія.

Самостійна робота

1. Самостійний порівняльний аналіз заголовків різних блогів: визначення переваг і недоліків.

2. Написання блога про яку-небудь подію (репортаж).

3. Написання мінітекстів до фотографій, зроблених на заняттях з фотознімання (опис предмета на фотографії, його історії, належності; опис людини на портреті, її емоційного стану, минулого досвіду тощо; коментар до пейзажу: чому саме привернув увагу, що «зачепило» в краєвиді).

2.4.3. Структурування тексту (8 год.)

Структура тексту: блогер – майже письменник. Абзац. Підзаголовки. Використання цитат. Читачі люблять списки. Розвиток самоспостереження, самоаналізу, самовираження. Авторські міркування – авторське «Я». Необхідність розвитку творчих здібностей блогера. Пам'ять, увага, інтелект, уява як важливі якості особистості блогера. Розвиток навичок судження та оцінювання.

Практичні заняття

1. Робота з описом селфі, що були зроблені на заняттях з теми «Фотографія». Обрати від п'яти до десяти селфі в різних умовах, емоційних станах, образах відомих людей та створити текстові описи до них.

2. Групова творчість (у трійках). Вибір теми, цікавої для всіх учасників групи. Написати текст блога, використовуючи ідею, тему, заголовок, розбивку тексту іфінал. Перші автори пишуть короткі блоги (5-15 хв.), передають текст партнерам; наступні автори збільшують обсяг тексту до 1000-1200 знаків (приблизно); треті – збільшують до 2000 знаків (приблизно).

Самостійна робота

Створення блогів на теми: а) «Мій день», «Тиждень мого життя», які аналізують власний характер; б) «Моє хобі», «Як я використовую вільний час», які аналізують власні інтереси та захоплення; в) «Моя мрія», «Моя мета». «Моя майбутня професія», які аналізують власні прагнення.

2.4.4. Як захопити увагу читача (6 год.)

Поняття «макет», «верстка». Шрифт та ілюстрації для блога. Добирання чи створення фотографій для власного блога. Арсенал ілюстрування блога: фотознімки, малюнки, діаграми, мапи, схеми, графіки тощо. Інфографія – візуальна інформація в текстах. Інфографія як самостійна група жанрів і як доповнення до текстів. Значення ілюстрацій. Види ілюстрацій. Форма, розмір і розташування ілюстрацій у блозі.

Практичні заняття

Експерименти з добирання шрифту для власного блога. Дослідження сприймання текстів, написаних різними шрифтами.

Самостійна робота

Створення фотографій для текстів з попередніх занять.

2.4.5. Підсумкові заняття (6 год.)

Закріплення теоретичних знань, здобутих протягом року. Презентація власних текстів для блогів. Завдання на літо.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати:

- поняття журналістики та блогерства і співвідношення цих видів діяльності;
- основні терміни: «сучасні медіа», «хайп», «фейк», «медіатравматизація», типи медіатравм, «макет», «верстка», «новина», «репортаж»; вільно ними оперувати;
- що є системою засобів масової інформації;
- класифікацію об'єктів, поняття світлочутливості, фокусної відстані об'єктива, глибини різкості, експозиції, експозаміру, експоари, екпокоригування;
- складники композиції у фотографії: контраст, лінійна і тональна перспективи, ритм, експресія форми, компонування, глибина, діагоналі, вертикалі;
- основні джерела світла, роль світла у процесі роботи над зображенням, постійне та імпульсне світло, поняття колористики: чистоти та якості кольору, сприймання кольору, насиченості, об'ємності, півтонів, колірної плями, контрастних кольорів, колірною компонування;
- жанри фотографії;
- відмінності між журналістикою і блогерством;

- види і типи заголовків.

Вихованці мають уміти:

- протистояти медіапсихологічній зброї та маніпуляціям ЗМІ;
- користуватися різними об'єктивними джерелами освітлення і застосовувати різні структури композиції та характер освітлення, штатив;
- працювати з RAW-форматом;
- створювати фотопортрети, селфі; спілкуватися з моделлю; застосовувати петличку, стабілізатор відео; робити переходи між епізодами камерою і за допомогою комп'ютерної програми Movavу, а також робити обрізку відео, монтаж серії зображень, кадрування, змінювати швидкість відео, додавати титри та видаляти «шуми» у відео; застосовувати інші ефекти – наближення, віддалення, панораму; озвучувати відео – змінювати гучність, швидкість, появу та зникнення, запис аудіо, використовувати аудіоефекти;
- створювати пластилінову анімацію та монтаж анімаційного фільму;
- створювати короткі оповідання, блоги в соціальних мережах чи на окремих платформах, вільно добираючи всі види заголовків та застосовуючи різні структури текстів, абзаци, підзаголовки, лід, цитати, списки;
- застосовувати ілюстрації, інфографію;
- підготувати репортаж;
- розвивати свої критичне мислення і патріотизм, спостережливість та увагу до навколишньої дійсності;
- працювати в команді та регулювати свої емоції і поведінку за допомогою медіатворчості.

