

старший науковий співробітник Лабораторії морального, громадянського та міжкультурного виховання Інституту проблем виховання НАПН України

**Розділ 4. 2. Проектна діяльність  
як важливий складник формування цифрових компетенцій  
та додатки до методичного посібника «Формування цифрових компетенцій  
у дитячих громадських об'єднаннях: практичний інструментарій»**

Розділ 4. 2. Проектна діяльність як важливий складник формування цифрових компетенцій

Додаток 2. Проект «Станьмо на варті власного майбутнього!» (ГО ВДС «Екологічна варта»)

Додаток 3. Проект «Інформаційно-просвітницький центр «Екологічна варта»

Додаток 4. Проект «Нагодуй сусіда» (ГО ВДС «Екологічна варта»)

Додаток 5. Проект «Ділись - не викидай» (ГО ВДС «Екологічна варта»)

Додаток 6. Проект «Створення громадської системи протипожежного захисту лісів в Україні» (ГО ВДС «Екологічна варта»)

Додаток 7. Квест «Ти Як?»

Додаток 11. Структура проекту

***4.2. Проектна діяльність як важливий складник формування цифрових компетенцій***

Цифрова трансформація охоплює все більше сфер життя людини. Наразі звичними та загальноновживаними стали такі поняття як «цифрове середовище», «цифрове суспільство», «цифрова реальність». Сьогодні в умовах воєнного

стану, якому передували коронавірусні обмеження, освітня взаємодія в більшості є можливою саме завдяки налагодженню цифрового способу комунікації. Їй дуже важливо в стрімкому потоці інформаційних технологій сформуванню в учнів ціннісне ставлення до комунікації, забезпечити розуміння, що відкрите цифрове середовище є частиною природного середовища, а не окремою реальністю, що впровадження цифрових технологій спрямоване на вдосконалення процесу життєдіяльності людини, покращення життя суспільства і держави, а не витіснення людини із природної екосистеми. Молодь має чітко усвідомлювати, що їх дії і в реальних умовах і в цифрових взаємодіях мають реальні наслідки для природи і суспільства.

Формування ціннісного ставлення до комунікації та формування природоохоронного світогляду в умовах цифрового відкритого середовища, на нашу думку, має бути першочерговим завданням закладів освіти, освітніх та громадських організацій. Виконання цього завдання може досягатися різними методами та реалізовуватися у різноманітних форматах. Одним із дієвих способів є метод проєктів, що виявляє свою ефективність у формуванні ціннісного ставлення до комунікацій у цифровому відкритому середовищі, оскільки:

- забезпечує нелінійну, гіпертекстову подачу нового матеріалу, що самостійно аналізується дітьми та молоддю – це забезпечує формування критичного мислення вихованців та розвиток інформаційної вибірковості;
- проєкт розширює види інформаційної взаємодії між дорослим та дитиною, розкриває різні форми комунікації залежно від потреби;
- виконання проєкту передбачає зростання автономії дітей, підкреслює важливість прийнятих рішень, впливаючи на їх свідомість і виваженість;
- проєктна діяльність спонукає до самоосвіти в синхронному або асинхронному режимі взаємодії із керівником;
- презентація результатів проєкту передбачає представлення різних форматів і структур матеріалу, що вимагає опанування різними

інформаційно-цифровими інструментами, актуальними цифровому відкритому середовищу;

- в процесі проєктної взаємодії збільшується рівень відповідальності всіх учасників за результати діяльності, тим самим формується ціннісне ставлення не лише до своєї праці, а й до здобутків інших учасників проєкту та всього процесу комунікації в цілому.

Виховний процес, що побудований в форматі проєктної діяльності в умовах цифрового відкритого середовища, ефективний у формуванні ціннісного ставлення до комунікації, оскільки ґрунтується на обов'язковому поєднанні активних форм взаємодії й самостійної діяльності, в межах якої вихованці стикаються із деякими труднощами в розв'язанні поставленої проблеми, для вирішення яких необхідно чітко поставити запит для консультації й отримання допомоги, тим самим вони відточують свої комунікативні навички, розуміють цінність наданої інформації, вчать ся цінувати час й реалізовувати можливості.

Проєктна діяльність є однією із важливих частин роботи у дитячій громадській організації. У цьому розділі ми презентуємо досвід набуття цифрових компетенцій, використання цифрових технологій в процесі проєктної діяльності членів **Всеукраїнської дитячої спілки «Екологічна варта»**.

Мета діяльності Спілки – виховання екологічно свідомої особистості через організацію цікавої роботи з дітьми та молоддю, залучення їх до дослідницької роботи та природоохоронних акцій. Організація об'єднує дітей і молодь, що свідомо спрямовують зусилля на захист довкілля та навчаються бути активними природоохоронцями.

«Екологічна варта» – це система громадського екологічного виховання, система самоврядування та виховання екологічно свідомого лідера, це практична дія на захист довкілля. Діяльність ґрунтується на застосуванні системного підходу – поєднання екологічного виховання, освітніх та виховних заходів із практичною природоохоронною роботою.

Методику розроблено та апробовано у 12-ти обласних організаціях ВДС «Екологічна варта» (Вінницька, Донецька, Житомирська, Закарпатська, Івано-Франківська, Київська, Одеська, Рівненська, Тернопільська, Хмельницька, Черкаська, Чернігівська), можуть бути репліковані для інших громадських організацій та установ, що працюють з дітьми та молоддю.

### **Форми роботи:**

- організація та впровадження проєктів через онлайн-платформи (соціальні мережі, спеціально створені веб-ресурси тощо);
- онлайн-зустрічі (бесіди, круглі столи, конференції тощо);
- зустрічі офлайн із використанням цифрового контенту.

У час військової російської агресії проти України непростим є рішення щодо продовження громадської діяльності. Так, у лютому 2022 року було проведено анкетування, з повторним проведенням у 2023 та 2024 роках. Результати засвідчили важливість використання методу проєктів в діяльності дитячих громадських об'єднань.

Учасники анкетування: координатори 16-ти обласних організацій ВДС «Екологічна варта» (Вінницька, Донецька, Житомирська, Закарпатська, Івано-Франківська, Київська, Одеська, Рівненська, Тернопільська, Харківська, Херсонська, Хмельницька, Черкаська, Чернівецька, Чернігівська та м. Київ)

Кількість респондентів: 40

<b>№</b>	<b>Питання та відповіді</b>	<b>2022</b>	<b>2023</b>	<b>2024</b>
<b>1.</b>	<b>Чи працює зараз ваша організація?</b>			
	Так	5	9	34
	Ні	30	25	6
	час від часу	5	6	10
<b>2.</b>	<b>Ваше місце проживання змінилося на час війни?</b>			
	так, я знаходжуся в іншій країні	15	7	3
	так, я знаходжуся в іншому місті / селі України	20	8	8
	місце проживання змінювалося, але тепер я знову вдома	0	12	16
	ні, я вдома	5	13	13
<b>3.</b>	<b>Якщо ваша організація працює, яким чином здійснюється діяльність?</b>			
	працюємо онлайн (організуємо онлайн заходи /	0	38	

	зустрічі тощо)			
	працюємо офлайн постійно	0	0	0
	змішаний формат роботи	7	38	38
	немає відповіді	33	2	2
<b>4.</b>	<b>Що, на вашу думку, варто змінити в роботі організації?</b>			
	переформатувати план роботи організації відповідно до воєнних умов;	40	40	40
	залучити до роботи дитячих психологів;	40	40	40
	під час проведення заходів зробити акцент на активність дітей;	40	40	40
	відновити роботу «Школи вартового лідера»;	35	24	18
	відмовитись від проведення конкурсів;	40	7	8
	переформатувати традиційні конкурси на фестивальну активність;	40	7	8
	приділити увагу проєктній діяльності та проєктному навчанню.	40	40	40
<b>5.</b>	<b>З якими проблемами в організації роботи ви стикнулися?</b>			
	припинення роботи дорослих (координаторів) у організації через зміну місця проживання, зміну місця роботи, відсутність вільного часу для громадської діяльності, необхідність пошуку додаткових фінансових джерел для сім'ї;	40	25	16
	відсутність фінансових ресурсів для діяльності організації та відсутність можливостей їх знайти;	40	32	15
	припинення дитячої активності через необхідність приділити більшу увагу власній сім'ї, навчанню;	40	23	12
	зміщення фокусу уваги членів організації у позаробочий час на волонтерську діяльність для допомоги постраждалим від війни цивільним особам та військовим (волонтерство із гуманітарною допомогою, пошуком ресурсів для військових тощо).	40	40	40
<b>6.</b>	<b>На яких основних завданнях, на Вашу думку, важливо зосередити роботу організації (зараз або коли вона відновить діяльність)?</b>			
	проведення об'єднавчих семінарів, тренінгів, навчань;	32	6	38
	підтримка членів організації через онлайн-зустрічі;	40	40	40
	створення реплікативних тренінгових матеріалів та проєктів для членів організації.	40	40	40

Для пілотного проєктування було визначено та розроблено такі проєкти та програми:

- Психологічна підтримка та реабілітація в Природі

- Станьмо на варті власного майбутнього!
- Інформаційно-просвітницький центр «Екологічна варта»
- Екологічними стежками рідної України
- Нагодуй сусіда / Ділись – не викидай
- Створення громадської системи протипожежного захисту лісів в Україні.

