

ЗАТВЕРДЖЕНО

Вченою радою
(протокол № 10 від 18 грудня
2024 р.)

ВВЕДЕНО В ДІЮ

з 18 грудня 2024 (дата)



(прізвище та ініціали)

М.П.

(наказ № 10 від

18 грудня 2024 р.)

**ОСВІТНЯ ПРОГРАМА
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ
«Зцілення душі і тіла (USAID)»
для педагогічних працівників закладів загальної середньої
освіти**

Біла Церква – 2024

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Освітня програма підвищення кваліфікації «Зцілення душі і тіла (USAID)» для педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти (далі – Програма) розроблена на основі типової освітньої програми підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів дошкільної, загальної середньої та професійної (професійно-технічної) освіти «Плекання резилієнтності в закладі освіти» (Наказ МОН України від 25.07.2023 № 889, Указ президента України від 1.04.2023 № 3051-IX Про внесення зміни до статті 51 Закону України "Про повну загальну середню освіту" щодо підвищення кваліфікації педагогічних працівників у питанні надання психологічної підтримки учасникам освітнього процесу).

Актуальність розроблення Програми є надзвичайно високою, враховуючи сучасні виклики та потреби суспільства. Програма є важливою для забезпечення стійкості, емоційного благополуччя та адаптації всіх учасників освітнього процесу, особливо в умовах кризових ситуацій, як-от військових конфліктів, пандемії, екологічних катастроф та інших надзвичайних подій. Зокрема, під час надзвичайних ситуацій діти часто переживають страх, тривогу, стрес, що може впливати на їх психічне здоров'я та розвиток. Педагоги мають володіти навичками, щоб розпізнати ці стани та допомогти дітям адаптуватися і стабілізуватися. В умовах надзвичайних ситуацій важливо не лише підтримувати дітей, але й допомагати батькам, які самі можуть стикатися з труднощами і потребувати порад та підтримки у вихованні дітей у кризових умовах. Професійна діяльність в стресових умовах може призвести до психологічного вигорання серед педагогів. Запропонована Програма спрямована на допомогу педагогічним працівникам щодо збереження їхньої професійної мотивації, аналізу ресурсів для підтримки себе та своїх колег.

Отже, програма підвищення кваліфікації з питань психолого-педагогічної підтримки учасників освітнього процесу є необхідним інструментом для забезпечення якості освіти та емоційного благополуччя всіх учасників освітнього процесу в умовах кризових ситуацій.

Війна та кризові ситуації мають глибокий та тривалий вплив на психіку та фізіологічний стан дітей, підлітків та дорослих. У цьому контексті особлива роль належить педагогам, які не тільки забезпечують освітній процес, а й забезпечують функції підтримки, стабільності та психологічної безпеки для учнів. Освітня система потребує спеціально підготовлених педагогів, які володіють інструментами для зниження цих негативних емоцій та можуть надати дітям відчуття безпеки та підтримки. Емоційний стан та стресостійкість вчителя безпосередньо впливають на емоційний стан учнів та атмосферу в класі. Саме тому освітянам вкрай важливо піклуватися про себе в часи високої невизначеності та стресогенності, віднаходити власні ресурси стійкості та життєвої енергії. Якщо дорослим бракує психологічного ресурсу, їм важко забезпечити учням належну підтримку. Ефективна робота з учасниками освітнього процесу можлива тільки тоді, коли дорослі проявляють впевненість, спокій і надійність. У воєнний час особливо важливо, щоб дорослі

об'єднували зусилля для захисту дітей від насильства, принижень та забезпечували їх доступ до якісної освіти, підтримували розвиток природних життєвих навичок.

У зв'язку з цим постає потреба у набутті педагогічними працівниками закладів загальної середньої освіти компетентностей щодо надання психолого-педагогічної підтримки учасникам освітнього процесу в умовах надзвичайної ситуації, зокрема пов'язаної із розгортанням воєнних дій на території України.

Програма розроблена згідно з положеннями чинного законодавства України (Конвенція ООН про права дитини, Конвенція ООН про права осіб з інвалідністю; закони України «Про освіту», «Про повну загальну середню освіту», «Про засади запобігання та протидії дискримінації в Україні», Про затвердження Державного стандарту базової і повної загальної середньої освіти.

Мета освітньої програми: формування та вдосконалення загальних і професійних навичок педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти, для створення, підтримки та розвитку здорового, безпечного, сприятливого освітнього середовища, а також для забезпечення психолого-педагогічної підтримки учасникам освітнього процесу в умовах підвищеної психологічної та фізіологічної вразливості, спричиненої війною в кризових умовах, зокрема в умовах воєнних дій.

Основні завдання програми:

активізувати розвиток професійних компетентностей педагогічних працівників закладів повної загальної середньої освіти з питань психолого-педагогічної підтримки дітей, батьків та педагогів для ефективного виконання своїх обов'язків в умовах надзвичайних ситуацій, зокрема під час воєнних дій;

формування навички психологічної стійкості педагогічних працівників закладів освіти для вміння управляти власними емоційними станами та надавати підтримку дітям у подоланні тривоги, страху та інших емоційних проявів під час надзвичайних ситуацій;

навчити педагогічних працівників закладів освіти надавати консультативну допомогу батькам, підтримуючи їх у кризових умовах і сприяючи розвитку конструктивних взаємодій з дітьми;

удосконалити вміння добирати ефективні форми, методи та практики для створення, підтримки та розвитку здорового, безпечного, розвивального освітнього середовища та надання психолого-педагогічної підтримки учасникам освітнього процесу в умовах воєнного стану.

