

НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК УКРАЇНИ  
ІНСТИТУТ СОЦІАЛЬНОЇ ТА ПОЛІТИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ  
ЛАБОРАТОРІЯ ПСИХОЛОГІЇ МАСОВОЇ КОМУНІКАЦІЇ ТА  
МЕДІАОСВІТИ

**«НАСКРІЗНА МЕДІАОСВІТА В УМОВАХ ВІЙНИ»**

Збірник медіаосвітніх програм підвищення кваліфікації

Київ, 2022

УДК 316.6:37.02.36

Ч

Рекомендовано до друку вченою радою  
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України  
протокол № \_\_/\_\_/ від 22 грудня 2022 року

Рецензенти:

*Пророк Н.М. доктор психол. наук, зав.лаб. психодіагностики і наукової інформації  
Інституту психології ім.Г.С.Костюка НАПН України*

*Зеленін В.В, канд.психол.н., доцент, професор кафедри політичної психології та  
міжнародних відносин факультету психології НПУ ім. М.П. Драгоманова*

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

Ч «Наскрізна медіаосвіта в умовах війни»: збірник медіаосвітніх програм підвищення кваліфікації / Л. А. Найдьонова, Н. І. Череповська, О. Л. Вознесенська, Ю. С. Чаплінська, Н.Ф. Умеренкова, Н.Л. Дятел; уклад. Н.Ф. Умеренкова; за ред. Л. А. Найдьонової; Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. – Київ. 2022. – ...с

ISBN

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

Адресований викладачам ЗВО, ПППО, медіапедагогам, психологам, соціальним педагогам, вчителям закладів освіти усіх рівнів, може бути корисним студентам педагогічних і психологічних спеціальностей, усім зацікавленим користувачам.

УДК

ISBN

© Інститут соціальної та політичної психології НАПН України,  
©Лабораторія психології масової комунікації та медіаосвіти

## ЗМІСТ

<b>ПЕРЕДНЄ СЛОВО</b> .....	4
<b>I ЧАСТИНА: ПІСЛЯДИПЛОМНА ПЕДАГОГІЧНА ОСВІТА (ПРОГРАМИ ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ВЧИТЕЛІВ)</b> .....	5
«Медіапсихологія війни для позашкілля» (дистанційна 100%) (Найдьорова Л.А., 0,5 авт. арк.) 1 кредит .....	9
Програма для вчителів ТОТ «Пост-Війна». Реконструкція свідомості від враження рашистською пропагандою(Найдьорова Л.А., ... авт. арк.) 1 кредит .....	19
«Медіа-арттерапія» (дистанційна 10%) (Вознесенська О.Л. 1 авт. арк.) 3 кредита, спеціалізація .....	30
Програма навчально-практичного спецкурсу «Медіапсихологія і кібертехнології в освітньому процесі» (дистанційно 90%) (Чаплінська Ю.С., 0,6 авт. арк.) 1 кредит .....	53
Програма підвищення кваліфікації педагогічних та науково-педагогічних працівників «НУШ: організація медіаосвіти в початковій школі» (Найдьорова Л.А., 0,8 авт. арк.) 1 кредит .....	75
«Діагностика медіакультури здобувачів освіти в умовах пандемії: технологія репрезентативної рефлексії» (дистанційна 100%) (Найдьорова Л.А., 0,9 авт. арк.) 1 кредит.....	85
Програма підвищення кваліфікації педагогічних та науково-педагогічних працівників «Здоров'язберезувальна медіаосвіта: інструменти та методика впровадження» (всі рівні освіти) (дистанційна, гібридна) (Умеренкова Н.Ф., 0,5 а.а.) ½ кредита.....	106
Програма підвищення кваліфікації для науково-педагогічних працівників «Баланс медіаспоживання: екранні практики без шкоди здоров'ю» (дистанційна, гібридна) (Дятел Н.Л., 0,5 а.а.) ½ кредита.....	122
Програма курсу підвищення кваліфікації (стажування) «Патріотизм молоді цифрової доби: інноваційні засоби розвитку» (дистанційна) (Череповська Н.І., 0,5 а.а.) 1 кредит .....	135
<b>II ЧАСТИНА: МЕДІАОСВІТА ПОЗАШКІЛЬНА (ПРОГРАМИ ДЛЯ ДІТЕЙ)</b> .....	154
«Ментальний щит» (дистанційно 100%) (Найдьорова Л.А., 1 авт. арк.) ... кредит.....	154
«Медіапсихологія» (Найдьорова Л.А., Дятел Н. Л. 0,8 авт. арк.) 32 кредити .....	173
«Кіберпсихологія (Найдьорова Л.А., Дятел Н. Л., Чаплінська Ю.С. ) 0,9 авт. арк.) 32 кредити .....	192
«Медіаторчість та блогерство» (дистанційна 90%) (Вознесенська О.Л. 1,7 авт. арк.) 58 кредитів.....	217
<b>ПІСЛЯМОВА (Найдьорова Л.А.)</b> .....	273

## ПЕРЕДНЄ СЛОВО

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

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

## **I ЧАСТИНА: ПІСЛЯДИПЛОМНА ПЕДАГОГІЧНА ОСВІТА (ПРОГРАМИ ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ВЧИТЕЛІВ)**

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

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

Програма *«ПОСТВІЙНА: Реконструкція свідомості від враження рашистською пропагандою»* (Найдьонова Л.А) для вчителів звільнених тимчасово окупованих територій. Програма охоплює найбільш актуальні питання психологічного відновлення громади, що постраждала від війни і окупації: тоталітарна пропаганда, індоктринація, колективна травма війни. Розкривається роль медіаосвіти у 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 процесів впливу медіаторчості на розвиток особистості. Темі 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 шляхи її подолання, застосування цифрової фотографії та кінопродукції в практиці допомоги особистості, види медіаторчості та можливості подолання наслідків психотравматизації за

допомогою створення медіапродукції, візуально-нарративні засоби медіаторчості та блогерство як вид медіа-арттерапії.

Програма *«Медіапсихологія і кібертехнології в освітньому процесі» (Чаплінська Ю.С.)* присвячена інновації в освітньому просторі, темам медіа та кібер технологій. Розробка висвітлює особливості фільманалізу в навчальному процесі та надає практичні навички і схеми роботи з ним; піднімає питання можливостей, переваг та нових підходів до медіаклубних занять; розкриває тему роботизації дошкільної та шкільної освіти, презентує класифікацію освітніх роботів та чітко описує їх основні характеристики; надає знання про освітніх ботів, 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 змістовної лінії «Досліджуємо медіа»), а також містить інтеграцію прийомів розвитку медіаграмотності учнів при вивченні 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 у 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 таких умінь, що є наскрізними в усіх ключових компетентностях, і традиційно описують складові медіаграмотності, а саме: «розуміння інформації, записаної (переданої) у різний спосіб або відтвореної технічними пристроями, що охоплює, зокрема, уміння виявляти приховану і очевидну інформацію» – у складі уміння 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 уміння критично і системно мислити. Програма передбачає формування загальних та фахових компетентностей щодо імплементації Державного стандарту базової середньої освіти з урахуванням особистісно орієнтованого, інтегрованого, компетентнісного, діяльнісного підходів.

Програма *«Здоров'язбережувальна медіаосвіта: інструменти та методика впровадження (всі рівні освіти) (Умеренкова Н.Ф.)* орієнтована на розвиток здоров'язбережувального потенціалу медіаосвіти у закладі освіти і 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 навчального закладу та взаємодію з батьками. Навчальний курс спрямований на збагачення інструментарію працівників системи освіти медіапсихологічними засобами, дидактичним матеріалом, які можуть використовуватись у якості компенсаторних інструментів соматичного дискомфорту учнів, у тому числі під час дистанційного навчання та в умовах війни.

Програма *«Баланс медіаспоживання: екранні практики без шкоди здоров'ю» (Дятел Н.Л.)* передбачає цикл психоедукаційних заходів, що допоможуть усвідомити зв'язок екранних практик з психологічним благополуччям особистості, а також практичні та тренінгові заняття, спрямовані на формування мотивації та розвитку умінь моніторингу часу, що проводиться з використанням гаджету, та саморегуляції. Метою застосування інструментарію, передбаченого програмою є формування у вихованців закладу освіти позиції, яка передбачатиме чітке 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 з розвитку патріотизму молоді та зокрема, стимулювання її патріотичної активності в інформаційному інтерактивному просторі. Досягнення мети здійснюється за

допомогою завдань теоретично-практичного курсу, які реалізуються за допомогою інноваційних засобів розвитку. Упровадження програми підвищення кваліфікації ґрунтується на державних документах, в яких визначено актуальність підготовки педагогічних кадрів щодо реалізації загальнодержавної політики в галузі національно-патріотичного виховання. Актуальність курсу полягає у нагальній потребі більш активно, цілеспрямовано впроваджувати національно-патріотичне виховання молоді.



## «МЕДІАПСИХОЛОГІЯ ВІЙНИ»

Програма для підвищення кваліфікації педагогів закладів позашкільної освіти

### **Рецензенти:**

*Зеленін В.В, канд.психол.н., доцент, професор кафедри політичної психології та міжнародних відносин факультету психології НПУ ім. М.П. Драгоманова*

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

**Розробник:** Найдюнова Л. А., доктор психологічних наук, член-кореспондент НАПН України, керівник секції «Медіапсихологія» КМАНум, 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 і акцентує безпекові питання як першопріоритетні. До безпекових питань відносять і інформаційно-психологічну безпеку, здатність зберігати психологічну стійкість в умовах воєнних змін інформаційного простору. У ньому розгортаються інформаційно-психологічні операції, ініційовані країною-агресором, існують обмеження зумовлені необхідністю контрпропаганди, а також відображаються усі виклики воєнного часу і те, як ми з ними боремося. Одним із дуже 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 прийнятій Національній стратегії розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у 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 умінь 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...». Педагоги системи позашкільної освіти мають бути підготовленими до захисту власного психологічного благополуччя в умовах воєнного інформаційного простору, а також бути компетентними в поясненні дітям психологічних загроз і наданні підтримки в протидії медіатравматизації.

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

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

Навчальна програма підготовлена для системи післядипломної педагогічної освіти. Матеріали навчальної програми розроблено з урахуванням сучасних теоретичних напрацювань в галузі медіапсихології та практики ведення секції «Медіапсихологія» у 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 у сфері розуміння психологічних ризиків і проявів травматизації, способів протидії медіатравматизації в умовах війни та поствоєнного суспільства.

Реалізація визначеної мети передбачає розв'язання таких **завдань:**

1. Актуалізація уваги на можливість виникнення і загострення медіаризиків в умовах війни; вплив 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'язбережувального освітнього середовища в умовах розширеного запровадження дистанційних форм освіти; формування індивідуалізованої траєкторії розвитку здоров'язбережувального потенціалу педагога в медіапрактиках.
5. Визначення особливостей психолого-педагогічного супроводу дітей та їхніх родин в залежності 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 у практичних ситуаціях;
- вільного використання цифрових технологій для реалізації освітніх завдань та вдосконалення професійної діяльності;
- виявлення себе як відповідального громадянина та до участі у суспільному житті під час спротиву військовій агресії.

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

- актуалізація досвіду використання Google class та інших інструментів дистанційного забезпечення педагогічної діяльності;
- підвищення психологічної пружності і саморегуляції медіапрактик;

- засвоєння і розуміння симптомів пост-травматичного стресу і розладу;
- оволодіння сучасними принципами і методами психологічної підтримки і самопомоги.

**За результатами навчання слухачі мають вміти:**

- впроваджувати результати навчання у 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 та кіберпрактик на здоров'я учасників освітнього простору в умовах війни;
- розробляти та організовувати заходи з промоції «медіа-здоров'я»;
- виявляти потенційно шкідливий контент в медіа;
- створювати і покращувати 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 складається з теоретичної і практичної підготовки, а також виконання ними самостійної роботи.

*Теоретична складова* Програми зорієнтована на підвищення обізнаності слухачів у сфері медіапсихологічної науки і практики стосовно воєнних трансформацій інформаційного простору, його впливу на людину в умовах війни;

Зміст *практичної складової* Програми передбачає ознайомлення з діагностичним інструментарієм оцінки інтенсивності медіатравми, симптомів посттравматичного стресу, критеріями і способами покращення психологічного благополуччя, формування умінь надавати дистанційну психологічну підтримку.

Практичні завдання виконуються слухачами у перебігу практичних занять, що передбачені навчально-тематичним планом Програми.

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

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

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

Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, складає: 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
<b>Тема 1. Алгоритм екологічної подачі потенційно травмівної інформації</b>	1	1	2			4

<b>Тема 2. Травма-інформована освіта: травма війни, вторинна травма, медіатравма (що з нами відбувається)</b>	1	1	2			4
<b>Тема 3. Воєнні трансформації інформаційного простору</b>	1	1	2			4
<b>Тема 4. Медійні засоби посилення ефекту враження і захист</b>	2	2	2			6
<b>Тема 5. Захист дітей в медіа: як говорити з дітьми про війну і ментальний щит</b>	2	2	2			6
Консультації				2		2
Оцінювання результатів навчання			2		2	4
<b>Усього</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>30</b>

### **Форми організації освітнього процесу, методи і засоби навчання.**

Навчання здійснюється за такими формами: лекції, практичні заняття, самостійна робота, контрольні заходи.

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

**Засоби навчання**, які використовуються 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, діагностичні опитувальники: «Методика оцінки інтенсивності медіатравми», «Українська шкала симптомів посттравматичного стресу», шкали оцінки психологічного благополуччя.

## **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 й вихідне діагностування; підготовка та захист проєктів.

За результатами навчання видається сертифікат про підвищення кваліфікації визначеного зразка.

## **ЗМІСТ ПРОГРАМИ**

### **«Медіапсихологія війни»**

**Тема 1. Алгоритм екологічної подачі потенційно травмивної 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, трансгенераційна передача 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.

Практична складова: 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. Аудіовізуальна (десинхрон). Саспенс і його технічні характеристики.

Загальні принципи і уміння медіаграмотності, які захищають від медіатравматизації. Медіагігієна. Фільтри. Медіадієта, медіапауза. Фактчекінг сервіси.

Практична складова: Визначення індивідуального графіку медіапауз у залежності від оцінки власної інтенсивності медіатравми. Знайомство з фактчекінговими сервісами, виконання вправ.

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

Захист дітей в 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.

Практична складова. Знайомство з комплексом вправ «Ментальний щит» для інтегрованих модулів психологічних хвилинок, проведення вправ. Створення власних наборів психологічної підтримки дітей.



### Список рекомендованої літератури

1. Андрущенко, Т.В., Зеленін, В.В. (2022). *Психологія політичної пропаганди : Методичні рекомендації для самостійної роботи студентів.* – 2-ге видання, виправлене і доповнене. К.: видавництво «Гнозис».
2. Вознесенська, О.Л. (2020). *Медіа-арттерапія як засіб подолання наслідків і профілактики психотравми: Практичний посібник.* – Київ, 124 с. – Вид. 2е: стереотипне.
3. Найдьонова Л.А. (ред) (2013). *Практикум «Медіакультура»: Робочий зошит курсу за вибором для учнів 10 класу загальноосвітніх навчальних закладів.* Київ. Ін-т соц. та політ. психології НАПН України
4. Найдьонова Л.А. (2015). *Медіапсихологія: основи рефлексивного підходу.* К.
5. Найдьонова Л.А. (ред.) & Кришовська О.О. (2018). *Медіаграмотність та інформаційна безпека: інформаційний бюлетень.* Київ: Інститут соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України. Взято з <http://mediaosvita.org.ua/book/mediagramotnist-ta-informatsijna-bezpeka-2018/>
6. Найдьонова Л. А. (Ред.), Череповська Н. І. (Уклад.) (2018). *Медіакультура. Навчальна програма для учнів 9, 10, 11 класів закладів загальної середньої освіти (три роки навчання).* Київ. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України.
7. Найдьонова Л.А. (2019). *Діагностика булінгу і кібербулінгу: методичні рекомендації.* Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології.
8. Найдьонова, Л.А. (2021). Цифрові ризики в умовах дистанційної освіти в часи пандемії. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 3(1). <https://doi.org/10.37472/2707-305X-2021-3-1-13-3>
9. Череповська, Н. І. (2017). *Медіаосвітні ресурси розвитку патріотизму і критичного мислення молоді.* Кропивницький: Імекс-ЛТД.

10. Найдюнова, Л.А. (2022). *Інформаційні поведінка і потреби вчителів Донецької і Луганської областей України : інформаційний бюлетень*. [Електроний ресурс] / Л. А. Найдюнова, М. І. Найдюнов, Л. В. Григоровська, Н. Ф. Умеренкова ; упоряд. І. М. Найдюнов, Д. Я. Степченков. – К. : ІСПП НАПН України, 2022. – 102 с. – Режим доступу: [http://profprestige.org.ua/publ/Inf\\_bul\\_2021vd.pdf](http://profprestige.org.ua/publ/Inf_bul_2021vd.pdf)

11. Найдюнова, Л.А. (2022). «Ментальний щит» для дітей: хвилинки психологічної самопомоги. *Освіта і суспільство*, 2022, № 3, березень, С. 9 або на сайті <https://naps.gov.ua/ua/press/releases/2688/> . або також у відеоформаті Найдюнова, Л.А. (2022). Практична сесія з психологічної підтримки дітей у воєнний час. Відео і презентація. <https://drive.google.com/drive/folders/14E5imzA6zzvwVZCzd-igYNqOL9I3-ccU>

12. Пресреліз - Дослідження психологічного стану населення в умовах повномасштабної війни. <https://ispp.org.ua/2022/09/13/doslidzhennya-psixologichnogo-stanu-naselennya-v-umovax-povnomasshtabnoii-vijni/>

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

## **«ПОСТВІЙНА: реконструкція свідомості від враження рашистською пропагандою»**

Програма для підвищення кваліфікації вчителів на звільнених  
тимчасово окупованих територіях

**Розробник:** Найдьонова Любов Антонівна, докторка психологічних наук,  
член-кореспондентка НАПН України, заступниця директора з наукової роботи  
Інституту соціальної та політичної психології НАПН України

### **ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА**

#### **1.2. Загальні положення**

Світ перебуває в постійному чергуванні 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 військової агресії країни-терориста, окупації українських територій, бомбардувань цивільних інфраструктур і постійної інформаційної війни. Звільнення тимчасово окупованих територій потребує реабілітації постраждалих громад не лише на індивідуальному і груповому рівні надання психологічних послуг. Існує потреба реабілітації свідомості членів локальних громад від російської пропаганди. Шкільні вчителі як лідери громадської думки у 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 вчителів повсякчасно стикається з наслідками враження російською пропагандою і має право спиратися на наукові знання про ці процеси, розуміти психологічні механізми того, що відбувається, володіти засобами, які сприятимуть зціленню громади. Програма спрямована на озброєння вчителя знаннями про тоталітаритаризм у його нових гібридних формах (рашизм), роль медіа в системі тиску на населення, загальні схеми здійснення маніпуляцій масовою свідомістю. Розуміння механізмів індоктринації (силового впровадження у свідомість потрібних

диктатору ідей) на прикладі досліджень перевірки у полоні дає можливість провести рефлексію ситуації в громаді з опорою на психодіагностичні інструменти. Розуміння динаміки поствоєнного відновлення громад, розірваних війною (на основі вивчення світового досвіду локальних воєн) дає схеми прогнозування відновлення повоєнних громад в Україні, включно з проблемою інформаційного враження 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 враження дає можливість 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 з сучасним інформаційним простором. Результатом медіаосвіти є формування медіаграмотності, яка є базисом для її вищих форм рефлексивної і творчої медіакомпетентності та загалом медіакультури.

Відновлювана 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 в цілому.

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 ініціативи 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

Національної академії педагогічних наук України. Програму адаптовано для дистанційної форми проведення занять з підвищення кваліфікації. Усі дистанційні зустрічі побудовані таким чином, щоб сприяти створенню безпечної атмосфери і посиленню психологічного потенціалу стійкості учасників.

Навчальна програма підготовлена для системи післядипломної педагогічної освіти.

## **1.2. Цільова аудиторія**

Вчителі деокупованих громад.

## **1.3. Мета і завдання**

**Мета підвищення кваліфікації:** розвиток загальних і фахових компетентностей вчителів щодо організації медіаосвіти в школі і позашкільні для сприяння повоєнному відновленню громад, що постраждали від окупації і враження рашистською пропагандою.

Реалізація визначеної мети передбачає розв'язання таких **завдань**:

1. Ознайомлення з механізмами враження свідомості пропагандою в тоталітарному суспільстві і в разі перебування на окупованих територіях.
2. Представлення психологічних механізмів індоктринації як силового впровадження в свідомість потрібних маніпулятору ідей, розрізнення індоктринації і навчання.
3. Забезпечити розуміння колективної травми і динаміки відновлення психологічного благополуччя постраждалої громади.
4. Забезпечити рефлексію основних наративів російської пропаганди і володіння засобами інформаційно-психологічної реабілітації враженої свідомості.
5. Сформулювати уявлення про задачі медіаосвіти воєнного часу і повоєнного відновлення, засвоєння 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 здатності до:***

- застосування знань про функціонування сучасного медіапростору у практичних ситуаціях, розуміння воєнних трансформацій інформаційного простору;
- виявлення себе як відповідального громадянина, підвищення готовності до участі у суспільному житті громади під час спротиву військовій агресії та повоєнного відновлення;
- критичного мислення в сфері 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;
- оволодіння сучасними методами і прийомами медіаосвіти в громаді в умовах воєнного часу і повоєнного відновлення;
- здатність застосовувати прийоми інформаційно-психологічної реабілітації дітей та батьків від враження рашистською пропагандою.

***За результатами навчання слухачі мають вміти:***

- 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 і освіти в процесі внутрішньої колонізації;
  - ідентифікувати медіаризики рашистських наративів, аналізувати медіаспоживання і вплив медіапрактик на здоров'я дітей і мешканців громади в умовах війни;
  - уміти спланувати і провести медіаосвітні заходи у відповідності до фази зцілення, на якій знаходиться повоєнна громада;

- уміти комунікувати з урахуванням завдань інформаційно-психологічної реабілітації;
- уміти складати 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 складається з теоретичної і практичної підготовки, а також виконання слухачами самостійної роботи.

*Теоретична складова* включає ознайомлення з поняттями і методами дослідження тоталітаризму у його сучасних гібридних формах, ролі медіа і освіти в пропагандистській машині, розуміння процесів індоктринації і маніпулювання базовими потребами для впровадження в свідомість ідей, різниці індоктринації і навчання, розуміння динаміки відновлення поствоєнної громади, ролі медіаосвіти і громадського медіаосвітнього руху в процесах відновлення.

Зміст *практичної складової* включає насамперед рефлексивні практики, самооцінку рівня враженості рашистською пропагандою, аналіз стану і етапу зцілення, на якому перебуває власна громада, тренінг комунікації в умовах відновлення громад, розробка індивідуального плану розвитку як лідера медіаосвіти в громаді. Практичні завдання виконуються слухачами у перебігу практичних занять, що передбачені навчально-тематичним планом Програми.

*Самостійна робота* містить завдання, що спрямовані на здійснення аналізу результатів опитування, створення індивідуального плану впровадження медіаосвіти в громаді, підбору інструментів для інтегрованих медіаосвітніх мікромодулів в роботі з дітьми, виконання вправ і рефлексії.

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

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

Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, складає: 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	Консультації	Оцінювання результатів	Усього
<b>Тема 1. Психологія тоталітаризму і роль медіа</b>	2	2	2			6
<b>Тема 2. Психологічні механізми індоктринації і інформаційної стійкості</b>	2	2	2			6
<b>Тема 3. Психологічні механізми і динаміка зцілення повоєнної громади.</b>	2	2	2			6
<b>Тема 4. Основні наративи російської пропаганди в освіті</b>	2	2	2			6
<b>Тема 5. Медіаосвіта постраждалої від війни громади</b>	2	2	2			6
Консультації				1		1
Оцінювання результатів навчання					1	1
<b>Усього</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>32</b>

### Форми організації освітнього процесу, методи і засоби навчання

Навчання здійснюється за такими формами: лекції, практичні заняття, самостійна робота, контрольні заходи.



При викладанні програми використовуються такі методи навчання: мультимедійна і спільна презентація; перегляд і обговорення фільмів; репрезентативна рефлексія з опорою на психодіагностику і дискусійне обговорення проблемних питань; індивідуальна аналітична робота; групова робота (у великій та малих групах).

**Засоби навчання**, які використовуються 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 й вихідне діагностування; підготовка та захист проектів.

За результатами навчання видається сертифікат про підвищення кваліфікації визначеного зразка.

## **ЗМІСТ ПРОГРАМИ**

### **«ПОСТВІЙНА: організація медіаосвіти в початковій школі»**

#### **Тема 1. Психологія тоталітаризму і роль медіа.**

Що таке тоталітаризм, зв'язок з авторитаризмом, фашизмом. Сучасні гібридні форми тоталітаризму. Чим вимірюється схильність до тоталітаризму. Психологія внутрішньої колонізації і пострадянська людина. Демокраїї 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 і інформаційної стійкості.**

Індоктринація (промивки мізків). Емпірична база дослідження індоктринації – обмежене використання висновків. Схема перевербовки в полоні. Маніпуляція потребами і руйнування ідентичності. Роль соціальної згуртованості. Змінені стани свідомості. Зцілення від індоктринації. Різниця індоктринації і навчання. 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 та мембрани травми Ерін Марц, модель пошуку комфорту у важкі часи щоденної повільної травми Ерла Джонсона. Етапи відновлення громади. Соціальна поляризація. Роль безпеки. Страх помсти. Спільне горювання. Відновлення довіри. Переживання провини. Нові правила взаємодії. Посттравматичні стресові розлади та соціальна підтримка. Роль школи у відновленні громади.

*Практикум.* Рефлексія стадії, фази, етапа відновлення власної місцевої громади. Групова дискусія відповідності існуючих 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 ступеню враженості 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 рекомендована література:***

1. Вознесенська, О. Л. (2022). 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. (2022). *Медіапсихологія війни* : електронний підручник (у друці)
4. Найдъонова, Л. А. (2022). *Розвиток медіаосвіти в територіальній громаді для подолання наслідків війни* : методичні рекомендації (у друці)
5. Найдъонова, Л. А., Вознесенська, О.Л. (ред.) (2022). *Інноваційні психологічні засоби розвитку медіаосвіти в умовах екстремальної дистанційності війни* : методичний посібник (у друці).

6. Слюсаревський, М. М. (ред.) (2022). *Термінологічний словник російсько-української війни*. Київ : Ін-т соц. та політ. психології НАПН України, 2022. 20 с. URL: <https://ispp.org.ua/wp-content/uploads/2022/04/Словник-війни-1.pdf>.

*Додаткова рекомендована література:*

7. Вознесенська, О.Л. (2020). *Медіа-арттерапія як засіб подолання наслідків і профілактики психотравми*: Практичний посібник. – Київ, 124 с. – Вид. 2е: стереотипне.
8. Найдьонова Л.А. (2019). *Діагностика булінгу і кібербулінгу* : методичні рекомендації. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології.
9. Найдьонова, Л.А. (2022). «Ментальний щит» для дітей: хвилинки психологічної самодопомоги. *Освіта і суспільство, 2022, № 3, березень, С. 9* або на сайті <https://naps.gov.ua/ua/press/releases/2688/> .
10. Найдьонова, Л.А. (2022). *Інформаційні поведінка і потреби вчителів Донецької і Луганської областей України* : інформаційний бюлетень. [Електронний ресурс] / Л. А. Найдьонова, М. І. Найдьонов, Л. В. Григоровська, Н. Ф. Умеренкова ; упоряд. І. М. Найдьонов, Д. Я. Степченков. – К. : ІСПП НАПН України, 2022. – 102 с. – Режим доступу: [http://profprestige.org.ua/publ/Inf\\_bul\\_2021vd.pdf](http://profprestige.org.ua/publ/Inf_bul_2021vd.pdf)
11. Найдьонова, Л.А. (2022). Практична сесія з психологічної підтримки дітей у воєнний час. Відео і презентація. <https://drive.google.com/drive/folders/14E5imzA6zzvwVZCzd-igYNqOL9I3-ccU>
12. Найдьонова, Л.А. (2021). Соціальна реабілітація постраждалих спільнот: групова рефлексія зцілення. *Сучасні теорія і практика соціальної реабілітації* : Монографія. О.В.Чуйко (ред.). К.: КНУ імені Тараса Шевченка, 2021. С. 90-120.
13. Langdon, K. C., Tismaneanu, V. (2020). *Putin's Totalitarian Democracy: Ideology, Myth, and Violence in the Twenty-First Century*. Palgrave Macmillan. 256 p.