МЕДІАТВОРЧІСТЬ І БЛОГЕРСТВО
II рік навчання, основний рівень
НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ з/п	Тема	Години		
		усього	теор.	практ.
Я в інформаційному світі (22 год.)				
3.1.1.	Медіапсихологія блогерської діяльності	2	2	
3.1.2.	Журналістика як четверта влада	6	2	4
3.1.3.	Журналістика і соціальні медіа в умовах війни	6	2	4
3.1.4.	Селективність сприймання повідомлень інформаційного простору	4	1	3
3.1.5.	Соціальні мережі, групи за інтересами та онлайн спілкування	4	1	3
	<i>Самостійна робота</i>	4		4
Світ зображень (32 год.)				
3.2.1.	Створення фотопроєкту	6	1	5
3.2.2.	Знімання людей. Репортажне знімання	4	2	2
3.2.3.	Особливості знімання на пленері	4	2	2
3.2.4.	Огляд професійних комп'ютерних програм для обробки фотографій	6	2	4
3.2.5.	Ознайомлення з комп'ютерною програмою Adobe Fotoshop	4	2	2
3.2.6.	Фотографія як ілюстрація власного блога	8		8
	<i>Самостійна робота</i>	6		
Світ відео і кіно (42 год.)				
3.3.1.	Відео як потужний маркетинговий і	4	2	2

№ з/п	Тема	Години		
		усього	теор.	практ.
	рекламний інструмент			
3.3.2.	Робота з професійною камерою	6	2	4
3.3.3.	Управління світлом	6	2	4
3.3.4.	Знімання інтерв'ю	8	2	6
3.3.5.	Знімання тематичного відеоролика	10	2	8
3.3.6.	Відеомонтаж в Adobe Premiere	8	2	6
	<i>Самостійна робота</i>	6		6
Я – блогер (28 год.)				
3.4.1.	Чим блогер відрізняється від журналіста	4	2	2
3.4.2.	Блогерство як професія	4	2	2
3.4.3.	Організація роботи блогера	4	1	3
3.4.4.	Культура мовлення в роботі блогера	6	2	4
3.4.5.	Джерела інформації для блогера	6	2	4
3.4.6.	Стиль тексту і жанр блога	4	2	2
	<i>Самостійна робота</i>	14		14
	Підсумкові заняття	4	2	2
Усього:		144		

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Модуль I. Я В ІНФОРМАЦІЙНОМУ СВІТІ

3.1.1. Медіапсихологія блогерської діяльності (2 год.)

Блогожурналістика як феномен. Інформаційні хвилі: типи, інтенсивність, характер поширення. Блогерський вплив у рекламних і політичних кампаніях. Блогерство як самореалізація особистості в соціальній реальності – у суспільних процесах. Блогосфера як засіб досягнення спільного блага: накопичення інформації, об'єднання, закономірності розвитку.

3.1.2. Журналістика як четверта влада (6 год.)

Три гілки влади як набуток демократії. Четверта влада – журналістика. Свобода преси і економіка. Тиск на ЗМІ (огляд ситуації у світі і в Україні). Особливості підготовки «скандальних» тем. Аналіз особливостей роботи над репортажем для різних ЗМІ. Що таке «хайп» і навіщо його застосовують.

Практичні заняття

1. Дискусія на тему випадків «хайпу» в ЗМІ, тиску на ЗМІ (можливо, в історичному контексті), убивств журналістів-слідчих тощо.

2. Обрати тему, підготувати початок репортажу (для газети, радіо, телебачення) на будь-яку тему.

Самостійна робота

Зробити репортаж (проект-презентацію) на актуальну тему (робота політичних інституцій, події тощо, випадок тиску на ЗМІ, випадок «хайпу» в ЗМІ та його наслідків для суспільства).

3.1.3. Журналістика і соціальні медіа в умовах війни (6 год.)

Особливості роботи соціальних мереж і месенджерів у воєнний час. Ознаки інформаційної війни. Як блогери беруть участь в інформаційній війні

(свідомо / несвідомо, безоплатно / за гроші). Підготовка матеріалів про трагічні події, пов'язані з війною. Історії захисників та учасників бойових дій.

Практичні заняття

Пошук у соціальних мережах теми для статті / блога.

Самостійна робота

1. Знайти в соціальних мережах тему для статті / блога, пов'язану з подіями російсько-української війни. Підготовка і зв'язок з героями історії.