### **Проект. Чому це важливо?**

Нові виклики сучасного світу, нові завдання, запитання, на які не маєш однозначних відповідей... А ще – постійний брак фінансування, нестача ресурсів. Немає команди однодумців, серед колег та друзів – зневіра та розчарування. Наш вихід – створення проєктів з дітьми та для дітей. Існує досить багато визначень цього поняття.

*Проект* (лат. *projectus* — кинутий, спрямований вперед) – унікальна сукупність процесів, яка спрямована на створення нового продукту, явища, цінності.

*Проект* – схема, план, задум, влаштування, започаткування будь-чого.

У сучасному менеджменті проєкт – це спосіб трансформації об'єкта, явища від наявного стану до бажаного. Це координоване виконання у визначений період взаємопов'язаних дій, спрямованих на досягнення конкретних цілей, певного результату.

Створення проєктів надає можливість апробації ідей, пошуку та концентрування відповідних ресурсів.

Проект можна розуміти як інтегровану систему, що складається зі: сформульованих проєктних цілей; створених для цих тимчасових об'єднань (проєктних робочих груп), спеціально розроблених відповідних документів – програм, планів, кошторисів, розрахунків тощо, ресурсів – матеріальних, фінансових, трудових, часових; комплексу управлінських рішень, заходів з досягнення цілей.

Залежно від сфери здійснення проєкту, виділяють кілька *типів* проєктів:

- технічний проєкт — спрямований на створення нового продукту;
- організаційний проєкт — спрямований на створення або реорганізацію;

- соціальний проєкт — спрямований на отримання певного соціального ефекту.

В освітній сфері корисними для впровадження можуть бути інноваційні проєкти, підтримувальні проєкти, часто впроваджуються освітні, науково-просвітницькі, природоохоронні, культурні тощо.

Особливої уваги заслуговує *соціальний проєкт* – така індивідуальна чи групова діяльність, метою якої є позитивне перетворення соціального середовища та умов існування.

*Об'єктами* соціального проєкту можуть виступати:

- соціальні явища (проблеми, що виникають у місцевій спільноті);
- соціальні інститути (заклади освіти, культури, охорони здоров'я, місцева адміністрація; магазини, дозвіллі центри та ін.);
- соціальне середовище (територія закладів освіти різних рівнів, вулиця мікрорайону, двір та ін.).

*Характеристики соціального проєкту:*

- соціальна значущість, компліментарність проєкту із сучасною законодавчою базою;
- представлення цільової групи, на яку скерований проєкт;
- наявність конкретних цілей і завдань, які можна виміряти та відстежити доступними методами;
- забезпечення підготовки і підвищення кваліфікації спеціалістів, які беруть участь у проєкті;
- специфічність – проєкт пристосований до конкретних місцевих особливостей та умов його реалізації;
- проєкт оригінальний, своєрідний щодо використання доступних ресурсів;
- реплікативність – можливість повторення в інших місцях та іншими установами, організаціями;
- відповідність вимогам та стандартам опису проєкту, встановленому організацією-донором (установою, яка фінансує проєкт);

- можливість для підтримки місцевим або державним бюджетом.

### **Для чого проєкт саме нам?**

*Навчас працювати* – забезпечувати не тільки здатність ефективно оволодівати певними навичками, а й вміння знаходити вихід у непередбачуваних ситуаціях, вміти співпрацювати в колективі, співвідносити себе з конкретними фаховими ролями та ефективно їх виконувати.

*Навчас бути* – прищеплювати і розвивати талант до налагоджування соціальних, дружніх та родинних стосунків, виховувати здатність до емпатії, персоніфікованих взаємин з іншими людьми.

*Формує* у учасників проєкту почуття відповідальності, активності, самостійності.

### **Які загальні характеристики проєкту?**

*Чітка визначеність меж* (у часі, меті та завданнях, результатах, тощо) – це характеристика проєкту, що дозволяє контролювати хід його реалізації по чітко визначеним етапам на основі визначених, таких, що можна оцінити, результатах кожного етапу.

*Цілісність* – загальний сенс проєкту зрозумілий та доречний, кожна його частина відповідає загальному задуму та результату, що передбачається.

*Послідовність та логічний зв'язок* – логічна побудова частин, які співвідносяться та обґрунтовують одна одну. Цілі та завдання органічно впливають з проблеми, що вирішується. Бюджет спирається на опис ресурсів та співвідноситься з планом.

*Об'єктивність та обґрунтованість* – доказ того, що ідея проєкту, підхід до вирішення проблеми з'явилися не випадково, а є наслідком роботи авторів по глибокому аналізу, осмисленню ситуації та оцінці можливостей впливу на неї.

*Життєздатність* – визначення перспектив розвитку проєкту в подальшому, можливості його реалізації за інших умов.



## Проект «Психологічна підтримка та реабілітація в Природі»

Був ініційований у 2022 році.

Сутність інновації полягає у збереженні або відновленні психічного та фізичного здоров'я дітей, які постраждали від російської збройної агресії; досягнення соціально-психологічного благополуччя; зниження частоти й тяжкості наслідків посттравматичного синдрому, у застосуванні світових та українських форм та методів психологічної підтримки в Природі у нових умовах війни.

Реабілітація в Природі має великий потенціал для відновлення після травматизації, забезпечує активацію поведінки дитини, зниження тривоги, допомагає адаптуватися в нових умовах та повернутися до позитивного сприйняття життєвих обставин.

Проект реалізується онлайн та офлайн.

У 2023–2024 роках у **проекті наживо** взяли участь 1300 дітей та 100 педагогів, які постраждали від війни (мешканці Донецької області). У багатьох компонентах проєкт було реалізовано спільно з іншими – проєктом «Інформаційно-просвітницький центр «Екологічна варта» та «Екологічними стежками рідної України».

Важливою **цифровою складовою** є матеріали Всеукраїнської програми ментального здоров'я «Ти як?», ініційованої Оленою Зеленською.

Протягом сотень років у багатьох культурах світу в розрізі таких наук, як філософія, релігія, підкреслювалася важливість ролі, яку Природа відіграє в забезпеченні відчуття благополуччя людини. Не втрачає своєї актуальності це питання і в сучасних дослідженнях, адже Природа – це не просто умова та передумова людського існування; це ще й символ людських переживань, ідентичності, нюансів спілкування з іншими людьми та напрями життєвого шляху. Особливу увагу дослідників привертає проблема впливу Природи на когнітивні функції людини та психічне здоров'я, вона знаходить відображення в роботах з екологічної психології, соціології, міського планування та архітектури, медицини та ландшафтної естетики. Гуманітарні науки та

мистецтво давно відкрили факт фасилітуючої ролі природного світу в душевному житті людини. Палеоботаніка та етноботаніка розглядають усю людську культуру крізь призму світу рослин; у філології ж існує напрям «флоропоетика», а також терміни «флорообраз». У прикладній психології цінність світу Природи як джерела психотерапії та самопомогі людини лише починає усвідомлюватися, а практики її використання поки що залишаються інтуїтивними. Одним із перших, хто звернув увагу на важливість Природи для гармонійного та здорового розвитку особистості, був американський журналіст Р. Лейв, який запропонував виразний термін «синдром дефіциту Природи» [4].

Практики-консультанти використовують світ Природи в психотерапевтичній роботі, розрізняючи кілька форм впливу; провідним поняттям всім технік і практик є екотерапія [1]. Екотерапія – це напрям прикладної екологічної психології, що відповідає за створення ресурсних для людини взаємин із Природою [7]. Пасивна взаємодія передбачає просто перебування на природі або прогулянки в парках та диких лісах, тоді як активна – це садівництво, робота на фермі, садова терапія, терапія квітництвом, пригоди на природі та охорона природного середовища [2].

Благотворна дія садівництва вперше була помічена в процесі реабілітації англійських та американських солдатів – ветеранів Другої світової війни; пізніше цей прийом став використовуватися як психотерапевтична технологія у так званих лікувальних садах [5].

Нині в Україні знову тісно переплелися поняття «війна» та «реабілітація Природою», адже воєнні дії, які спричинила російська агресія, є причиною появи в населення фізичних і психологічних розладів різної тяжкості. Найбільш вразливі категорії населення, однією з яких є діти, потребують негайних заходів щодо оздоровлення, відпочинку, відновлення. Саме тому експертами Всеукраїнської екологічної ліги був розроблений проєкт «Психологічна реабілітація у Природі», що має на меті створення системи надання дієвої психологічної підтримки та реабілітації дітям, які постраждали від російської воєнної агресії, використання потенціалу природних екосистем для відновлення

після травматизації та рекреаційних можливостей природно-заповідних територій.