14. Ostrovsky, A. (2017). *The Invention of Russia: The Rise of Putin and the Age of Fake News*. Penguin Books. 400 p.
15. Treisman, D. (2018). *The New Autocracy: Information, Politics, and Policy in Putin's Russia*. Brookings Institution Press
16. Winn D. (1983). *The manipulated mind. Brainwashing, Conditioning and Indoctrination*. London: The Octagon Press Ltd., 1983. - 244.
17. Huttunen, R. (2009). *Indoctrination, Communicative Teaching and Recognition – Studies in Critical Theory and Democracy in Education*. Joensuu. – 87.
18. Dimsdale, J.E. (2021). *Dark Persuasion. A History of Brainwashing from Pavlov to Social Media*. Yale University press. – 304 p.

## «МЕДІА-АРТТЕРАПІЯ»

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

**Розробник:** Вознесенська О.Л., кандидатка психологічних наук, старша наукова співробітниця 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 надзвичайно важливу роль у сучасному житті кожної людини. Полієкранна культура сучасного інформаційного світу має багато очевидних і прихованих психологічних наслідків, в тому числі шкідливих для психіки. Сьогодні в умовах інформаційного суспільства медіа може стати і джерелом, й засобом психотравматизації особистості.

Пандемія COVID-19 і запроваджені карантинні обмеження призвели не лише до економічної кризи, а й погіршили загальний емоційний фон в суспільстві. Освіта була вимушена перейти до масового застосування дистанційних форм. Складноорганізований онлайн-простір інформаційного суспільства змушує сучасного фахівця в сфері допомоги особистості шукати нові шляхи вирішення психічних проблем, пов'язаних з медіа: медіатравматизація, медіазалежності, інфодемія – все це є викликами і актуальними завданнями.

Сьогодні психологічна допомога особистості в умовах інформаційного суспільства виходить на новий виток свого розвитку. За попередні кілька десятиліть накопичено багатий практичний досвід застосування артметодів в різних сферах соціальної практики. Арттерапія фактично є одним з найбільш ефективних і поширених методів психологічної допомоги. Це обумовлено

особливостями арттерапії як методу і зцілення особистості та групи – її ресурсністю, відсутністю обмежень у використанні, метафоричністю, застосуванням невербальної комунікації тощо. І необхідність подальшого розвитку арттерапії викликана тими соціальними трансформаціями, які переживає зараз наше суспільство: підвищений рівень психологічної травматизації, дискомфорту, соціальні кризи і потрясіння, в певному смислі тупикові екзистенційні ситуації, потребують нових рішень. Так назріла необхідність у вдосконаленні навчальних програм, які, включаючи медіаторчі засоби, розширюють поле діяльності арттерапевта в умовах інформаційного суспільства.

Останнім часом змінюються форми та засоби мистецтва, розвиваються нові підходи до віддзеркалення реальності у творчості. Кожна сучасна людина в будь-який момент може стати митцем, адже вона постійно здійснює комунікацію з новітніми технологіями: через призму інтернету, гаджетів та девайсів більшість з нас пізнає і бачить світ.

Поєднання арттерапії та медіамистецтва (медіа-арт) дозволяє збагати 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. За умови соціально-економічних трансформацій, гібридної війни та запровадження дистанційних форм навчання під час пандемії covid-19 в Україні існує нагальна потреба у вдосконаленні кадрового та навчально-методичного забезпечення освіти в напрямку застосування здоров'язберегаючих технологій, що передбачає розкриття ресурсів як педагогічних працівників так й здобувачів освіти, розвиток навичок психічної саморегуляції та творчої складової 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 18.08.17 р.) забезпечив майданчик апробації медіа-арттерапевтичних засобів.

Науково-методичні засади програми:

- гуманістична спрямованість: найважливішою цінністю є особистість з її здібностями та інтересами;
- інноваційний підхід до навчання;
- мультимодальність та комплексність заходів;
- впровадження 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, врахування життєвого досвіду та індивідуальних стилів сприймання і навчання учасників курсу підвищення кваліфікації, націленість 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 з 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 власному практичному досвіді автора застосування медіа-арттерапії з дітьми та дорослими, які травмовані під час бойових дій та гібридної війни. Дослідження довели дієвість медіа-арттерапевтичних практик в роботі з травмами та



підвищення рівня медіакомпетентності учасників медіа-арттерапевтичного процесу.

Матеріали навчальної програми розроблено з урахуванням сучасних теоретичних напрацювань з проблем арттерапії в науці та практиці викладання курсів з арттерапії в Україні у закладах вищої освіти і курсів підвищення кваліфікації на базі НПЦ 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 отримання теоретичного підґрунтя та практичного досвіду використання методик медіа-арттерапії, розкриття особистісного потенціалу учасників курсу підвищення кваліфікації та розвиток їх здібностей до медіатворчості, відповідно до вимог системи якості підготовки науково-педагогічних кадрів для вирішення сучасних психолого-педагогічних проблем. Під час реалізації головної мети відбувається творчий розвиток особистості фахівця та підвищення його медіакомпетентності.

Досягнення мети передбачає розв'язання таких **завдань**:

- підвищення компетентності слухачів щодо новітніх технологій в галузі арттерапії;
- забезпечення більш глибокого розуміння слухачами науково-методичних засад застосування медіа-арттерапії в освітньому середовищі;
- вдосконалення практичних навичок і умінь, необхідних для професійної діяльності;
- набуття досвіду практичного застосування різноманітної медіатворчої діяльності в групі;

- формування та розвиток здібностей до медіаторчості;
- підвищення медіакомпетентності та розширення можливостей медіакомунікацій.

Навчання передбачає сприяння розвитку творчого потенціалу фахівця у цифровий час.

#### **1.4. Напрями підвищення кваліфікації:**

розвиток загальних та фахових компетентностей; ознайомлення цільової аудиторії з особливостями впровадження медіа-арттерапії в практику допомоги особистості в навчальному закладі будь-якого типу з метою створення в закладі здорово'язберегаючого середовища і підвищення якості освіти в Україні; формування готовності організувати освітній процес з урахуванням викликів інформаційного суспільства; сприяння творчому розвитку особистості слухача курсу підвищення кваліфікації.

#### **1.5. Результати навчання**

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

##### ***Загальні компетентності, спрямовані на формування у слухачів:***

- здатності бути гнучким у поточних ситуаціях та контекстах;
- залученості в етичну практику та дотримання принципів деонтології;
- поваги у соціальних стосунках та налагодження продуктивної комунікації з усіма учасниками освітнього процесу;
- творчого пошуку й можливостей реалізації нових ідей;
- високого рівня медіакомпетентності та вільного використання цифрових технологій для реалізації медіаторчих заходів та вдосконалення професійної діяльності;
- рефлексії та саморозвитку;
- навичок саморегуляції засобами медіа-арттерапії.

##### ***Фахові компетентності*** передбачають:

- оволодіння навичками спілкування через засоби медіа-мистецтва;

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

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

- формування здатності оцінювати межі власної фахової компетентності, приймати рішення та продовжувати навчання та/або підвищення професійної кваліфікації відповідно до наявних потреб і запитів;

- знання методик та технологій медіа-арттерапії.

### **1.6. Очікувані результати підвищення кваліфікації:**

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

- розуміти постгуманістичні тенденції інформаційного суспільства і особливості застосування медіа-арттерапії;

- використовувати медіа-арттерапію для реалізації освітніх завдань та вдосконалення професійної діяльності;

- запроваджувати у освітньому процесі інноваційні медіа-арттерапевтичні технології, створювати єдиний простір впровадження арттерапії в освітньому закладі з метою створення сприятливого здоров'язберігаючого середовища.

**Обсяг:** 96 год. (3 кредити ЄКТС)

**Форма підвищення кваліфікації:** змішана (дистанційна та очна)

## **2. Зміст програми та форми роботи**

Зміст програми складається з теоретичної, практичної підготовки педагогічних та науково-педагогічних працівників, а також виконання ними самостійної роботи.

**Теоретична складова** програми зорієнтована на:

- ознайомлення з напрямками, видами арттерапії, функціями, формами у межах практики допомоги особистості в закладах освіти;

- оволодіння ґрунтовними знаннями щодо сутнісних ознак, особливостей та механізмів застосування медіа-арттерапії, видів медіатравматизації та шляхів її подолання;

- оволодіння методологією застосування цифрової фотографії та кінопродукції в практиці допомоги особистості;

- розвиток медіаторчості як найвищого рівня формування медіакомпетентності та застосування медіаторчості задля подолання наслідків психотравматизації шляхом створення медіапродукції.

Зміст *практичної складової* програми передбачає формування здатностей та готовності до використання методів медіа-арттерапії в педагогічній та практиці допомоги особистості, сприянні впровадженню медіа-арттерапії у навчальному закладі будь-якого рівня. Практичні завдання виконуються слухачами під час практичних занять, що передбачені навчально-тематичним планом програми.

*Самостійна робота* містить завдання, що спрямовані на закріплення теоретичних та практичних знань, отриманих під час аудиторного навчання, поглиблення, набуття та удосконалення практичних навичок та умінь 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 за *дистанційною формою навчання* шляхом лекцій, вебінарів та обговорення актуальних питань і обміну досвідом на супервізіях та *очно* шляхом виконання практичних вправ для засвоєння медіа-арттерапевтичних методик, розуміння методології їх застосування.

Зміст програми складається з 7 взаємопов'язаних тем.

При викладанні програми використовуються 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 та малих групах).

**Засоби навчання**, які використовуються 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 оцінку 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 відбувається шляхом підтвердженого використання цифрової платформи під час лекцій, проходження практичних завдань підтверджується фотокопіями результатів індивідуальної творчості, рефератами, а також створенням індивідуальних та спільних творчих медіапродуктів, підготовкою та захистом медіаторчих проектів.

За результатами навчання видається сертифікат про підвищення кваліфікації визначеного зразка.

## 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
<b>Усього</b>	<b>20</b>	<b>48</b>	<b>24</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>96</b>

## **ЗМІСТ ПРОГРАМИ «МЕДІА-АРТТЕРАПІЯ»**

### **Тема 1. Арттерапія як метод зцілення особистості: теорія та 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 та заняття образотворчим мистецтвом: порівняльний аналіз. Арттерапевтичний кабінет та його оснащення. Етапи арттерапевтичної сесії. Способи реєстрації й оцінки арттерапевтичної роботи. Роль та 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 груповою згуртованістю та груповими конфліктами. Робота з груповою динамікою (діагностика і планування подальшої роботи). Межі та способи міжособистісної взаємодії. Розподілення ролей в 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 втілення 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 при аналізі 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 та можливості застосування.

**Практичне заняття 4 (2 год.).** Робота з *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 сам себе.

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.з. 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 виразний прийом анімації в медіа-арттерапевтичній роботі. Створення відео-роликів як засобів впровадження у 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 та відео. Обговорення в малих групах.

**Завдання для самостійної роботи (4 год.).** Відвідування виставки актуального мистецтва. Написання есе на тему своїх вражень від виставки та 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 деструктивними інформаційним впливам медіа. Медіаактивність особистості як показник її медіакомпетентності. Визначення медіатравми. Новинна травматизація. Захисні стратегії від медіатравматизації:

блокування сприйняття, емоційне оніміння, обесцінювання, 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 та 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. Бурдє 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 і обговорення особистих фотографій та 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. Фріреара 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 в 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, сінематерапія А. Же Ву. Метапозиція глядача для подолання опору. Порівняння різних підходів до кінотерапії. Метафора як механізм впливу в кінотерапії. Мова образів кінопродукту. Навчальні та 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 травмівними переживаннями. Різні форми проведення медіаклубу: традиційна (рефлексія емоцій, почуттів, аналіз сприйнятого, дискусія), рольова, стоп-кадр тощо. Критерії підбору фільму для перегляду. Шляхи 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 в роботі з методикою «Мандала» з метою розвитку психоемоційної культури, подолання наслідків психотравмівного досвіду.

**Практичне заняття 1 (2 год.).** Медіаклуб у роботі з травмівними 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, з екзистенційними і світоглядними питаннями (перегляд кінофільмів та подальше обговорення в групі).

**Завдання для самостійної роботи (4 год.).** Зробити 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 в груповій роботі для підтримки соціальної взаємодії та зменшення емоційної напруги: бібліотерапевтична *гра* «Буриме», *методика* «Спільний малюнок онлайн» (за Луценко О.В.).

**Практичне заняття 2 (2 год.).** Знайомство з діагностичними методиками оцінки рівня медіаторчості.

**Практичне заняття 3 (2 год.).** Методологія покадрового оживлення паперової проекції задля реалізації тілесних відчуттів (за О.Є. Голубевою та Н.О. Обуховою). Використання маніпуляцій з візуальним прототипом як форма

тілесно-орієнтованої роботи. Екологічне проживання травмивного емоційного досвіду через гру з маріонеткою. Проекція рухів маріонетки на власне тіло.

**Практичне заняття 4 (4 год.).** Створення анімаційних фільмів (групова робота): підготовка (розробка ідеї, сценарію, режисури, створення образів персонажів тощо), зйомка (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 медіаторчості: блогерство як вид медіа-арттерапії**

**Лекція 1 (2 год).** Феномену блогерства. Відмінності блогу та традиційного щоденника: перетин приватного та суспільного. Відеоблогерство. Функції блогу. Стратегії комунікації в блогах. Мотиви створення блогу. Види блогів. Загальні страхи та 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 та блогерства: створення текстів до обраних фотографій як кататимних образів.

**Практичне заняття 2 (2 год.).** Створення текстів для власного блогу.

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

### **Форми творчих медіаторчих проєктів:**

відеопрезентація, відеофільм, блог (не менш ніж 10 постів), влог (не менш ніж 10 відео), анімаційний фільм тощо

## Список рекомендованої літератури

### Нормативно-правові документи:

1. Кабінет міністрів України Постанова № 800 «Деякі питання підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників» (2019). *Взято з* <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/800-2019-%D0%BF#Text>

2. Кабінет міністрів України Постанова № 1133 «Про внесення змін до Порядку підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників» (2019). *Взято з* <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1133-2019-%D0%BF#n20>

3. Міністерство освіти України (2017). Про проведення всеукраїнського експерименту за темою: “Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику” на базі навчальних закладів України. (Наказ № 1199). *Взято з* <http://mediaosvita.org.ua/book/nakaz-mon-pro-provedennya-vseukrayinskogoeksperymentu/>.

4. Національна академія педагогічних наук України (2010). Концепція впровадження медіаосвіти в Україні (Постанова Президії від 20.05.2010 р. Протокол №1-776- 150). *Взято з* <http://mediaosvita.org.ua/2013/11/18/kontseptsiia-vprovadzhennia-mediaosvity-v-ukraini/>

5. Національна академія педагогічних наук України (2020). Про розширення експериментальної діяльності за темою «Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику». (Постанова Президії № 1-2/10-150 від 17 вересня 2020 р). *Взято з* [http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2020/10/Postanova-NAPN-1-2\\_10-150-vid-17.09.2020.pdf](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 / Ольга Балашова // Філософська думка. – 2009. – № 6. – С. 81-90
2. Вознесенська, О. Л., Сидокіна, М.Ю. (2016). *Арт-терапія у подоланні психічної травми* : практ. посіб. Вид. 2-ге, випр. та доп. Київ.

3. Вознесенська, О.Л. (2020). *Медіа-арттерапія як засіб подолання наслідків і профілактики психотравми*: Практичний посібник. Київ, Вид. 2е: стереотипне.
4. Вознесенська О.Л. (2010). Вікові особливості взаємодії дитини з медіа в родинному контексті. В *Матеріали II Всеукраїнського психологічного конгресу, присвяченого 110 річниці від дня народження Г.С. Костюка* (с. 30-35). Київ. Взято з <http://mediaosvita.org.ua/book/vikovi-osoblyvosti-vzayemodiyi-dytyny/>
5. Вознесенська, О.Л. (2011). Медіаактивність як фактор становлення особистості сучасного студента. *Генеza буття особистості: II Міжнародна науково-практична конференція, 19-20 грудня 2011 року*. Київ. Том II, 18-25.
6. Вознесенська, О. (2016). Медіаторчість як складова сімейної медіаосвіти: використання ресурсів арт-терапії. *Медіаосвіта – пріоритетний напрям в освіті XXI століття: проблеми, досягнення і перспективи*: Матеріали Міжнародної науково-практичної Інтернет-конференції. Взято з: [http://confhano.at.ua/load/statti/vozneseenska\\_o\\_sidorkina\\_m\\_mediatorchist\\_jak\\_skladova\\_simejnoji\\_mediaosviti\\_vikoristannja\\_resursiv\\_art\\_terapiji/3-1-0-234](http://confhano.at.ua/load/statti/vozneseenska_o_sidorkina_m_mediatorchist_jak_skladova_simejnoji_mediaosviti_vikoristannja_resursiv_art_terapiji/3-1-0-234).
7. Вознесенська, О.Л. (2017). Медіа-арттерапія: визначення, сутнісні ознаки, особливості та механізми впливу. *Простір арт-терапії*. Київ, вип. 2 (22), 4–15.
8. Вознесенська, О.Л. (2019). Медіаторчість як засіб розвитку соціального оптимізму в умовах медіатравматизації. *Медіаторчість в сучасних українських реаліях: протистояння медіатравмі*: Матеріали науково-практичного семінару, Київ, 2019. Взято з: <http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2018/08/Voznesenska-mediatorchist-yak-zasib-rozvytku-sotsialnogo-optymizmu-tezy-s-anotatsiyamy-1.pdf>
9. Голубева, О. Є. (2012). *Анімаційна студія у навчальному закладі*. Київ.

10. Вознесенська, О. Л., О. М. Скнар (ред.) (2017). *Енциклопедичний словник з арт-терапії*. Київ. 312 с.
11. Колошина, Т. Ю. *Арттерапия : метод. рекомендації* (2002). Москва: Изд-во Ин-та психотерапии и клинической психологии, 2002. 84 с.
12. Копытин, А. И. (ред.) (2002). *Арт-терапия в эпоху постмодерна*. С.Петербург.
13. Копытин, А. И. *Основы арт-терапии* (1999). С.Петербург: Лань, 256 с.
14. Копытин, А. И. *Руководство по групповой арт-терапии* (2003). С.Петербург: Речь. 320 с.
15. Копытин, А. И. *Теория и практика арт-терапии* (2002). С.Петербург: Питер. 366 с.
16. Лебедева, Л. Д. *Практика арт-терапии: подходы, диагностика, система занятий* (2005). С.Петербург: Речь. 256 с.
17. Назаревич, В.; Борейчук І. *Метафора (психологія зображення)* (2017). Київ: WISE BEE. 224 с.
18. Найдьонова, Л.А. (ред.) (2019). *Медіапсихологія: метаморфози масової свідомості в умовах інформаційної війни. Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції*. Київ. Режим доступу: <http://mediaosvita.org.ua/book/mediapsyhologiya-metamorfozy-masovoyi-svidomosti-v-umovah-informatsijnoyi-vijny/>
19. Voznesenska, O. (2018). Media-art-therapy for mental health care. *Mental Health Global Challenges XXI Century. MHGC Proceedings*. Взято з: <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. (2019). 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. Взято з: <https://ideas.repec.org/a/jis/ejistu/y2019i01id429.html> DOI: <http://doi.org/10.24818/ejis.2019.04>



21. *Додаткова література:*

22. Арнхейм Р. (1999). О природе фотографии. *Психология художественного творчества*. Минск. 258 с.
23. Барт Р. (1997). *Camera lucida: Комментарий к фотографии*. М. Рыклин (пер. с фр., послесловие и коммент.). Москва: Ad Marginem, 224 с.
24. Вайзер Д. (2016). *Техники ФотоТерапии. Исследование секретов личных фотографий и семейных фотоальбомов*. Ю. Морозов (пер.). Москва: Генезис, 464 с.
25. Вознесенська О. Л. (2018). Арт-терапія як засіб психосоціального відновлення особистості. В *Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки* : [зб. наук. праць]; Київський національний університет імені Тараса Шевченка. Київ, № 3 (29), 40–47.
26. Вознесенська О. Л. (2008). Арт-терапевтичний вплив на структури особистості в роботі з образом «Я». В *Простір арт-терапії терапії* : зб. наук. ст. Київ: УМО, 2016, ВГО «Арт-терапевтична асоціація». Семиченко В. А., Чуприков А. П. та ін. (редкол.). Вип. 2 (4), 4–15.
27. Вознесенська О. Л. (2016). Арт-терапевтична робота з пластичними матеріалами. В *Простір арт-терапії терапії* : зб. наук. ст. Київ: УМО, ВГО «Арт-терапевтична асоціація». Лушин П. В., Чуприков А. П. та ін. (редкол.). Вип. 1 (19), 20–40.
28. Вознесенська О. (2013). Арт-терапевтичний простір постмодерністського часу. В *Простір арт-терапії*: зб. наук. ст. Київ: УМО, ВГО «Арт-терапевтична асоціація». Лушин П. В., Чуприков А. П. та ін. (редкол.). Вип. 1 (13), 26-37.
29. Вознесенська О. Л., Мова Л. В. (2007). Арт-терапія в роботі практичного психолога: використання арт-технологій в освіті. Київ: Шкільний світ. 120 с.
30. Вознесенська О. Л. (2016). Використання мандали в медіаосвітніх заняттях. В *Простір арт-терапії* : зб. наук. Праць. Київ: УМО, ВГО «Арт-терапевтична асоціація». Лушин П. В., Чуприков А. П. та ін.. Вип. 2 (18), 4–22.

31. Вознесенська О. Л. (2017). Імпліцитна типологія медіатравм в контексті медіаактивності особистості. В *Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції «Медіатравма в умовах інформаційної війни: психологічний та педагогічний аспекти»* (20-21 червня 2017 р.). Взято з: <http://mediaosvita.org.ua/book/voznesevska-o-l-implitsytna-typologiya-mediatravm-v-konteksti-mediaaktyvnosti-osobystosti/>
32. Вознесенська О. Л. (2010). Методичні засади підготовки майбутніх арт-педагогів. В *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка*. № 7 (194), квітень, 60–65.
33. Вознесенська, О.Л. (2019). *Мистецтво і суспільство*. Світ сучасного мистецтва. Взято з: <http://mylookatcontemporaryart.tilda.ws/>
34. Вознесенська, О.Л. (2020). *Мистецтво і суспільство. Продовження*. Світ сучасного мистецтва. Взято з: <http://mylookatcontemporaryart2.tilda.ws/>
35. Вознесенська О. Л. (2015). Можливості арт-терапії в подоланні психічної травми. В *Психологічна допомога особистості, що переживає наслідки травматичних подій : зб. Статей*. Київ: Ін-т соціальної та політичної психології НАПН України, Представництво Польської академії наук у м. Києві, Соціально-психологічний методичний реабілітаційний центр. 98–110.
36. Вознесенська О. Л., Сидоркіна М. Ю. (2009). *Творча взаємодія з дитиною : метод. рекомендації*. Київ: Міленіум, 66 с.
37. Колошина Т. Ю. (2002). *Арттерапия в терапии кризисных состояний личности и группы : диссертация ... канд. психол. наук*. Ярославль, 144 с.
38. Кокоренко В. Л. (2005). *Арт-технологии в подготовке специалистов помогающих профессий*. С.Петербург: Речь, 102 с.
39. Вознесенської О. Л., Скнар О. М. (ред.) (2002). *Концепція впровадження арт-терапії в дитячих лікарнях*. Київ: Міленіум, 80 с.
40. Копытин А. И. (2002). *Диагностика в арт-терапии. Метод «Мандала»*. С.Петербург: Речь. – 144 с.
41. Копытин А.И., Платтс Дж. (2009). *Руководство по фототерапии* Москва: Когито-Центр,. – 184 с.

- 42.Мак-Нифф Ш. (2006). *Творчество за рамками привычного: расширение возможностей психологических исследований с помощью искусства*. В А.И. Копытин (ред.). *Арт-терапия – новые горизонты*. Москва: Когито-центр, 336 с.
- 43.Найдьонова Л.А. (2015). *Медіапсихологія: основи рефлексивного підходу*. Київ.
- 44.Найдьонова, Л.А., Дятел, Н.Л. (Ред.), & Чаплінська, Ю. С. (Уклад.). (2020). *Кіберсоціалізація, Збірник наукових праць (2018–2021)*. Кропивницький: Імекс-ЛТД. Режим доступу: <http://mediaosvita.org.ua/book/kibersotsializatsiya-zbirnyk-naukovyh-prats/>
- 45.А.И. Копытин (ред.). (2008). *Практическая арт-терапия: Лечение, реабилитация, тренинг*. Москва: Когито-Центр, 288 с.
- 46.Роменець В. А. (2001). *Психологія творчості*. – Київ: Либідь, 330 с.
- 47.Сидоркіна М. Ю. (2011). *Спільна художня творчість як чинник гармонізації сімейних стосунків* : дис. ... канд. психол. наук. – Спец.: 19.00.05 «Соціальна психологія; психологія соціальної роботи». Київ, 216 с.
- 48.Слюсаревський, М.М. (2021). *Негативні інформаційні впливи на людину в сучасному світі: концептуальна модель*. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 3(1).
- 49.Тетерин С. *Что такое медиа арт? – давайте разбираться вместе* Взято з: [http://www.teterin.ru/index.php?option=com\\_frontpage&Itemid=1](http://www.teterin.ru/index.php?option=com_frontpage&Itemid=1)
- 50.Титаренко Т. М. (2018). *Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації* : монографія. Кропивницький, Імекс-ЛТД.
- 51.Цорн П. *Современные кочевники – медиа-арт и глобализация/ Петер Цорн*. Перевод: С.Мюллер. – [Електронне джерело]. – Режим доступу: <http://www.goethe.de/ins/kz/ru/alm/kul/mag/12154899.html>
- 52.Череповська, Н.І. (2009). *Медіаторчість як соціально-психологічний ресурс особистості. Типологія відеосприймання. Актуальні проблеми психології*. Т. 12, вип. 8, 318–325.

53. Череповська Н.І., Вознесенська О.Л. (2015). Медіаконтекст вияву патріотичних почуттів представниками Сходу і Заходу України. В *Проблеми політичної психології* : зб. наук. праць. Л. А. Найдьонова, Л. Г. Чорна, І. Г. Батраченко та ін. (редакційна колегія). Київ: Асоціація політичних психологів України, Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. Київ: Міленіум. Вип. 2 (16), 74-88.
54. Череповська, Н. І. (2012). Медіаперцептивна комунікація: ресурси перегляду візуальних медіатекстів. *Актуальні проблеми психології*. – Київ, Т. XII. Психологія творчості, вип. 15, ч. 1, 407–416.
55. Череповська, Н.І. (2013). Медіаперцептивна комунікація: еволюція візуального сприймання. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. Київ, вип. 32 (35), 303-311.
56. Череповська, Н. І. (2020). Медіагігієна: підтримка психологічного добробуту дорослих і дітей. *Соціальний педагог*, 9-10(165-166), с. 42-49.  
Режим доступу: <http://mediaosvita.org.ua/book/mediagigiyena-pidtrymka-spyhologichnogo-dobrobutu-doroslyh-i-ditej/>
57. McNiff S (Ed.). (2013). *Art as Research* Bristol–Chicago : Intellect, 240 p.
58. Muri A.S. (1998). Texture in the melting pot: Postmodernist art and art therapy. В *Art Therapy: Journal of the American Art Therapy Association*. № 15 (4), 245-251.
59. *Електронні ресурси:*
60. Національна бібліотека України ім. В.І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>
61. Бібліотека НАПН. URL.: <https://lib.iitta.gov.ua/561/>
62. Бібліотека лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти ІСПП НАПН України URL: <http://mediaosvita.org.ua/biblioteka/>
63. Бібліотека ІСПП НАПН України. URL: <https://ispp.org.ua/elektronna-biblioteka/>

# «МЕДІАПСИХОЛОГІЯ ТА КІБЕРТЕХНОЛОГІЇ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ»

Програма навчально-практичного спецкурсу для підвищення кваліфікації педагогічних працівників

**Розробник:** *Чаплінська Ю.С.*, кандидатка психологічних наук, старша наукова співробітниця лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України

**Рецензенти:**

*Сидоркіна М. Ю.*, кандидатка психологічних наук, старша наукова співробітниця лабораторії психології політичної поведінки молоді ІСПП НАПН України.