Загальні очікувані результати охоплюють:

Знання й розуміння:

- сучасних тенденцій розвитку освіти загалом;
- вікових та індивідуальних особливостей учнів шкільного віку.
- методів створення емоційно безпечного та сприятливого середовища для розвитку здобувачів освіти;
- принципів індивідуального підходу до кожної дитини;
- особливостей організації ефективної комунікації з батьками для створення партнерської моделі виховання учнів шкільного віку;

Уміння:

- враховувати індивідуальні потреби та інтереси дітей, адаптуючи освітні

програми до їхніх особливостей;

- ефективно комунікувати з учнями, батьками та колегами;
- забезпечувати ефективну співпрацю та командну роботу з колегами, батьками та іншими учасниками освітнього процесу для досягнення спільних цілей;

Диспозиції (цінності, ставлення):

- гуманістична спрямованість освітнього процесу;
- дитиноцентризм, цінність особистості;
- професійна мобільність та гнучкість;
- усвідомлення необхідності постійного професійного розвитку;
- інклюзія та безбар'єрність;
- партнерство з батьками та громадою;
- професійна етика, рефлексія та саморозвиток.

Укладачі програми	<i>Шелест Леся Василівна</i> , старший викладач кафедри педагогіки, психології та менеджменту освіти Комунального навчального закладу Київської обласної ради «Київський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних кадрів»; <i>Слободяник Галина Іванівна</i> , старший викладач кафедри педагогіки, психології та менеджменту освіти Комунального навчального закладу Київської обласної ради «Київський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних кадрів»;
Найменування програми	Освітня програма підвищення кваліфікації «Зцілення душі і тіла (USAID)» для педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти
Мета програми	Мета формування та вдосконалення загальних і професійних навичок педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти, для створення, підтримки та розвитку здорового, безпечного, сприятливого освітнього середовища, а також для забезпечення психолого-педагогічної підтримки учасникам освітнього процесу в умовах підвищеної психологічної та фізіологічної вразливості, спричиненої війною в кризових умовах, зокрема в умовах воєнних дій.
Цільова аудиторія за спеціальністю або за посадою педагогічного працівника	Заступники з навчально виховної роботи закладів загальної середньої освіти
Обсяг (тривалість), що встановлюється в годинах та/або кредитах ЄКТС	15 год / 0,5 ЄКТС (14 аудиторних годин, 1 годин – самостійна робота)
Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться	Загальні компетентності: ЗК.01, ЗК.02, ЗК.03, ЗК.04, ЗК.05. Професійні компетентності: А1 Прогностична (А1.1); А2 Організаційна (А2.1, А2.3, А2.4); А3 Оцінювально-аналітична (А3.2); А.4 Предметно-методична (А4.1); Б1 Здоров'язбережувальна (Б1.2); В1 Психо-емоційна (В1.1, В1.2); В2 Педагогічне партнерство (В2.1, В2.2, В2.3); В3 Морально-етична (В3.1); Г1 Здатність до навчання впродовж життя (Г1.1, Г1.2); Г2 Інформаційно-комунікаційна (Г2.1, Г2.2, Г2.3).
Строки виконання програми	Календарний рік
Документ, що видається за результатами підвищення кваліфікації	Свідоцтво про підвищення кваліфікації

Забезпечення розміщення освітньої програми на сайті	сайт: https://www.kristti.com.ua/
--	---

Зміст програми

№ з/п	Назва та зміст навчального модуля	Вс ь о г о д и н	Аудиторні			Сам ості йна роб ота
			Ле кц ії	Се мін ари	Пр ак ти чн і	
1.	Виклики сьогодення, вплив війни на дітей та дорослих	2	2	—	—	—
2.	Біологія, зворотний біологічний зв'язок, аутогенність	2	—	—	2	—
3.	Травма-чутливі практики – розпізнавання травми та безпечне реагування на неї	2	—	—	2	—
4.	Емоції. Медитація. Керовані образи.	2	—	—	2	—
5.	Свідоме харчування. Формування здорових харчових звичок в учасників освітнього процесу.	2	—	—	2	—
6.	Дихання та рухи. Їх значення в нашому житті	2	—	—	2	—
7.	Сценарії розвитку навичок управління психікою та тілом.	3	2	—		1
		15	4		10	1

Тема 1. Виклики сьогодення. Вплив війни на дітей та дорослих

Основні форми впливу війни на психічне здоров'я. Вплив війни на дітей. Реакції дітей різного віку на війну. Вплив війни на дорослих. Емоційне та психічне здоров'я дорослих. Соціальні та економічні наслідки війни для суспільства. Методи підтримки дітей та дорослих у період війни.