Практична значимість проєкту полягає в розкритті специфічного характеру взаємодії з природою дітей, які постраждали від війни, зокрема тих, хто має статус внутрішньо-переміщених осіб, що дає можливість розробити більш адекватну, психологічно обґрунтовану систему методів і прийомів, спрямовану на забезпечення найповнішої їхньої соціально-психологічної реабілітації в умовах воєнного стану та повоєнного відновлення.

Пояснення механізмів психотерапевтичних ефектів природи розкриваються в теоріях психології середовища. Згідно з еволюційною гіпотезою біофілії Е. Вілсона, нашим далеким предкам для виживання було абсолютно необхідно спостерігати за природою та тісно контактувати з нею; залишки цих програм поведінки роблять людину суб'єктивно більш захищеною, продуктивною і менш тривожною [7].

Теорія порога значення/порога дії окреслює, як саме довкілля взаємодіє із суб'єктом на емоційному, когнітивному й поведінковому рівнях. Якщо настрій погіршується через погані події та обставини, то людина, переживаючи регрес, повертається до більш простих невербальних комунікацій з Природою, які задані звуками, запахами та краєвидами. І насамкінець зазначимо, що феноменологічна теорія фіторезонансу відзначає паралельність життя рослин і людини, що спонукає людей резонувати на характеристики рослин, які необхідні для пробудження самості – стабільність, укоріненість, гнучкість, елегантність та краса. П. Шепард, прихильник означеної теорії, працюючи з пацієнтами психіатричної клініки, зіставляв садівницькі дії та особистий досвід людини [6].

Ці теорії, що окреслюють позитивний вплив Природи на особистість, і стали підґрунтям проєкту «Психологічна реабілітація у Природі» Під час підготовки проєкту «Психологічна реабілітація у Природі» за основу було взято позитивний досвід реалізації у 2016–2021 роках Програми «Екологічними

стежками рідної України», яка впроваджена за підтримки Донецької обласної державної адміністрації.

Мета Проєкту – збереження або відновлення фізичного та психічного здоров'я дітей, які постраждали від російської збройної агресії; досягнення соціально-психологічного благополуччя; зниження частоти й тяжкості наслідків посттравматичного синдрому.

Завдання проєкту: надання дієвої психологічної підтримки та реабілітації дітям, які постраждали від російської збройної агресії через використання потенціалу природних екосистем і рекреаційних можливостей природно-заповідних територій; створення можливостей для дітей з вивчення та дослідження природної, історичної й культурної спадщини України; формування української національної самосвідомості, патріотизму, любові до рідного краю; підвищення мобільності, соціальної і культурної інтеграції дітей та молоді в суспільне життя України.

Ключові виклики, які необхідно вирішити в межах Проєкту:

1. Вторгнення російських військ призвело до значних жертв серед військових та мирних мешканців, руйнувань міст і сіл, об'єктів військової та критичної інфраструктури, знищення або пошкодження природних територій та об'єктів України. Внаслідок російської збройної агресії мільйони українців покинули домівки, діти втрачають матерів і батьків, звичне середовище існування, можливості отримати якісні освіти, виховання, дозвілля. Виникла гостра потреба в психологічній реабілітації дітей, які постраждали від бойових дій. Така необхідність у психологічному відновленні, оздоровленні та відпочинку буде зберігатися для дітей і в наступні роки.

2. Внаслідок війни виховний та освітній процеси були значно порушені. Більше ніж 1411 дітей постраждали в Україні внаслідок повномасштабної збройної агресії російської федерації. Офіційне число дітей-жертв – 487. Кількість поранених – понад 954. Понад 2,7 мільйони дітей стали внутрішньо переміщеними особами. Щонайменше 650 тис. учнів та 22 тис. педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти були змушені втекти за кордон,

зокрема близько 2029 дітей з особливими освітніми потребами. Україна зафіксувала примусову депортацію понад 19531 дитини до росії, але реальна кількість більша. Ці цифри не остаточні, триває робота з їхнього встановлення в місцях ведення активних бойових дій, на тимчасово захоплених і звільнених територіях.

3. Через бомбардування та обстріли загарбників пошкоджені 2855 закладів освіти, з них 330 – зруйновані повністю. В Україні внаслідок воєнних дій діти втратили можливості для звичного життя, домівки та стали внутрішньо переміщеними особами. Кількість таких дітей збільшується. 2022 року українські діти провели в бомбосховищах та укриттях понад 900 годин під час повітряних тривог.

Партнери Проєкту: Всеукраїнська екологічна ліга, Інститут проблем виховання НАПН України, Донецький обласний інститут післядипломної педагогічної освіти та Інформаційно-просвітницький центр «Екологічна варта».

Проєкт впроваджується на території тих областей України, де не було бойових дій, у місцях локального перебування дітей-ВПО та їхніх родин. Цільові групи проєкту – діти, які постраждали від російської збройної агресії (8–10 років; 11–13 років). Реабілітаційний ефект Природи пов'язаний з її здатністю бути збагачувальним середовищем для людини, формує особистісну позитивну орієнтацію у світі, сприяє появі нових способів бачити себе і свої ресурси. Застосування системи психологічної реабілітації в природі дозволяє мінімізувати психологічні травми, що отримали діти-ВПО та ті, які постраждали від війни. Це не тільки стабілізує стан дітей, але й має терапевтичний ефект на майбутнє, сприяє якісній адаптації до нових умов і більш швидкій соціалізації. Також фахову підтримку отримують педагоги, що працюють з такими дітьми або самі є із числа ВПО.

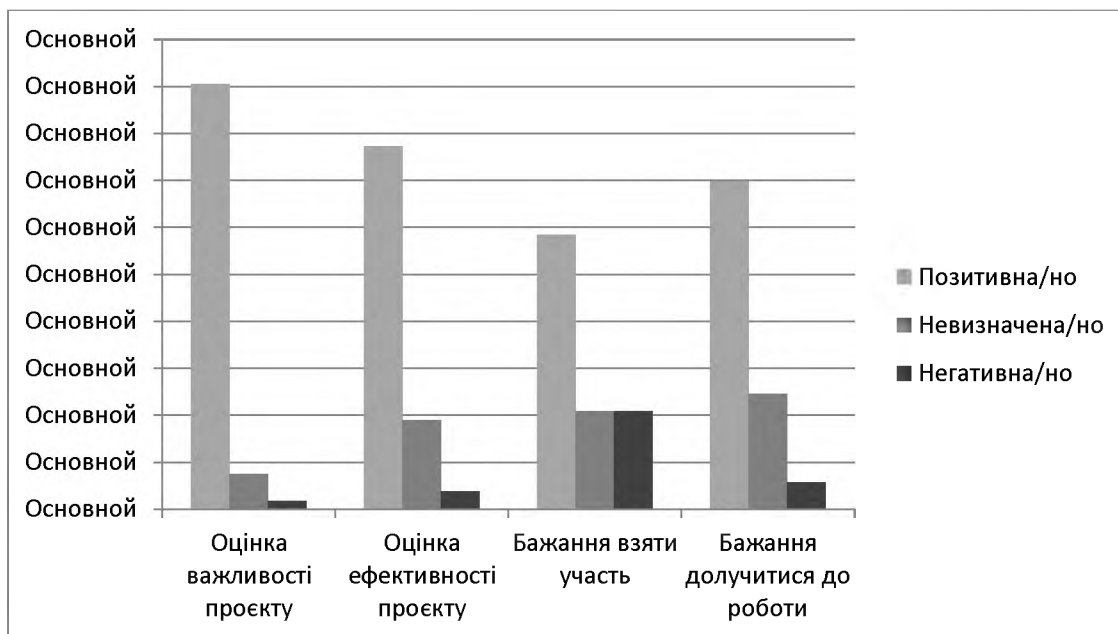
Під час реалізації програми з дітьми працюватимуть кваліфіковані психологи, які застосовують сучасні методи відновлення та реабілітації, адаптовані до вікових категорій дітей:

- психологічні тренінги для дітей: «Життя без страху», «Світ моїх емоцій», «Радість у спілкуванні», «Почуття любові до себе, до родини, до країни», «Етика взаємодії у період стресу», «Як вижити під час надзвичайної ситуації та в умовах війни» та інші;
- програма психологічної підтримки: інтерактивний квест «Ти як?»;
- психологічні практики для вчителів, які працюють з дітьми, що зазнали впливу війни: «Вирішую конфлікти та будує мир навколо себе», «Небезпечні квести для дітей: профілактика залучення»;
- казкотерапія (використання казок та оповідок для розвитку уяви, розширення свідомості й удосконалення взаємодії із зовнішнім світом);
- лялькотерапія (використання психокорекційного впливу ляльки та інших іграшок у взаємодії дитини і дорослого);
- довкіллеві практики: дослідницькі екологічні проекти, екскурсії в природу, тренінги з формування активної патріотичної позиції в захисті рідного краю, практичні заняття з виховання лідерських якостей, засвоєння екологічно дружніх навичок життя в природі;
- творчі практики: робота творчих гуртків, відвідування історико-культурних заповідників, художніх музеїв, творчі конкурси;
- танцювальна терапія (використання руху й танцю для подальшої емоційної, фізичної та соціальної реабілітації особистості);
- акватерапія (плавання, купання в басейні, водні процедури);
- програми фізичного гартування й оздоровлення; розважально-виховні заходи.