2. Інтерв'ю і написання статті для ЗМІ та варіанта для «нових медіа».

3.1.4. Селективність сприймання повідомлень інформаційного простору (4 год.)

Медіаінформаційна грамотність і медіакультура. Медіаграмотність у Доктрині інформаційної безпеки України. ЮНЕСКО і документи, що визначають медіаграмотність. Уміння блогера чути / бачити. На що звертаємо увагу. Що сприймає глядач/слухач. «Інформаційна бульбашка» користувача соціальних мереж та вихід за її межі: переваги і ризики.

Практичні заняття. Групове обговорення законів медіаграмотності.

Самостійна робота. Пошук у соціальних мережах користувачів за межами своєї «інформаційної бульбашки», налагодження усвідомленого спілкування.

3.1.5. Соціальні мережі, групи за інтересами та онлайн-спілкування (4 год.)

Культура спілкування в соціальних мережах. Можливість застосовувати анонімність як експериментування з власною ідентичністю. «Легка соціальність» – що це за феномен? Правила поведінки в онлайн-групах. Нетикет. Прояви онлайн-агресії як фактори медіатравматизації – хепіслепінг і кібербулінг.

Практичні заняття

Групове обговорення феномену кібербулінгу, його проявів, методів протистояння.

Самостійна робота

1. Вигадати незвичайну «ідентичність», придумати її історію, особливості, риси характеру.
2. Створити групу в соціальних мережах для вихованців гуртка і почати спілкування від імені придуманого «аватара».

Модуль II. СВІТ ЗОБРАЖЕНЬ

3.2.1. Створення фотопроєкту (6 год.)

Етапи проєкту: ідея – планування – знімання – відбір – публікація. Фотопроєкти майстрів ХХ століття. Стефано Андетінер, Бенс Мате, Стів Маккарі. Створення портфоліо як проєкт.

Практичні заняття

1. Підготовка плану складання портфоліо кожним вихованцем гуртка.
2. Групове обговорення портфоліо кожного вихованця.

Самостійна робота

Створення портфоліо власних фотографій.

3.2.2. Знімання людей. Репортажне знімання (4 год.)

Характерний чоловічий портрет. Портрет у низькому ключі. Видатні портретисти ХХ століття. Юсуф Карш і Роберт Меппелторф. Сімейне знімання і love story.

Практичні заняття

Групове обговорення індивідуальних проєктів про відомих фотопортретистів сучасності.

Самостійна робота

Підготовка проєкту про відомих фотопортретистів сучасності (у вигляді презентації/відеопрезентації).

3.2.3. Особливості знімання на пленері (4 год.)

Знімання в умовах природного освітлення. Аналіз і пошук локації. Вибір ракурсів і точок знімання з урахуванням особливостей локації. Визначення експозиційних параметрів щодо умов освітленості. Вибір оптимальної фокусної відстані та побудова перспективи з урахуванням задуму фотографа. Вечірнє знімання. Захід сонця і світанок.

Практичні заняття

1. Знімання на пленері (заняття за межами кабінету).
2. Обговорення індивідуальних портретних сесій на пленері кожного члена гуртка.

Самостійна робота

Підготовка та проведення портретної сесії на пленері.

3.2.4. Огляд професійних комп'ютерних програм для обробки фотографій (6 год.)

Обробка фотографій інструментами Adobe Lightroom Classic. Пакедне редагування. Модуль «Бібліотека». Гарячі клавіші і навіщо вони потрібні. Маркери знімків. Режими перегляду. Коригування експозиції, балансу білого тощо. Палітра кольорів. Панель деталей. Створення, імпорт та експорт пресетів.

Практичні заняття

1. Відпрацьовування основних знань з обробки фотографій інструментами Adobe Lightroom Classic.
2. Обговорення результатів коригування інструментами Adobe Lightroom Classic індивідуальних портретних сесій на пленері, проведених на минулому занятті кожним членом гуртка.

Самостійна робота

Коригування інструментами Adobe Lightroom портретної сесії на пленері, проведеної на минулому занятті.

3.2.5. Ознайомлення з комп'ютерною програмою Adobe

Fotoshop (4 год.)

Основні інструменти Adobe Fotoshop: «Переміщення» і «Виділення прямокутної ділянки»; штамп і точковий пензель. Як видаляти плями. Інструменти локального коригування світлотіні і насиченості кольору. Програми помічники вибору гармонійних поєднань Adobe Color CC. Метод частотного розкладання. Шаровий колір. Гарячі клавіші Adobe Fotoshop.

Практичні заняття

1. Відпрацювання основних знань з обробки фотографій інструментами Adobe Fotoshop.