*Лазоренко Б. П.*, кандидат філософських наук, старший науковий співробітник, доцент, провідний науковий співробітник лабораторії, лабораторія соціальної психології особистості ІСПП 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 його комфортні умови. Теж саме стосується і освітньої галузі. Досить активно на фоні соціально-економічних та політико-воєнних умов за останні роки були розвинуті та впроваджені в освітній процес технології дистанційного навчання, зроблені акценти на індивідуалістичні та персоналізовані програми, стало можливим активне використання роботизованих помічників для вчителя та залучення різноманітних медіа компонентів та технологій задля організації дистанційного освітнього процесу. І його трансформацій у гейміфікований формат для зацікавлення учнівської аудиторії.

Представлена програма розкриває медіапсихологічних інновацій (авторські розробки) та особливості новітніх кібер технологій в освітній процес. Вона покликана розширити уявлення сучасних педагогів про методологічні та

технічні можливості забезпечення навчального процесу та сформувати у них навички застосування та адаптації представлених методик до будь-якої аудиторії, навчальної теми чи формату. Теоретичні концепції, представлені в рамках даної програми, засновані на провідних західних та східних наукових розробках останніх років, переосмислених в рамках української концепції впровадження медіаосвіти, приправлені авторським баченням. Для учасників курсу всі теоретичні матеріали будуть підкріплені практичними заняттями та завданнями для самостійної роботи.

Освітню програму *«Медіапсихологія та кібер технології в освітньому просторі: навчально-практичний спецкурс»* розроблено відповідно до Закону України «Про освіту», Закон України «Про повну загальну середню освіту», Постанова КМ від 21.02.2018 р. «Про затвердження Державного стандарту початкової освіти», Розпорядження КМ 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». Вона є науковою розробкою Чаплінської Ю.С., старшого наукового співробітника лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, здійсненої за темою наукового дослідження: «Інноваційні психологічні засоби розвитку медіаосвіти в Україні» (ДР № 0120U000156) 2020-2022 рр.

Програма підготовлена для системи післядипломної педагогічної освіти. Матеріали навчальної програми розроблено з урахуванням сучасних теоретичних та практичних напрацювань колективу лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології.

**Основною метою** програми є формування навичок роботи з новітніми медіа та кібер технологіями, що покликані розширити арсенал методологічних можливостей представників освітньої сфери.

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

Результатом опанування змісту даного спецкурсу фахівцями стане **освоєння знань** у сферах фільманалізу та медіаклубних практик, роботопсихології та освітніх ботів, а також імерсивної освіти; **розвиток умінь та навичок** проведення різних форм фільманалізу, розробки медіаклубних занять, програмування освітніх чат-ботів.

Спецкурс розрахований на 30 годин, 15 з яких реалізуються у формі лекційно-практичних занять із елементів тренінгу на очному етапі навчання, а 15 – через самостійну роботу на дистанційному етапі. За потреби кількість годин може бути змінена.

Спецкурс може реалізовуватись як очно, так і в онлайн форматі.

## НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Назва теми	Вид занять	В тому числі		Загальна кількість годин	
		ауд.	самос.		
Тема 1. Фільманаліз в 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 робіт 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

\* – за потреби кількість годин та зміст модулів може бути змінено



**Очікувані результати навчання:**

<b>Назва теми</b>	<b>К-сть годин</b>	<b>Здобуті компетентності</b>
Фільманаліз в навчальному процесі	6	<ul style="list-style-type: none"><li>● розрізняти особливості фільманалізу, кінотренінгу та сенемологічних практик;</li><li>● розуміти специфіку шести видів фільманалізу;</li><li>● вміти провести як самостійно кожен із шести видів фільманалізу, так і для групи.</li></ul>
Медіаклубні заняття: можливості, переваги, інновації	6	<ul style="list-style-type: none"><li>● знати особливості класичного проведення медіаклубного заняття;</li><li>● вміти обирати медіапродукти для кіноклубних занять;</li><li>● володіти іноваційними підходами до проведення медіаклубних занять: гейміфікованим та квест-медіаклубом</li><li>● розробляти власні медіаклубні заняття для різновікових груп.</li></ul>
Використання роботів в дошкільній та шкільній освіті	6	<ul style="list-style-type: none"><li>● знати основні наукові напрямки сучасних досліджень з робототехніки та роботопсихології;</li><li>● розрізняти основні види роботів, що використовуються в освітньому процесі та застосовувати засвоєні теоретичні знання для розв'язання професійних завдань в психолого-педагогічній</li></ul>

		<p>діяльності;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>● володіти знаннями про переваг, недоліків та ризиків використання роботів для навчання дітей різного віку;</li> <li>● самостійно шукати та аналізувати наукову літературу за темою роботопсихології.</li> </ul>
Освітні боти: новітні технології в навчальному процесі	6	<ul style="list-style-type: none"> <li>● розуміти основні положення концепції роботів без тілесного втілення (програмні роботи);</li> <li>● знати види та функції освітніх чат-ботів;</li> <li>● самостійно розробляти сценарії для освітніх чат ботів;</li> <li>● оволодіння навичками та технічною компетентністю для самостійного програмування освітнього бота.</li> </ul>
Розширення освітніх можливостей: технології віртуальної та доповненої реальності	6	<ul style="list-style-type: none"> <li>● знання імерсійних підходів та методів до навчання дітей різного віку;</li> <li>● розуміти переваг та недоліків впровадження технологій віртуальної та доповненої реальності в освітній процес;</li> <li>● усвідомлення вікових ризиків імерсивних методів навчання;</li> <li>● формування пропозицій щодо впровадження в різні навчальні дисципліни імерсивних методів навчання.</li> </ul>

## **ЗМІСТ НАВЧАЛЬНИХ МОДУЛІВ**

### **Тема 1. Фільманаліз в навчальному процесі**

#### **Лекційне заняття:**

Поняття Фільманалізу та особливості практичної роботи з ним. Види фільманалізів та схеми роботи з ними. Поведінковий фільманаліз. Комунікативний фільманаліз. Емоційний фільманаліз. Когнітивних фільманаліз. Філософський фільманаліз або самоаналіз за допомогою фільму. Загальний фільманаліз.

#### **Практичне заняття:**

Спільний перегляд відеофрагменту чи фільму. Коротке обговорення. Індивідуальна робота над філософським фільманалізом. Групова робота з 4 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 та квест медіаклуб. Веб-квести.

#### **Практичне заняття:**

Попередній перегляд заданого фільму (до заняття). Групова робота по 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 Веб-квест для медіаклубного заняття.

### **Тема 3. Використання роботів в дошкільній та шкільній освіті**

#### **Лекційне заняття:**

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

**Практичне заняття:** Визначення переваг, недоліків та ризиків використання роботів для навчання дітей, окремо для дошкільця, початкової, середньої та старшої школи у форматі “мозкового штурму”.

**Самостійна робота:** Висвітлення результатів різних психологічних експериментів до яких були залучені діти (різні вікові категорії) та 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 та функції освітніх чат-ботів. Особливості навчальних чат-ботів та їх основні структурні елементи (на прикладі популярних в Україні розробок). Можливість самостійного створення боту: огляд сучасних платформ для його побудови.

**Практичне заняття:** Робота у парах: створення логічних заготовок, завдань та схем задля створення власного освітнього боту. Презентація та обговорення створених заготовок. Загальні підсумки заняття.

**Самостійна робота:** Реалізація та створення власного освітнього боту. Посилання на готовий продукт необхідно 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 та методів навчання. Можливості технологій віртуальної та доповненої реальності в навчанні. Світові приклади та тенденції в віртуальній освіті. Імерсивна освіта в Україні.

**Практичне заняття:** Визначення переваг та недоліків впровадження технологій віртуальної та доповненої реальності в освітній процес. Виокремлення ризиків та розробка 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**

При викладанні спецкурсу використовуються такі методи навчання:

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

## **КОНТРОЛЬНІ ЗАХОДИ**

Контроль знань проводиться у формі письмового тестування в кінці навчального курсу. На практичних заняттях оцінюються виконані завдання та активна участь в обговоренні проблемних ситуацій.

### **Контрольні запитання**

1. Розкрити поняття фільманалізу. Дати порівняльну характеристику фільманалізу, кінотренінгу та сінемологічної практики.
2. Дати порівняльну характеристику на вибір трьох різних вида 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. Веб-квести.
14. Основних напрямки наукових досліджень робототехніки та роботопсихології.
15. Види роботів, які використовуються в навчальному процесі.
16. Роль роботів у навчанні та ранньому розвитку дітей.
17. Використання роботів для навчання дітей в початковій школі..
18. Використання роботів для навчання дітей в середній школі.
19. Використання роботів для навчання дітей у старшій школі.
20. Переваг, недоліків та ризиків використання роботів для навчанні дітей різного віку.

21. Психологічних експериментів до яких були залучені діти різного віку та 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 їх 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 впровадження технологій віртуальної та доповненої реальності в освітній процес.
30. Вікових ризики для імерсивних методів навчання.

### **Критерії та шкала оцінювання**

Основними критеріями, що характеризують рівень компетентності слухача спецкурсу при оцінюванні результатів поточного та підсумкового контролів є:

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

**Оцінювання результатів усіх форм контролю передбачено у 100-бальній шкалі.**

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 курсом



## Список рекомендованої літератури

1. Агафонова, Н.А. (2008). Общая теория кино и основы анализа фильма, Минск : Тесей, 392.
2. Волинець, В.О. (2021). Віртуальна, доповнена і змішана реальність: сутність понять та специфіка відповідних комп'ютерних систем. Питання культурології, (37), 231-243. <https://doi.org/10.31866/2410-1311.37.2021.237322>
3. Голубєва, О. Є., Мироненко, Г. В., Стерденко, С. М. (2014). Медіаклуб: Комплексна програма Позашкільні медіаосвітні заняття. Соціальний педагог, 12 (96), 44–49.
4. Гончарова, Н. (2019). Технологія доповненої реальності в підручниках нового покоління. Проблеми сучасного підручника, Вип. 22, 46-56. Взято з [http://nbuv.gov.ua/UJRN/psp\\_2019\\_22\\_8](http://nbuv.gov.ua/UJRN/psp_2019_22_8)
5. Гончарова, Н. (2019). Візуалізація навчальної інформації через використання технології доповненої реальності. Інформаційні технології в культурі, мистецтві, освіті, науці, економіці та бізнесі, 226–228.
6. Добротвор, І.Г., Стухляк, П.Д., Микитишин, А.Г., Митник, М.М. (2018). Аналіз систем розпізнавання образів структури композитів : монографія. Тернопіль : Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, 224.
7. «Імерсивні технології в освіті» (2021). Інституту інформаційних технологій і засобів навчання НАПН України (Н.В. Сороко, О.П. Пінчук, С.Г. Литвинова упоряд.). Київ: ІТЗН НАПН України. Взято з <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. (2018). Віртуальна реальність в освітньому процесі. Збірник наукових праць Харківського національного університету Повітряних Сил, 2(56), 207-212. Взято з [https://www.researchgate.net/publication/325873912\\_Virtualna\\_realnist\\_v\\_osvitnom\\_u\\_procesi](https://www.researchgate.net/publication/325873912_Virtualna_realnist_v_osvitnom_u_procesi)

9. Мельник, І., Задерей, Н., Нефьодова Г. (2018, 14 – 19 травня). Доповнена та віртуальна реальність як ресурс навчальної діяльності студентів. Матеріали Міжнародної науково – практичної конференції “Інформаційні технології та комп’ютерне моделювання”, Івано-Франківськ, Україна, 61-64. Взято з <http://itcm.comp-sc.if.ua/2018/melnuk.pdf>
10. Міронова, Т. В. (2021). Віртуальна і доповнена реальності в творчості українських митців. *Art and design*, №2(14), 141–151. Взято з <https://artdesign.knutd.edu.ua/wp-content/uploads/sites/33/2021/08/13-AD-2-2021.pdf>
11. Найдьонова, Л.А. (2015). Медіапсихологія: основи рефлексивного підходу. Інститут соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України. Кіровоград: Імекс, 243 с.
12. Найдьонова, Л.А. (2021). Цифрові ризики в умовах дистанційної освіти в часи пандемії. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 3 (1). <https://doi.org/10.37472/2707-305X-2021-3-1-13-3>
13. Найдьонова Л. А. (Ред.), Череповська Н. І. (Уклад.) (2018). Медіакультура. Навчальна програма для учнів 9, 10, 11 класів закладів загальної середньої освіти (три роки навчання). Київ. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України.
14. Остапенко, І. В., Соснюк, О. П. (2022). Можливості використання різних видів медіаконтенту для розвитку громадянської компетентності In: VII Міжнародна науково-практична конференція Військова психологія у вимірах війни і миру: проблеми, досвід, перспективи КНУ імені Тараса Шевченка, м. Київ, Україна, стор. 110-113. ISBN 978-617-7894-66-6
15. Чаплінська, Ю. С. (2018). Використання різних підходів фільманалізу у практичній роботі психолога. Проблеми сучасної психології: збірник наукових праць Запорізького національного університету та Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2 (14), 150–157.
16. Чаплінська, Ю. С. (2019). Ставлення до роботів та роботизованих протезів: проблеми сьогодення і конструювання майбутнього. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 43 (46), С. 229–238.

17. Чаплінська, Ю.С. (25 червня, 2019). Особливості проведення квест Медіаклубу. Матеріали Всеукраїнської наукової конференції з міжнародною участю «Медіаторчість в сучасних українських реаліях: протистояння медіатравмі», Київ, Україна. Available at: <http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2019/06/CHaplinska-YU.S.-Osoblyvosti-provedennya-Kvest-mediaklubu.pdf>

18. Чаплінська, Ю.С., Череповська Н.І. (4 квітня, 2019). Інновації в медіаосвіті: модифікована методика “Медіаклуб” для старшокласників. Матеріали методологічного семінару НАПН України “Інформаційно-цифровий освітній простір України: трансформаційні процеси і перспективи розвитку”, Київ, 120–130.

19. Череповська, Н.І. (2017). Медіаосвітні ресурси розвитку патріотизму і критичного мислення молоді: навчально-методичний посібник. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 156 с.

20. Череповська, Н.І. (2018). Розвиток патріотизму молоді психологічними засобами методики «Медіаклуб». Проблеми політичної психологія та Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, К.: Міленіум, 7 (21).

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

22. Юнтунен, О. (2016). Психоаналіз фільма. Кинотерапія и кинотренинг: кино как лекарство. Available at: <http://kinoterapia.info/psychoanalysis-of-film/>

23. Baranov, O. A., Penzin, S. N. (2005). The film is educational work with young students, Tver, 189 с.

24. Breazeal, C. (2002). Designing Sociable Robots. MIT Press, Cambridge, MA, 282 p.

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

26. Han J., Jo M., Jones V. and Jo J.H. (2008). Comparative study on the educational use of home robots for children. *Journal of Information Processing Systems*, 4(4), 159–168.
27. Heerink M., Daz Boladeras M., Albo-Canals J., Angulo Bahn C., et al. (2012). A field study with primary school children on perception of social presence and interactive behavior with a pet robot. Available at: [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](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)
28. Highfield K., Mulligan J., and Hedberg J. (2008). Early mathematics learning through exploration with programable toys. *Proc. Joint Conference Psychology and Mathematics*, 17–21.
29. Kennedy J., Baxter P., Senft E., Belpaeme T. (2015). Higher nonverbal immediacy leads to greater learning gains in child-robot tutoring interactions. In *Proceedings of the International Conference on Social Robotics*, 327–336.
30. Kahn, P.H., Jr., Kanda, T., Ishiguro, H., Freier, N.G., Severson, R.L., Gill, B.T., Ruckert, J.H., & Shen, S. (2012). ‘Robovie, you’ll have to go into the closet now’: Children’s social and moral relationships with a humanoid robot. *Developmental Psychology*, 48, 303–314.
31. Leite I., Martinho C., Paiva A. (2013). Social robots for long-term interaction: A survey. *Int. J. Soc. Robot*, 5, 291–308.
32. Libin A. & Libin E. (2004). *Robotic Psychology*. In: Spielberg, Charles ed. *Encyclopedia of Applied Psychology*. Oxford: Elsevier, 295–298.
33. O’Donnell, V. (2005). *Handbook of Visual Communication: Theory, Methods and Media* [Ed. by K.Smith and others]. In *Cultural Studies Theory* (pp. 521-537). Lawrence Erlbaum Associates: London,
34. Nomura T., Omori A., Suzuki Y., Mizohata H. & Yasumura K. (2008). Robotics in education: Psychological relationships with "making-mrtifacts" computers and mathematics in Japan. *Proceedings of the IEEE/RSJ International Conference on Intelligent Robots and Systems*, 3668–3673

35. Ruvolo P., Fasel I. and Movellan J. (2008). Auditory mood detection for social and educational robots. Proc. Conference on Robotics and Automation, 3551–3556.
36. Shellenbarger, S. (2019). Why We Should Teach Kids to Call the Robot ‘It’. The Wall Street Journal. Available at: <https://www.wsj.com/articles/why-kids-should-call-the-robot-it-11566811801>
37. Stoeckelmayr K., Tesar M. and Hofmann A. (2011). Kindergarten children programming robots: a first attempt, Proc. Robotics in Education, 185–192.
38. Tanaka F. and Matsuzoe S. (2012). Children teach a care-receiving robot to promote their learning: field experiments in a classroom for vocabulary learning, Journal of HRI, 1(1), 78–95.
39. van Leeuwen, T., Jewitt, C. (2000). Handbook Of Visual Analysis, London: Sage.
40. Williams, R. & Machado, C. & Druga, S. & Breazeal, C. & Maes, P. (2018). “My doll says it's ok”: a study of children's conformity to a talking doll. Available at: [https://www.researchgate.net/publication/325705688\\_My\\_doll\\_says\\_it's\\_ok\\_a\\_study\\_of\\_children's\\_conformity\\_to\\_a\\_talking\\_doll](https://www.researchgate.net/publication/325705688_My_doll_says_it's_ok_a_study_of_children's_conformity_to_a_talking_doll)

Інформаційних джерел:

1. Как создать чат-бота. – Шлях доступу: [https://www.youtube.com/watch?v=eQrTCHW2UqY&list=PLYPpxyHTcCsQanRQl4\\_Cy36O6ny\\_i1Uhm](https://www.youtube.com/watch?v=eQrTCHW2UqY&list=PLYPpxyHTcCsQanRQl4_Cy36O6ny_i1Uhm) [1 грудня 2020 року].
2. Telegram-бот 2020. Как создать, сделать бота в Telegram. – Шлях доступу: <https://www.youtube.com/watch?v=aBuyXt1JatI&t=79s> [1 грудня 2020 року].
3. Віртуальний тур українськими музеями просто неба. – Шлях доступу: <https://museums.authenticukraine.com.ua/ua/> [1 грудня 2020 року].
4. Віртуальні екскурсії музеями світу. – Шлях доступу: <https://zaporizhzhia.city/news/onlajn-muzei-svitu> [1 грудня 2020 року].

## ДОДАТКИ

### Загальний фільманаліз

Загальний фільманаліз будується за традиційними принципами та етапам аналізу художнього твору (сюжет, ідея, композиція, виразні засоби, історія створення, позиція автора. Також можливий аналіз кожної окремої складової: сценарію, режисури, акторської гри, музики, костюмів, декорацій, монтажу, спецефектів та іншого), але з включенням елементів традиційного психологічного аналізу, а саме: аналізу особистості і поведінки героїв, їх стосунків, мотивів та наслідків їх 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;
- музикальний супровід;
- виразні засоби;
- цитати;
- схожа проблематика/особиста проблематика для глядача;
- аналіз рецензій.

Також, на нашу думку, важливими є 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 особи?

- Який психологічний портрет кожного героя я можу дати: особистісні особливості, моральні принципи, риси характеру, манери поведінки, історія життя і т.д.?
- Які стосунки між героями, їх історія та особливості?
- Спостерігав я подібні ситуації і стосунки в моєму житті чи житті моїх 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 вирішують 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 чи неправильним? Хто, на мою думку, має рацію, хто не правий, хто винен і чому?
- Що б сталося, вчини той чи інший герой по-іншому?
- Зустрілося у фільмі для мене щось нове, раніше невідоме? Здійснив я якесь відкриття для себе?
- Які емоції викликав фільм? Що мене розсмішило, порадувало, засмутило, викликало роздратування, розсердило, образило, злякало, відштовхнуло і т.д.?
- 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 у фільму саме така назва назву? Що вона означає? Як назва дійсно б розкрила сенс фільму?
- Які в фільмі зустрілися метафори, символи, архетипи, міфи та легенди?
- Яким чином розвивалися б події, зніми режисер продовження фільму?
- Які психологічні, моральні, філософські проблеми порушені у фільмі? Які з них хвилюють мене зараз або хвилювали в минулому?

- Як цей фільм перегукується з моїм життям? Які уроки я витягнув для себе і які висновки зробив?
- Які фільми / твори висвітлюють подібні проблеми?
- Як би поставився до фільму хтось із моїх знайомих (один, подруга, мати, батько, дружина, чоловік, дитина і т.д.) і чому? Кому б я порекомендував подивитися цей фільм і чому?



## Розробка Веб-квесту для медіаклубу

Веб-квести побудовані на залученні інформаційних ресурсів Інтернету у вирішення поставлених вчителем завдань. Цей варіант активностей може стати у пригоді вчителю, учні якого не дуже люблять фізичні активності, але з радістю готові “серфити” простори інтернету.

Веб-квест допомагає ефективно формувати цілий ряд компетенцій у дітей: соціальних, навчальних, комунікативних, інформаційних.

Веб-квест часто представляє собою досить не простий пошук інформації в мережі. Інколи створення різних медіаторів за мотивами певного фільму та завантаження їх на відповідні платформи. Інколи при створенні контенту висувається умова за часом. Рідше – головоломки (візуальні, аудіальні, текстові). Учасники веб-квесту вчаться використовувати інформаційний простір Інтернет для розширення сфери своєї творчої діяльності. Такий формат можна використовувати у квест медіаклубі, якщо після перегляду фільму запропонувати дітям пошук інформації або створення медіаконтенту на певну тематику.

Також ви можете запропонувати свій варіант Веб-квестів та їх реалізації в Інтернет-середовищі.

Вікові категорії дітей:

- 6-8 років
- 9-10 років
- 11-13 років
- 14-16 років

### **Схема підготовки веб-квесту для медіаклубу:**

1. Підбір медіаконтенту та його короткий опис. Виокремлення основної проблематики медіатвору та аргументування її важливості для роботи з відповідною дитячою аудиторією.
2. Довести відповідність підбраного медіаконтенту цільовій/віковій категорії.
3. Переписати питання для обговорення медіатвору, одразу після перегляду.
4. Підготовка веб-завдань до квесту у відповідності із основною логічною схемою: виконання попереднього завдання дає можливість для отримання та виконання наступного. Опис основних етапів квесту із чітким описом завданнями та їх психологічними наслідками для дітей.
5. Визначити нагороди, що будуть отримувати діти/коменди, що пройшли певний етап або повний квест.
6. Окреслити теми обговорення для підсумку веб-квесту.
7. Розробити рефлексивний лист для дітей, щоб отримати від них зворотній зв'язок.

## «НУШ: організація медіаосвіти в початковій школі»

Програма підвищення кваліфікації педагогічних та науково-педагогічних працівників

**Розробник:** Найдьонова Любов Антонівна, доктор психологічних наук, член-кореспондент НАПН України, заступник директора з наукової роботи Інституту соціальної та політичної психології НАПН України

### ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

#### 1.2. Загальні положення

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

Відповідно до розвитку мас-медіа суспільство весь час досліджує і виробляє способи допомогти дитині опанувати інформаційний простір як особливу частину культурного досвіду людства. Медіаосвіта – це насамперед практика підготування дитини до ефективної взаємодії з медіа, завдяки якій 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 відгуки в освітньому середовищі, в тому числі й ті, що пов'язані із повсякденними практиками використання медіа та сучасних інформаційно-комунікаційних технологій. Уже в початковій школі діти мають різноманітні медіапрактики, які стали значною частиною їхнього життя. Тому організація медіаосвіти в новій українській школі є важливою складовою формування безпечного і розвивального освітнього середовища.

Медіаосвіта має стати профілактикою 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 їх формах, що спрямовують психіку дитини на розвивальну діяльність: виконання вправ, досягнення результатів, встановлення дружніх стосунків.

Актуальність Програми визначається інтенсивним 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 No 1199 від 18.08.2017), який проводиться за ініціативи Інституту соціальної та політичної психології НАПН України. Зміст програми підвищення кваліфікації відповідає авторським навчальним програмам «Я у медіапросторі» (1-3 рік навчання), рекомендованим Міністерством освіти і науки України (лист ІМЗО No2.112-Г-831 від 28.11.2016). Запропонована модель і засоби організації медіаосвіти в початковій школі відповідають навчальним програмам НУШ-1, НУШ-2 щодо змістовної лінії «Досліджуємо медіа», а також пропонують інтеграцію прийомів розвитку медіаграмотності учнів при вивченні інших предметів (галузей).

Програму максимально орієнтовано на практичне використання медіаосвітніх знань для організації занять з дітьми, що дає імпульс і чіткі орієнтири, тобто відкриває вчителю можливості для власної педагогічної творчості.

Програма спирається на аналіз світового досвіду, наукові розробки і результати прикладних досліджень, проведених лабораторією психології

масової комунікації і медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України. Програму адаптовано для дистанційної форми проведення занять з підвищення кваліфікації. Усі дистанційні зустрічі побудовані таким чином, щоб сприяти створенню безпечної атмосфери і посиленню психологічного потенціалу стійкості учасників.

Навчальна програма підготовлена для системи післядипломної педагогічної освіти.

## 1.2. Цільова аудиторія

Вчителі початкової школи.

## 1.3. Мета і завдання

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

Реалізація визначеної мети передбачає розв'язання таких **завдань**:

1. Актуалізація уваги на можливість виникнення і загострення медіаризиків в умовах війни; 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 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. Сприяння створенню безпечного здоров'язберезувального освітнього середовища в умовах розширеного запровадження дистанційних форм освіти; формування індивідуалізованої траєкторії розвитку здоров'язберезувального потенціалу педагога в медіапрактиках.

6. Визначення особливостей психолого-педагогічного супроводу дітей та їхніх родин в залежності 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 у практичних ситуаціях;
- вільного використання цифрових технологій для реалізації освітніх завдань та вдосконалення професійної діяльності;
- виявлення себе як відповідального громадянина та до участі у суспільному житті під час спротиву військовій агресії.

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

- підвищення психологічної пружності і саморегуляції медіапрактик;
- засвоєння і розуміння принципів і 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 вміти:**

- 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;
- уміти спланувати і провести заняття курсу «Я в медіапросторі» та інтегрувати медіаосвітні мікромодулі в інші уроки;
- уміти організувати ігрову діяльність дітей для розвитку соціальних умінь та визначення індивідуальних особливостей соціалізації, в тому числі з урахуванням потреб інклюзії;
- уміти 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 ними самостійної роботи.

*Теоретична складова* Програми зорієнтована на підвищення обізнаності слухачів у сфері медіапсихологічної науки і практики стосовно розвитку дітей і ролі їхньої взаємодії з сучасним інформаційним простором, основні вікові психологічні новоутворення, які визначає ризики для дітей цього віку. Ознайомлення з концепцією впровадження медіаосвіти та ігровою моделлю організації медіаосвіти в початковій школі.

Зміст *практичної складової* включає 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 виконуються слухачами у перебігу практичних занять, що передбачені навчально-тематичним планом Програми.

*Самостійна робота* містить завдання, що спрямовані на здійснення аналізу результатів опитування, створення індивідуального плану впровадження медіаосвіти, підбору інструментів для інтегрованих медіаосвітніх мікромодулів в роботі з дітьми, виконання вправ і рефлексії.

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

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

Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, складає: 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
<b>Усього</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>10</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>32</b>

### **Форми організації освітнього процесу, методи і засоби навчання**

Навчання здійснюється за такими формами: лекції, практичні заняття, самостійна робота, контрольні заходи.

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

**Засоби навчання**, які використовуються 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 й вихідне діагностування; підготовка та захист проектів.

За результатами навчання видається сертифікат про підвищення кваліфікації визначеного зразка.

## **ЗМІСТ ПРОГРАМИ**

### **«НУШ: організація медіаосвіти в початковій школі»**

#### **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 дитини дошкільного віку і психологічні новоутворення, які захищають від медіатравматизації. Візуальна вразливість. Емоційний розвиток. Моральний розвиток. Особливості медіаризиків 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.