Актуальність проекту підтверджується результатами анкетування, що було проведено в липні 2022 року з використанням Google-форми, в анкетуванні взяли участь 53 особи.

Анкетування проводилося серед працівників освіти, які безпосередньо працюють із дітьми-переселенцями в умовах освітнього процесу та позашкільної діяльності (учителі, психологи, волонтери, педагоги закладів позашкільної освіти тощо), з метою визначення необхідності реалізації

програми додаткової психологічної реабілітації дітей, що постраждали від війни, та з'ясування оцінки респондентами психотерапевтичних можливостей взаємодії дітей з природою.



**Рис. 4.1. Результати анкетування працівників освіти щодо реалізації проекту**

Так, серед опитаних 90,5 % (48 осіб) визначають означений проєкт як дуже важливу ініціативу, 77,3 % респондентів (41 людина) упевнені в ефективності психореабілітаційної роботи в природі, 58,4 % опитаних (31 особа) бажали б стати учасниками групи, що проходить реабілітацію, а 69,8 % (37 опитаних) готові долучитися до реалізації проєкту в межах своєї компетентності. Більш детальний аналіз відповідей представлено на рис. 1. Також варто зазначити, що серед людей, що взяли участь в анкетуванні, 30,1 % (16 осіб) мають статус ВПО, а 77,3 % (41 особа) зауважують, що перебувають у стресовому стані, спровокованому війною.

Таким чином, результати анкетування підтверджують актуальність Проєкту та його прогнозовану ефективність у роботі з дітьми, що потребують психологічної реабілітації від негативного впливу війни.

Перспективою проекту є масштабування як напряму психологічної реабілітаційної роботи в умовах воєнного стану та повоєнного відновлення не лише з дітьми, що мають статус ВПО, а й з дорослими, військовослужбовцями та членами їхніх сімей, а також у продовженні вивчення екологічного підходу до психологічної реабілітації людей, що постраждали від війни, розробленні та вдосконаленні форм взаємодії в межах проекту.

#### Список використаних джерел:

1. Buzzell L., Chalquist C. Psyche and nature in a circle of healing. *Ecotherapy: Healing with nature in mind*. Berkeley, CA: Counterpoint. 2009. P. 17-21.
2. Greenleaf A. T., Bryant R. M., Pollock J. B. Nature-based counseling: Integrating the healing benefits of nature into practice. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 2014. Vol. 36 (2), P. 162-174. <https://doi.org/10.1007/s10447-013-9198-4>
3. Kaplan R. The role of nature in the context of the workplace. *Landscape and Urban Planning*. 1993. Vol. 26 (1-4), P. 193-201. [https://doi.org/10.1016/0169-2046\(93\)90016-7](https://doi.org/10.1016/0169-2046(93)90016-7)
4. Louv R. Last child in the woods: Saving our children from nature-deficit disorder. New York: Algonquin books, 2008. 416 p.
5. Nilsson K., Sangster M., Gallis C., et al. Forests, trees and human health. New York: Springer Science & Business Media, 2010. 436 p.
6. Shepard P. Phyto-resonance of the true self. *The healing dimensions of people plant relations: Proceedings of a research symposium*. March 24-27, University of California, Davis: UC Davis, 1994. P. 154-160.
7. Summers J. K., Vivian D. N. Ecotherapy – A forgotten ecosystem service: *Frontiers in Psychology*. 2018. Vol. 9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01389>
8. Ulrich R. S., Simons R. F., Losito B. D., et al. Stress recovery during exposure to natural and urban environments. *Journal of Environmental Psychology*, 1991. Vol. 11 (3). P. 201-230. [https://doi.org/10.1016/S0272-4944\(05\)80184-7](https://doi.org/10.1016/S0272-4944(05)80184-7)
9. Vietnam statistics: Over 100,000 US Vietnam Vet Suicides to Date! <https://renew.com/general77/hdtage.htm> (дата звернення: 14.06.2023).
10. Всеукраїнська екологічна ліга. Про створення проекту «Психологічна реабілітація у Природі»  
URL: <https://www.ecoleague.net/pres-tsentr-vel/novyny/2022-rik/lypen/item/2291-pro-stvorennia-proiektu-psykholohichna-reabilitatsiia-u-pryrodі> (дата звернення: 14.06.2023).
11. Міністерство у справах ветеранів України: Юлія Лапутіна взяла участь у засіданні робочої групи щодо Національної програми психічного здоров'я та психосоціальної підтримки за участі першої леді України.  
URL: <https://mva.gov.ua/ua/news/yuliya-laputina-vzyala-uchast-u-zasidanni-robochoyi-grupi-shchodo-nacionalnoyi-programi-psiichnogo-zdorovya-ta-psihsocialnoyi-pidtrimki-za-uchasti-pershoyi-ledi> (дата звернення: 14.06.2023).
12. Проєкт Плану відновлення України. Матеріали робочої групи «Освіта і наука», стор. 12, 303. URL: [https://uploads-ssl.webflow.com/625d81ec8313622a52e2f031/62dea3670848586d8b6e9f04\\_%D0%9E%D1%81%D0%B2%D1%96%D1%82%D0%B0%20%D1%96%20%D0%BD%D0%B0%D1%83%D0%BA%D0%B0.pdf](https://uploads-ssl.webflow.com/625d81ec8313622a52e2f031/62dea3670848586d8b6e9f04_%D0%9E%D1%81%D0%B2%D1%96%D1%82%D0%B0%20%D1%96%20%D0%BD%D0%B0%D1%83%D0%BA%D0%B0.pdf) (дата звернення: 14.06.2023).
13. Проєкти нацпрограми. Розвиток системи освіти. URL: <https://recovery.gov.ua/project/program/improve-education-system?page=2> (дата звернення: 14.06.2023).
14. Бех І. Д. Особистість на шляху до духовних цінностей: монографія. Київ–Чернівці: «Букрек», 2018. 320 с.



- узагальнення та систематизація результатів опитування;
- доведення результатів оцінювання до учасників проєкту;
- визначення можливостей подальшого розвитку проєктної діяльності;
- підготовка статей для публікації у педагогічній пресі та літературі.

## Додаток 2

### Проєкт «Станьмо на варті власного майбутнього!»

#### (ГО ВДС «Екологічна варта»)

Мета – залучення дітей та молоді до вивчення природоохоронної діяльності та планування власної через онлайн-сервіси (соціальні мережі, веб-ресурси, QR-коди тощо). Під час проєкту учасники через QR-коди до акцій «Збережи первоцвіти», «Збережи ялинку», «Наша допомога птахам», «Посади своє дерево» вивчають цікаві матеріали та створюють свої міні-проєкти.

			
Збережи первоцвіти	Збережи ялинку	Наша допомога птахам	Посади своє дерево

На сторінках проєкту учасникам пропонують:

Поринь у пригоди з Природою! Долучившись до «Екологічної варти», ти отримаєш можливість відправитися у захопливі пригоди у світі Природи!

Спробуй себе в ролі Героя Планети: саме зараз у тебе є можливість стати справжнім героєм - героєм нашої Планети! Твої дії допомагатимуть зберігати природу, рятувати тварин і рослини, і робити наш світ кращим для всіх.

Стань Справжнім Лідером: долучившись до «Екологічної варти», ти станеш справжнім лідером! Ти будеш не лише допомагати Планеті, але й навчиш інших людей, як зберігати природу. Твої дії будуть прикладом для інших і допоможуть змінити світ на краще!

Знайди нових друзів: у «Екологічній варті» ти знайдеш нових друзів, з якими буде не лише цікаво, але й весело! Разом з друзями відкриєте нові місця, досліджуватимете ліси, поля, та річки, і допоможете зберегти їх красу.

### Додаток 3

#### Проект «Інформаційно-просвітницький центр «Екологічна варта»

Програма роботи Центру поєднує відпочинок з науковими дослідженнями, практичними природоохоронними заходами, вивченням історії України, творчою роботою дітей.

Під час активної діяльності учасники здобувають навички дослідницької роботи, навчаються аналізувати науковий матеріал та реалізовувати екологічні міні-проекти, дізнаються про необхідність збереження навколишнього середовища та ціннісне ставлення до Природи рідної землі.

Під час воєнного стану проект діє на власному цифровому майданчику – соціальна мережа Фейсбук  
<https://www.facebook.com/profile.php?id=100057334906077>

Через цей цифровий майданчик діти та педагоги мали змогу бути залученими до вже існуючих природоохоронних програм та створювати власні, наприклад, «Первоцвіт», «Посади своє дерево», «Життя без сміття», «Нагодуй сусіда» тощо.