2. Обговорення результатів коригування інструментами Adobe Fotoshop індивідуальних портретних сесій на пленері, проведених на попередніх заняттях кожним членом гуртка, та порівняння з результатами, отриманими за допомогою Adobe Lightroom Classic.

Самостійна робота

Коригування портретної сесії на пленері, проведеної на попередніх заняттях, інструментами Adobe Fotoshop.

3.2.6. Фотографія як ілюстрація власного блога (8 год.)

Як фотографія може стати ілюстрацією або засобом передавання думок, почуттів у блозі. Як будувати «інтерфейс» блога з фотографіями. Чи потрібен фотопортрет автора блога. Частота ілюстрування блога за допомогою селфі: селфізм – це норма чи хвороба?

Практичні заняття

Обговорення фотографій індивідуальних блогів кожного члена гуртка.

Самостійна робота

Ілюстрування власних блогів (колективного блога) авторськими фотографіями.

Модуль III. СВІТ ВІДЕО І КІНО

3.3.1. Відео як потужний маркетинговий і рекламний інструмент (4 год.)

Структура відео, що продає. Мета. Цільова аудиторія. Як просувати відео. Сценарій відео, що продає. Розкадровка з переходами. Фокус і експозиція кожного кадру.

Практичні заняття

Груповий перегляд змонтованих самостійно відеороликів, їх обговорення та вдосконалення.

Самостійна робота

Знімання відео, що продає, чи рекламує відеоролик, знятий раніше, і монтаж.

3.3.2. Робота з професійною камерою (6 год.)

Підготовка камери до знімання. Прогресивна і черезрядкова розгортка. Формати відео. Способи стиснення відео. Знімання з автоматичними і ручними налаштуваннями експозиції. Гіперфокальна відстань. Основні відмінності професійної відеотехніки від аматорської. Різкісний акцент. Дихання фокусу. Пікінг і «зебра». Передавання простору в кадрі. Психологічне значення дальнього, загального, середнього, широкого і надширокого (деталі) планів. Пряма, зворотна, лінійна, оптична, тональна і динамічна перспективи. Горизонтальні, вертикальні і похилі лінії в кадрі. Голландський кут. Ракурси. Нижня, середня і висока точки знімання. Коли слід використовувати панорамування і зумування. Різні типи об'єктивів. Оптичні насадки. Фільтри. Робота із вбудованим мікрофоном. Обладнання для запису звуку. Управління звуком. Мікрофон типу «гармата». Для чого потрібна вудка. Винесений мікрофон. Види «петличок». Налаштовування рівня гучності. Навушники. Різні типи професійних диктофонів і рекордерів. Види аудіороз'ємів. Перехідники.

Практичні заняття

1. Практичне вивчення професійної камери.

2. Експерименти з різними об'єктами, різними мікрофонами.

3. Порівняльний аналіз зроблених відео.

4. Груповий перегляд знятих самостійно відеороликів, їх обговорення та вдосконалення.

Самостійна робота.

Зняти відеоролик із застосуванням знань щодо планів, перспектив, ракурсів тощо.

3.3.3. Управління світлом (6 год.)

Знімання в умовах поганого освітлення. «Некамерне» світло. Основні типи і властивості світла. Схеми світла, яке малює. Головна відмінність фото- і відеосвітла. М'яке і жорстке світло: особливості застосування. Створюємо атмосферу в кадрі. Особливості управління світлом під час знімання інтерв'ю.

Практичні заняття

1. Експерименти зі світловими ефектами.

2. Приклади відеороликів з використанням різного освітлення.

3. Груповий перегляд змонтованих самостійно відеороликів, їх обговорення та вдосконалення.

Самостійна робота

Знімання трьох відеороликів з різним освітленням: знімання вночі чи в напівтемряві (у погано освітленому приміщенні), знімання в яскравий, сонячний день.

3.3.4. Знімання інтерв'ю (6 год.)

Художнє і репортажне знімання. Інтерв'ю: історія, мета, тема, закриті і відкриті питання. Як розговорити будь-яку людину. Психологічні аспекти діяльності інтерв'юера.

Практичні заняття

1. Рольова гра з інтерв'ю (у парах вихованці беруть інтерв'ю один в одного).

2. Груповий перегляд знятих самостійно відеороликів-інтерв'ю, їх обговорення та вдосконалення.

Самостійна робота

Підготовка до проведення інтерв'ю та його знімання.

3.3.5. Знімання тематичного відеоролика (12 год.)