*Практична складова.* 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'язберезувальний вплив гри. Когнітивний розвиток в грі: увага, уява, пам'ять і мислення. Емоційно-вольовий розвиток у грі. Соціальний розвиток у грі. Ігрова модель організації медіаосвіти. Рефлексія гри.

*Практична складова:* 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 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.

*Практична складова:* Дискусія щодо проблем впровадження медіаосвіти в практику викладання в молодшій школі, аналіз ресурсів медіаосвітнього розвитку дитини в 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 своєї медіаграмотності.

### **Тема 5. Медіаосвіта в позакласній роботі та інклюзії**

Медіаосвіта в позакласній роботі. Студії і гуртки. Медіаторчість. 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.

*Практична складова.* Модулі психологічних хвилинок у іграх соціалізації, проведення вправ. Створення власних наборів психологічної підтримки дітей.

### **Список рекомендованої літератури**

1. Вознесенська, О.Л. (2020). *Медіа-арттерапія як засіб подолання наслідків і профілактики психотравми*: Практичний посібник. – Київ, 124 с. – Вид. 2е: стереотипне.
2. Іванова, І.Б., Кожанова, А.Ю. (2016). *Я в медіапросторі* : навчальна програма для учнів початкової школи (3 роки навчання). - рекомендовано Міністерством освіти і науки України (лист ІМЗО №2.112-Г-831 від 28.11.2016).
3. Кожанова, А.Ю., Іванова, І.Б., Топольницька, Т.А., Жирякова, О.С., Тугай, М.Ю., Суха, Н.Л., Філякіна, М.Ю., Бурлака, О.І., Мамонтова, Н.В., Козенко, О.І., Новікова, А.В., Найдьонова, Л.А. (2021). *Нова українська*

*школа: організація медіаосвіти в початковій школі* : навчально-методичний посібник (рукотис).

4. Найдьонова Л.А. (2015). *Медіапсихологія: основи рефлексивного підходу*. підручник. К.
5. Найдьонова Л.А. (2019). *Діагностика булінгу і кібербулінгу* : методичні рекомендації. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології.
6. Найдьонова, Л.А. (2022). «Ментальний щит» для дітей: хвилинки психологічної самодопомоги. *Освіта і суспільство*, 2022, № 3, березень, С. 9 або на сайті <https://naps.gov.ua/ua/press/releases/2688/> .
7. Найдьонова, Л.А. (2022). Практична сесія з психологічної підтримки дітей у воєнний час. Відео і презентація. <https://drive.google.com/drive/folders/14E5imzA6zzvwVZCzd-igYNqOL9I3-ccU>
8. Найдьонова, Л.А. (2022). *Інформаційні поведінка і потреби вчителів Донецької і Луганської областей України* : інформаційний бюлетень. [Електроний ресурс] / Л. А. Найдьонова, М. І. Найдьонов, Л. В. Григоровська, Н. Ф. Умеренкова ; упоряд. І. М. Найдьонов, Д. Я. Степченков. – К. : ІСПП НАПН України, 2022. – 102 с. – Режим доступу: [http://profprestige.org.ua/publ/Inf\\_bul\\_2021vd.pdf](http://profprestige.org.ua/publ/Inf_bul_2021vd.pdf)
9. Спільні акти узгодження офіційно представлені на сайті Національної ради України з питань телебачення і радіомовлення. Спільний акт узгодження № 3. Висвітлення засобами масової інформації теми участі дітей у збройних конфліктах <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

**Розробник:** лабораторія психології масової комунікації та медіаосвіти ІСПІ НАПН України

## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

### 1.2. Загальні положення

Країна вступила в інтенсивний період цифрової трансформації в умовах війни, багатьох криз і 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 прийнятій Національній стратегії розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у 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...». Основи і принципи медіаграмотності віднесено до складу цифрової компетентності в новому професійному стандарті вчителя, який широко обговорювався педагогічною громадськістю в цьому році. 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 вмінь, що є наскрізними в усіх ключових компетентностях, і традиційно описують складові медіаграмотності, а саме: «розуміння інформації,

записаної (переданої) у різний спосіб або відтвореної технічними пристроями, що охоплює, зокрема, вміння виявляти приховану і 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 № 1199 від 18.08.17 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 та трансформації сучасного ринку праці (під керівництвом М. Найдьонова), покладено в основу медіапсихологічних інновацій діагностично-розвивального проєкту «Медіакультура в часи пандемії», здійснюваного лабораторією психології масової комунікації та медіаосвіти в режимі всеукраїнського експерименту. Суть інноваційної психологічної технології репрезентативної рефлексії полягає в 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 і узгодженими показниками та діагностичними інструментами. Отриманий з урахуванням контролю процедур і захисту персональних даних масив доступний закладу освіти у вигляді персоналізованого динамічного бюлетеню, в 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 з використанням 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. Навчальна програма підготовлена для системи післядипломної педагогічної освіти. Матеріали навчальної програми розроблено з урахуванням сучасних теоретичних напрацювань із проблеми медіаосвіти та медіакультури в науці та практиці викладання курсу «Медіакультура» у 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 розв'язання таких **завдань**:

1. Актуалізація уваги на можливість виникнення і загострення медіаризиків та зловживань цифровими практиками в умовах розширення 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'язберезувального потенціалу медіаосвіти.
2. Забезпечення більш глибокого розуміння слухачами соціально-психологічних проблем цифрової трансформації суспільства і постгуманістичних тенденцій в технологічних інноваціях; орієнтація в

соціальних інноваціях; розуміння специфіки медіапсихологічних інновацій як бази сучасної медіаосвіти.

3. Підвищення 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 в залежності 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 складових, 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 в ході рефлексивних процедур, сприятливих для осмислення і обговорення тем, важливих для їхнього життєвого самоздійснення.
7. Ознайомлення із накопиченими інноваційними матеріалами, практичним досвідом, формами та технологіями роботи щодо діагностики, корекції та шляхів профілактики негативних явищ, пов'язаних із 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;
- вільного використання цифрових технологій для реалізації освітніх завдань та вдосконалення професійної діяльності;
- виявлення себе як відповідального громадянина та до участі у суспільному житті на різних рівнях;
- взаємодії з іншими в медіапросторі та критичного оцінювання соціальних подій і явищ;
- особистісного і професійного самовизначення, самоствердження і самореалізації впродовж життя;
- навчання та оволодіння сучасними знаннями;
- прийняття ефективних рішень у професійній діяльності та відповідального ставлення до обов'язків;
- 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, вміти оцінити готовність до запровадження інновацій у комунікації, бути самовмотивованими до запровадження медіапсихологічних інновацій (інноваційна);

- бути вмілими користувачами та бути спроможними пояснити здобувачам освіти правила використання тестових модулів дистанційного проведення діагностичних зрізів (інформаційно-цифрова);

- забезпечувати інформовану згоду здобувачів освіти та при необхідності батьків щодо участі в діагностично-розвивальному проєкті «Медіакультура в часи пандемії», відповідально забезпечувати учасників

персональними пароллями для входу в ІКТ систему, організувати процедури групового проходження тестового модулю, графік і контроль проходження модулів (організаційна);

- знати вікову періодизацію медіаризиків і нових інформаційно-психологічних ризиків в умовах пандемії, вміти саморегулювати медіапрактики для збереження і відновлення 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:**

- аналізувати результати сучасних досліджень у сфері діагностики та аналізу соціально-психологічних проблем, пов'язаних з викликами пандемії та інфодемії з використанням медіапсихологічних інновацій;
- впроваджувати результати навчання у 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 організувати заходи з промоції «медіа-здоров'я»;
- консультувати учасників освітнього простору стосовно соціально-психологічних проблем цифрової трансформації суспільства і постгуманістичних тенденцій в технологічних інноваціях;
  - виявляти маніпулятивний контент медіа;
  - запроваджувати у 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 складається з теоретичної, практичної підготовки психологів, соціальних педагогів, педагогічних та науково-педагогічних працівників, а також виконання ними самостійної роботи.

*Теоретична складова* Програми зорієнтована на: оволодіння психологами, соціальними педагогами, педагогічними та науково-педагогічними працівниками поняттями медіапсихологічних інновацій; базовими принципами інноваційної лоу-код технології, цифрової платформи, репрезентативної рефлексії; розуміння трендів медіаосвіти; ознайомлення з діагностичним інструментарієм, з функціями групової рефлексії, з процедурами процедури генерації персоналізованого бюлетеня, з принципами вибору розвивальних модулів.

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

Практичні завдання виконуються слухачами у перебігу практичних занять, що передбачені навчально-тематичним планом Програми.

*Самостійна робота* містить завдання, що 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 корегувальних заходів для розвитку медіаграмотності і медіакультури в закладі освіти для підлітків, з урахуванням профорієнтаційного, здоров'язберезувального компонентів та компоненту розвитку громадянської

активності; обґрунтування діагностично-розвивальних заходів для батьків дітей різного віку.

Підвищення кваліфікації психологів, соціальних педагогів, педагогічних та науково-педагогічних працівників забезпечується за дистанційною *формою навчання* шляхом проведення інтерактивних вебінарів, відеоконференцій, онлайн-практикумів, обговорення актуальних питань та обмін досвідом.

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

Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, складає: 30 год., з 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 лон-код 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 підібрати на основі отриманих даних	2		2			4
Тема 4. Організація і проведення процедур діагностичного зрізу (практика)		10				10
Тема 5. Аналіз отриманих		4				4

результатів персоналізованого динамічного інформаційного бюлетеня (практика)						
Консультації				2		2
Оцінювання результатів навчання					2	2
<b>Усього</b>	<b>6</b>	<b>14</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>30</b>

### **Форми організації освітнього процесу, методи і засоби навчання**

Навчання здійснюється за такими **формами**: лекції, практичні заняття, самостійна робота, контрольні заходи.

#### **Методи навчання**

При викладанні програми використовуються такі методи навчання:

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

**Засоби навчання**, які використовуються 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**

Контроль засвоєння навчальної програми відбувається 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 усіх блоків опитування здобувачами освіти, генерація персоналізованого динамічного бюлетеня закладу освіти) а також створення аргументованої індивідуальної траєкторії переліку із запропонованих розвивальних заходів. Система контролю: вхідне й вихідне діагностування; підготовка та захист проектів.

За результатами навчання видається сертифікат про підвищення кваліфікації визначеного зразка.

### **Тема 1. Особливості інноваційної лоу-код технології: дистанційна діагностика медіакультури в умовах пандемії**

Поняття медіапсихологічних інновацій, інноваційної лоу-код технології, цифрової платформи, репрезентативної рефлексії. Тренди медіаосвіти: безпека і медіаграмотність як її ключова складова; медіакультура і здоров'я; медіаграмотність і цифрова компетентність, батьки і медіаграмотність. Діагностично-розвивальний проєкт «Медіакультура в часи пандемії», модульна побудова та індивідуалізована траєкторія. Організаційне і 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 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». 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'язберезувального 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 та слабких показників. Використання даних для формування індивідуалізованої розвивальної траєкторії.

### **Тема 3. Розвивальні модулі: як підібрати на основі отриманих даних**

Принципи вибору розвивальних модулів. Показники для вибору 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 вибору модулів за напрямом переосмислення патріотизму і власного світогляду в умовах цифрової доби і тривалої війни. Показники для вибору модулів за напрямом розвитку саморегуляції інформаційної поведінки школярів, розвиток здоров'язбережувальних умінь щодо екранних практик, зокрема в умовах дистанційного навчання. Показники для вибору модулів за напрямом розвитку критичного мислення школярів, індивідуальної та групової рефлексії в дистанційних формах освіти. Показники для вибору модулів за напрямом медіапсихологія пандемії і психологічне благополуччя, включаючи аспект візуальної вразливості та міфологізації COVID-19.

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

Проведення діагностичного зрізу. Реєстрація. Генерація індивідуальних паролей для пробного тестування та для основних респондентів. Проведення

тестування за сімома діагностичними модулями. Описи основних процедур і технологічних операцій.

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

Ознайомлення з функціями групової рефлексії та їхня демонстрація в ході практичного заняття. Проведення демонстрації форми динамічного бюлетеня з використанням персонального паролю у розрізі області та у розрізі закладу освіти. Тестування учасниками можливості генерації регіонального та загальношкільного динамічного бюлетеня. Демонстрація принципів порівняльного аналізу національних та 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 у розрізі школи та України.

#### **Орієнтовні питання для обговорення на конференції з обміну досвідом роботи:**

1. Психологічні проблеми дистанційної освіти та здоров'язберезувальний потенціал медіаосвіти.
2. Здоров'язберезувальне освітнє середовище і роль регулювання медіапрактик.
3. Прогнози технологічного розвитку і необхідні соціальні інновації, оцінка 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 в 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, розпізнання фейків і медіапсихологічний зміст сучасних медіаосвітніх трендів
9. Міфологізація ковіду і психологічне благополуччя в умовах дистанційної освіти та 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»**



#### МЕДІАПРАКТИКИ: ЩО І СКІЛЬКИ (KidsOnline)

- вільний час;
- пристрої (частота користування);
- доступність;
- витрати часу;
- медіаспілкування;
- технічні уміння;
- інтернет-небезпеки;
- телеспоживання;
- критичність;
- медіазануреність;
- правила медіаспоживання;
- медіатворчість.



#### ПІДЛІТКИ І COVID-19 (ОБІЗНАНІСТЬ)

- ставлення до виконання правил карантину;
- джерела отримання інформації про коронавірус;
- застосування елементів діаграмотності в умовах епідемії COVID-19;
- загальна обізнаність щодо природи коронавірусу;
- міфотворення щодо COVID-19 (розвінчування міфів);
- візуальна мова COVID-19.



#### ЗДОРОВ'Я ПІДЛІТКА І КІБЕРПРОСТІР

- саморегуляція екранних практик;
- режим сну;
- медіадієта;
- компенсація гіподинамії;
- екранний і позаекранний відпочинок;
- дозволя;
- життєва сила (переддепресія).



#### РЕСУРСИ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

- організація дистанційного навчання;
- моніторинг власної діяльності;
- ресурси освітніх платформ.

## Список рекомендованої літератури

### *Нормативно-правові документи:*

6. Кабінет міністрів України Постанова № 800 «Деякі питання підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників» (2019). Взято з <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/800-2019-%D0%BF#Text>

7. Кабінет міністрів України Постанова № 1133 «Про внесення змін до Порядку підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників» (2019). Взято з <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1133-2019-%D0%BF#n20>

8. Міністерство освіти України (2017). Про проведення всеукраїнського експерименту за темою: “Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику” на базі навчальних закладів України. (Наказ № 1199). Взято з <http://mediaosvita.org.ua/book/nakaz-mon-pro-provedennya-vseukrayinskogoeksperymentu/>.

9. Національна академія педагогічних наук України (2010). Концепція впровадження медіаосвіти в Україні (Постанова Президії від 20.05.2010 р.

Протокол №1-776- 150). Взято з <http://mediaosvita.org.ua/2013/11/18/kontseptsii-uvprovadzhenia-mediaosvity-v-ukraini/>

10. Національна академія педагогічних наук України (2020). Про розширення експериментальної діяльності за темою «Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику». (Постанова Президії № 1-2/10-150 від 17 вересня 2020 р). Взято з [http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2020/10/Postanova-NAPN-1-2\\_10-150-vid-17.09.2020.pdf](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. (2020). *Медіа-арттерапія як засіб подолання наслідків і профілактики психотравми*: Практичний посібник. – Київ, 124 с. – Вид. 2е: стереотипне.

2. Найдьонова Л.А. (ред) (2013). *Практикум «Медіакультура»: Робочий зошит курсу за вибором для учнів 10 класу загальноосвітніх навчальних закладів*. Київ. Ін-т соц. та політ. психології НАПН України

3. Найдьонова Л.А. (2015). *Медіапсихологія: основи рефлексивного підходу*. К.

4. Найдьонова Л.А. (ред.) & Кришовська О.О. (2018). *Медіаграмотність та інформаційна безпека: інформаційний бюлетень*. Київ: Інститут соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України. Взято з <http://mediaosvita.org.ua/book/mediagramotnist-ta-informatsijna-bezpeka-2018/>

5. Найдьонова Л. А. (Ред.), Череповська Н. І. (Уклад.) (2018). *Медіакультура. Навчальна програма для учнів 9, 10, 11 класів закладів загальної середньої освіти (три роки навчання)*. Київ. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України.

6. Найдьонова Л.А. (2019). *Діагностика булінгу і кібербулінгу: методичні рекомендації*. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології.

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

8. Чаплінська, Ю.С. (2020). Парасоціальні стосунки: діти та роботи. Що треба знати батькам? *Дошкільна освіта в контексті ідей Нової української школи: збірник наукових праць* (за заг. редакцією Г.В. Беленької, В.І. Бондар, І.М. Шоробури). Хмельницький: ФОП Мельник А.А., 410-422.

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

#### **Додаткова література:**

1. Вознесенська О.Л. (2010). Вікові особливості взаємодії дитини з медіа в родинному контексті. В *Матеріали II Всеукраїнського психологічного конгресу, присвяченого 110 річниці від дня народження Г.С. Костюка* (с. 30-35). Київ. Стаття в авторській редакції. Режим доступу: <http://mediaosvita.org.ua/book/vikovi-osoblyvosti-vzayemodiyi-dytyny/>

2. Вознесенська О.Л. (2011). Батьківська медіапедагогіка в системі позашкільної освіти. *Директор школи*, 3 (51), 32-38. Режим доступу: <http://mediaosvita.org.ua/book/batkivska-mediapedagogika-v-syste/>

3. Вознесенська, О.Л. (2011). Медіаактивність як фактор становлення особистості сучасного студента. *Генеza буття особистості: II Міжнародна науково-практична конференція, 19-20 грудня 2011 року*. Київ. Том II, 18-25.

4. Вознесенська, О. (2016). Медіаторчість як складова сімейної медіаосвіти: використання ресурсів арт-терапії. *Медіаосвіта – пріоритетний напрям в освіті XXI століття: проблеми, досягнення і перспективи*: Матеріали Міжнародної науково-практичної Інтернет-конференції. Взято з: [http://confhano.at.ua/load/statti/vozneseenska\\_o\\_sidorkina\\_m\\_mediatorchist\\_jak\\_skladova\\_simejnoji\\_mediaosviti\\_vikoristannja\\_resursiv\\_art\\_terapiji/3-1-0-234](http://confhano.at.ua/load/statti/vozneseenska_o_sidorkina_m_mediatorchist_jak_skladova_simejnoji_mediaosviti_vikoristannja_resursiv_art_terapiji/3-1-0-234).

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

6. Вознесенська О.Л. (2019). Медіаторчість як засіб розвитку соціального оптимізму в умовах медіатравматизації. *Медіаторчість в сучасних українських реаліях: протистояння медіатравмі: Матеріали науково-практичного семінару*, Київ, 2019. Взято з: <http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2018/08/Voznesenska-mediatvorchist-yak-zasib-rozvytku-sotsialnogo-optymizmu-tezy-s-anotatsiyamy-1.pdf>
7. Голубєва, О. Є. (2012). *Анімаційна студія у навчальному закладі*. Київ.
8. Лемак, М.В., Петрище, Ю.В. (2012). *Психологу для роботи: діагностичні методики*. Методичне видання. Збірник. Ужгород, Видавництво А. Гаркуші, 2012, 616 с.
9. Малецька, О.О. (2018). 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». Збірник матеріалів Всеукраїнської науково-практичної конференції* (м. Вінниця, за наук.ред. А.І.Анцибора), 78-81.
10. Малецька, О.О. (2020). Модель комунікативних стилів майбутніх фахівців в галузі інформаційних технологій. *Науковий журнал з соціології та психології "Габітус"*, №16, 59-64.
11. Малецька, О.О. Особливості впливу професійного самовизначення учнів у сфері інформаційних технологій на їх комунікативну сферу / О.О. Малецька // *Психологія в Україні та за кордоном. Матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції* (м. Львів, 24-25 березня 2017 року). – Херсон: Видавничий дім «Гельветика», 2016.
12. Малецька, О.О. (2020) Особливості соціалізації та кіберсоціалізації підлітків в сучасних умовах *Збірник наукових праць «Теорія і практика сучасної психології»*, № 1, 74-79.
13. Найдьонов М.І., Григоровська Л.В. (2013) Соціально-психологічні чинники престижності професій: підготовка молоді до активного самоздійснення на сучасному ринку праці.



14. Найдьонова Л.А. (ред). (2019). *Медіапсихологія: метаморфози масової свідомості в умовах інформаційної війни*. Матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції. Київ. Режим доступу: <http://mediaosvita.org.ua/book/mediapsyhologiya-metamorfozy-masovoyi-svidomosti-v-umovah-informatsijnoyi-vijny/>

15. Найдьонова, Л.А., Дятел, Н.Л. (Ред.), & Чаплінська, Ю. С. (Уклад.). (2020). *Кіберсоціалізація*, Збірник наукових праць (2018–2020). Кропивницький: Імекс-ЛТД. Режим доступу: <http://mediaosvita.org.ua/book/kibersotsializatsiya-zbirnyk-naukovyh-prats/>

16. Слюсаревський, М.М. (2021). Негативні інформаційні впливи на людину в сучасному світі: концептуальна модель. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 3(1).

17. Титаренко Т. М. (2018). *Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації* : монографія. Кропивницький, Імекс-ЛТД..

18. Умеренкова, Н., & Дятел, Н. (2020). Медіапрактики і здоров'я дітей: сучасні виклики діагностики. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, (46(49)). [https://doi.org/10.33120/ssj.vi46\(49\).160](https://doi.org/10.33120/ssj.vi46(49).160)

19. Чаплінська, Ю. С. (2019). Ставлення до роботів та роботизованих протезів: проблеми сьогодення і конструювання майбутнього. *Наукові студії із соціальної та політичної психології: збірник наукових праць*, №43 (46), 229-238.

20. Чаплінська, Ю.С. (2020). Можливості використання чат-ботів в освітній сфері. *Медіаторчість в сучасних реаліях: протистояння медіатравмі*. Випуск третій. Збірник матеріали Всеукраїнської наукової інтернет-конференції з міжнародною участю (м. Київ, 19 червня 2020 р., укладач. Ю.С. Чаплінська). Київ: Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. Взято з: [http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2020/07/CHaplinska\\_YUS\\_Vykorystannya\\_chat-botiv\\_v\\_osviti.pdf](http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2020/07/CHaplinska_YUS_Vykorystannya_chat-botiv_v_osviti.pdf)

21. Чаплінська, Ю. С. (Уклад.), & Дятел, Н. Л. (Ред.). (2020). *Медіаторчість в сучасних реаліях: протистояння медіатравмі*, Збірник наукових праць (2017–2020). Кропивницький: Імекс-ЛТД. Режим

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

22. Чаплінська Ю.С. (2020). Ризики та переваги користування дітьми гаджетами. Режим доступу: <http://mediaosvita.org.ua/book/ryzyky-ta-perevagy-korystuvannya-gadzhetamy-ditmy/>

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

24. Череповська, Н.І. (2009). Медіаторчість як соціально-психологічний ресурс особистості. Типологія відеосприймання. *Актуальні проблеми психології*. Т. 12, вип. 8, 318–325.

25. Череповська, Н. І. (2012). Медіаперцептивна комунікація: ресурси перегляду візуальних медіатекстів. *Актуальні проблеми психології*. – Київ, Т. XII. Психологія творчості, вип. 15, ч. 1, 407–416.

26. Череповська, Н.І. (2013). Медіаперцептивна комунікація: еволюція візуального сприймання. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*. Київ, вип. 32 (35), 303-311.

27. Череповська, Н.І. (2020). Інформаційний патріотизм молоді: медіаторчість *Медіаторчість в сучасних реаліях: протистояння медіатравмі. Випуск третій. Збірник матеріали Всеукраїнської наукової інтернет-конференції з міжнародною участю* (м. Київ, 19 червня 2020 р., укладач. Ю.С. Чаплінська). Київ: Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. Взято з: <http://mediaosvita.org.ua/book/iii-vseukrayinska-naukovo-praktychna-internet-konferentsiya-z-mizhnarodnoyu-uchastyu-mediatvorchist-v-suchasnyh-realiyah-protystoyannya-mediatravmi/>

28. Череповська, Н.І. (2020). Медіаосвітні практики розвитку інформаційного патріотизму молоді. *Проблеми політичної психології*, № 9 (23), 242-255.

29. Череповська, Н. І. (2020). Медіагігієна: підтримка психологічного добробуту дорослих і дітей. *Соціальний педагог*, 9-10(165-166), с. 42-49. Режим

доступу: <http://mediaosvita.org.ua/book/mediagigiyena-pidtrymka-spyhologichnogo-dobrobutu-doroslyh-i-ditej/>

30. Voznesenska, O. (2018). Media-art-therapy for mental health care. *Mental Health Global Challenges XXI Century. MHGC Proceedings*. Взято з: <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>

31. Voznesenska, O. (2019). 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. Взято з: <https://ideas.repec.org/a/jis/ejistu/y2019i01id429.html> DOI: <http://doi.org/10.24818/ejis.2019.04>

32. Chaplinska, I.S. (2019). The importance of cybersecurity in the life of modern youth. *Збірник матеріалів доповідей учасників II Всеукраїнського конгресу із соціальної психології «Соціальна психологія сьогодні: здобутки і перспективи»* (м. Київ, 7-8 листопада 2019 р., укладач А.В. Полегенько). Київ: Інститут соціальної та політичної психології, С. 365-368.

### **Електронні ресурси:**

1. Діагностично-розвивальний проєкт «Медіакультура в умовах пандемії»

<http://mediaosvita.org.ua/2020/10/31/diagnostychno-rozvyvalnyj-proyekt-mediakultura-v-umovah-pandemiyi/>

1. Найдьонова, Л. А., Череповська, Н. І., Чаплінська, Ю. С., Малецька, О. О., Найдьонов, М. І. (2020). Діагностично-розвивальний проєкт «Медіакультура в часи пандемії». Частина перша. Медіа і твоє майбутнє. Динамічний довідковий бюлетень. Київ: Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. Взято з: [http://questionary.profprestige.org.ua/bulletin.php?bulletin\\_id=4&ind\\_type=all&fbclid=IwAR26ETyaSQaXsI86SLPSx3Txkzi0XnivRQP--cQZO3T11WNaiqXJdVzjUsA](http://questionary.profprestige.org.ua/bulletin.php?bulletin_id=4&ind_type=all&fbclid=IwAR26ETyaSQaXsI86SLPSx3Txkzi0XnivRQP--cQZO3T11WNaiqXJdVzjUsA)



2. Перша частина «Медіа і твоє майбутнє»: Questionary [http://questionary.profprestige.org.ua/android\\_asset/run.html#media20\\_ukr\\_uv#800000](http://questionary.profprestige.org.ua/android_asset/run.html#media20_ukr_uv#800000)
3. Основна частина «Медіакультура в часи пандемії COVID-19»: Questionary [http://questionary.profprestige.org.ua/android\\_asset/run.html#media20\\_ukr\\_b#800000](http://questionary.profprestige.org.ua/android_asset/run.html#media20_ukr_b#800000)
4. Національна бібліотека України ім. В.І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>
5. Бібліотека НАПН. URL:: <https://lib.iitta.gov.ua/561/>
6. Бібліотека лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти ІСПП НАПН Україною URL: <http://mediaosvita.org.ua/biblioteka/>
7. Бібліотека ІСПП НАПН України. URL: <https://ispp.org.ua/elektronna-biblioteka/>

# **«ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА МЕДІАОСВІТА: ІНСТРУМЕНТИ ТА МЕТОДИКА ВПРОВАДЖЕННЯ (ВСІ РІВНІ ОСВІТИ)»**

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

**Розробниця:** Умеренкова Н.Ф., кандидатка психологічних наук, старша наукова співробітниця лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти

## **ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА**

### **1.1. Загальні положення**

Країна вступила в інтенсивний період цифрової трансформації в умовах війни, багатьох криз і реформ. Пандемія COVID-19 і запроваджені карантинні обмеження зумовили перехід до масового застосування дистанційних форм освіти. Повномасштабне вторгнення РФ на територію України зумовило 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 зумовили потребу вдосконалення дистанційних форм навчання для забезпечення освітнього процесу загалом. У свою чергу існуючі обставини зумовили збільшення кількості часу на дистанційне та онлайн навчання. До того ж безпекові ризики на території України та вимушена евакуація за кордон збільшили кількість екранних практик дітей для соціальної взаємодії з друзями та однолітками. Для педагогічних працівників нові обставини в умовах війни, що пов'язані із власною безпекою і безпекою навчального процесу, доступом до технологічних ресурсів забезпечення дистанційного навчання, різноманітним емоційним станом учнів, також зумовили чималі виклики. Всі ці обставини у комплексі зумовили пошуки адекватних ситуації способів організації навчального процесу.