### Додаток 4

#### Проект «Нагодуй сусіда» (ГО ВДС «Екологічна варта»)

Проект використовує механізм прямої передачі харчових продуктів без створення окремого «Харчового хабу» (харчового центру).

Проект працює на цифровій платформі:

<https://sd4ua.org/proyekt-nagoduj-susida-2/>

Мета – виховання ціннісного ставлення до харчових продуктів, участь у регулюванні поводження із залишками харчової продукції та запобігання їх потраплянню у відходи.

**Цілі:**

Ціль 1. Налагодження співпраці між організаціями та установами з питань зменшення псування продовольства.

Ціль 2. Організація дієвих зав'язків між виробниками харчової продукції та споживачами з увагою на осіб, які мають особливі потреби у продуктах харчування.

Ціль 3. Організація передачі надлишку харчових продуктів від домогосподарств та підприємств безпосередньо особам, що мають обмежені ресурси, є користувачами соціальних програм, у тому числі харчових.

**Додаток 5**

**Проект «Ділись – не викидай» (ГО ВДС «Екологічна варта»)**

Мета – створення онлайн платформи, яка призначена для активізації установ, організацій, волонтерських спільнот та небайдужих громадян, які готові ділитись власними ресурсами для зменшення кількості харчових втрат.

Через цю електронну платформу <https://sd4ua.org/platforma-nagoduj/> учасники підтримують свідоме споживання харчових продуктів у різний спосіб:

1. Пропонують залишки продукції, якщо мають такі (продуктові магазини, ресторани, кафе, кейтерінгові компанії виїзного харчування)
2. Повідомляють про потреби у харчових продуктах, якщо є соціальним закладом – будинок людей похилого віку, будинок нічного перебування соціально незахищених осіб тощо
3. Пропонують власний час та зусилля, якщо бажають долучитись до вирішення важливої проблеми накопичення харчових відходів, стають волонтером платформи «Ділись – не викидай»

## Про платформу

Платформа «Ділись – не викидай» призначена для активізації установ, організацій, волонтерських спільнот та небайдужих громадян, які готові ділитись власними ресурсами для зменшення кількості харчових втрат.

Підтримувати свідоме споживання харчових продуктів через нашу платформу можна у різний спосіб.



пропонуйте залишки продукції, якщо ви представляєте продуктові магазини, ресторани, кафе, кейтерінгові компанії визного харчування



повідомляйте про потреби у харчових продуктах, якщо ви є соціальним закладом – будинок людей похилого віку, будинок нічного перебування соціально незахищених осіб тощо



пропонуйте власний час та зусилля, якщо ви бажаєте долучитись до вирішення важливої проблеми накопичення харчових відходів – станьте волонтером платформи «Ділись – не викидай»

Платформа є відкритою для всіх, хто разом з нами опікується проблемами довкілля.

Ця діяльність є добровільною та безкоштовною. Платформа не передбачає збору будь-якої грошової (готівкової або безготівкової) допомоги.

Платформа створена як місце, де ініціатори акцій та волонтери зустрічаються, обмінюються потребами та можливостями, разом зменшують харчові втрати.

Модерація усіх повідомлень на сторінці здійснюється Всеукраїнською екологічною нігою.

З усіх питань та пропозицій ви можете написати на [vel@ecoleague.net](mailto:vel@ecoleague.net)

## Відповіді на поширені питання

Як працює Платформа?



Нагодуй Сусіда

## Як приєднатись

Супермаркети, кафе,  
кейтеринг

Споживачі у місцях їх  
застосування

Волонтери



Платформа є відкритою для всіх, хто опікується проблемами довкілля.

Ця діяльність є добровільною та безкоштовною. Платформа не передбачає збору будь-якої грошової (готівкової або безготівкової) допомоги.

Платформа створена як місце, де ініціатори акцій та волонтери зустрічаються, обмінюються потребами та можливостями, разом зменшують харчові втрати. Платформа є безкоштовною для всіх учасників.

Через заходи безпеки, пов'язані із військовими діями, карта учасників закрита.

Нагодуй Сусіда

Супермаркети, кафе, кейтеринг

Соціальні установи та заклади

Волонтери

НОВИНИ ПРО ПЛАТФОРМУ КАРТА

## Зареєструватися як “Волонтер”

Ви маєте бажання допомагати Природі та здійснювати соціально значущі справи? Приєднуйтесь до ініціативи «Нагодуй сусіда» та станьте волонтером платформи «Ділись – не викидай!» Волонтером може бути кожен, але просимо звернути особливу увагу, якщо ви: студенти природничих спеціальностей, студенти, які після навчання здійснюватимуть соціальну роботу різних напрямів, майбутні журналісти.

- 1 Перший крок – зареєструйтесь.
- 2 Другий крок – напишіть нам [vel@ecoleague.net](mailto:vel@ecoleague.net) про ваше бажання віддати харчові продукти, інформація буде розміщена на Платформі у рубриці «Новини».
- 3 Третій крок – зв'яжіться із соціальними закладами, яким потрібна ваша допомога, або із волонтерами, які допоможуть передати продукцію.
- 4 Четвертий крок – передайте надлишки харчових продуктів та допомагайте Природі разом з нами!
- 5 П'ятий крок – напишіть нам [vel@ecoleague.net](mailto:vel@ecoleague.net) про вашу вдалу ініціативу

Нагодуй Сусіда

ПРО ПЛАТФОРМУ КАРТА

«Ділись – не викидай»

## Додаток 6

### Проект «Створення громадської системи протипожежного захисту лісів в Україні» (ГО ВДС «Екологічна варта»)

Проект діє офлайн (5 територіальних громад – Народицька (Житомирська область); Козлівська (Тернопільська область); Розсошанська (Хмельницька область); Пирятинська (Полтавська область); Корсунь-Шевченківська (Черкаська область) та онлайн на спеціалізованому сайті <https://dpc-ukraine.space/index.php>

У цьому проєкті члени ВДС «Екологічна варта» залучаються до важливої теми освіти дорослих через організацію роботи добровільних пожежних підрозділів із дорослих членів громад та проведення для них навчань, тренінгів

та семінарів, підготовку та видання навчально-методичних матеріалів для подальшого використання командами-учасниками та цільовими громадами; розроблення, наповнення та популяризацію сайту добровільних пожежних формувань.

В межах проекту відбувається співпраця з органами місцевого самоврядування цільових територіальних громад, Державною службою України з надзвичайних ситуацій та її територіальними підрозділами, Державним агентством лісових ресурсів України, Інформаційно-просвітницьким центром «Екологічна варта», Центром екологічної освіти та інформації та Міжрегіональним центром наукових досліджень та експертиз.

## Додаток 7

### Квест «Ти ЯК»?

Матеріали квесту розроблені на основі відео та описових завдань веб-порталу <https://howareu.com/>

Учасники: 3–4 команди по 6–10 осіб.

Керівники на маршруті: 3 особи

Технічні засоби: ноутбук, проєктор, смартфони (1–3 на групу).

Хід квесту:

1. Команда квесту розміщує на території проведення картки із завданнями та готує квест-питання. Для кожної команди обирають окремий колір і карток, і квест-питань, кожна команда шукає свої завдання за кольором.

2. Ведучий знайомить учасників із структурою веб-порталу <https://howareu.com/>, окремими завданнями та відео.

3. Учасники за допомогою смартфонів самостійно знаходять на порталі відео та вправи.

4. Кожна група отримує перелік квест-питань, знаходить завдання, (отримує підказки на веб-порталі <https://howareu.com/>, якщо необхідно) та виконує їх.

Правила для учасників:

- знайти зупинку з назвою, яка є у переліку квест-питань
- взяти картку вашого кольору та зробити те, що на ній написано, РАЗОМ
- повторити вправу ще раз

**Орієнтовний перелік:**

№	Назва	Проходження
	Правила безбар'єрної комунікації	Ознайомитись із Правилами безбар'єрної комунікації
	Емоційний крокодил	Розповісти Керівнику про Правила безбар'єрної комунікації та зіграти з нею в Емоційного крокодила
	Сокира для поганих емоцій	Згадати вправу та зробити її
	Пружина	Дійте за картою!
	Заземлення	Дійте за картою!
	Добрі та злі собаки	Дійте за картою!
	Дихання на рахунок	Дійте за картою!
	Стоп	Дійте за картою!
	Морська зірка	Дійте за картою!
	Ти як?	Написати на листочку відповідь на питання «Ти як?» та наклеїти його на Дерево емоцій

5. Всі команди збираються разом, ведучий підводить підсумки. Для учасників віком до 11 років за шкалою «мені ця вправа ніяк не допомогла – мені вправа дуже сподобалась вправа, буду робити ще», для учасників віком від 12 років – обговорення, що можна використати у житті, про які вправи розповісти друзям, як краще використати портал тощо.