Підготовчий період: сценарій, розкадровка, костюми, грим. Сценарний план. Початок і кінець відеокадру. Завершеність дії. Композиція відеокадру. Сюжетно важливий об'єкт. Задіяність різних органів почуттів. Включеність емоцій. Сценарій і розкадрування. Основний задум фільму. Аудиторія і фільм. Стратегії залучення аудиторії у відео. Цікавість. Співпереживання. Саспенс. «Золотий перетин», або правило «трьох третин» у драматургії. Триактова будова п'єси і будь-якої драматичної події. Експозиція і спалах інтересу, ускладнення, обов'язкова сцена, кульмінація та фінал. **Перипетія** і мотивації. Тема і контр-тема. Надзавдання і наскрізна дія. Кіно – мистецтво економії слів. Єдність слова, відеоряду та звуку. Для чого режисеру та оператору потрібне розкадрування. Як передати характер людини на екрані.

Практичні заняття

1. Знімання під керівництвом викладача кількома камерами невеликого ролика (репортаж, відеокліп) у студії чи на пленері. Наприклад, зняти виступ вокаліста, танцюриста, фокусника, драматичного артиста, сцену зі спектаклю, використовуючи всі засвоєні на заняттях прийоми.

2. Груповий перегляд та спільний аналіз знятих самостійно матеріалів для відеороликів, їх обговорення та вдосконалення.

3. Відвідування виставки сучасного мистецтва з відеоарту.

Самостійна робота

Знімання тематичного відеоролика – від вибору та розроблення теми, що особисто цікавить вихованця, розроблення концепції до сценарного плану, розкадрування, організації знімання, вибору локацій та власне знімання.

3.3.6. Відеомонтаж в Adobe Premiere (8 год.)

Ознайомлення з інтерфейсом програми Adobe Premiere. Складання проєкту. Вікна. Вкладки. Палітри. Робочі середовища. Імпорт відео- і аудіофайлів та фотографій. Організація матеріалу. Проєкт, добірка, епізод, таймлайн, налаштування. Палітра інструментів. Відео- і аудіодоріжки. Точки входу і виходу. Різні методи вибірки необхідних фрагментів. Чорновий монтаж. Основні прийоми роботи з відеофрагментом. Елементи керування ефектами. Зміна положення кадру, масштаб, поворот. Опорна точка. Робота з двома і більше шарами. Непрозорість. Ключові кадри. Обрізання кадру. Відеопереходи. Титрування. Основні прийоми роботи зі звуком. Фонова музика, дикторський текст, бібліотеки аудіоефектів. Практикуємося працювати в програмі для монтажу звуку Adobe Audition.

Практичні заняття

1. Під керівництвом викладача монтаж відео, зробленого на попередньому занятті, у цілісний відеоролик із застосуванням опанованих на лекції прийомів.

2. Груповий перегляд змонтажованих самостійно відеороликів, їх обговорення та вдосконалення.

Самостійна робота

Монтаж тематичного відеоролика, зробленого на попередньому занятті, у цілісний відеоролик.

Модуль IV. Я – БЛОГЕР

3.4.1. Чим блогер відрізняється від журналіста (6 год.)

Місце і роль журналіста в процесі функціонування ЗМІ. Блогерство як самореалізація особистості в індивідуальному аспекті. «Професійна» і «аматорська» журналістика. Принцип «прямого спілкування» з аудиторією без участі посередників у вигляді традиційних медіа. Шість стандартів. Жанрова спеціалізація блогера: особливості, плюси і мінуси (від коротких повідомлень і репортажів до інтерв'ю та аналітики). Тематична спеціалізація блогера.

Свобода слова блогера – вияв демократії. Поняття «свобода». Свобода творчості. Внутрішня свобода блогера і його внутрішні зобов'язання перед суспільством. Стимулювання і мотиви блогерської діяльності. Загальні закономірності блогерської творчості. Поняття «професіоналізм». Критерії та рівні професіоналізму. Інтереси й здібності та їхня роль у творчій діяльності.

Практичні заняття

Гра-дискусія «Точка зору». Важлива для усвідомлення принципу збалансованого подання.

Самостійна робота

1. Творча робота на тему «Що важливіше: я в блогерстві чи блогер в мені?».
2. Написання тексту на тему «До 16 і старші в сучасному світі». Збирання матеріалу та його опрацювання. Аналіз робіт.
3. Творче опрацювання сірого, невиразного тексту таким чином, щоб він став яскравим і цікавим, привертав увагу читачів.

3.4.2. Блогерство як професія (6 год.)

Блогерство як субкультура. Блог як спосіб рефлексії. Успішність блога: як «вимірюється». Блоги рецензій та анотацій. Індивідуальний стиль і творчий метод. «Пряме спілкування» у вигляді мікроблогів (наприклад, у Twitter, TikTок), які значною мірою впливають на світову політику й економіку. Юридичні аспекти роботи блогера.