У прийнятій Національній стратегії розбудови безпечного і здорового освітнього середовища у 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 дозволять компенсувати медіаопосередкований навчальний процес в тому числі в умовах дистанційного навчання під час війни. Це стосується, як учнів, так і вчителів. Дослідження останніх років демонструють, що збільшення екранних практик впливає на самопочуття учнів. Наявні безпрецедентно високі показники соматичного дискомфорту (дискомфорт у спині і головний біль). Кожен четвертий підліток має погане самопочуття постійно, що пов'язано як із зменшенням рухової активності, скороченням тривалості сну, так і неvirобленістю звички моніторити час свого перебування онлайн, необхідної для саморегулювання онлайн-практик (Найдьонова, Умеренкова, Дятел, 2021). Що стосується вчителів, то серед психологічних ресурсів покращення свого психологічного стану і протистояння професійному вигоранню вони найменше використовують дбання про власне тіло (Найдьонова та ін., 2021), що підкреслює потенціал для застосування тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаопосередкованого навчального процесу, як складової здоров'язбережувальної медіаосвіти. Це зумовлює необхідність цілеспрямованого підвищення кваліфікації та формування у педагогів професійних компетентностей саме в цьому напрямі.

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 18.08.17 р.) забезпечив майданчик апробації тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти для усіх рівнів освіти. Методику та інструменти впровадження

компонентів здоров'язберезувальної медіаосвіти у навчальний процес закладу освіти було апробовано на базі приватного навчального закладу ТОВ «Науковий ліцей/пансіон «Міжнародна зелена школа ім. Кліма Чурюмова».

Програма передбачає формування загальних та фахових компетентностей щодо імплементації Державного стандарту базової середньої освіти з урахуванням особистісно орієнтованого, інтегрованого, компетентнісного, діяльнісного підходів.

Навчальна програма підготовлена для системи післядипломної педагогічної освіти. Матеріали навчальної програми розроблено з урахуванням сучасних теоретичних напрацювань із проблеми медіаосвіти та медіакультури в науці та практиці викладання курсу «Медіакультура» у 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'язберезувальної медіаосвіти під час медіаопосередкованого навчання.

Досягнення мети передбачає розв'язання таких **завдань**:

- підвищення компетентності слухачів щодо психологічних механізмів тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти;
- вдосконалення практичних умінь застосування тілесно-орієнтованих технік під час медіаопосередкованого навчання;
- формування уявлення про технологію впровадження компонентів здоров'язберезувальної медіаосвіти в закладі освіти;
- сприяння створенню безпечного здоров'язберезувального 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 навчальному закладі 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;
- взаємодії з іншими в медіапросторі та критичного оцінювання соціальних подій і явищ;
- особистісного і професійного самовизначення, самоствердження і самореалізації впродовж життя;
- навчання та оволодіння сучасними знаннями;
- прийняття ефективних рішень у професійній діяльності та відповідального ставлення до обов'язків;
- 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);
- вміти усвідомлювати особисті відчуття, почуття, емоції, потреби, керувати власними емоційними станами; вміти конструктивно та безпечно взаємодіяти з учасниками освітнього процесу (емоційно-етична);
- вміти 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'язберезувальні технології під час медіаопосередкованого освітнього процесу; вміти 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; вміти зберігати особисте, фізичне, психічне здоров'я під час професійної діяльності (здоров'язберезувальна).

### **1.6. Очікувані результати підвищення кваліфікації:**

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

**Обсяг:** 15 год. (0,5 кредит ЄКТС)

**Форма підвищення кваліфікації:** дистанційна, змішана.

## **2. Зміст програми та форми роботи**

Зміст програми складається з теоретичної, практичної підготовки психологів, соціальних педагогів, педагогічних працівників, а також виконання ними самостійної роботи.

**Теоретична складова** зорієнтована на:

- ознайомлення з поняттями здоров'язберезувальної медіаосвіти, тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти, здоров'язберезувального потенціалу медіаосвіти під час дистанційного навчання, в тому числі умовах війни;

- оволодіння знаннями про механізми застосування тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти, у тому числі під час дистанційного навчання;
- оволодіння методологією впровадження тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти під час навчального процесу;

Зміст *практичної складової* програми передбачає формування здатностей та готовності психологів, соціальних педагогів, педагогічних працівників до використання тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти в педагогічній та практиці допомоги особистості; оволодіння інструментами впровадження компонентів здоров'язбережувальної медіаосвіти у навчальний процес у закладах будь-якого рівня. Практичні завдання виконуються слухачами під час практичних занять, що передбачені навчально-тематичним планом програми.

*Самостійна робота* містить завдання, що спрямовані на закріплення теоретичних та практичних знань, отриманих 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 за такими **формами**: лекції, практичні заняття, самостійна робота, контрольні заходи. Забезпечується за *дистанційною формою навчання* шляхом проведення інтерактивних вебінарів, відеоконференцій, онлайн-практикумів, обговорення актуальних питань та обміну досвідом.

Зміст програми складається з **трьох** взаємопов'язаних тем.

При викладанні програми використовуються такі **методи навчання**:

- мультимедійна презентація;
- дискусії;
- індивідуальна аналітична робота;
- індивідуальне виконання творчих завдань;
- групова робота (дискусії, обговорення);

- спільне навчання (практичне застосування інструментів у великій та малих групах).

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

**Кількість годин**, що відводиться на засвоєння змісту програми, складає: 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**

Контроль засвоєння навчальної програми відбувається 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 у навчальний процес, адаптованого до особливостей закладу освіти

За результатами навчання видається 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 у навчальний процес	1	2	1,5			4,5
Тема 3. Інтеграція здоров'язбережувальних компонентів у освітній процес навчального закладу	1	2	1,5			4,5
Оцінювання результатів навчання					1	1
<b>Усього</b>	<b>3</b>	<b>6</b>	<b>5</b>		<b>1</b>	<b>15</b>

**ЗМІСТ ПРОГРАМИ**  
**«ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА МЕДІАОСВІТА: ІНСТРУМЕНТИ**  
**ТА МЕТОДИКА ВПРОВАДЖЕННЯ**  
**(ВСІ РІВНІ ОСВІТИ)»**

**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, в тому числі умовах війни.

**Практичне заняття (2 год)**

Спільне виконання серії тілесно-орієнтованих технік з використанням білатеральної стимуляції та м'язевої релаксації із 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 у освітній процес**

**Лекція (1 год)** Механізми застосування тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти, у тому числі під час дистанційного навчання. Методологія застосування тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти під час навчального процесу. 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)**

Проведення із учнями отриманих тілесно-орієнтованих технік під час уроку.

### **Тема 3. Інтеграція здоров'язберезувальних компонентів у освітній процес навчального закладу**

**Лекція (1 год).** Взаємодія між різними учасникам освітнього процесу для створення здоров'язберезувального середовища в навчальному закладі. Роль і місце учасників освітнього процесу під час впровадження тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти у навчальний процес. Методологія впровадження тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти у 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 впровадження тілесно-орієнтованих засобів супроводу медіаосвіти у навчальний процес свого закладу;
- Розробити план проведення батьківських зборів на тему здоров'язберезувальної 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 у контексті зв'язку фізичного і емоційного самопочуття.

#### **Список рекомендованої літератури**

##### ***Нормативно-правові документи:***

1. Кабінет міністрів України Постанова № 800 «Деякі питання підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників» (2019). Взято з <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/800-2019-%D0%BF#Text>

2. Кабінет міністрів України Постанова № 1133 «Про внесення змін до Порядку підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників» (2019). Взято з <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1133-2019-%D0%BF#n20>
3. Міністерство освіти України (2017). Про проведення всеукраїнського експерименту за темою: “Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику” на базі навчальних закладів України. (Наказ № 1199). Взято з <http://mediaosvita.org.ua/book/nakaz-mon-pro-provedennya-vseukrayinskogoeksperymentu/>.
4. Національна академія педагогічних наук України (2010). Концепція впровадження медіаосвіти в Україні (Постанова Президії від 20.05.2010 р. Протокол №1-776-150). Взято з <http://mediaosvita.org.ua/2013/11/18/kontseptsiiia-vprovadzhenia-mediaosvity-v-ukraini/>
5. Національна академія педагогічних наук України (2020). Про розширення експериментальної діяльності за темою «Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику». (Постанова Президії № 1-2/10-150 від 17 вересня 2020 р). Взято з [http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2020/10/Postanova-NAPN-1-2\\_10-150-vid-17.09.2020.pdf](http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2020/10/Postanova-NAPN-1-2_10-150-vid-17.09.2020.pdf)

### **Корисні посилання:**

1. Техніка прогресивної м'язової релаксації за Джекобсоном: коротка версія з вправами <https://www.youtube.com/watch?v=k6Kz48NJ4xg&t=26s>
2. Техніка прогресивної м'язової релаксації за Джекобсоном: методика виконання <https://www.youtube.com/watch?v=5d4zL6weP1c>
3. Умеренкова, Н.Ф. (2021). Практикум "Здоров'я і медіапрактики: як збалансувати":
4. Цикл навчально-розвивальних заходів діагностично-розвивального проекту «Медіакультура в умовах пандемії» (2021). Взято з <https://bit.ly/3xnzVjU>

5. Hand Model of Brain by Dr Daniel Siegel  
<https://www.youtube.com/watch?v=gm9CIJ74Oxw>
6. [https://www.youtube.com/watch?v=MzK5CpbrSAk&list=PLVecUzrifiwnJLyJCw7Y9X1wPslY8G68\\_&index=4&t=1987s](https://www.youtube.com/watch?v=MzK5CpbrSAk&list=PLVecUzrifiwnJLyJCw7Y9X1wPslY8G68_&index=4&t=1987s)
7. IREX в Україні (2021). Батьківські зборі з медіаграмотності онлайн «Батьки і діти: на одній медіаграмотній хвилині».  
[https://www.youtube.com/watch?v=25pt43K\\_nh4](https://www.youtube.com/watch?v=25pt43K_nh4)
8. UNICEF (2019). Соціальна обумовленість та показники здоров'я підлітків та молоді: за результатами соціологічного дослідження в межах міжнародного проєкту «Здоров'я та поведінкові орієнтації учнівської молоді».  
<https://www.unicef.org/ukraine/media/921/file/Social%20conditionality%20and%20indicators%20of%20adolescent%20and%20youth%20health%20in%20Ukraine.pdf>

### ***Основна література:***

1. Найдьонова, Л.А. *Інформаційні поведінка і потреби вчителів Донецької і Луганської областей України: інформаційний бюлетень*. Листопад 2021 [Електронний ресурс] / Л.А.Найдьонова, М. І. Найдьонов, Л. В. Григоровська, Н.Ф.Умеренкова ; упоряд. І. М. Найдьонов, Д. Я. Степченков,— К. : ІСПП НАПН України, 2022. — 102 с. — Режим доступу: [http://profprestige.org.ua/publ/Inf\\_bul\\_2021vd.pdf](http://profprestige.org.ua/publ/Inf_bul_2021vd.pdf).
2. Вознесенська, О.Л. (2020). *Медіа-арттерапія як засіб подолання наслідків і профілактики психотравми: Практичний посібник*. – Київ, 124 с. – Вид. 2е: стереотипне.
3. Найдьонова Л.А. (ред) (2013). *Практикум «Медіакультура»: Робочий зошит курсу за вибором для учнів 10 класу загальноосвітніх навчальних закладів*. Київ. Ін-т соц. та політ. психології НАПН України
4. Найдьонова Л.А. (2015). *Медіапсихологія: основи рефлексивного підходу*. К.
5. Найдьонова Л.А. (ред.) & Кришовська О.О. (2018). *Медіаграмотність та інформаційна безпека: інформаційний бюлетень*. Київ: Інститут соціальної та

- політичної психології Національної академії педагогічних наук України. Взято з <http://mediaosvita.org.ua/book/mediagramotnist-ta-informatsijna-bezpeka-2018/>
6. Найдьонова Л. А. (Ред.), Череповська Н. І. (Уклад.) (2018). *Медіакультура. Навчальна програма для учнів 9, 10, 11 класів закладів загальної середньої освіти (три роки навчання)*. Київ. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України.
  7. Найдьонова, Л.А. (2021). Цифрові ризики в умовах дистанційної освіти в часи пандемії. *Вісник Національної академії педагогічних наук України*, 3 (1). <https://doi.org/10.37472/2707-305X-2021-3-1-13-3>
  8. Умеренкова, Н. Ф. (2021b). Зміни показників здоров'я підлітків під час вимушеної дистанційної освіти. *Кіберсоціалізація в умовах зростання невизначеності: матеріали 5-го науково-практичного семінару*, Київ. Взято з <https://bit.ly/3wJyADs>

#### **Додаткова література:**

1. Вознесенська О.Л. (2010). Вікові особливості взаємодії дитини з медіа в родинному контексті. В *Матеріали II Всеукраїнського психологічного конгресу, присвяченого 110 річчю від дня народження Г.С. Костюка* (с. 30-35). Київ. Стаття в авторській редакції. Режим доступу: <http://mediaosvita.org.ua/book/vikovi-osoblyvosti-vzayemodiyi-dytyny/>
2. Вознесенська О.Л. (2011). Батьківська медіапедагогіка в системі позашкільної освіти. *Директор школи*, 3 (51), 32-38. Режим доступу: <http://mediaosvita.org.ua/book/batkivska-mediapedagogika-v-syste/>
3. Вознесенська О.Л. (2019). Медіаторчість як засіб розвитку соціального оптимізму в умовах медіатравматизації. *Медіаторчість в сучасних українських реаліях: протистояння медіатравмі: Матеріали науково-практичного семінару*, Київ, 2019. Взято з: <http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2018/08/Voznesenska-mediatvorchist-yak-zasib-rozvytku-sotsialnogo-optymizmu-tezy-s-anotatsiyamy-1.pdf>
4. Вознесенська, О. (2016). Медіаторчість як складова сімейної медіаосвіти: використання ресурсів арт-терапії. *Медіаосвіта – пріоритетний напрям в*

- освіті XXI століття: проблеми, досягнення і перспективи: Матеріали Міжнародної науково-практичної Інтернет-конференції. Взято з: [http://confhano.at.ua/load/statti/voznensenska\\_o\\_sidorkina\\_m\\_mediatorchist\\_jak\\_s\\_kladova\\_simejnoji\\_mediaosviti\\_vikoristannja\\_resursiv\\_art\\_terapiji/3-1-0-234](http://confhano.at.ua/load/statti/voznensenska_o_sidorkina_m_mediatorchist_jak_s_kladova_simejnoji_mediaosviti_vikoristannja_resursiv_art_terapiji/3-1-0-234).
5. Найдьонова, Л., Умеренкова, Н., & Дятел, Н. (2021). Екранний час і здоров'я підлітків: як віднайти баланс у часи пандемії. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, (48(51)), 169-187. [https://doi.org/10.33120/sssppj.vi48\(51\).247](https://doi.org/10.33120/sssppj.vi48(51).247)
  6. Найдьонова, Л.А., Дятел, Н.Л. (Ред.), & Чаплінська, Ю. С. (Уклад.). (2020). *Кіберсоціалізація*, Збірник наукових праць (2018–2020). Кропивницький: Імекс-ЛТД. Режим доступу: <http://mediaosvita.org.ua/book/kibersotsializatsiya-zbirnyk-naukovyh-prats/>
  7. Психічне здоров'я дітей в умовах сучасних викликів (2020). ДУ «Інститут громадського здоров'я ім. О.М. Марзєєва НАМНУ». Взято з <http://www.health.gov.ua/www.nsf/all/u05-02-88?opendocument>
  8. Сапольски, Р. (2015). Психология стресса. СПб.: Питер.
  9. Титаренко Т. М. (2018). *Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації* : монографія. Кропивницький, Імекс-ЛТД..
  10. Умеренкова, Н., & Дятел, Н. (2020). Медіапрактики і здоров'я дітей: сучасні виклики діагностики. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, (46(49)). [https://doi.org/10.33120/ssj.vi46\(49\).160](https://doi.org/10.33120/ssj.vi46(49).160)
  11. Чаплінська Ю.С. (2020). Ризики та переваги користування дітьми гаджетами. Режим доступу: <http://mediaosvita.org.ua/book/ryzyky-ta-perevagy-korystuvannya-gadzhety-ditmy/>
  12. Чаплінська, Ю.С., Кабанова П.С. (2021). Ризики кіберсоціалізації: сьогодення та недалеке майбутнє. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 47(50).
  13. Чаплінська, Ю. С. (Уклад.), & Дятел, Н. Л. (Ред.). (2020). *Медіаторчість в сучасних реаліях: протистояння медіатравмі*, Збірник наукових праць (2017–2020). Кропивницький: Імекс-ЛТД. Режим

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

14. Череповська, Н.І. (2009). Медіаторчість як соціально-психологічний ресурс особистості. Типологія відеосприймання. *Актуальні проблеми психології*. Т. 12, вип. 8, 318–325.
15. David Eagleman (2016). *The Brain: The Story of You*

### **Електронні ресурси:**

1. Бібліотека ІСПП НАПН України. URL: <https://ispp.org.ua/elektronna-biblioteka/>
2. Бібліотека лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти ІСПП НАПН Україною URL: <http://mediaosvita.org.ua/biblioteka/>
3. Бібліотека НАПН. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/561/>
4. Відео про стрес [https://www.youtube.com/watch?v=6uUUy-\\_tefY](https://www.youtube.com/watch?v=6uUUy-_tefY)
5. Дитяча травма і мозок <https://www.youtube.com/watch?v=NPK0P4LCpF4>
6. Найдьонова, Л. А., Череповська, Н. І., Умеренкова Н.Ф., Дятел Н.Л., Вознесенська О.Л., Кузін К.Ю., Гутник К.Ю. *Діагностично-розвивальний проєкт “Медіакультура в часи пандемії”*. 2 частина. COVID-19, інфодемія, здоров’я і психологічне благополуччя підлітків / Упоряд. І.М. Найдьонов, Т.В. Данилова. К.: Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, 2021. URL: <http://mediaosvita.org.ua/book/informatsijnyj-byuleten-2021-ch-2-covid-19-infodemiya-zdorov-ya-i-psychologichne-blagopoluchchya-pidlitkiv/>
7. Найдьонова, Л. А., Череповська, Н. І., Умеренкова Н.Ф., Дятел Н.Л., Вознесенська О.Л., Кузін К.Ю., Гутник К.Ю. *Діагностично-розвивальний проєкт “Медіакультура в часи пандемії”*. 3 частина. Медіапрактики підлітків України в умовах карантинних обмежень / Упоряд. І.М. Найдьонов, Т.В. Данилова. К.: Інститут соціальної та політичної психології НАПН України, 2021. <http://mediaosvita.org.ua/book/informatsijnyj-byuleten-2021-ch-3-mediapraktyku-pidlitkiv-ukrayiny-v-umovah-karantynnyh-obmezhen/>
8. Найдьонова, Л. А., Череповська, Н. І., Чаплінська, Ю. С., Малецька, О. О., Найдьонов, М. І. (2020) *Діагностично-розвивальний проєкт «Медіакультура в часи пандемії»*. Частина перша. Медіа і твоє майбутнє. Динамічний



довідковий бюлетень. Січень 2021. Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. – К., 2021. – 126 с.

<http://mediaosvita.org.ua/book/informatsijnyj-byuleten-2021-ch-1-media-i-tvoje-majbutnye-dynamichnyj-dovidkovyj-byuleten/>

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

10. [YouTube канал лабораторії психології масової комуніації та медіаосвіти](#)

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

# «БАЛАНС МЕДІАСПОЖИВАННЯ: ЕКРАННІ ПРАКТИКИ БЕЗ ШКОДИ ЗДОРОВ'Ю»

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

**Розробниця:** Дятел Н.Л., молодша наукова співробітниця лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти

## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

### 1.1. Загальні положення

Виклики пандемії та повномасштабної війни, якими зустрілася наша країна в останні роки, зумовили спочатку необхідність швидкого переходу освітнього процесу в онлайн-форму, а після цього напрацювання нових підходів до змішаної форми навчання, що поєднувала би часткове повернення до офлайн навчання, поруч із синхронним та асинхронним форматом онлайн-освіти. У 2020 році під час карантинних обмежень почалася перша хвиля вимушеного дистанційного навчання, до умов якої довелось раптово адаптуватись, як педагогічним працівникам, так і учням і їхнім батькам. Після 24 лютого 2022 року, через вимушені переселення жителів країни, а також з масовими відключеннями світла та зв'язку, відбулася наступна хвиля адаптаційних заходів, що передбачали змогу отримання освіти в онлайн форматі, навіть при зміні місця проживання, але поруч з тим можливість відвідування шкіл, при відсутності зв'язку вдома, а також балансувала би уривчастий характер освітнього процесу, який переривається тривогами та знеструмленнями.

Очевидним є факт, що при такому форматі навчання кількість часу, який діти проводять за екраном збільшується. Нормативні документи та організація навчальних уроків не здатні повністю регулювати кількість 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 та існуючим збільшенням їхніх екранних практик в умовах вимушеної дистанційної освіти.

Варто відмітити, що незважаючи на події, що лежать в основі таких змін, їхня різносторонність розглядається не тільки в негативному ключі. Мова йде про швидкий розвиток цифрового простору, зростання рівня його доступності та пришвидшена оптимізація та вирішення питань, які раніше займали набагато більше часу (Livingstone, S., 2021). При цьому, проводяться спроби дослідження та оновлення стандартів рекомендованої тривалості екранного часу та його наповнення для різних категорій користувачів (Trimper, N., 2021). Довгострокові результати змін для сфери цифрового здоров'я обговорюються рідко та не мають чіткої позиції. Втім, окремі дослідження стверджують, що заходи, спрямовані на регуляцію екранного часу, можуть мати позитивний вплив на стан здоров'я дітей. Крім того, заходи, яким слідує усією сім'єю, в середньому призводять до більших змін у стані здоров'я, ніж ті, які спрямовані виключно на дітей (Hantrais, L. et al., 2021).

Дослідження динаміки медіапрактик учнів відбулося в межах Всеукраїнського експерименту з масового впровадження медіаосвіти, ініційованого лабораторією психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, схвалений Президією НАПН України (Наказ МОН України № 1199 від 18.08.17 р.). Власне опитування проводилось у межах діагностично-розвивального проєкту «Медіакультура в умовах пандемії» у 2021 році.

Отримані результати вказували, що діти не достатньо розуміють причинно-наслідкові зв'язки між їхніми медіапрактиками та самопочуттям. Такий стан речей зумовлює необхідність додаткової роз'яснювальної роботи, як зі сторони батьків, так і зі сторони педагогічних працівників про принципи функціонування організму на психофізіологічному рівні, а також яким чином особистість може регулювати свій емоційний та фізіологічний стан здоров'я.

Напрацювання збалансованості полягає в першу чергу в актуалізації проблеми для усіх, хто є дотичними до поставленого питання – учнів, їх батьків,

учителів. Наразі, для багатьох зміст їх медіапрактик не завжди є очевидним та нагадує клубок сплутаних різнокольорових ниток – більшість хіба що відмічає кількість часу, що проведено онлайн, лиш в загальних рисах уявляючи його наповнення, а дехто не відслідковує взагалі.

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

Втім, важливо розуміти, що моніторинг та дотримання свідомого 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 взаємовідносин між дорослими та дітьми, обговорення та усвідомлення необхідності дотримання балансу, замінює контроль на спільний з дитиною менеджмент екранного часу, а також включає психоедукаційний компонент, який дозволить зрозуміти психофізіологічне обґрунтування тих чи інших правил.

Педагоги, заручившись допомогою батьків, мають звернути увагу на необхідність пошуку форм роз'яснення причинно-наслідкових зв'язків між розподілом екранного часу, сном та самопочуттям, а також зв'язків між онлайн-активністю та гарним самопочуттям, щоб своєчасно допомогти дітям регулювати свій екранний час, зберігаючи довірливе спілкування.

## **1.2. Цільова аудиторія**

Психологи, соціальні педагоги, вчителі закладів освіти, викладачі

## **1.3. Мета і завдання**

**Мета навчального курсу** – надання слухачам систематизованого розуміння ідеї збалансованості медіапрактик, їх функціонал; запропонувати набір практичних

інструментів, що допомагають відслідковувати час проведений онлайн, а також шляхи його оптимізації в сучасних умовах.

Досягнення мети передбачає розв'язання таких **завдань**:

- підвищення розуміння слухачами 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, виходячи з індивідуальних потреб особистості;
- формування уявлення про впровадження практик моніторингу та підтримки балансу медіапрактик серед учнів загальноосвітніх закладів.

#### **1.4. Напрями підвищення кваліфікації:**

Розвиток загальних та фахових компетентностей; ознайомлення цільової аудиторії з особливостями дотримання балансу медіаспоживання в практику допомоги особистості в навчальному закладі будь-якого типу з метою 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:

- пізнавальної: розвиток критичного мислення та медіаграмотності, вдосконалення навичок самоаналізу;
- практичної: опанування уміння працювати з різними програмами скрінінгу екранних практик;

- творчої: розвиток здатності до оптимізації власних медіапрактик, варіювання та адаптації їх до поточних потреб та можливостей;
- соціальної: розуміння соціальної ролі медіапростору, необхідності культури балансування медіапрактик, вміння протистояти загальномережевим ризикам та специфічним для України наслідкам інформаційної війни.

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

- знати як використовувати стратегії роботи з учнями, які сприяють розвитку їх культури самотурботи (психологічна);
- здатність до рефлексії, володіння навичками балансування медіапрактик для створення умов для референтності при взаємодії з учнями (емоційно-етична);
- залучення батьків до підтримання ідеї збалансованості медіапрактик (педагогічне партнерство);
- робота з учнями та іншими учасниками освітнього процесу щодо культури самотурботи та балансування власних медіапрактик з метою підтримання психічної рівноваги та резильєнтності; знання принципів та особливості формування в учнів культури здорового, безпечного життя (здоров'язбержувальна).

#### **1.6. Очікувані результати підвищення кваліфікації:**

- впроваджувати результати навчання у освітній процес і психологічну практику;
- розробляти та організовувати заходи для оптимізації та балансування медіаспоживання;
- консультувати учасників освітнього процесу стосовно впливу соціальних процесів на їх світосприйняття та процеси задоволення навчальних

та дозвілєвих потреб, особливостей підтримання психічної рівноваги, у тому числі в умовах війни;

- використовувати принципи збалансованого медіаспоживання для супроводу медіаосвіти для реалізації освітніх завдань.

**Обсяг:** 15 год. (0,5 кредит ЄКТС)

**Форма підвищення кваліфікації:** дистанційна.

## **2. Зміст програми та форми роботи**

Зміст програми складається з теоретичної, практичної підготовки психологів, соціальних педагогів, педагогічних працівників, а також виконання ними самостійної роботи.

*Теоретична складова* зорієнтована на:

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

Зміст *практичної складової* програми передбачає формування здатностей та готовності психологів, соціальних педагогів, педагогічних працівників до аналізу індивідуальних особливостей медіапрактик особистості; уваги 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 виконуються слухачами під час практичних занять, що передбачені навчально-тематичним планом програми.

*Самостійна робота* містить завдання, що спрямовані на вивчення індивідуальної картини медіапрактик, їх аналізу та балансування.

**Форми організації освітнього процесу, методи і засоби навчання.**

Навчання здійснюється за такими **формами**: лекції, практичні заняття, самостійна робота, контрольні заходи. Забезпечується за *дистанційною або гібридною формою навчання* шляхом проведення інтерактивних вебінарів, відеоконференцій, онлайн-практикумів, обговорення актуальних питань та обміну досвідом.

Зміст програми складається з **трьох** взаємопов'язаних тем.