## Картки із завданнями

### Правила безбар'єрної комунікації

#### Дотримуйтеся принципу «спочатку людина»

Спочатку згадуйте людину, а далі, якщо цього вимагає контекст, вже її риси чи ознаки (наприклад, людина з інвалідністю, а не «інвалід»)

#### Не кажіть більше, ніж є насправді

Варто називати усе своїми іменами, не перебільшуючи (наприклад, «людина, яка користується кріслом колісним», а не «людина, прикута до візка»)

#### Уникайте маскувальних слів

Вживання евфемізмів або маскувальних слів може образити чи ввести в оману (наприклад, «сонячні діти» – евфемізм, а діти з синдромом Дауна – коректно)

#### Запитуйте

Якщо не знаєте, як правильно, запитайте саму людину, як вона хоче, щоб до неї звертались. Це не соромно, а навпаки є проявом уваги й тактовності



BF.IN.UA



«Довідник безбар'єрності» – твій гід з коректного спілкування і взаємодії



## Практика «Дихання на рахунок»

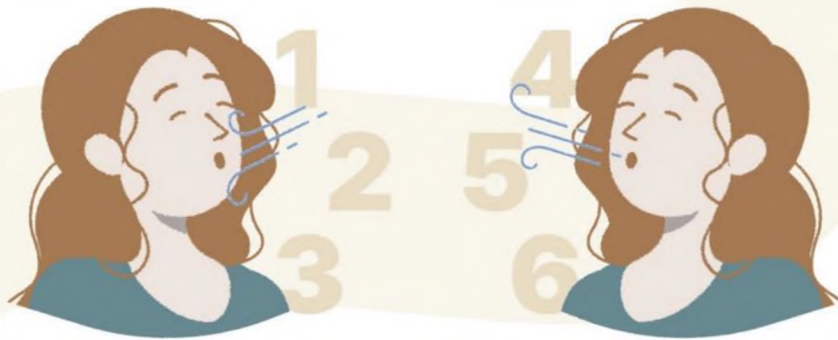
1. Заплющ очі, відчуй ногами підлогу
  2. Глибоко й повільно вдихни через ніс, рахуючи до 3-х
  3. Впусти повітря до самого низу легень
  4. Тепер повільно видихни через рот, рахуючи до 6-ти
  5. Повтори це мінімум 4 рази
- Але (!) якщо стане зле, зупинись

ТИ ЯК?

Всеукраїнська програма ментального здоров'я  
за ініціативою Олени Зеленської



HOWAREU.COM



## Практика «Добрі та злі собаки»

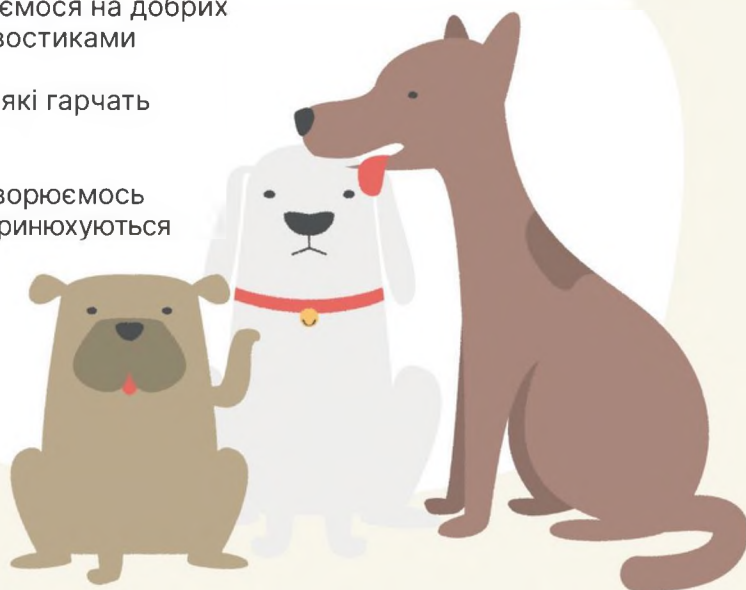
1. Спочатку перетворюємося на добрих собак, які виляють хвостиками
2. Потім на злих собак, які гарчать одна на одну
3. А тепер знову перетворюємось на добрих собак, які приносять знайомлячись

ТИ ЯК?

Всеукраїнська програма ментального здоров'я  
за ініціативою Олени Зеленської



HOWAREU.COM



## Практика «Заземлення»

ТИ ЯК?

Всеукраїнська програма ментального здоров'я  
за ініціативою Олени Зеленської

Зверни увагу на те, як ти почуваєшся зараз і про що думаєш. Проговори це собі подумки. Тепер спробуй уповільнитись й з'єднатися зі своїм тілом. Це не так складно, як звучить

1. Повністю видихни повітря з легень, а тоді знову повільно наповни їх глибоким вдихом
2. Повільно притисни ступні до підлоги
3. Так само плавно витягни руки вздовж тіла або зімкни долоні перед собою
4. Тепер перенаправ увагу на світ навколо. Які 5 предметів ти бачиш? Які 3-4 звуки чуєш? Які запахи відчуваєш?
5. Проговори подумки, що й де ти зараз робиш



HOWAREU.COM



## Практика «Пружина»

ТИ ЯК?

Всеукраїнська програма ментального здоров'я  
за ініціативою Олени Зеленської

1. Уявляємо, що ми пружина
2. Присідаємо, обіймаючи коліна...
3. ...і вистрибуємо, розпрямляючись



HOWAREU.COM



# Техніка «Стоп»

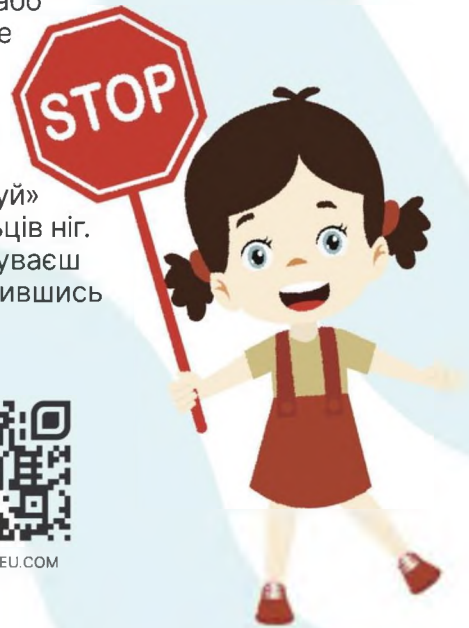
ТИ ЯК?

Всеукраїнська програма ментального здоров'я  
за ініціативою Олени Зеленської

1. Зверни увагу на те, що тобі стало сумно або погіршився настрій. Зупинись та визнай це
2. Сфокусуйся на тому, про що ти думаєш. Які емоції викликають ці думки? Назви їх
3. Зверни увагу на відчуття в тілі. «Проскануй» себе подумки від голови до кінчиків пальців ніг. Зверни увагу на ті частини тіла, де відчуваєш напругу. Спробуй вивільнити її, розслабившись
4. Подумай про те, який найменший крок ти можеш зробити прямо зараз аби покращити свій стан. Це має бути конкретна дія, яка не потребує багато часу чи ресурсів
5. Зроби це



HOWAREU.COM



# Тілесна практика «Морська зірка»

ТИ ЯК?

Всеукраїнська програма ментального здоров'я  
за ініціативою Олени Зеленської

1. Уявіть, що ви морська зірка, яка тягнеться усіма своїми кінцівками в різні боки, розтягується
2. Витягніть шию вгору до комфортного напруження
3. Руки та ноги простягніть у різні сторони, настільки далеко, наскільки можете
4. Тепер повністю розслабте усе тіло і зробіть видих
5. Повторіть вправу тричі



HOWAREU.COM



## Структура проєкту

Кожен проєкт має власну структуру. Від чого вона залежить:

- творчість команди проєкту
- відповідність структурі проєкту грантодавця
- врахування командою усіх потреб проєкту.

### Поле реальності та межа нездійсненності

Написання проєкту на одержання гранту – це тривалий процес (особливо для тих, хто займається цим вперше) та можливість по-новому подивитись на Вашу організацію, її цілі та задачі. Процес написання заявки починається з вивчення власних можливостей. Перед написанням заявки, Ви повинні задати собі та знайти відповіді на три запитання: Хто скористається результатами виконання Вашого проєкту? Чи сприятиме виконання цього проєкту подальшому розвитку Вашої організації? Чи вистачить у Вас сил, часу та бажання на написання та виконання проєкту? Якщо після щирих відповідей на поставлені запитання, Ви вирішили продовжити розпочату роботу, то наступним кроком буде пошук фонду, який профінансує Ваш проєкт.