Практичні заняття

1. Аналіз творчого доробку відомих українських блогерів, які пишуть «на одну тему».
2. Створення 5-7 блогів анотацій фільмів (серій серіалу), які дивилися останнім часом.
3. Створення рецензій на блоги одногуртківців.

Самостійна робота

Створення рецензій на теми «Найцікавіша книга», «Кінофільм, який мені найбільше сподобався», «Найгірший фільм цього року». Пошук та аналіз частини блога, яка сподобалася чи здалася непереконаливою; пояснення, чому саме.

3.4.3. Організація роботи блогера (4 год.)

Індивідуальний творчий план. Робочий блокнот блогера. Основні етапи роботи над блогом. Текст як носій інформації. Змістова структура тексту як план, що допомагає аудиторії належним чином сприймати авторську концепцію. Основні і другорядні елементи тексту. Види інформації за засобами передавання і сприймання. Сюжет і композиція тексту.

Практичні заняття

Складання індивідуального перспективного плану публікацій у блозі.

Самостійна робота

Запис бесіди двох осіб або анотування виступу ведучого телевізійних новин.

3.4.4. Культура мовлення в роботі блогера (4 год.)

Основи культури мовлення. Культура ділової мови. Культура спілкування телефоном. Риторика як важливий складник роботи відеоблогера і ведення підкасту. Основи ораторської майстерності. Навички оратора. Мистецтво мовлення, мистецтво слова. Психологічні особливості усного мовлення. Культура монологічного мовлення. Методика підготовки усного виступу. Культура ведення дискусії. Основи ведення дискусії. Дебати.

Практичні заняття

1. Практична робота: самопрезентація у вигляді відео «Я – блогер».
2. Соціально-психологічна гра: моделювання ситуацій, які можуть виникнути під час спілкування з респондентами.

Самостійна робота

Підготовка індивідуальних проєктів – доповідей і виступів слухачів на теми «Блогерство як форма громадської діяльності», «Блогерство як професія», «Блогерство як система ЗМІ».

3.4.6. Джерела інформації для блогера (4 год.)

Класифікація джерел інформації блогера. Інтерв'ю як метод збирання інформації. Види інтерв'ю. Підготовка і проведення інтерв'ю. Круглі столи, пресконференції, бліцопитування, брифінги, токшоу. Пресконференція як метод збирання інформації. Метод спостереження. Види спостереження. Плюси і мінуси цього методу збирання інформації. Роль деталей для блогосфери. Журналістське розслідування як аналітичний жанр у блогосфері, його складники. Елементи інших жанрів у розслідуванні. Типи розслідувань. Методи роботи над розслідуванням. Джерела розслідування, систематизація, перевірка фактів.

Практичні заняття

1. Пресконференція із запрошенням на заняття військовослужбовця ЗСУ, волонтера тощо. Підготовка питань для пресконференції.
2. Опис у блогах пресконференції в жанрі «репортаж».
3. Опис у блогах пресконференції в жанрі «інтерв'ю».

Самостійна робота

Бліцінтерв'ю на вулиці на актуальну тему, опитування телефоном. Опис у своєму блозі в жанрі «інтерв'ю».

3.4.5. Стиль тексту і жанр блога (4 год.)

Поняття «стилістика», «стиль». Огляд функціональних стилів мови: науковий, офіційно-діловий, художньо-літературний, розмовний, газетно-публіцистичний. Характеристика газетно-публіцистичного стилю. Лексичні, фразеологічні, синтаксичні та інші засоби стилістики. Спільне і відмінне між літературними, публіцистичними та блогерськими текстами.

Практичні заняття

Обговорення в групі написаних кожним гуртківцем блогів у кількох стилях.

Самостійна робота

Написання блогів на одну тему, але в кількох стилях для ілюстрації.

Підсумкові заняття (4 год.)

Творча зустріч з відомим блогером. Оформлення авторських добірок публікацій. Створення анотацій до колективних відеотворів гуртківців. Презентація власних блогів.

ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ

Вихованці мають знати:

- основи роботи блогожурналістики: інформаційні хвилі, «хайп», репортаж; медіаінформаційна грамотність і медіакультура, «інформаційної бульбашки», «легка соціальність», нетикет, хепіслепінг, кібербулінг; «стилістика», «стиль», функціональні стилі мови та жанри і типи розслідувань;
- основні поняття професійного фото- і відеознімання – формати, способи стиснення відео, гіперфокальна відстань, різкісний акцент, пікінг і «зебра», голландський кут, панорамування і зумування; різні типи об'єктивів і фільтрів;
- жанрові спеціалізації блогера; особливості роботи з інтерв'ю, написання рецензій та анотацій; основи культури мовлення та ведення дискусій, дебатів, полеміки;
- класифікацію джерел інформації блогера і види інтерв'ю, круглих столів, пресконференцій, бліцопитувань, брифінгів, токшоу;
- шість стандартів блогерства; специфіку стосунків блогера з аудиторією, героями публікацій, колегами/конкурентами;
- законодавчу базу діяльності блогера;
- функціональні стилі мови, їхні основні риси.