Тема 2. Біологія, зворотний біологічний зв'язок, аутогенність

Ознайомлення педагогів із сучасними методами зворотного біологічного зв'язку (БЗ) та техніками аутогенного тренування (АТ) для застосування у наданні психосоціальної підтримки. Використання цих технологій щодо сприяння саморегуляції учнів, покращенню їхньої концентрації, зниженню стресу, а також підтримці емоційного і фізичного здоров'я. Врахування вікових та особистісних відмінностей у роботі з дітьми. Відпрацювання з педагогами базових технік

аутогенного тренування, які вони зможуть застосовувати під час уроків для полегшення стресу учнів і підтримки їхньої уваги.

Тема 3. Травма-чутливі практики – розпізнавання травми та безпечне реагування на неї.

Практики, які допомагають виявити дітей, котрі потребують допомоги. Підходи та методи, які допомагають ідентифікувати психологічну травму у дітей. Надання підтримки в безпечний і конструктивний спосіб. Травма-чутливі практики, орієнтовані на створення підтримуючого, безпечного середовища для осіб, які пережили травмуючі події, такі як військова або інша кризова ситуація.

Тема 4. Емоції. Медитація. Керовані образи.

Емоції, їх природа і зв'язок з потребами, думками, тілом. Роль культивування мужності і толерантності до дискомфорту. Ознайомлення педагогів з базовими техніками медитації, які легко інтегрувати в навчальний процес. Використання керованих образів для зниження тривожності та підвищення настрою серед учнів. Розгляд практичних кейсів застосування цих технік у різних вікових групах учнів для покращення психологічного клімату в класі.

Тема 5. Свідоме харчування. Формування здорових харчових звичок в учасників освітнього процесу.

Ознайомлення педагогів із принципами свідомого харчування та ефективними стратегіями формування здорових харчових звичок у дітей та підлітків. Формування розуміння важливості харчування для фізичного та розумового розвитку учнів, Обмін досвідом, що допомагає розвивати в учнів відповідне ставлення до вибору їжі.

Тема 6. Дихання та рухи. Їх значення в нашому житті

Огляд базових технік дихання, як ефективного способу заспокоєння та налаштування на навчання. Ознайомлення з короткими вправами для рухової активності, які легко виконуються у класі без спеціального обладнання. Вплив дихальних та рухових практик на почуття благополуччя і мотив учнівства та обговорення можливості інтеграції цих технік в різні етапи навчального процесу.

Тема 7. Сценарії розвитку навичок управління психікою та тілом.

Поняття та значення фізичної та психологічної безпеки, основні загрози їй. Психологічні механізми адаптації до сучасних викликів. Ознайомлення з основами технік психофізичної регуляції, включаючи дихальні практики, м'язову релаксацію та короткі вправи для стабілізації емоційного стану. Відпрацювання сценаріїв саморегуляції, які можна використовувати в класній кімнаті для навчання учнів. Розроблення індивідуальних сценаріїв для педагогічного інструментарію, що дозволяють інтегрувати практики управління психікою і тілом у повний освітній процес.

Питання для самостійного опрацювання

1. Основні ознаки стресу та емоційних розладів у дітей, батьків і педагогічних працівників.
2. Стратегії психолого-педагогічної підтримки, які можуть бути ефективними для дітей різного віку в умовах кризових ситуацій, зокрема в під час воєнних дій.
3. Організація психологічної підтримки для батьків, в умовах пов'язаних з надзвичайними ситуаціями.
4. Психологічні травми: як працювати з дітьми, які пережили травматичні події.
5. Інтерактивні методи навчання для відновлення відчуття безпеки і стабільності.
6. Створення ефективної системи взаємодії між педагогами, батьками та дітьми для надання психологічної підтримки.

Список використаних та рекомендованих джерел

1. Безпечне освітнє середовище закладу освіти: нові виміри безпеки. URL: <https://sqe.gov.ua/bezpechne-osvitnie-seredovishhe-novi-vim> (дата звернення: 25.03.2024).
2. Глушко О., Джурило А., Кравченко С. та ін. Освіта в реаліях війни: орієнтири міжнародної спільноти: оглядове видання / за заг. ред. О. Локшиної, О. Топузова. Нац. акад. пед. наук, Ін-т педагогіки НАПН України. Київ: Пед. Думка. 2022. 66 с. URL: <https://is.gd/b1dG3X> (дата звернення: 25.03.2024).
3. Національна стратегія розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у новій українській школі: Указ Президента України від 25.05.2022 № 195/2020. URL: <https://is.gd/VAZWJ0> (дата звернення: 25.03.2024).
4. Психічне здоров'я особистості: підручник для вищих навчальних закладів / С.Д. Максименко, Я.В. Руденко, А.М. Кушнерьова, В.М. Невмержицький. Київ: «Видавництво Людмила», 2021. 438 с
5. Трансформація травми/Джеймс С. Гордон/ переклад з англійського Галини Сташків.- Львів: Літопис, 2023.- 352 с.
6. Типова програма підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів дошкільної, загальної середньої та професійної (професійно-технічної) освіти "Плекання резилієнтності в закладі освіти"