#### *Проведення підготовчої роботи*

##### *1. Оцінка потреб*

Вдалими бувають проєкти, розроблені на основі належного розуміння певних засад їх створення. Успіх проєкту рідко є наслідком щасливого випадку чи долі. Майже завжди, успіх проєкту буває пов'язаний з належним плануванням і відповідним розумінням засад його створення. Зверніть увагу на наступні приклади проблем, що є найбільш характерними для проєктів розвитку:

- Проєкт, що мав на меті підвищення добробуту жінок шляхом їх навчання, виготовлення ручних виробів, обернувся збитками, бо жінки одержали за готові вироби менше, ніж заплатили за сировину. Розробник проєкту, що ніколи не жив у сільській місцевості, вважав, що жінки обізнані з головними чинниками ціноутворення.
- Проєкт, спрямований на підвищення обізнаності матерів стосовно проблем дитячого здоров'я та харчування мав наслідком низький рівень

відвідування та майже ніяк не вплинув на покращення стану здоров'я дітей. Матері, коли їх спитали, відповіли розробнику проєкту, що їх справді цікавили проблеми здоров'я їх дітей. Однак, вони не зауважили, що в них було обмаль часу, або вони віддали б перевагу проєктові, що надав би їм можливість заробити гроші. Розробник проєкту не ставив специфічних запитань, щоб з'ясувати ці потреби.

- Проєкт для підлітків виявився невдалим, тому що не співпадав зі шкільними програмами, спрямованими на досягнення тієї ж мети. Успіх кожного з цих проєктів був обмеженим, оскільки його створення і реалізація відбувалася за відсутності розуміння розмаїття місцевих факторів, що негативно вплинуло на його досягнення. Всі вони були розроблені людьми, що мали добрі наміри, але обмежене розуміння особливостей їх розробки.

## *2. Збір і аналіз інформації*

Після того, як Ви досягнете розуміння загальних потреб і виберете окремі проблеми, на які буде спрямований ваш проєкт, Ви зможете зібрати більш детальну інформацію стосовно цих проблем, наявних ресурсів, та частини громади, що братиме участь у проєкті. Це важливо, оскільки Вам будуть необхідні факти для подальшого планування. Вказані факти будуть видозмінюватись у відповідності зі специфікою проблем. Наприклад, якщо Ви прийняли рішення здійснити проєкт у сфері охорони здоров'я дітей, то вам буде необхідна наступна інформація:

- Охорона здоров'я: що є у наявності, де, скільки коштує ?
- Вірування і культура: Що міркують люди з приводу здоров'я їх дітей? Чи є культурологічні обмеження, що здатні вплинути на застосування практичних заходів у сфері охорони здоров'я ?
- Знання здоров'я дитини. Що вже відомо жінкам і чоловікам ? Стан здоров'я і практика: Які головні чинники дитячих хвороб ?
- Існує багато джерел інформації, придатних до використання в процесі планування проєкту. Ось перелік деяких з найважливіших:
- Письмові матеріали, що змальовують громаду або регіон, які надійшли від міністерств або міжнародних організацій. Доповіді та висновки

відносно проєктів у даному регіоні, які здійснювались іншими установами, включаючи державні, благодійні, а також міжнародні організації

- Доповіді та висновки стосовно проєктів, які вже виконані і схожі з тим, що Ви маєте реалізувати.
  - Зустрічі з громадськими лідерами, місцевими мешканцями або специфічними верствами населення
  - Інформація з клінік, лікарень, шкіл.
  - Ваші особисті спостереження за громадою та ваші знання схожих громад.
- Елементи, що складають основу будь-якого проєкту і можуть вплинути

на його успіх:

- Населення – чисельність, відносини, вік, стать;
- Середовище – умови, що впливають на здоров'я, погодні умови;
- Інфраструктура – лікарні, школи, клініки, системи водопостачання та гігієни, шляхи;
- Ресурси – матеріальні та людські ресурси, чи вони є в достатку, чи їх не вистачає;
- Вірування та практика - релігійні, культурні, політичні, соціальні;
- Економіка – наявність коштів, їх розподіл та джерела надходження;
- Думки, ідеї та уподобання – думки громади стосовно потреб та наявних можливостей.

Якщо перший крок у процесі розробки проєкту загальне визначення його бажаності та змісту, то, стосовно окремого населеного пункту чи випадку, вам знадобиться зібрати загальну інформацію пов'язану з:

- загальними проблемами і потребами;
- наявними ресурсами;
- уподобаннями населення.

Ви не потребуватимете детальної інформації щодо кожної сфери діяльності (наприклад, сільське господарство, освіта, охорона здоров'я) чи стосовно кожної проблеми або потреби (наприклад, нестача води, погане

дитяче харчування, високий рівень материнської смертності при пологах), оскільки ваш проєкт не стосуватиметься усіх цих питань.

Під час створення проєкту та роботи з командою можна використовувати таку структуру:

## Проект

### РОЗДІЛ I

#### 1. Анотація

##### 1.1. Назва проєкту

##### 1.2. Назва організації, відповідальної за проведення проєкту

##### 1.3. Значення проєкту *(потрібно підкреслити)*

державний

регіональний

##### 1.4. Рівень проведення проєкту *(потрібно підкреслити)*

міжнародний

всеукраїнський

обласний

місцевий

##### 1.5. Зміст проєкту *(потрібно підкреслити)*

практичний

інформаційний

науково-методичний

освітньо-виховний

інше \_\_\_\_\_

##### 1.6. Підстави для розроблення проєкту \_\_\_\_\_

*(ким прийнято рішення, номер і дата)*

##### 1.7. Термін реалізації проєкту *(рік, квартал, місяць, дата)*

початок \_\_\_\_\_

закінчення \_\_\_\_\_

##### 1.8. Актуальність проєкту

##### 1.9. Мета проєкту

Мета виникає при виявленні проблеми та малює образ бажаного результату. Формулювання мети має бути пов'язане з наявною проблемою та, по можливості, вирішувати її, вказуючи шлях від реального стану речей до ідеального, або пропонованого після реалізації даного проєкту.

Найперше, що потрібно визначити в проєкті – це його мета. Якщо мета недостатньо ясна, то шлях до її досягнення може протягнутися до безкінечності, а такий довгий шлях не забезпечити ніякими ресурсами. Якщо мета не може бути досягнута в принципі, то всі ресурси підуть в нікуди.

Мета проєкту має бути максимально конкретна і зрозуміла в першу чергу вам самим. Пам'ятайте, що мета вашого проєкту – вирішення конкретного завдання. Можна сказати, що реалізація проєкту – це «мікромета» організації, «сходінка» на шляху її до кінцевої мети.

Мета – детально відпрацьоване, узгоджене, лаконічне формулювання бачення майбутнього. Отримання очікуваних змін ситуації в суспільстві (в навколишньому середовищі тощо) в результаті виконання проєкту.

Мета – коротке визначення того, який позитивний результат буде отримано від реалізації проєкту.

В меті повинна бути вказана проблема, яку вирішує організація (що зробити) і яким шляхом це буде зроблено (цільова група, чию проблему вирішує проєкт), а також повинно бути вказано за допомогою чого, або яким способом буде досягнута ця мета (яким чином це буде зроблено).

*Приклади формулювання мети:*

Метою проєкту є соціальна адаптація безробітних через залучення їх до підприємницької діяльності.

Мета проєкту – створення Центру кращих практик збалансованого розвитку в Україні для популяризації та впровадження Цілей збалансованого розвитку.

Мета проєкту – підвищення обізнаності громадян з питань розвитку природоохоронних територій.

Мета проєкту – зменшення шкоди для довкілля від спалення опалого листя.



При детальнішому аналізі необхідно зауважити, що термін «мета» може мати різні значення.

Наприклад:

- по - перше, мета — це такий стан речей, якого ми хочемо досягти; вибраний результат наших дій. Як повинна змінитися ситуація? Які наслідки хочемо отримати? Яким є бажаний результат?

по - друге, мета – це щось, до чого ми прагнемо, крапка на горизонті, що визначає напрямок нашого руху;

- по - третє, мета – це предмет (об’єкт) вибраних дій; те, на що ці дії направлені.

### **1.10. Цілі проєкту**

При формулюванні цілей використовується іменник (створення заповідника в такому-то місті, проведення циклу тренінгів для вчителів сільських шкіл тощо).

### **1.11. Завдання проєкту**

Завдання проєкту – це поліпшення ситуації, яку ви описали у постановці проблеми, тому завдання повинні бути максимально конкретизованими, реалістичними та досяжними, тобто – це конкретні події, які можна виміряти і без яких мета не може бути досягнутою. Це зміни, поліпшення ситуації, які відбуваються крок за кроком в міру реалізації проєкту. Необхідно визначити завдання, встановити планові кількісні та якісні показники цих змін.

Завдання – це короткі конкретні формулювання, що більш детально описують результати, які очікуються і в сукупності забезпечують досягнення мети. Потрібно відрізнити завдання проєкту від мети і методів її досягнення, так як методи – це вирішення тих питань, з допомогою яких завдання будуть виконані.

Завдання – це способи вимірювання результатів, показники, які свідчитимуть чи зробили ми те, що збиралися зробити. Завдання визначається своєю конкретністю. Якщо мета є суттю вирішення однієї із найважливіших проблем, то завдання є однією із кількох складових розв’язання цієї проблеми.

Зазвичай для досягнення мети потрібно реалізувати декілька паралельних або послідовних завдань.