Вихованці мають уміти:

- здійснювати саморедагування, самоаналіз;
- складати портфоліо, знімати фотографії та відео при будь-якому природному освітленні, включаючи вечірнє і нічне; обробляти фотографії інструментами Adobe Lightroom Classic та Adobe Fotoshop;
- застосовувати різне обладнання для запису звуку; монтувати відео за допомогою Adobe Premiere і звук – за допомогою Adobe Audition, керуючи різними ефектами;
- написати репортаж, взяти інтерв'ю;
- використовувати навички оратора (ясність мовлення, міміка, жести, стосунки зі співрозмовником тощо); застосовувати метод спостереження;
- виконувати стилістичний аналіз тексту; вести свій блог і використовувати його для самореалізації та саморегуляції;
- керуватися на практиці свободою блогера і його внутрішніми зобов'язаннями перед суспільством.

Список рекомендованої літератури

1. Андриенко Л. Н. Мы – коллеги. Формирование межличностных отношений в редакционном коллективе: опыт, проблемы. Киев, 1989. 151 с.
2. Варганов Г. І. Короткий довідник газетного працівника. Київ : Політвидав України, 1989. 173 с.
3. Вільямс Р. Анімація. Посібник з виживання. ArtHuss, 2019. 384 с.
4. Гомперц В. Що це взагалі таке? 150 років сучасного мистецтва в ... ArtHuss, 2021. 528 с.
5. Горбачук В. Т., Зоц І. О., Романько В. І. Основи журналістики. Слов'янськ: СДПІ, 2002. 108 с.
6. Григорян М. Пособие по журналистике. Москва : Права человека, 2007. 192 с.
7. Еверетт Д. Учебный посібник репортера. Київ : Index Промедіа, 1989. 23 с.
8. Еймі С. Знайди свій стиль. Як створити персональний бренд в Instagram. Харків : Vivat, 2021. 208 с.

9. Журналістське розслідування : за матеріалами семінарів Ін-ту масової інформ. та ін. / [упоряд. А. Лазарева, І. Чайка]. Київ : Ін-т масової інформації, 2004. 110 с.
10. Засорина Т., Федосова Н. Профессия – журналист. Ростов-на-Дону : Феникс, 1999. 318 с.
11. Зверева Н., Іконникова С. Зірка соцмереж. Як стати крутим блогером. МонолітВіzz, 2021. 152 с.
12. Ильяхов М., Сарычева Л. Пиши, сокращай: Как создавать сильный текст. Москва : Альпина Паблишер, 2016. 440 с.
13. Карлащук В. И., Карлащук С. В. Цифровая фото- и видеотехника дома и в офисе : энциклопедия. Москва : Солон-Пресс, 2007. 384 с.
14. Карпенко В. О. Журналістика: основи професійної комунікації : навч. посіб. для студ. ВНЗ. Київ : Нора-прінт, 2002. 348 с.
15. Келбі С. Фотокомплект (комплект із 2 книг) Кн. 1. Цифрова фотографія. Фоторецепти. Кн. 2. Техніки професійного ретушування портретів для фотографів за допомогою Photoshop. Фабула, 2021. 600 с.
16. Колари Ю. Искусство видеосъемки с видеокамерами Canon LEGRIA. 2-е изд. 2011. 64 с.
17. Кортни-Смит Н. Блог на мільйон доларів. Альпіна Паблішер, 2018. 314 с.
18. Лапин А. И. Фотография как... : учеб. пособие. Москва : Изд-во Моск. ун-та, 2003. 296 с.
19. Мельник Г. С., Тепляшина А. Н. Основы творческой деятельности журналиста. Санкт-Петербург : Питер, 2008. 235 с.
20. Михайлин І. Л. Основи журналістики. Київ : Центр учбової літератури, 2011. 496 с.
21. Паламарчук С. Основи цифрового відео. Київ : КНТ, 2008. 112 с. (схеми, таблиці).
22. Пожарська С. Фотомастер. Москва : Пента, 2001. 336 с. URL: http://media-shoot.ru/books/Svetlana_Pozharskaya_-_Fotomaster.pdf
23. Пол Д. Цифровое видео: Полезные советы и готовые инструменты по видеосъемке, монтажу и авторингу / [пер. с англ. А. Ю. Осипова]. Москва : ДМК Пресс, 2007. 399 с.
24. Понс Л., Уайт О., Доусон Ш., Гриффин З. Лучшие блогеры мира. Я ненавижу селфи. Друзья online. Как стать успешным влогером. Как выжить в старшей школе. Київ : Форс, 2018. 1280 с.
25. Поспелов Г. Н. (Ред.). Введение в литературоведение. Москва : Высшая школа, 1983. 327 с.