При викладанні програми використовуються такі **методи навчання**:

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

**Засоби навчання**, які використовуються 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, складає: 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**

Контроль засвоєння навчальної програми відбувається 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 у навчальний процес, адаптованого до особливостей закладу освіти



## ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Розділ, тема	Заняття	Тривалість, год.
<b>I. Сучасна картина медіапрактик</b>		
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 в житті людини.	лекція	2
Аналіз картини медіапрактик особистості. Визначення їх функцій та індивідуального значення.	практичне	1
1.2. Ознайомлення з застосунками, що допомагають відслідкувати медіавикористання	лекція	1
Аналіз даних скринінгу індивідуального медіаспоживання.	самостійне	2
Складання картини медіапрактик особистості та визначення їх функцій.	практичне	1
<b>II. Баланс медіаспоживання. Оптимізація індивідуальних практик.</b>		
2.1. Баланс медіаспоживання у сфері роботи та навчання.	лекція	1
Шляхи оптимізації індивідуальної моделі медіаспоживання у сфері професійної або навчальної діяльності.	практичне	1,5
2.2. Баланс медіаспоживання з метою відпочинку або самотурботи.	лекція	1
Шляхи оптимізації індивідуальної моделі медіаспоживання у сфері дозвілля.	практичне	1,5
<b>III. Інтеграція принципів збалансованого медіаспоживання в освітній процес навчального закладу</b>		
Розробка ідей популяризації збалансованого медіаспоживання серед учнів та їх батьків.	практичне	2
<b>Підведення підсумків</b>	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. Їх типи та роль в житті людини.

#### **Практичне заняття (1 год).**

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

Складання індивідуальної карти медіапрактик та їх особливостей їх реалізації.

#### **Лекція 2 (1 год).**

Ознайомлення з застосунками, що допомагають відслідкувати 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 збору даних щодо власної картини медіаспоживання.

#### **Практичне заняття (1 год).**

Складання картини медіапрактик особистості та визначення їх функцій.

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

## **Тема 2. Баланс медіаспоживання. Оптимізація індивідуальних практик.**

### **Лекція 1 (1 год).**

Баланс медіаспоживання у сфері роботи та навчання.

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

### **Практичне заняття (1,5 год).**

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

### **Лекція 2 (1 год).**

Баланс медіаспоживання з метою відпочинку або самотурботи.

Визначення конструктивних, нейтральних та деструктивних медіапрактик. Визначення їх функцій та потреб, які вони реалізують. Пошук шляхів оптимізації та альтернативного забезпечення потреб.

### **Практичне заняття (1,5 год).**

Шляхи оптимізації індивідуальної моделі медіаспоживання у сфері дозвілля.

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

### **Практичне заняття (2 год)**

Розробка ідей популяризації збалансованого медіаспоживання серед учнів та їх батьків.

### **Практичне заняття (2 год)**

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

## Список рекомендованої літератури

### ***Нормативно-правові документи:***

Кабінет міністрів України Постанова № 800 «Деякі питання підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників» (2019). Взято з <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/800-2019-%D0%BF#Text>

Міністерство освіти України (2017). Про проведення всеукраїнського експерименту за темою: “Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику” на базі навчальних закладів України. (Наказ № 1199). Взято з <http://mediaosvita.org.ua/book/nakaz-mon-pro-provedennya-vseukrayinskogoeksperymentu/>.

Національна академія педагогічних наук України (2010). Концепція впровадження медіаосвіти в Україні (Постанова Президії від 20.05.2010 р. Протокол №1-776- 150). Взято з <http://mediaosvita.org.ua/2013/11/18/kontseptsiia-vprovadzhenia-mediaosvity-v-ukraini/>

Національна академія педагогічних наук України (2020). Про розширення експериментальної діяльності за темою «Стандартизація наскрізної соціально-психологічної моделі масового впровадження медіаосвіти у вітчизняну педагогічну практику». (Постанова Президії № 1-2/10-150 від 17 вересня 2020 р). Взято з [http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2020/10/Postanova-NAPN-1-2\\_10-150-vid-17.09.2020.pdf](http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2020/10/Postanova-NAPN-1-2_10-150-vid-17.09.2020.pdf)

### **Основна література:**

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

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

Дятел Н.Л. (2021b) Баланс екранного часу в умовах дистанційної освіти: застосунки моніторингу. В *Кіберсоціалізація в умовах зростання невизначеності: матеріали V науково-практичного семінару*. Київ. Взято з <https://bit.ly/3wJyADs>

Дятел Н.Л. (2021a). Розподіл онлайн часу учнів в умовах дистанційної освіти. В *Медіаторчість в сучасних реаліях: протистояння медіатравмі: матеріали Всеукраїнської наукової інтернет-конференції (з міжнародною участю)*. Київ. Взято з <https://bit.ly/3qARcod>

Найдьонова, Л.А. Інформаційні поведінка і потреби вчителів Донецької і Луганської областей України : інформаційний бюлетень. Листопад 2021 [Електроний ресурс] / Л.А.Найдьонова, М. І. Найдьонов, Л. В. Григоровська, Н.Ф.Умеренкова ; упоряд. І. М. Найдьонов, Д. Я. Степченков,— К. : ІСПП НАПН України, 2022. — 102 с. — Режим доступу: [http://profprestige.org.ua/publ/Inf\\_bul\\_2021vd.pdf](http://profprestige.org.ua/publ/Inf_bul_2021vd.pdf).

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

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

[Livingstone, S., Mascheroni, G., & Stoilova, M. \(2021\). The outcomes of gaining digital skills for young people's lives and wellbeing: A systematic evidence review. new media & society, 14614448211043189.](https://doi.org/10.1080/14614448211043189)

### ***Додаткова література:***

Найдьонова, Л., Умеренкова, Н., & Дятел, Н. (2021). Екранний час і здоров'я підлітків: як віднайти баланс у часи пандемії. Наукові студії із соціальної та

політичної психології, (48(51), 169-187.

[https://doi.org/10.33120/sssppj.vi48\(51\).247](https://doi.org/10.33120/sssppj.vi48(51).247)

Найдьонова, Л.А., Дятел, Н.Л. (Ред.), & Чаплінська, Ю.С. (Уклад.). (2020). Кіберсоціалізація, Збірник наукових праць (2018–2020). Кропивницький: Імекс-ЛТД. Режим доступу: <http://mediaosvita.org.ua/book/kibersotsializatsiya-zbirnyk-naukovyh-prats/>

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

Чаплінська Ю.С. (2020). Ризики та переваги користування дітьми гаджетами. Режим доступу: <http://mediaosvita.org.ua/book/ryzyky-ta-perevagy-korystuvannya-gadzhetamy-ditmy/>

Чаплінська, Ю.С., Кабанова П.С. (2021). Ризики кіберсоціалізації: сьогодні та недалеке майбутнє. *Наукові студії із соціальної та політичної психології*, 47(50).

Чаплінська, Ю.С. (Уклад.), & Дятел, Н.Л. (Ред.). (2020). *Медіаторчість в сучасних реаліях: протистояння медіатравмі*, Збірник наукових праць (2017–2020). Кропивницький: Імекс-ЛТД. Режим доступу: <http://mediaosvita.org.ua/book/mediatvorchist-v-suchasnyh-realiyah-protystoyannya-mediatravmi-zbirnyk-naukovyh-prats-2017-2020/>

### ***Електронні ресурси:***

AntiSocial Phone Usage Tracker <https://antisocial.io/>

Daylio - Journal, Diary and Mood Tracker <https://daylio.net/>

[Do It Now: RPG To Do List](#)

Habitica - Gamify Your Life - <https://habitica.com/>

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

**Розробниця:** Череповська Н.І., кандидатка психологічних наук, старша наукова співробітниця, завідувачка лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології

## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

### 1.1. Загальні положення

Тридцять років тому Україна поновила свою незалежність, а вже з 2014 року і до тепер змушена активно відстоювати свою територіальну цілісність, своє право на існування як незалежної, соборної, демократичної держави. Разом з тим, з метою подальшого цивілізаційного розвитку, Україна активно намагається долати актуальні політичні, економічні, ідеологічні перешкоди.

Нині країна знаходиться не тільки у 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, розробці інноваційних підходів до формування системи захисту та розвитку інформаційного простору України, підвищенні медіаграмотності суспільства в цілому, 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).*

Починаючи з 2015 року, в Україні на державному рівні започатковано шereg заходів з метою 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)*, *Концепцією національно-патріотичного виховання дітей та молоді (2019)* та іншими важливими напрацюваннями. Також було створено одну з перших Програм українського патріотичного виховання дітей та учнівської молоді (Бех, І., & Чорна, К., 2015).

*Постанова кабінету міністрів України від 30 червня 2021 року, № 673 (2021)* затвердила 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)* 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 і охороні національної державної незалежності і територіальної цілісності України, усвідомлення громадянського обов'язку із розвитку успішної країни та забезпечення власного благополуччя в ній.

Досягнення мети реалізації Державної цільової соціальної програми національно-патріотичного виховання передбачається за такими основними чотирма пріоритетними завданнями: 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 таких заходів, спрямованих на розвиток цілісної загальнодержавної політики національно-патріотичного виховання, як:

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;

впровадження 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 та 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).*

Актуальність національно-патріотичного виховання молоді завжди обумовлюється 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 здійснюється переважно в інформаційному просторі, потребує від молоді вже не тільки розвиненого свідомого, дієвого патріотизму. Наразі набуває актуальності розвинена медіа-інформаційна грамотність, а також патріотична активність у новій, кіберсоціальной реальності. Йдеться про нову якісну форму традиційного патріотизму, яка реалізується виключно в інформаційному просторі й у 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 інтернет мають бути спрямовані на: 1) збереження українського медіаконтенту через його поширювання (Череповська, 2020); 2) захист українського інформаційного простору як протидія ворожій пропаганді (Череповська, 2021 а); 3) створення оригінального медіаконтенту патріотичного змісту як просування українських цінностей в кіберпросторі 2020 б; 2021 б; 2021 с).

Зазвичай, традиційний патріотизм, як система цінностей і смислів, елементів світогляду, патріотичного самовизначення особистості, її спрямованість на дії для блага Батьківщини, формується у процесі первинної (батьківське, родинне коло, друзі), а по тому – вторинної (соціальні інституції: дитячі садки, школи, вищі навчальні заклади, армія, підприємства, партії, засоби масової інформації та ін.) соціалізації. Разом з тим, у цифрову добу в умовах розвитку інформаційних технологій та інформаційного суспільства, він продовжує формуватися у процесі кіберсоціалізації і реалізуватися в кіберсередовищі через активність патріотичного змісту.

Відповідно, соціальний запит полягатиме у розширенні і розвитку арсеналу патріотичних якостей сучасного патріота як розвиток 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.

Науково-методичними засадами програми є: гуманістичний підхід до особистості, інноваційний підхід навчання, полі модальність та комплексність.

Також, програма «Патріотизм молоді цифрової доби: інноваційні засоби розвитку» спрямована на формування загальних і фахових компетентностей з урахуванням особисто орієнтованого, інтегрованого, компетентнісного, діяльнісного підходів. Програма підготовлена для системи післядипломної педагогічної освіти. Матеріали розроблено з урахуванням сучасних теоретичних та емпіричних напрацювань із проблеми національно-патріотичного виховання молоді, а також медіаосвіти та медіакультури у закладах середньої освіти.

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

**Актуальність** курсу полягає у 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 компетентностей з розвитку патріотизму молоді та зокрема, стимулювання її патріотичної активності в інформаційному інтерактивному просторі. Досягнення мети здійснюється за допомогою завдань теоретично-практичного курсу, які реалізуються за допомогою інноваційних засобів розвитку: збереження й поширення проукраїнського медіаконтенту у соціальних мережах, захист 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, в яких визначено актуальність підготовки педагогічних кадрів щодо реалізації загальнодержавної політики в галузі національно-патріотичного виховання.

**Адресовано** вчителям базової і старшої школи закладів освіти різних типів і форм власності, соціальним педагогам та працівникам, медіапедагогам, викладачам спеціальностей «Соціальна педагогіка», «Соціальна робота» та особам, які працюють у сфері національно-патріотичного виховання молоді.

## **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 сучасної молоді й стимулювання її патріотичної активності та розвитку когнітивно-інструментальних дій патріотичного змісту в інформаційному інтерактивному просторі.

Досягнення мети здійснюється за допомогою розв'язання наступних *завдань* теоретично-практичного курсу:

- 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 останніх років у сфері виховання патріотизму.

#### **1.4. Профілі базових компетентностей слухачів**

Головна ідея підвищення кваліфікації слухачів курсу полягає у 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;

спрямованість на саморозвиток, оволодіння сучасними знаннями;

застосування знань у практичних ситуаціях;

використання цифрових технологій для реалізації освітніх завдань та вдосконалення професійної діяльності;

критичного оцінювання подій і явищ у суспільстві, світі;

конструктивної комунікації в медіапросторі з іншими;

творчої реалізації нових ідей.

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

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

знання особливостей трансформації патріотизму у різні історичні часи й цифрову добу зокрема;

спроможність пояснити здобувачам ризики інформаційно-психологічної війни і навчити практичним умінням 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 у 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 у процесі засвоєння зазначеного курсу, передбачають певні вміння, як то:

впроваджувати 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 освітнього 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, до поширювання 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 становить теоретичну і практичну підготовку слухачів курсу, а також виконання ними самостійної роботи.

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

*Практична* складова Програми спрямована на: формування готовності педагогічних працівників до організації та умінь щодо проведення різноформатних патріотичних заходів патріотичного змісту за допомогою застосування медіатехнологій та технічних засобів.

*Самостійна* робота зорієнтована на необхідність індивідуального 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 в цілому.

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 відео конференцій, онлайн-практикумів, обговорення актуальних питань та обмін досвідом, так і *традиційної* форми в аудиторії.

Зміст програми складається з п'яти взаємопов'язаних частин:  
«Кіберсоціалізація».

«Інформаційний патріотизм».

«Інформаційна війна і пропаганда».

«Медіаторчість».

«Проекти патріотичного змісту». (Конкурс робіт: презентацій, проєктів, заходів).

Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, складає 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
<b>«Кіберсоціалізація»</b> Введення до курсу	2		2			4
<b>«Інформаційний патріотизм»</b> Модуль 1. «Збереження і поширення українського медіаконтенту в соціальних мережах».	2	2	3			7
<b>«Інформаційна війна і пропаганда»</b> Модуль 2. «Захист інформаційного простору від ворожої пропаганди в соціальних мережах»	2	2	3			7
<b>«Медіаторчість»</b> Модуль 3. «Творення нових, оновлення традиційних українських символів».	2	2	3			7
<b>Конкурс проєктів</b>		2				2



<b>патріотичного змісту</b> Підсумкові заходи практичних здобутків						
Консультації				2		2
Оцінювання результатів навчання					1	1
<b>Усього</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>11</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>30</b>

### **2.3. Форми реалізації програми**

Навчання здійснюється за такими формами: лекції, практичні заняття, самостійна робота, консультативні та підсумкові і контрольні заходи.

#### **Методи навчання**

При викладанні програми використовуються 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 використовуються під час навчального процесу: інформативні (міні-лекції, 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

Контроль засвоєння навчально-виховної програми відбувається шляхом: обов'язкової присутності в ZOOM конференціях / або в аудиторії; активної участі під час обговорень за кожною зазначеною темою; активної участі в дискусії за результатами самостійного опрацювання додаткового матеріалу; виконання всіх практичних завдань та домашніх зокрема.

Оцінювання виконаних 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» становить п'ять взаємопов'язаних частин, які відображують 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 у кіберсередовищі та в реальному житті.

#### **Тема 1. «Інформаційний патріотизм» (Модуль 1)**

Поняття про «інформаційний» патріотизм: його визначення як нової форми патріотичної активності особистості у соціальних мережах. Способи

функціонування та суть «інформаційного» патріотизму: збереження і поширювання 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 подій нашої країни; визначних дат і біографій відомих і мало відомих історичних осіб, діячів культури і мистецтва, національно-визвольних рухів тощо.

## **Тема 2. «Інформаційна війна і пропаганда» (Модуль 2)**

Гібридна війна. Інформаційна війна: мета, завдання. Кібер війна (техногенні втручання) та ідеологічна (інформаційно-психологічний вплив на цільову аудиторію супротивника). Методи наступальної та 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, маніпуляція.

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 та 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 у соціальних мережах (зображення замінює купу слів, легше запам'ятовується, впливає на емоції). Можливості різноманітних форм втілення: від творчих проєктів дизайнерів з «осучаснення» історичних персонажів, культурних діячів України (й через ляльку «барбі-кен» зокрема) до «оновлення» традиційних українських Образів і Символів, створення тематичних відео до уроків з давньої/сучасної історії, відео роликів, присвячених сучасним героям АТО/ООС, а також розробка, планування, організація, візуальна фіксація флешмобів, районних естафет та інших заходів патріотичного змісту. Техніки стимуляції творчого мислення аналогізування, комбінування, реконструкція, крім того методика: «брейнстормінг», «гроно асоціацій», «знайди спільне» та інші. 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 усіма 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 в: Методичні рекомендації 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. Указ Президента України Про Стратегію національно-патріотичного виховання дітей та молоді на 2016-2020 роки (2015). Взято з <https://www.president.gov.ua/documents/5802015-19494>
2. Указ Президента України № 47 від 25 лютого 2017 р. про затвердження Рішення Ради національної безпеки і оборони України від 29 грудня 2016 року «Про Доктрину інформаційної безпеки України» (2017). Взято з <https://www.president.gov.ua/documents/472017-21374>
3. Концепція національно-патріотичного виховання дітей та молоді (2019). Взято з <https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v0641729-15#Text>
4. Про затвердження Державної цільової соціальної програми національно-патріотичного виховання на період до 2025 року (2021). Взято з <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/673-2021-%D0%BF#Text>
5. <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/673-2021-%D0%BF#Text>
6. Концепція впровадження медіаосвіти в Україні / Освіта, 2010 (7-14 липня) № 32. С.3-4.

### **Основна література:**

1. Андрущенко Т.В., Зеленін В.В. (2022). *Психологія політичної пропаганди* : Методичні рекомендації для самостійної роботи студентів. 2-ге вид. випр. і доп. Київ, «Гнозіс»
2. Бех, І., & Чорна, К. (2015). Програма українського патріотичного виховання дітей та учнівської молоді. *Гірська школа Українських Карпат*, 12-13, 26–37.
3. Бим-Бад Б.М. Поведская Е.В., Масейра А.Д. (2007). *Человек и новые информационные технологии: завтра начинается сегодня*. Речь.

4. Вагнер Т., Дінтерсміт Т. (2017). *Мистецтво навчати. Як підготувати дитину до реального життя*. К.: Наш Формат.
5. Ващенко, Г. (1954). *Виховання любові до Батьківщини (націоналізм і інтернаціоналізм)*. Лондон: Видання КК СУМ у В. Британії.
6. Горностаї П. П. Гражданское общество Украины: свобода или смерть, <http://gorn.kiev.ua/publ93.htm>
7. Горностаї П. П. Информационный Франкенштейн, или реальные последствия информационной войны, <http://gorn.kiev.ua/publ89.htm>
8. 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.)* Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології, Асоціація політичних психологів України. Талком. Київ, 2022. с. 12-16
9. Девтеров, І. В. (2010). *Особливості процесу кіберсоціалізації людини*.
10. В <https://ela.kpi.ua/bitstream/123456789/33880/1/Cybersocialization.doc>.
11. Девтеров, І. В. (2012). *Соціалізація людини у кіберпросторі*. Київ: НТУУ «КПІ», ВПІ ВПК «Політехніка».
12. Донцов, Д. (1936). *Патріотизм* (с. 48–63). Львів: Книгозбірня Вістника.
13. Жадько В.О. Інформаційні війни в історії та сучасності: характерні ознаки новітніх протистоянь. *Гібридна війна і журналістика. Проблеми інформаційної безпеки : навчальний посібник / Ред. В. О. Жадько*. Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2018. с. 64-95
14. Керделан К., Грезийон Г. (2006). *Дети процессора: Как Интернет и видеоигры формируют завтрашних взрослых* (А.Луцанова. Пер.). У-Фактория.
15. Козаченко, О. О. (2012). Соціальні медіа як інструмент патріотичного виховання. В *Матеріали 6 Міжнародної науково-практичної конференції «Соціальний розвиток України та патріотичне виховання громадян»* 18-19 жовтня 2012 р., м. Запоріжжя (с. 369–371). Запоріжжя: В.М. Систеров.
16. Матяшук, В. П. (2014). *Сучасне патріотичне виховання в школах України*. Тернопіль: Мандрівець.

17. Найдьонова, Л. А. (2020). Психологічні проблеми кіберсоціалізації в умовах інформаційної війни. В Л. А. Найдьонова, Н. Л. Дятел (Ред.), Ю. С. Чаплінська (Уклад.), *Кіберсоціалізація* (с. 23–27). Кропивницький: Імекс-ЛТД.
18. Найдьонова Л. А., & Череповська Н. І. (Наук. ред.). (2014). *Медіапсихологія: на перетині інформаційного та освітнього просторів*. Київ: Міленіум.
19. Остапенко І. В. (2022). *Медіаконтент як засіб розвитку громадянської компетентності молоді : методичні рекомендації*. Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології.
20. Смолл Г., Ворган Г. (2011). Мозг онлайн. Человек в епоху Інтернета (Б. Козловський Пер.). *КоЛибри, Азбука\_Аттикус*.
21. Согорін, А.А. (2016). Реклама як засіб патріотичного виховання (за результатами масового та експертного опитувань). *Український соціум*, 4 (59), 134–139.
22. Череповська Н.І. (2017). *Медіаосвітні ресурси розвитку патріотизму і критичного мислення молоді*. Кропивницький : Імекс-ЛТД.
23. Череповська Н.І. (2020). Медіаосвітні практики розвитку інформаційного патріотизму молоді. В *Проблеми політичної психології*, 9 (23), 241-254.
24. Череповська Н.І. (2020 а). Розвиток патріотизму дітей дошкільного віку за допомогою медіапсихологічних ресурсів. У Г.В. Беленької, В.І. Бондар, І.М. Шоробури (Ред.) *Дошкільна освіта в контексті ідей Нової української школи: збірник наукових праць*. Хмельницький : ФОП Мельник А.А., 2020 р. (сс. 435-449).
25. Череповська Н.І. (2020 б). Інформаційний патріотизм молоді: медіатворчість / *Медіатворчість в сучасних реаліях: протистояння медіатравмі. Видання третє / Матеріали Всеукраїнської наукової інтернет-конференції (з міжнародною участю) (м. Київ, 19 червня 2020 р.)*; [укладач Чаплінська Ю.С.]. В <http://mediaosvita.org.ua/book/iii-vseukrayinska-naukovo-praktychna-internet-konferentsiya-z-mizhnarodnoyu-uchastyu-mediatvorchist-v-suchasnyh-realiyah-protystoyannya-mediatravmi/>

26. Череповська, Н.І. (2021). Медіапсихологічні особливості патріотизму в інформаційну добу. В *Наукові студії з соціальної та політичної психології*, 48(51), 248-260.
27. Череповська Н.І. (2021 а). Інформаційний патріотизм молоді як протидія ворожій пропаганді. У С. Д. Максименко (Ред.) *Збірник матеріалів методологічного семінару НАПН України : Актуальні проблеми психологічної протидії негативним інформаційним впливам на особистість в умовах сучасних викликів. 8 квітня 2021 року, Київ*. Педагогічна думка (сс. 445-452).
28. Череповська Н.І. (2021 б). Патріотична активність молоді в соціальних мережах: медіаторчість. В Л.А. Найдьонова (Ред.) *Медіаторчість в сучасних реаліях: протистояння медіатравмі. Випуск четвертий. Матеріали Всеукраїнської наукової інтернет-конференції (з міжнародною участю) (м. Київ, 25 червня 2021 р.)*. Взято з [http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2021/09/Cherepovska\\_Patriotychna\\_akyvnist\\_molodi\\_mediatvorchi\\_st.pdf](http://mediaosvita.org.ua/wp-content/uploads/2021/09/Cherepovska_Patriotychna_akyvnist_molodi_mediatvorchi_st.pdf)
29. Череповська Н.І. (2021 с). Оновлення національних символів у контексті розвитку інформаційного патріотизму молоді. В О.В. Яремчук, В.М. Саєнко (Ред.) *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.)*. Взято з <https://ispp.org.ua/2021/12/23/materiali-v-kruglogo-stolu-z-mizhnarodnoyu-uchastyu-mi-v-istoriii-i-istoriya-v-nas-psixologiya-istorichnoi-pamyati-25-zhovtnya-2021-r-m-kiiiv/>
30. Череповська Н.І. (2021 d). Пропаганда в інтернеті: як розпізнати пропаганду й уберегтися від її психологічного впливу? В: Н. Череповська, Н. Умеренкова. *Медіапсихологічні ресурси подолання травми війни : практичний посібник / уклад. Н. Череповська ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології*. 2-ге вид., випр. та доп. Київ, 2021. (Пропаганда сс. 82-89, 178-176. Ознаки інформаційної війни сс. 83-84)



31. <http://mediaosvita.org.ua/book/mediapsyhologichni-resursy-podolannya-travmy-vijny-2/>

32. Чистяков, А. В. (2006). *Социализация личности в обществе Интернет-коммуникаций (социокультурный анализ)* (автореф. дис. д-ра социол. наук). Ростовский государственный педагогический университет, Ростов-на-Дону.

## **II ЧАСТИНА: МЕДІАОСВІТА ПОЗАШКІЛЬНА (ПРОГРАМИ ДЛЯ ДІТЕЙ)**

### **«МЕНТАЛЬНИЙ ЩИТ»**

Програма дистанційної психологічної підтримки  
для різновікової групи дітей

**Розробниця:** Найдьонова Любов Антонівна, докторка психологічних наук, член-кореспондентка НАПН України, заступниця директора з наукової роботи Інституту соціальної та політичної психології НАПН України

*Програма пройшла паробацію 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 в дитячий світ не за їхнім вибором, зламала звичний спосіб життя, принесла реальну загрозу дитячому життю і здоров'ю і близьких. Діти прагнуть бути сильними, виглядають раптом подорослішалими, але вони все ще залишаються дітьми, дітьми війни. Напружені тривалі стреси змінюють внутрішні умови формування важливих психологічних новоутворень вікового розвитку дитини, травматичні стреси батьків змінюють соціальну ситуацію розвитку дитини. В цих умовах надзвичайної важливості набуває психологічна підтримка дитини, яку може надати заклад освіти в ході освітнього процесу.

Дитині і родині буває важко організувати систематичну психологічну підтримку, в той час, як заклад освіти може досить малими зусиллями вирішити проблему систематичності, включивши 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 можуть розташовуватися в розкладі як окремий психологічний практикум, або використовуватися для розвантаження в межах уроків. В другому варіанті важче забезпечити систематичність.

Комплекс занять описує вправи і принципи їх поєднання в ланцюжки і цикли з орієнтацією на стани дітей, їхні уподобання, а також враховуючи стани і уподобання вчителя. Набір вправ спрямовано на антистресове розвантаження, зменшення тривоги та її тілесних наслідків, покращення умінь 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. Медіаосвітня складова 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, але через культурні стереотипи відображення стихій у сучасній медіапродукції.

Програма може бути використана для різновікової групи дітей, а також і для окремих класів молодшої і базової школи, мікромодулі можуть пропонуватися дітям дошкільного віку і для старшокласників на вибір педагога. Програма апробована в ліцеї імені Чурюмова в березні-червні 2022 р. у формі щоденних практикумів з ментального здоров'я.

## 1.2. Цільова аудиторія

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

## 1.3. Мета і завдання

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

Реалізація визначеної мети передбачає розв'язання таких **завдань:**

6. Ознайомлення з ідеєю зв'язку трьох складових у людині – душі, тіла й духу, які можуть взаємопідсилювати себе.
7. Пояснення зв'язку між тілесною основою і душею, яка реагує і переживає, роз'яснення можливості впливаючи на тіло змінювати душевні стани.

8. 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.
9. Познайомити з вправами, які дають змогу зменшити власні відчуття безпорадності і слабкості через уявну взаємодію з силами 4-х природних стихій.
10. Познайомити з основними принципами саморегуляції – забезпечити баланс збудження/заспокоєння, мобілізації/розслаблення, звільнення від небажаних станів і думок, відволікання і контейнерування, управління взаємодією з найближчим оточенням.
11. Дати можливість вибору вправ, які більше подобаються, дають більший ефект, демонструвати способи узгодження уподобань з увагою до розмаїття потреб кожного.
12. Забезпечення моніторингу станів дітей при спостереженні за виконанням вправ, забезпечення доступу (маршруту) до консультування дітей і батьків з фахівцями при виявленні такої потреби.

#### **1.4. Результати навчання**

Підвищення вітальності (життєвої сили) і стресостійкості, профілактика ускладнень у навчанні внаслідок пригнічення сильними емоціями когнітивних функцій, профілактика травматичних стресових розладів, психосоматичних розладів, зменшення дитячих страждань внаслідок війни, в тому числі внаслідок медіатравматизації висвітленням подій війни.