Формулювання завдання повинно починатися дієсловом – «здійснити», «провести», «впровадити», «надати» тощо, але не «здійснювати», «проводити», «впроваджувати», «надавати». Не можна формулювати завдання словами, які описують процес, як, наприклад, «поліпшення» чогось... В тоні вашого опису має відчуватися впевненість – це буде зроблено.

Серед критеріїв відповідності завдань меті проекту є:

- зв'язок з проблемою;
- доцільність;
- відповідність місії;
- зацікавленість клієнтів;
- виправданість завдань;
- дотримання етики;
- відповідність кінцевих результатів до заявленої цілі;
- кваліфікація персоналу;
- підтримка у суспільстві.

Специфікація завдань – більш конкретне формулювання цілей що є орієнтованими на кінцевий результат і здійснення яких вимірюється.

Завдання приносять найбільшу користь, коли вони чітко сформульовані і прямо відповідають таким вимогам:

- Мають бути чіткими, конкретним, певними і діючими: що має бути зроблено?
- Вимірність – підлягають оглядовому підтвердженню.
- Реалістичність – не бути надто високими але такими яких можна досягти за допомогою наявних ресурсів.
- Гідність – не бути надто низькими, дрібними, безглуздими.
- Адекватність – обґрунтована передача доручень системи і їх відповідність потребам громади.

Завдання повинні відповідати наступним питанням:

- Якого результату бажано досягти. Яких змін у поведінці, умовах або якості ми очікуємо в результаті витрачених на програму зусиль.

- На яку групу населення спрямовано завдання. Хто згідно з припущеннями, має змінитися внаслідок дії програми.

- Скільки споживачів послуг згідно з нашим припущенням досягнуть бажаних результатів. Тобто, якого ступеню, або розмірів позитивного впливу на цільову групу населення ми очікуємо.

- Коли ми очікуємо досягнення бажаних результатів.

Завдання проєкту полягає у викладенні конкретних заходів, без виконання яких мета проєкту не буде досягнута.

Звертаємо при цьому увагу на помилку, яка часто трапляється і полягає в пропуску завдань технічно - організаційних, допоміжних, що служать оцінюванню чи промоції. Це неприпустимо, під час формування списку завдань не можна забувати про такі завдання, як:

- вступні організаційні дії (такі, що попереджають початок істотної реалізації проєкту, наприклад, створення робочої групи по реалізації проєкту і розподіл доручень);

- написання поетапних звітів і підсумкового звіту з реалізації проєкту; такі елементи виступають завжди в проєктах, реалізованих при участі грантів;

- дії, пов'язані з моніторингом і оцінюванням успіхів реалізації проєкту;

- дії, пов'язані з промоцією і public relations проєкту (наприклад, збір і розсилання інформації, конференція для преси по закінченні проєкту, публікація, що підсумовує результати і досвід проєкту).

На цю діяльність також потрібний буде час, люди, приміщення, обладнання.

Завдання для досягнення успіху повинні бути конкретними, тобто чітко визначати для кого та де (цільова група та місце проведення), з часовими рамками. Як правило, тривалість проєкту не може бути більшою одного календарного року. У проєкті повинна відчуватися впевненість в тому, що завдання будуть виконані, а мета досягнута.

### **1.12. Соціальна категорія, для якої створено проєкт**

Активні учасники проєкту \_\_\_\_\_

Опосередковані учасники проєкту \_\_\_\_\_

Цільова група проєкту – ті, на кого проєкт спрямований безпосередньо.

Сутність визначення об'єкта проєкту полягає в тому, щоб обрати саме ту цільову групу (або кілька груп) серед усіх інших груп, існуючих у даному суспільному середовищі, які найбільше потерпають від тієї проблеми, на розв'язання якої переважно спрямований проєкт та/або може найбільше вплинути на характеристики цієї проблеми – зміст, структуру, масштабність, характер, соціальну значимість тощо.

В цьому вам допоможуть такі питання: кого і як проблема зачіпає? Яким чином проблема впливає на всю громаду? На окрему соціальну групу, на яку ви працюєте?

В межах одного проєкту можуть існувати кілька рівнозначних або не рівнозначних об'єктів: одна або декілька цільових груп клієнтів, які отримують допомогу; цільові групи фахівців, яких необхідно навчити методиці надання допомоги; цільові групи людей, котрих потрібно переконати сприяти наданню допомоги доступними їм засобами.

Визначте як можна більше соціальних груп, яких цей проєкт може стосуватися. Не забувайте, що грантодавець може обмежувати свої інтереси декількома окремими групами населення. І чим більше груп ви визначите, тим ширше спектр фондів, на які ви можете розраховувати.

Основні критерії вибору:

- *відповідність цільової групи ідеології проєкту*
- *відповідність цілям проєкту*
- *відповідність тим чинникам, які найбільше детермінують кризові ситуації*
- *відповідність особливостям внутрішньої структури проєкту*

Багато при створенні проєктів конкретизувати:

- Діти віком з....до....
- Особи третього віку
- Учні загальноосвітніх шкіл...
- Члени громади міста....

Цільові групи мають бути вказані в якісній та кількісній формі (не тільки назва групи, а й кількість осіб). Зауважимо, що при розробці проєкту не

намагайтеся охопити якомога більшу кількість осіб, включивши їх до цільової групи. Будьте реалістами і зважайте на власні можливості.

### **1.13. Очікувані результати реалізації проєкту**

Якісні показники \_\_\_\_\_

Кількісні показники \_\_\_\_\_

### **1.14. Галузь (і) та регіон (и) використання результатів**

## **РОЗДІЛ 2**

### **2.1. Замовник проєкту**

*(повна назва, підпорядкованість, повна поштова адреса, телефон, факс)*

---

### **2.2. Керівник (відповідальний) за реалізацію проєкту** \_\_\_\_\_

*(прізвище, ім'я та по батькові, місце роботи, посада, контактний телефон)*

### **2.3. Організація відповідальна за реалізацію проєкту**

\_\_\_\_\_  
*(повна назва, підпорядкованість, повна поштова адреса, телефон, факс)*

---

### **2.4. Партнери проєкту**

\_\_\_\_\_  
*(повна назва, підпорядкованість, повна поштова адреса, телефон, факс)*

## **РОЗДІЛ 3**

### **3.1. План реалізації проєкту**

Заходи проєкту мають бути чітко запланованими та відповідати меті, цілям, та завданням. Ця відповідність має бути показана у документах проєкту. Також бажано одночасно показати і відповідність результатів проєкту завданням.

Основний компонент проєктування – вибір змісту, форм, методів діяльності по проєкту. Це технологічний етап, що передбачає підбір оптимальної системи дій, спрямованих на вирішення кожного з визначених завдань. Ви маєте чітко вписати в яких напрямках, яким чином, коли, в якій послідовності, що і ким буде зроблено для отримання бажаних результатів.

Планування – це найважливіша частина механізму реалізації. При плануванні дій по реалізації соціального проєкту бажано орієнтуватися на такі принципи: принцип відповідності форм і змісту, принцип послідовності дій у часі, принцип врахування місця дії.

План враховує місце проведення, відповідно до місця вибирається і форма. Всі види робіт пов'язуються з наявними ресурсами. Встановлюються терміни, відповідальні виконавці

Конкретизація плану здійснюється у різний спосіб, наприклад:

дія	термін	відповідальні	ресурси	результати
		й		

Або:

завдання	дії	початок та закінчення	відповідальні	засоби

Або відповідно до етапів:

Етапи реалізації	Опис заходів для здійснення етапу	Термін реалізації етапу	Результати здійснення етапу
Підготовчий			
Основний			
Підсумковий			

### 3.2. Опис діяльності за проєктом, передбаченої після закінчення

Як перевірити, чи досягне проєкт успіху?

S – specific, конкретність. Чи конкретна ціль, достатньо зрозуміла з точки зору що, як, коли і де зміниться ситуація?

M – measurable, обчислюваність. Чи піддаються цілі обчислюванню (наприклад, скільки становить збільшення, яка кількість людей)?

A – area-specific, територіальність. Чи окреслюють цілі район або групу населення?

R – realistic, реалістичність. Чи призведе виконання проекту до перетворень та зрушень зазначених в цілях?

T – time-bound, визначеність у часі. Чи відображає ціль період часу, впродовж якого вона має бути досягнута (протягом першої чверті або першої половини запланованого проміжку часу)

### 3.3. Опис діяльності з інформування про хід та результати виконання проекту

## РОЗДІЛ 4

### 4.1. Кошторис витрат на реалізацію проекту

№ п/п	Види витрат	Розрахунок витрат, грн	Сума, грн
1	Оплата послуг залучених спеціалістів		
2	Нарахування		
3	Витрати на проїзд учасників заходів		
4	Витрати на харчування учасників заходів		
5	Витрати на проживання учасників заходів		
6	Оренда місць проведення заходу		
7	Транспортні послуги		
8	Оренда обладнання, оргтехніки		
9	Послуги зв'язку		
10	Поліграфічні послуги		
11	Канцелярські витрати		
12	Призи, сувеніри		
13	Інші витрати		
	<i>Всього витрат</i>		