26. Путнэм У. Стань видеоблогером. Подробное руководство. Москва : РОСМЭН, 2019. 128 с.
27. Синепупова Н. Композиція: Тотальний контроль. Київ : ArtHuss, 2020. 240 с.
28. Синецкий Д. Видеокамеры и видеосъемка. Москва : А.Д.&Т., 2001. 197 с.
29. Сміт Й. Г. Коротка історія фотографії. Ключові жанри, роботи, теми і техніки. Львів : Вид-во Старого Лева, 2021. 224 с.
30. Уорд П. Работа с цифровой видеокамерой. Уроки операторского мастерства / [пер. с англ. К. А. Костылева, Ф. Г. Хохлова]. Москва : Мир, 2001. 301 с.
31. Уэллс П. Цифровое видео для начинающих. Практическое руководство. Ниола 21 век. 2005. 144 с.

Електронні джерела:

Art & Photography

Instagram

Masters of photography Dazed Art& photography

PhotoContestInsider

PhotoSpots Інтерактивна карта

World Press Photo VSCO Photography course.net

Соль: мировой опыт в журналистике и медиаменеджменте

Фотопроект «Українська фотографія»

55 бесплатный урок по монтажу видео в Adobe Premiere Pro

<https://artefact.live/what-is-fake/>

ПІСЛЯМОВА

Медіаосвіта в часи російсько-української війни набуває особливого значення ще й тому, що ця війна є гібридною, розгортається не тільки на болю, а й в інформаційному просторі, де ми маємо тримати фронт проти інформаційно-психологічних операцій, бути стійкими до дезінформації та маніпуляцій. Зростає значення медіаосвіти і як засобу збереження здоров'я, адже переміщення освітнього процесу в дистанційний формат виявило значні негативні впливи екранних практик на здоров'я дітей, загострило інтернет-ризиками, а в часи війни додався потужний чинник медіатравмування – через сприймання висвітлюваних у медіа трагічних подій. Усе це змінює умови, у яких відбуваються освітні процеси, і вимагає від учителя нових знань та умінь, на самостійне набуття яких не завжди вистачає часу в екстремальних умовах праці. Розроблені програми дадуть змогу пройти навчання в компактній формі і сфокусовано підвищити свою компетентність щодо найгостріших психологічних питань сучасності.

Колектив лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, спираючись на результати проведених досліджень, розробив низку програм підвищення кваліфікації, а також методичні рекомендації щодо їх упровадження. Доробок колективу відображено в навчально-методичному посібнику «Інноваційні психологічні засоби розвитку медіаосвіти в умовах екстремальної дистанційності війни», практичному посібнику «Патріотизм молоді інформаційної доби: інноваційні засоби розвитку» і методичному посібнику «Кіберкультура та кібербезпека в умовах війни: психологічний практикум», підручнику Медіапсихологія воєнного часу», методичних рекомендаціях «Розвиток медіаосвіти в територіальній громаді для подолання наслідків війни». Перелічені видання входять у комплект інноваційних засобів розвитку

медіаосвіти, що пропонується всім зацікавленим закладам освіти у відкритому доступі на сайті лабораторії, сайті Інституту, в електронній бібліотеці НАПН України.

Сподіваємося, що наш збірник програм стане в пригоді працівникам центрів професійного розвитку освітян, закладів післядипломної освіти, а також закладів освіти, які готують професійних педагогів. Крім того, в Інституті соціальної та політичної психології НАПН України функціонує навчально-методичний Центр психологічних інновацій, на базі якого можна пройти курс підвищення кваліфікації за запропонованими програмами або стажування в лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти.

Щиро бажаємо розширення медіаосвітянської фахової спільноти, зростання медіапсихологічної компетентності кожного сучасного вчителя. Низький уклін вам, шановні вчителі, за вашу звитягу!

Слава Україні!

Навчальне видання

НАСКРІЗНА МЕДІАОСВІТА В УМОВАХ ВІЙНИ

Збірник навчальних медіаосвітніх програм

Літературне редагування *Т. А. Кузьменко*

Адреса Інституту: 04070, м. Київ, вул. Андріївська, 15

E-mail: info@ispp.org.ua

Сайт: <https://ispp.org.ua>

Підписано до друку 21.07.2023 р. Гарнітура Times New Roman. Авт. арк. 10,5