##### ***Загальні здоров'язберезувальні компетентності:***

- елементарні знання про емоційні стани, зв'язок тіла і емоцій з думками і намірами, вплив на здоров'я і успіх у навчанні;
- знання про природні стихії і їхню символіку, активізація уяви під впливом медіапродукції і без візуальних образів;

- виявлення власних уподобань, спрямування уваги до власних відчуттів різної модальності (зорових, слухових, тактильних, температурних, кінестетичних, нюхових і смакових), уміння використовувати їх для зворотнього зв'язку про свої душевні стани і їхні зміни внаслідок зроблених дій;
- активізація критичного мислення в сфері медіаспоживання образів стихій.

**За результатами навчання учні мають вміти:**

- позбавитися від нав'язливих негативних думок і емоційних станів для підвищення концентрації;
- визначити свій емоційний стан, вплинути на його покращення виконанням тілесно-символьних вправ;
- оцінити зміни власних станів після виконання вправ;
- активізувати свої стани, підвищити мобілізованість виконанням вправ;
- зменшити збудження і заспокоїтися, розслабитися виконанням тілесних вправ;
- вибрати, які вправи їм краще підходять, скласти свій перелік улюблених вправ, уміти розказати про це;
- самостійно застосувати вправи поза заняттям, після тривалого перебування за екраном, перед сном, перед важливим заняттям, поділитися своїм досвідом застосування вправ.

**Обсяг:** 15 хвилин в день, збільшується при потребі

**Форма проведення:** дистанційна

## **2. Зміст програми та форми роботи**

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

Кожне заняття складається з обговорення в очікуванні приєднання (фонове спілкування), вступу до вправ (1-5 хвилин), виконання базової вправи, вивчення нової чи виконання обраної із раніше вивчених вправ, відповіді на питання, підведення підсумків. Бажано залишати можливість бути на зв'язку протягом від'єднання (резервувати 5-10 хвилин), щоб ті, хто бажають задати запитання індивідуально, могли скористатися цим перебуванням на зв'язку. Це дуже важливо для можливості дитині висловити те, що її турбує не публічно, особливо якщо потрібне надання 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 кожен раз, на кожному занятті, створюючи цілісність програми. Рекомендується в якості першої базової вправи брати вправу Сила води, реквізит – склянка чистої питної води. За одне заняття виконується 2, максимум 3 вправи. Перший тижневий цикл складається з уведення вправ на усі 4 стихії. Далі друга вправа варіюється, надається можливість обрати, яку вправу робити. Вправи вводяться з поясненням, який саме вони викликають тілесний відгук і як це впливає на душевні стани. Вправи включають елемент самодіагностики, самодослідження, що дуже важливо дати можливість обговорити після виконання вправ.

Вчитель, проводячи вправи має сам їх виконувати разом з дітьми і не приховувати задоволення, яке отримує, показувати свої уподобання, не нав'язуючи, а пояснюючи, що у кожного можуть бути інші, кожен може обрати улюблену стихію, і потім вона може помінятися. Потрібно орієнтуватися на себе.

### **Навчально-тематичний план**

**ЦИКЛ першого тижня (знайомимо 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 посилаючи 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 бути на повітрі

**Заняття 5.** Сила води+Сила сонця. Світло лікує депресію. Сонячний дощик. Стоп сонячного світла. Важливо ловити реальні сонячні промені на обличчя

**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 клітинку водою

**Заняття 2.** Сила води+ Сила землі (Велетень). В чому сила землі – все з неї росте, земля зберігає зернятка і цибулинки 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. Стоп 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 клітинку 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 велетня буває важка вага на плечах? Черепашка. Вправа метрономом.

**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 велетня буває важка вага на плечах? Вправа метрономом.

**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 і збільшується варіабельність вправ та інтерактивність. Діти можуть розказувати про якісь нові вправи, що вони придумали чи десь знайшли. Вчитель може додавати вправи. Можна визначати разом з дітьми до якої стихії вони відносяться і чому. Візуальні образи як фон екрану також можуть інтенсифікувати спілкування. Базові вправи і символічна рамка чотирьох стихій – це сталі елементи, навколо яких вибудовуються усі варіації спільно з дітьми з орієнтацією на їхні уподобання.



Тривалість програми визначається за потребою, може складати від 1 місяця до трьох і повторюватися за потребою. Цей курс може бути включено до програм профілактики булінгу, поственції суїцидів, для психологічної підтримки учнів в інших надзвичайних ситуаціях. Корисно включати такий курс перед періодом випробувань чи напередодні інших подій, що підвищують стресове навантаження.

### **Форми організації освітнього процесу, методи і засоби навчання**

Навчання здійснюється за такими формами: практичні заняття, самотійна робота.

При викладанні програми використовуються такі методи навчання: групова дистанційна робота з виконання вправ; самотійне виконання вправ і завдань; обговорення уподобань і вражень; делегування проведення вправ окремим учням; індивідуальне консультування; взаємодія з батьками при потребі надання психологічної допомоги.

**Засоби навчання**, які використовуються 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.

Спостереження вчителя можуть орієнтуватися на такі критерії:

- зміна міміки в ході виконання вправ, що свідчить про настрій дитини (відсутність змін міміки є ознакою слабого впливу вправ, потребує ретельнішого спостереження, обговорення, можливо залучення допомоги психолога);
- активність у виборі вправи, активні учні можуть винагороджуватися тим, що саме їм буде запропоновано провести цю вправу з іншими

дітьми як ведучому (лише після гарного засвоєння протягом кількох тижнів), спостереження за пропущеними елементами вправи інформативне для вчителя стосовно корекції акцентів у інструктуванні при подальшому проведенні.

## **ЗМІСТ ПРОГРАМИ**

### **Інформаційна складова**

Пояснення наводяться для наймолодших. При використанні в різновіковій групі варто пояснити, що це робиться для того, щоб було зрозуміло наймолодшим. Якщо вся група старшого віку, окремі зменшувальні лексеми та інтонації прибираються.

**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 самодопомогу: тривога-страх-паніка (один полюс). Беспомічність-пригнічення-виснаження-байдужість (другий полюс). Обидва полюси зараз нормальні, але можна собі і допомогти, це теж нормально. Ми вже розібралися, 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 часи. І ваша частинка духу теж дуже потрібна. Тренуйтеся, разом ми сильні духом і все здолаємо.

Молодшим школярам це може сподобатися як гра. Старшим дітям - серйозна вправа на самодопомогу, якщо без вправ не виходить.

### **ОПИС ВПРАВ**

## Основні вправи

### СТИХІЯ ВОДИ

**«Сила води» (Повернення собі тіла)** Почати можна з ковточка реальної води, і уявного слідування, як вона проходить по горлечку, грудям, потрапляє в животик і розносить свою силу води по усьому тілу - до ручок (стиснути і розправити пальчики кілька разів), до ніжок (потупотіти і стиснути і розправити пальчики кілька разів) і в голову, звісно, до нашого мозку. Ковтаємо. О яка класна вода. Коли ми прикладаємо пальці до горла, щоб відчутти як перекоотиться клубок ковтка води ми посилюємо знак психіці, що ми в безпеці. Адже жодна тварина не іде до водопою, якщо за нею гонеться хижак. Пити можна тоді, коли безпечно. Ковток води посилює відчуття безпеки. Вода потрібна кожній клітині нашого тіла, коли не вистачає води стрес посилюється. Уявимо собі як ми посилюємо воду в кожен клітинку власного тіла.

Допоможемо воді розповсюдитися. Розігриваємо долоньки, потираючи одна об одну.

Повернення собі власного тіла. Ковтаємо, проводимо від горла до живота. Долоньками торкаємося плечей, і торкаємо шию від потилиці до плечей, чи м'язи м'якеньки, чи тверді як грудочки? Якщо тверді, кладемо долоньки (руки навхрест) і трохи їх зігриваємо, притискаємо пальчиками, можна трохи пом'яти як тістечко чи пластилін. Рухаємося від ший до рук, оцупуємо м'язи. Перевіряємо, чи дійшла вода до кінчиків пальців. Стискаємо кулаки і розпускаємо як фонтанчики, уявляємо, що вода з пальців б'є фонтанчиками.

Ковтаємо ще раз. Посилюємо воду по тілу вниз. Від горла до живота, погладимо животик, а потім вода іде в ноги. Постукаємо по колінкам, торкнемося і потремо свої м'язи на ніжках. Потупаємо ніжками, постискаємо пальчики на ногах. Усе тіло зараз зі мною тут і в порядку. Перевіряємо, чи дійшла вода до кінчиків пальців на ногах. Уявимо, що наші ноги як ласти у воді, коли ми шльопаємо, то по воді розбігаються кола.

**Віртуальне умивання.** Розігриваємо свої долоньки. Трем одна об одну, жмакаємо, щоб нагрілися. Далі вже теплі долоньки кладемо собі на щічки, чи вони тепліші, чим долоньки, чи холодніші? Далі кладемо на носик - носик

холодніше, чим щічки? Якщо холодніше, значить треба грітися. Потім торкаємося вушок, а вони як, тепліші? Зазвичай вушка холодніші (хай дитина відповідає, порівнює - що тепліше, важливо, щоб вона намагалася порівняти). Потім долоньками ніби умиваємось, з лобика до підборіддя, проводимо по очкам. 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 усе, що мого налипнути, від чого хочеться звільнитися.

## **СТИХІЯ ЗЕМЛІ**

**Сила землі (Велетень).** Це вправи на стабілізацію, відчуття фізичної опори, необхідної для відновлення впевненості. Для вправи потрібен надійний стілець зі спинкою. Або спорудіть 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 ніби кам'яним велетнем, який давить на стілець і ногами і навіть попою, 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, в неї багато сили, кожен весну 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, що ти відчуваєш. У дистанційному форматі не у всіх відразу 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, то можна робити частіше те, що дає більший ефект, і не покидати ці проби 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 і обережно повертати до спільних справ і станів. Обнімати, підтримувати, бути поруч в емоціях. Але не замикатися на власних

стражданнях. Завжди можна знайти того, кому ще гірше і допомогти йому чимось посильним, хоч розмовою, хоч поглядом, а може й зробити щось, що засвідчує підтримку.

**Бокс** Буває, що ми мерзнемо не тільки тому, що навколо холодно, а й тому, що засиділися перед екраном без руху. Можна трошки зробити бокс, він гарно розігріває. Бо буває холодно від того, що наші м'язи залякли і не пускають кров погріти носика. Кілька боксерських рухів не завадять. Тільки не на екран, а в бік.

Коли діти роблять вправу великан-сила землі, дехто з хлопчиків починає боксувати стиснутими кулаками перед екраном. Це 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 кулачка, чи больові відчуття - це може навіть психологічно бути для підлітка цілющим. Але дітям молодшим важко контролювати, 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 + при цьому різкий видих. Технічно правильно поставлений удар при безконтактному боксуванні дає найкраще відчуття розігріву.

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

**Кулачкові ритми.** Якщо коли ви лягли спати, вас щось мучає і не дає заснути, теж можна собі допомогти тілесними вправами. Тут нам допомагають наші кулачки і пальчики ніг. Головне тут - ритм. Потрібно стиснути свій кулачок, потримати стиснутим, і 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 лише однією рукою, якою зручніше, теж спрацює. А також можна таку ж ритмічну вправу робити пальчиками ніг. Наші "нижні кулачки". Можна однією ніжною

згинати пальчики, підтягуючи їх до себе ніби стискати кулачки, а іншою ніжною напроти - розгортати пальчики, розчепірювати якнайсильніше. Завмерли в крайньому положенні і повільно рухаємо навпаки. Що була розчепірена - стискаємо, що була стиснута - розчепірюємо. Вийшло? Головне - ритм і керуйте. Спробуйте ці вправи потім самостійно, і виберіть, яка вам більше до вподоби.

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

### **СТИХІЯ ПОВІТРЯ**

**Гелікоптер (Жужужу)** Теплими розігрітими ручками робимо "звірячі лапки", напівзгинаючи пальчики і починаємо досліджувати лапками голову, розтріпуючи волоссячко. Якись місцини на голівці можуть бути більш чутливими, якись взагалі не відчуватися, там треба розтерти чи натиснути трохи довше, щоб відчуті. Спочатку повільний масажик, а потім можна робити дуже швидко, підспівуючи - видихаючи жужужужужужу і розтріпувати волосся на голові як наче від великого вітру, що здіймає вертольотик. Проходити по всій голівці в різних напрямках швидко-швидко пальчиками. Макушку, потилицю, височки. Будь, як, як захочеться. Ми звільняємо нашу голову від думок, що заважають зосередитися на головному. І додаємо нашому мозку сили, бо кров принесе більше кислороду і більше корисних речовин, які потрібні, щоб формувати нові знання. Завершується вправа розчісуванням пальчиками волосся і пригладжуванням нової зачіски. Все, ми готові до концентрованої навчальної роботи. Дівчаткам, у кого хвостики, чи кіски, цю вправу варто повторити іще раз, коли вони ще не будуть заплетені (зранку, чи вже увечері, теж можна). А зараз замість жужужужу робити дощик, постукуючи пальчиками як краплинками і крутити-мотиляти хвостиком, трясати кісками. Вітер здуває всі погані думки і звільняє наш душевний простір для важливої справи.

**Хоровод пальчиків** Якщо іще недостатньо концентрації, можна зробити ще одну вправу "хоровод пальчиків". Якщо натренуватися, то пальці будуть літати як вітер. Ритмічно масажувати великим пальцем (нігтикком) натискаючи

поспідовно на пучку кожного пальчика на руці, в чіткому ритмі, не збиваючись, по-порядку від мізинчика, до вказівного. Натисли, відчули, потримали, відпустили. 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 поступово зменшувати. Якщо навпаки, потрібно зібратися і сконцентруватися, ритм можна поступово збільшувати. Цю вправу опанувати потрібно трохи часу, щоб вивчити і зробити звичною, можна окремо практикувати без цього комплексу. Вона добре переключає від емоцій, сприяє налаштуванню, бо треба слідкувати за ритмом і не плутати пальчики. (Для дорослих: Ця вправа створює в мозку збудження в моторній частині і лобних долях, яке протистоїть зонам емоційного збудження, що нейрофізіологічно сприяє встановленню балансу). Поки цю вправу не засвоїли, можна завершувати просто веселим безшабашним, навіть трохи диким, як в кого виходить, - розвантажувальним жужужужу.

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

### **СТИХІЯ СОНЦЯ (ТЕПЛА)**

**Сила сонця.** Що рекомендують фахівці для профілактики занурення в негативні стани і сповзання в депресію. Світлотерапія - перебувати в яскраво освітленому просторі, гуляти на повітрі, на сонці.

Можна гуляти на повітрі на сонячному боці, якщо це можливо у безпечні періоди без обстрілів. Якщо тимчасово неможливо, можна заплющити очі й пригадати, як ви були на сонечку.

Уяви стовп променів сонця, як це буває, коли промені пробиваються крізь крони дерев. Такий великий стовп сонця. Уяви, що ти в нього заходиш із прохолоди лісу в сонячні промені. Ти соїш у стовпі сонячного світла. Уяви, що ці промені ідуть від самого сонця, потужного нашого 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, уносячи аж до центру землі, де під сильним тиском глибини це темне, від чого ти хочеш звільнитися, спалахує і згорає без сліду. Постій в сонячному світлі, хай все темне згорить. Відчуй себе вільним і оновленим.

**Сонячний дощик.** Уяви промені сонця заходь у стовп сонячних променів і уяви теплий душ із сонячних променів, які торкаються легенько шкіри і лоскочуть сонячними зайчиками. Зігрійся і розслабся від сонячного дотику, хай сонячний дощик змиє все небажане.

**Сонячний спогад.** Уяви, як воно яскраво світить, аж хочеться мружитись, торкається ваших щічок, нагріває, наснажує світлом. Побудьте на сонечку в своєму безпечному спогаді. Пригадайте, що було навколо, коли вам було добре на сонечку, які ви бачили кольори, чули звуки, може запахи, тепло-прохолоду. Це дає змогу затримати себе в цьому уявному безпечному місці, а в цей час ваша психіка сама відновлюється. Вона така, вірте їй, справиться, просто треба трохи їй допомогти.

**Віртуальні обійми.** Накопичене від сонця тепло зберігається в нашій душі і ми можемо зігріти 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), так притискаєте, наче ту рідну людину, що на великій дистанції від вас. І передаєте їй сонячне тепло своєї душі. Так ви допомагаєте своїй обнімальній уяві, додаючи тактильних стимулів. Покажіть дітям, як це працює. Психологи досліджували, для отримання ефекту присутності потрібен тактильний канал +іще один (слуховий чи зоровий). І це відчуття обіймів долає дистанції.

## **ДОДАТКОВІ ВПРАВИ**

Вправа "Намалюй і знищ". Емоції свої, які заважають, переслідують і не відпускають - від них можна допомогти собі звільнитися, символізуючи. Малюємо на папірці (можна навіть газетний чи з упаковки), малюємо те, від чого погано, що заважає, гнітить, злить. А потім різко зіжмакуєм цей папірець і рвем на дрібні частки, або зіжмакуємо сильно і закидуємо якнайдалі. Підбираємо



сміття і ще раз закидуємо якнайдалі. Варіант знищення з ліпкою - із чого завгодно (навіть із грязюки) виліплюємо те, що заважає - опредмечуємо наш гнів, злість, страх, тривогу. Ставимо перед собою і різко хлопаємо по фігурці, перетворюємо на лепешку (коржик), розплескуємо кілька разів стукаючи, збираємо в кульку і знову розплескуємо, збираємо і знову розплескуємо.

Вправа "Вистав дозорного". Інколи здається, що не маєш права відпочити, просто не можеш розслабитися. Можна собі допомогти цією вправою. Признач дозорного. Це може бути будь-яка річ (ліхтарик, телефон), іграшка, яку ти береш в руки і "доручаєш" бути на сторожі. Так, наче це твоя частинка уваги і тривоги буде тимчасово жити в цьому предметі. Постав на видному місці або десь поруч. Тепер він сторожує, а ти можеш перепочити. Якщо щось трапиться неочікуване, все зразу до тебе повернеться. А зараз маєш дозорного, його черга бути на сторожі, ти можеш трохи відпочити. Так в ігровій формі дитина може дати собі дозвіл не тривожитися якийсь час. Також варіант: намалюй себе у обладунках дозорного. Передай намальованому стражу на час цю задачу, хай вісить малюнок на стіні і всіх нас береже. Коли ти відновився, можеш згорнути малюнок до наступного перепочинку. Це новий ритуал саморегулювання (чи щось такого типу схоже напридумуйте) може допомогти дитині переключатися, адже бути на стражі увесь час довго неможливо. Це принцип впровадження символічного предмету в фантазійний простір дитини.

### *Комплекс вправ для реабілітації шиї.*

Важливо для дітей, які жаліються на головний біль. Головний біль - це загальна соматична реакція на дуже багато чинників, 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 супроводжується стисканням м'язів шиї і плечей (ніби втягується голова 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 кровоток,

мозок починає голодувати (мало крові - мало кіслороду, інших потрібних для роботи клітин харчових елементів). Головний біль - це сигнал судин, що організм потребує нашої допомоги. Реабілітаційний комплекс вправ для шиї тому реабілітаційний, бо якщо м'язи в перенапруженому стані (як грудочки тверді), звичайні вправи (нахили голови вперед-назад, крутіння тощо, якщо їх робити різко без попереднього розігріву м'язів, можуть бути травматичними). Особливо враховуючи, що дистанційна освіта перед екраном - це чинник перенапруження шиї (щоб краще розгледіти екран дитина подає голову вперед і довго утримує, м'язи шиї теж у перенапруженні). Для пояснення цього зв'язку можна використати образ черепашки, яка ховає голову втягуючи в панцир.

1. Вправа "Метроном" (це такий маятник навпаки, коли грузик на палочці коливається ритмічно зліва направо). Сидимо, руки лежать на колінах, дивимося прямо. Голова - грузик, шия- паличка, вона не гнеться а рівно відхиляється трохи вліво, щоб відчуті, як напружилися м'язи справа від шиї. Фіксується в цьому положенні і рахуємо до 15. Відчуваємо, як зліва плече і рука розслабляється, стає ніби важчою. Дорахували 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 класти голову на плече), достатньо трохи відхилити, щоб відчуті напруження м'язів. Цю вправу повторюємо 15 разів, щоб м'язи розігрілися, трохи розтягнулися, розслабилися. Це найдовша базова вправа, з неї починається комплекс.

2. Вправа "Пружинка". Уявляємо, що наша шия тримає голову як пружинка, що прикріплена ззаду до черепу. Ми розтягуємо пружинку, піднімаючи нашу макушку уверх. Не нахиляємо голову вперед, а тягнемося уверх, до космосу, подборіддя можна трохи нахилити, але шия має бути прямою. Рахуємо до 5. Розслабляємо пружинку, м'язи розслабляються і шия стає ніби коротчою, голова при цьому трохи відхиляється назад. Цю вправу робимо 2-3 рази.

3. Вправа "Факір". Руки піднімаємо уверх і замикаємо колом, пальчики до пальчиків зверху, виходить ніби змія-кобра. Голова в центрі, а навколо коло з наших рук. Уявляємо, що факір грає на сопілочці і кобра повертає голову.

Повільно вліво, зупинилася, дивиться вліво, рахуємо до 5, повертаємо повільно голову прямо. Рахуємо до 5. Повільно повертаємо вправо, порахували до 5, повертаємо прямо, до 5. Так 2-3 рази. Опускаємо руки, можна трохи потрясти.

4. Вправа "Літачок". Руки - це крила літачка, піднімаємо горизонтально. Груді подаємо вперед, а крила під кутом - трохи назад. Літачок летить вперед, м'язи максимально напружені. Рахуємо до 5. Опускаємо руки, можна трохи потрясти. Знову летить, злітаємо повільно, летимо швидко, напружені руки долоні вниз, груди вперед. Летимо швидко, рахуємо до 5, опускаємо руки. Так 2-3 рази. Потім Літачок летить з поворотом, для цього крило праве піднімається уверх, а ліве вниз. Летимо на рахунок 5, пускаємо крила, летимо вліво - ліве вище, праве нижче. Рахуємо до 5. Опускаємо. Що робить літачок діти самі додумують. Треба тільки коригувати, що скидають літаки на зброю, а не на людей. Це російська пропаганда заряджена на дегуманізацію. Наша задача зберігати в дітях людяність, вбивати зброю ворогів. Пам'ятаймо, що війна, хоч вона і прийшла в наші домівки, це не дитяча справа.

5. Вправа "Чапля". Вона ходить по болоту. Крила заводять назад і тягнемо прямі руки-крила ззаду якомога вище, голову повільно відводимо назад, ніби чапля дивиться в небо. Тримаємо в напруженні, рахуємо до 5. Опускаємо руки, можна потрясти. Знову чапля повільно дивиться в небо, піймає ззаду крила. До 5. Опускаємо.

6. Вправа "Дерево". Знову робимо з рук коло навколо голови. Тільки долоні розгортаємо як листочки дерева до сонця - вони дивлять уверх. Зчіпляємо пальцями гілки вверху над головою. Тепер дерево крону росте, гілки-руки напружуються, тягнуться кожна в свій бік, але пальці зчеплені і виходить напруження без руху. Рахуємо до 5. Руки-віти відпочивають, е опускаємо, просто перестаємо тягнутися. Порахували до 5, знову ростемо вбік. Вправа 2-3 рази. Останній раз розчепляємо пальці і даємо рукам повільно вирости, розкриваючи крону уверх 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 зажимів

і нормалізації судинного кровотоку до головного мозку. Коли це робити - питаня зручності (вранці-увечері, після дистанційних занять). Для профілактики хоча б раз на добу.

### Список рекомендованої літератури

1. 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. / 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>
2. Найдьонова Л. А. Психологічний імунітет: 8 ключів, щоб відновити сили. *Освіторія*. 2022. 12 берез. URL: <https://osvitoria.media/experience/psycholog-ichnyj-imunitet-9-klyuchiv-shhob-vidnovyty-syly/>
3. 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/>
4. Найдьонова Л. А. Семінар-практикум для вчителів "Ментальний щит" з надання учням дистанційної психологічної підтримки. <https://drive.google.com/drive/folders/14E5imzA6zzvwVZCzd-igYNqOL9I3-ccU?usp=sharing>.
5. Найдьонова Л. А. Заняття для щоденного підтримання психологічної рівноваги в умовах значного стресу “Практикум з ментального здоров'я” <https://kman.org.ua/ua/podiyi/Praktikum-z-mentalnoho-zdorovya>

## «МЕДІАПСИХОЛОГІЯ»

### Автори:

Найдьонова Л. А., докторка психологічних наук, член-кореспондентка НАПН України, завідувачка лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.

Дятел Н. Л., молодша наукова співробітниця 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 2020-21, 2021-22 та 2022-23 н. рр.*

## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Сучасні діти й підлітки не бачать 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 для з урахуванням новітніх феноменів інформаційного суспільства.

Послідовність блоків програми передбачає практичне засвоєння теоретичних знань, різнобічний розвиток навичок, які дозволять ефективно та збалансовано взаємодіяти з медіасередовищем, не просто розуміючи його закони та принципи, але і 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 отриманих знань задля 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; вміння рефлексувати та регулювати власну діяльність як в межах медіапростору, так і зберігаючи баланс з іншими видами діяльності;
- творчої: розвиток в учнів умінь до свідомої зцілювальної медіатворчості для самовираження, здатності аналізу об'єктів медіатворчості на аудиторію та вміння прогнозувати вплив, який матимуть їх власні твори на користувачів;

- соціальної: розуміння соціальної ролі медіапростору, його невід'ємності та масштабності в сучасному світі, переваги та виклики збільшення кількості екранного часу у зв'язку з пандемією, вміння протистояти загальномережевим проблемам кіберризиків та специфічним для України наслідкам інформаційної війни.

Програма секції медіапсихології розрахована на роботу з учнями старшого шкільного віку. Програма передбачає навчання учнів 9–11 класів в секції. Кількісний склад навчальної групи – 10–12 учнів.

Важлива роль надається 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 на вікові особливості учнів за допомогою як традиційних форм і методів навчання (індивідуальна, групова форми, методи бесіди, лекції, екскурсії, семінари, практикуми у наукових закладах), так і інтерактивних методів (круглий стіл, тренінг, моделююча 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, форм навчання. У процесі організації навчально-виховного процесу застосовуються сучасні технології, що зарекомендували себе як ефективні та цікаві, зокрема сформульовані за принципами НУШ.

Заняття секції поєднують онлайн та офлайн формати, використовуючи різноманітні методи навчання, серед яких: пояснювально-ілюстративні (розповідь, пояснення, бесіда, демонстрація, дослідження та ін.), репродуктивні (відтворювальні) та проблемно-пошукові

(проблемне викладення матеріалу, дослідницькі, частково-пошукові) методи навчання.

Учасники програми мають змогу представляти результати своїх досліджень у наукових конференціях, семінарах та круглих столах, які проводяться науково-дослідними інститутами, вищими навчальними закладами та у 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 у зміст програми, плануючи свою роботу з урахуванням інтересів її членів чи обраного напрямку діяльності позашкільного навчального закладу.

Розподіл годин за темами – орієнтовний. Керівник секції, виходячи з рівня підготовки учнів, може визначати, скільки годин потрібно на опанування тієї чи іншої теми, і внести до програми відповідні корективи. Перелік обладнання у програмі подано, як орієнтовний відповідно до можливостей навчального закладу.

### НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Розділ, тема	Кількість годин		
	усього	теоретичних	практичних
<b>Вступ. Знайомство. Презентація секції «Медіапсихологія»</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>
<b>Розділ 1. Теорія проведення наукових досліджень</b>	<b>54</b>	<b>12</b>	<b>42</b>
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 предмету 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
<b>Розділ 2. Загальна медіапсихологія</b>	<b>45</b>	<b>10</b>	<b>35</b>
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 у інфопросторі.	9	2	7
2.4. Мас-медіа: ефекти і впливи. Медіавиробники і медіаспоживачі. Регулювання медіапростору.	9	2	7
2.5. Права дитини в цифровому середовищі.	9	2	7
<b>Розділ 3. Кіберкультура</b>	<b>27</b>	<b>6</b>	<b>21</b>
3.1. Інтернет як технологія та як соціальний контекст. Нові можливості.	9	2	7
3.2. Бюджет часу та психологічне благополуччя.	9	2	7
3.3. Нетикет та емоційна регуляція онлайн-комунікації.	9	2	7
<b>Розділ 4. Картина світу в кіберпросторі.</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>28</b>
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
<b>Розділ 5. Критичне мислення</b>	<b>54</b>	<b>12</b>	<b>42</b>
5.1. Звичка та мотивація перевірки інформації. Уміння задавати питання.	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 та неформальної логіки в аналітиці.	9	2	7

5.5. Установки, упередженість та «білі плями» людського сприймання.	9	2	7
5.6. Критичне мислення в онлайн комунікації.	9	2	7
<b>Розділ 6. Системний аналіз та стратегічне мислення</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>28</b>
6.1. Причинно-наслідкові зв'язки у прийнятті рішень.	9	2	7
6.2. Ієрархізація даних та вміння визначати пріоритетність даних.	9	2	7
6.3. Комплексне вирішення задач і гнучкість мислення.	9	2	7
6.4. Планування та прогнозування.	9	2	7
<b>Розділ 7. Саморегуляція та емоційний інтелект</b>	<b>54</b>	<b>12</b>	<b>42</b>
7.1. Актуальність розвитку емоційного інтелекту.	9	2	7
7.2. Ціннісно-смілова 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
<b>Розділ 8. Безпека в медіапросторі</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>28</b>
8.1. Інформаційна безпека. Протистояння маніпуляціям.	9	2	7
8.2. Кібербулінг та інші загрози медіа світу.	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
<b>Підсумкове заняття. Висновки.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
<b>Захист індивідуальних досліджень</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>
<b>Всього</b>	<b>360</b>	<b>80</b>	<b>280</b>

## ЗМІСТ ПРОГРАМИ

**Вступ. Знайомство. Презентація секції «Медіапсихологія» (4 год)**

Ознайомлення з Правилами техніки безпеки. Знайомство з програмою роботи секції медіапсихології. Представлення своїх наукових інтересів учасниками секції.

## **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 та валідності.

*Практична частина.* Найвідоміші психологічні дослідження. Їх слабкі та 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 предмету наукового медіапсихологічного дослідження (9 год).**

*Теоретична частина.* Планування медіапсихологічного дослідження. Етичний кодекс та 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 та принципи визначення наукової новизни, актуальності, об'єкту, предмету, гіпотези, мети та 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.

*Практична частина.* Похід на медіавиробництво. Знайомство зі 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 у інформаційному просторі.

*Практична частина.* Обговорення Європейських критеріїв медіаграмотності.

### **2.2. Людина сучасного інформаційного суспільства. Основи сучасної аналітики та пошук інформації (9 год).**

*Теоретична частина.* Кіберсоціалізація та її вікові норми. Ключові принципи медіаграмотності.

*Практична частина.* Принципи забезпечення інформаційної безпеки в умовах інфодемії.

### **2.3. Медіапрактики та взаємодія у інфопросторі (9 год).**

*Теоретична частина.* Види взаємодії з медіаресурсами, їх особливості. Можливості та правила різних видів взаємодії у онлайн середовищі.

*Практична частина.* Діагностика медіапрактик особистості. Застосунки, що допомагають відслідковувати та корегувати медіаактивність.

#### **2.4. Мас-медіа: ефекти і впливи. Медіавиробники і медіаспоживачі. Регулювання медіапростору (9 год).**

*Теоретична частина.* Розвиток ЗМІ. Медіаефекти та їх 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 та перспективи розвитку питання медіабезпеки.

*Практична частина.* Обговорення: «Медіаризики та вікові новоутворення, що їм запобігають».

### **Розділ 3. Кіберкультура (27 год.)**

#### **3.1. Інтернет як технологія та 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 та потенційних шляхів його розвитку.

#### **3.2. Бюджет часу та психологічне благополуччя (9 год).**

*Теоретична частина.* Концепція економіки власного часу. Медіапрактики в бюджеті вільного часу та у навчанні. Прокрастинація. Рефлексивний підхід та оптимізація діяльності.

*Практична частина.* Тренінг з аналізу та оптимізації медіапрактик.

#### **3.3. Нетикет та 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 та 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 та об'єктне сприйняття. Побудова навичок саморегуляції при використанні інтернету.

*Практична частина.* Діагностика соціального благополуччя особистості.

### **4.3. Механізми впливу масової інформації на особистість. Види маніпуляцій (9 год).**

*Теоретична частина.* Маніпуляції у ЗМІ та в індивідуальному спілкуванні. Способи відслідковування та протистояння.

*Практична частина.* Основи критичного мислення – способи протистояння маніпуляціям та прийняття рішень в умовах тиску.

### **4.4. Соціальний досвід у медіа. Парасоціальні стосунки (9 год).**

*Теоретична частина.* Сучасна міфологія та 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 та мотивація перевірки інформації. Уміння задавати питання (9 год).**

*Теоретична частина.* Навіщо перевіряти інформацію? Критичне мислення як компетенція майбутнього та запорука особистого благополуччя.

*Практична частина.* Розвиваюча гра: «Правда чи вигадка? Міські легенди та хибні переконання»

### **5.2. Логіка і економіка інформації (9 год).**

*Теоретична частина.* Поняття інформації, її види та способи передачі. Властивості інформації. Теорія ігор. Прогнозування на основі даних.

*Практична частина.*

### **5.3. Цілі, завдання та користь споживання інформації (9 год).**

*Теоретична частина.* Визначення особистих та командних цінностей при роботі над спільними задачами.

*Практична частина.* Рольова гра «Далека веселка»

### **5.4. Принципи формальної та неформальної логіки в аналітиці (9 год).**

*Теоретична частина.* Індукція та дедукція в практичному застосуванні. Відмінність формальної та неформальної логіки. Аргументи та докази. Вага елементів інформації.

*Практична частина.* Вирішення задач з формальної та неформальної логіки.

### **5.5. Установки, упередженість та «білі плями» людського сприймання (9 год).**

*Теоретична частина.* Поняття установки. Звідки виникають упередження та методи роботи з ними. Особливості та основні види викривлень сприйняття.

*Практична частина.* Демонстрація відео з місця події та 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 та критичної оцінки ситуації в онлайн взаємодії.

*Практична частина.* Розробка моделей реагування в умовах виникнення різних кіберзагроз.

## **Розділ 6. Системний аналіз та стратегічне мислення (36 год.)**

### **6.1. Причинно-наслідкові зв'язки у прийнятті рішень (9 год)**

*Теоретична частина.* Моделі та методи прийняття рішень. Поняття достатньої поінформованості. Етапи прийняття рішень. Наслідки та відповідальність.

*Практична частина.* Комплексний аналіз історичної події за вибором.

### **6.2. Ієрархізація даних та 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 рішення задач.

*Практична частина.* Вправи на вміння комплексно вирішувати проблеми «Золота рибка», «Так/Ні»

### **6.4. Планування та прогнозування (9 год).**

*Теоретична частина.* Принципи побудови прогнозів. Вміння робити висновки на основі неповних фактів.



*Практична частина.* Дискусія на тему перспектив глобалізації та можливого майбутнього.

## **Розділ 7. Саморегуляція та емоційний інтелект (54 год.)**

### **7.1. Актуальність розвитку емоційного інтелекту (9 год).**

*Теоретична частина.* Поняття саморегуляції та емоційного інтелекту та їх роль в структурі особистості.

*Практична частина.* Тренінг «Емоційна палітра»

### **7.2. Ціннісно-сміслова саморегуляція (9 год).**

*Теоретична частина.* Аналіз власних цінностей. Вміння розрізняти особисті та 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 та зворотній зв'язок. Вміння взаємодіяти з конструктивною та не конструктивною критикою.

*Практична частина.* Рефлексивна гра як антиманіпуляція та 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 у онлайн та офлайн взаємодії.

#### **7.5. Рольовий підхід у вирішенні задач (9 год).**

*Теоретична частина.* Поняття ролі в діяльності. Рамка ситуації при 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 та сильні сторони у самопрезентації. Як подолати хвилювання. *Практична частина.* Рольова гра з самопрезентації у заданій сфері.

### **Розділ 8. Безпека в медіапросторі (36 год.)**

**8.1. Інформаційна безпека. Протистояння маніпуляціям (9 год).** *Теоретична частина.* Поняття про медіаімунітет та психологічний самозахист.

*Практична частина.* Практикум з протистояння медіаманіпуляціям та медіанасильству.

#### **8.2 Кібербулінг та інші загрози медіа світу (9 год).**

*Теоретична частина.* Проблема медіанасильства та кібербулінгу. *Практична частина.* Поради щодо профілактики та 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 та національні практики. Організації та події, пов'язані з 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 та напрацювання індивідуальних моделей поведінки та захисту в умовах кібербезпеки. *Практична частина.* Брейншторм на тему: «Поради для батьків щодо захисту дитини в інтернеті»

#### **Підсумкове заняття. Висновки. (2 год.)**

Підведення 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 збору психологічної інформації та методика проведення психодіагностичних досліджень;
- вимоги до оформлення роботи дослідника Малої академії наук; -
- основні компетенції особистості майбутнього;
- принципи впливу медіа;
- алгоритми аналізу інформації;
- способи саморегуляції та інформаційного захисту;

- основні відмінності онлайн та офлайн взаємодії
- принципи нетикету.

*Члени секції мають уміти:*

- проводити повний цикл медіапсихологічного дослідження;
- презентувати результати власної роботи на широкий загал; - використовувати різні інформаційні джерела та критично їх оцінювати;
- оформляти науково-дослідну роботу відповідно до вимог
  - використовувати методи самопізнання та самовдосконалення; - визначати впливи медіапростору на особистість та власний вплив на медіасередовище;
  - регулювати власну діяльність та підтримувати баланс взаємодії у медіапросторі.

*Члени секції мають набути досвід:*

- здійснення дослідження у галузі медіапсихології;
- використання психодіагностичного інструментарію;
- опису результатів дослідження;
  - оформлення науково-дослідницької роботи члена Малої Академії наук.

Обладнання	Кількість шт.
Апаратура:	
Принтер	1
Мультимедійний проектор	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

## ЛІТЕРАТУРА

1. Баришполец О.Т. Український словник медіакультури / О.Т. Баришполец. – К. : Міленіум, 2014. – 196 с.
2. *Баришполец О. Т.* Брехня в інформаційному просторі та між особовій комунікації: монографія / Національна академія педагогічних наук, Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград, 2014. – Імекс-ЛТД, – 648 с.
3. Бурлачук Л.Ф. Психодіагностика личности. – К.: Здоров'я, 2011. – 248 с.
4. Голубева Э.А. Способности и индивидуальность. – М.: «Прометей», 2003. – 306 с.
5. Кіберсоціалізація в умовах інформаційної війни / Матеріали науково практичного семінару (м. Київ, 16 травня 2018 р.) ; [за ред. Н.Л. Дятел]. – [Електронний ресурс]. – 2018. – режим доступу: <http://mediaosvita.org.ua/book/kibersotsializat...matsijnoyi-vijny/>
6. Медіаграмотність та інформаційна безпека : інформаційний бюлетень / За наук. ред. Л. А. Найдьонової, упоряд. О. О. Кришовська [Найдьонова Л.

- А., Дятел Н. Л., Вознесенська О. Л., Череповська Н. І., Обухова Н. О., Чаплинська Ю. С., Дідик Н. І.]. – К. : Інститут соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України, 2018 – 128 с.
7. Медіакультура. Навчальна програма для учнів 9, 10, 11 класів закладів загальної середньої освіти (три роки навчання) / Л. А. Найдьонова, Н. І. Череповська, О. Л. Вознесенська, Ю. С. Чаплинська, Н.О. Обухова, Н. Л.Дятел, І. О. Бондаревська, О. О. Кришовська; уклад. Л. А. Найдьонова, Н. І. Череповська; за ред. Л. А. Найдьонової; Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. – Київ, 2018. – 78 с.
  8. «Медіатравма в умовах інформаційної війни: психологічний та педагогічний аспекти» [Електронний ресурс] / Матеріали I Всеукраїнської наукової конференції (м. Київ, 20–21 червня 2017 р.) // [mediaosvita.org.ua](http://mediaosvita.org.ua). – 2017 – Режим доступу до ресурсу: <http://mediaosvita.org.ua/book/materialy-vseukrayinskoyi-naukovo-praktychnoyi-konferentsiyi-mediatravma-v-umovah-informatsijnoyi-vijny-psyhologichnyj-ta-pedagogichnyj-aspekty/>
  9. Медіакультура: підручник для учнів старших класів /за ред. Л. А. Найдьонової (електронне видання). К., 2018.
  - 10.Петровская Л.А. Компетентность в общении. Социально психологический тренинг. – М.: 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,. – К. : Міленіум, 2017. – 94 с.
  - 12.Психологія особистості: Словник-довідник / За ред. П.П. Горностая, Т.М. Титаренко. – К.: Рута, 2001. – 320 с.
  - 13.Рибалка В.В. Психологія розвитку творчої особистості: Навч. посібник. – К., ІЗМН, 2006. – 236 с.

14. Терно С. Теорія розвитку критичного мислення (на прикладі навчання історії) / С. О. Терно: [посібник для вчителя]. — Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2011. — 105 с
15. Технології розвитку критичного мислення учнів / Кроуфорд А., Саул В., Метьюз С., Макінстер Д.; Наук. ред., передм. О. І. Пометун. — К.: Вид во «Плеяди», 2006. — 220 с.
16. Экономическая психология / Под ред. И.В. Андреевой. — СПб.: Питер, 2000. — 512 с.
17. Шейбе С., Рогоу Ф. Медіаграмотність: Підручник для вчителів / Сінді Шейбе, Фейз Рогоу / Перекл. з англ. С.Дьома; за загал. ред. В.Ф. Іванова, О.В. Волошенюк. — К.: Центр Вільної Преси, Академія Української Преси, 2017. — 319 с
18. Щекин Г.В. Как эффективно управлять людьми: психология кадрового менеджмента. — К.: МАУП, 1999. — 400 с.
19. Talbot M. Critical Reasoning [Електронний ресурс] // Philosophy Now – Jan, 2015 — Режим доступу до ресурсу: [https://philosophynow.org/issues/106/Critical\\_Reasoning](https://philosophynow.org/issues/106/Critical_Reasoning)
20. The 10 skills you need to thrive in the Fourth Industrial Revolution [Електронний ресурс] // The World Economic Forum. — 2016. — Режим доступу до ресурсу: <https://www.weforum.org/agenda/2016/01/the-10-skills-you-need-to-thrive-in-the-fourth-industrial-revolution/>
21. The Foundation for Critical Thinking. Defining Critical Thinking [Електронний ресурс] / The Foundation for Critical Thinking. — 2016. — Режим доступу до ресурсу: <http://www.criticalthinking.org>.

## «КІБЕРПСИХОЛОГІЯ»

### **Автори:**

Найдьонова Л. А., докторка психологічних наук, член-кореспондентка НАПН України, заступниця директора з наукової роботи Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.

Чаплінська Ю. С., кандидатка психологічних наук, старша наукова співробітниця лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України.

Дятел Н. Л., молодша наукова співробітниця 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 2022-23 н. р.*

### **Рецензенти:**

Дворник Марина Сергіївна – завідувачка лабораторії соціальної психології особистості Інституту соціальної та політичної психології НАПН України, кандидат психологічних наук, старша наукова співробітниця

Паньковець Віталій Миколайович – доцент кафедри соціальної психології Факультету психології Київського Національного університету імені Тараса Шевченка, кандидат психологічних наук, доцент



## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Увесь світ віртуалізується, цифровізація суспільства і освіти набирає шалених обертів. Те, що вчора було лише кіберпанком, зустрічалося в фантастичних фільмах та комп'ютерних іграх, сьогодні стає матеріальною реальністю найближчого оточення: віртуальні секретарі, розумні роботи речі; 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, але 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 і спілкування.

Діти часто отримують інформацію і засвоюють зразки поведінки з інтернету, кіберсоціалізуються, часто поза участю батьків – в умовах, коли зовнішній контроль медіа і кібер середовища стає неможливим.

Навчання в секції кіберпсихології передбачає формування системи знань про психологічні особливості взаємодії людини з кіберсвітом – штучно створеними інформаційно-технічними об'єктами і системами, які змінюють наше життя і суспільство. Навчання зорієнтовано на пошук, сприймання, критичний аналіз, адекватне оцінювання та осмислення різноманітних кібер технологій (гейміфікації, віртуальної та доданої реальності, імерсивних технологій, робототехніки), а також створення безпечних кіберпрактик на основі усвідомленої системи цінностей і переконань у взаємодії з іншими людьми.

За допомогою курсу кіберпсихології формується ціннісна смислова саморегуляція – основний психологічний механізм, який допомагає розвивати особистість і протистояти негативним наслідкам кіберсоціалізації, мотивує 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 призвана забезпечити різнобічний розвиток умінь, які дозволять ефективно та збалансовано взаємодіяти з сучасним кіберсередовищем, не просто розуміючи його закони та принципи, але і через наявність у людини власної картини світу, напрацьованих особистих цінностей та готовності їх відстоювати, розуміння 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 сучасного суспільства, особливостей побудови стосунків зі штучним інтелектом, роботами та іншими інформаційно-технічними об'єктами кіберпростору; розвитку критичного мислення та аналітичних здібностей щодо медіапростору і медіаспоживання, спрямованих на ефективну реалізацію отриманих знань задля 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; вміння рефлексувати та регулювати власну діяльність як в межах медіапростору, так і зберігаючи баланс з іншими видами діяльності;
- *творчої:* розвиток в учнів умінь до свідомої зцілювальної медіаторчості для самовираження, здатності аналізу

об'єктів медіаторчості на аудиторію та вміння прогнозувати вплив, який матимуть їх власні твори на користувачів;

- соціальної: розуміння соціальної ролі медіапростору, його невід'ємності та масштабності в сучасному світі, переваги та виклики збільшення кількості екранного часу у зв'язку з пандемією, вміння протистояти загальномережевим проблемам кіберризиків та специфічним для України наслідкам інформаційної війни.

Програма секції медіапсихології розрахована на роботу з учнями старшого шкільного віку. Програма передбачає навчання учнів 9–11 класів в секції. Кількісний склад навчальної групи – 10–12 учнів.

Важлива роль надається 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 на вікові особливості учнів за допомогою як традиційних форм і методів навчання (індивідуальна, групова форми, методи бесіди, лекції, екскурсії, семінари, практикуми у наукових закладах), так і інтерактивних методів (круглий стіл, тренінг, моделююча 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, форм навчання. У процесі організації навчально-виховного процесу застосовуються сучасні технології, що зарекомендували себе як ефективні та цікаві, зокрема сформульовані за принципами НУШ.

Заняття секції 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 (проблемне викладення матеріалу, дослідницькі, частково-пошукові) методи навчання.

Учасники програми мають змогу представляти результати своїх досліджень у наукових конференціях, семінарах та круглих столах, які проводяться науково-дослідними інститутами, вищими навчальними закладами та у 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 у зміст програми, плануючи свою роботу з урахуванням інтересів її членів чи обраного напрямку діяльності позашкільного навчального закладу.

Розподіл годин за темами – орієнтовний. Керівник секції, виходячи з рівня підготовки учнів, може визначати, скільки годин потрібно на опанування тієї чи іншої теми, і внести до програми відповідні корективи. Перелік обладнання у програмі подано, як орієнтовний відповідно до можливостей закладів освіти. Рекомендовано проведення екскурсій і використання центрів колективного користування технологіями, з якими учні прагнуть познайомитися, зокрема щодо роботехніки, розумних речей тощо.

## НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Розділ, тема	Кількість годин		
	Усього	теоретичних	практичних
<b>Вступ. Знайомство. Презентація секції «Кіберпсихологія»</b>	<b>4</b>	<b>-</b>	<b>4</b>
<b>Розділ 1. Теорія проведення наукових досліджень</b>	<b>54</b>	<b>12</b>	<b>42</b>

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 предмету 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
<b>Розділ 2. Кіберпсихологія і технології</b>	<b>45</b>	<b>10</b>	<b>35</b>
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 та пошук інформації.	9	2	7
2.3. Психологія взаємодії у кіберпросторі. Ігрові і комерційні середовища. Світи, функції і ролі у кібервзаємодії.	9	2	7
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
<b>Розділ 3. Кіберкультура і Інтернет-психологія</b>	<b>27</b>	<b>6</b>	<b>21</b>
3.1. Інтернет як технологія та як соціальний контекст. Нові можливості і ризики.	9	2	7
3.2. Бюджет часу та психологічне благополуччя. Благополуччя в кіберпросторі і добробут.	9	2	7
3.3. Нетикет та емоційна регуляція онлайн-комунікації.	9	2	7
<b>Розділ 4. Картина світу в кіберпросторі. Ігрові світи.</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>28</b>
4.1. Кіберсвіти як ресурс розвитку особистості. Співвідношення онлайн та 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 чаттінг.	9	2	7
4.4. Соціальний досвід у кіберпросторі. Аватари і персонажі. Парасоціальні стосунки з ботами.	9	2	7
<b>Розділ 5. Критичне мислення в кіберпросторі</b>	<b>54</b>	<b>12</b>	<b>42</b>
5.1. Звичка та мотивація перевірки інформації. Уміння задавати питання. Мова кіберпростору.	9	2	7
5.2. Логіка і економіка інформації. Кібергроші і алгоритми.	9	2	7
5.3. Цілі, завдання та користь споживання інформації. Досягнення в кіберпросторі і офлайн-реальність	9	2	7
5.4. Принципи формальної та неформальної логіки в аналітиці. Кіберінструменти посилення власного інтелекту.	9	2	7
5.5. Установки, упередженість та «білі плями» людського сприймання. Сенсори нового покоління. Зд-звук, гаптика.	9	2	7
5.6. Критичне мислення в онлайн комунікації та розширеній реальності.	9	2	7
<b>Розділ 6. Системний аналіз та стратегічне мислення</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>28</b>
6.1. Причинно-наслідкові зв'язки у прийнятті рішень. Ефект присутності і психологія сприймання.	9	2	7
6.2. Ієрархізація даних та 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 та прогнозування. Часова перспектива в кіберпросторі.	9	2	7
<b>Розділ 7. Саморегуляція та емоційний інтелект в кіберпросторі</b>	<b>54</b>	<b>12</b>	<b>42</b>

7.1. Актуальність розвитку емоційного інтелекту. Чи можуть роботи кохати? Штучний емоційний інтелект.	9	2	7
7.2. Ціннісно-смилова саморегуляція. Чим можуть допомогти роботи? Чому людство навчить роботів своїми діями?	9	2	7
7.3. Рефлексія. Оцінка зворотного зв'язку. Групова рефлексія та імерсивні технології.	9	2	7
7.4. Саморегуляція сприймання віртуальної, доданої, розширеної реальності.	9	2	7
7.5. Рольовий підхід у вирішенні задач. В чому роботи кращі, з якими завданнями люди справляються краще роботів?	9	2	7
7.6. Основні стратегії і техніки опанування і самопрезентації.	9	2	7
<b>Розділ 8. Безпека в кіберпросторі</b>	<b>36</b>	<b>8</b>	<b>28</b>
8.1. Інформаційна безпека в кіберпросторі. Кібератаки і кібербезпека. Кіберполіція і кіберзлочини.	9	2	7
8.2. Шляхи 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
<b>Підсумкове заняття. Висновки.</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>
<b>Захист індивідуальних досліджень</b>	<b>16</b>	<b>2</b>	<b>14</b>
<b>Всього</b>	<b>360</b>	<b>80</b>	<b>280</b>

# ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Розділ, тема

## **Вступ. Знайомство. Презентація секції «Кіберпсихологія» (4 год)**

Ознайомлення з Правилами техніки безпеки. Знайомство з програмою роботи секції кіберпсихології. Огляд кіберпсихології як науки. Представлення своїх пізнавальних і наукових інтересів учасниками секції.

## **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). Їх слабкі та сильні сторони. Застосування традиційних психологічних методів у кіберпсихології. Формула успішної науки: сумнівайся, перевіряй, домовляйся, радій.

### **1.3. Вибір теми і предмету наукового кіберпсихологічного дослідження (9 год)**



*Теоретична частина.* Планування медіапсихологічного дослідження. Етичний кодекс та 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 та принципи визначення наукової новизни, актуальності, об'єкту, предмету, гіпотези, мети та 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 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 та пошук інформації (9 год)**

*Теоретична частина.* Кіберсоціалізація та її вікові норми. Ключові принципи цифрової і медіаграмотності.

*Практична частина.* Принципи забезпечення інформаційної безпеки в умовах інфодемії, міфологізація ковід.

### **2.3. Психологія взаємодії у кіберпросторі. Ігрові і комерційні середовища. Світи, функції і ролі у кібервзаємодії (9 год)**

*Теоретична частина.* Види взаємодії з медіаресурсами, їх особливості. Можливості та правила різних видів взаємодії у онлайн середовищі.

*Практична частина.* Діагностика медіапрактик особистості. Застосунки, що допомагають відслідковувати та корегувати медіаактивність.

### **2.4. Роботопсихологія. Типи роботів і розмаїття штучного інтелекту. Виробники і споживачі в кіберпросторі (9 год)**

*Теоретична частина.* Розвиток роботехніки і роботопсихології. Медіаефекти та їх психологічні механізми. Медіавплив на уявлення про кіберпростір і роботів

## **2.5. Права дитини в цифровому середовищі (9 год)**

*Теоретична частина.* Сучасні українські практики та 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 та як соціальний контекст. Нові можливості і ризики (9 год)**

*Теоретична частина.* Сучасні питання кіберпростору. Соціальні мережі. «Інформаційні бульбашки» онлайн взаємодії. Штучний інтелект і тілесність. Біохакінг і телемедицина.

*Практична частина.* Обговорення сучасних міфів кіберсвіту та потенційних шляхів його розвитку. Знайомство з цифровими застосунками для здоров'я.

### **3.2. Бюджет часу та психологічне благополуччя. Благополуччя в кіберпросторі і добробут (9 год)**

*Теоретична частина.* Концепція економіки власного часу. Медіапрактики в бюджеті вільного часу та у навчанні. Прокрастинація і способи запобігти. Рефлексивний підхід та оптимізація діяльності.

*Практична частина.* Тренінг з аналізу та оптимізації кіберпрактик для підвищення психологічного благополуччя.

### **3.3. Нетикет та 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 «Розпізнання і протидія мові ворожнечі».

#### **Розділ 4. Картина світу в кіберпросторі. Ігрові світи (9 год)**

##### **4.1. Кіберсвіти як ресурс розвитку особистості. Співвідношення онлайн та офлайн світів у формуванні світогляду.**

*Теоретична частина.* Інтернет як засіб розширення горизонтів комунікативної свободи. Можливості набуття соціокультурного досвіду. Організація подій. Цінності в 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 та об'єктивне сприйняття кіберспорту. Азарт і змагання: психологічні аспекти. Регулювання і міра перебування в кіберпросторі. Саморегуляція при використанні інтернету.

*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 у кіберпросторі та в індивідуальному спілкуванні. Профілювання і таргетована реклама. Способи відслідковування маніпуляцій та 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 та поведінкові патерни у 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 та мотивація перевірки інформації. Уміння задавати питання.**

#### **Мова кіберпростору (9 год)**

*Теоретична частина.* Навіщо перевіряти інформацію? Критичне мислення як компетенція майбутнього та запорука особистого благополуччя. Аргументи і взаєморозуміння. Роботи-лінгводроїди (як виникає мова).

*Практична частина.* Розвиваюча гра: «Правда чи вигадка? Міські легенди та хибні переконання»

### **5.2. Логіка і економіка інформації. Кібергроші і алгоритми (9 год)**

*Теоретична частина.* Поняття інформації, її види та способи передачі. 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 та користь споживання інформації. Досягнення в кіберпросторі і офлайн-реальність (9 год)**

*Теоретична частина.* Визначення особистих та командних цінностей при роботі над спільними задачами. Цілі і прагнення. Кіберпанк і моделі успіху.

*Практична частина.* Рольова гра «Далека веселка» (що в кінці райдуги).

### **5.4. Принципи формальної та неформальної логіки в аналітиці. Кіберінструменти посилення власного інтелекту (9 год)**

*Теоретична частина.* Індукція та дедукція в практичному застосуванні. Відмінність формальної та неформальної логіки. Аргументи та докази. Вага елементів інформації.

*Практична частина.* Вирішення задач з формальної та неформальної логіки. Огляд застосунків для різних інтелектуальних задач і підвищення організованості.

### **5.5. Установки, упередженість та «білі плями» людського сприймання. Сенсори нового покоління. Зд-звук, гаптика (9 год)**

*Теоретична частина.* Поняття установки. Звідки виникають упередження та 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 та подальша гра «Покази свідків».

### **5.6. Критичне мислення в онлайн комунікації та розширеній реальності (9 год)**

*Теоретична частина.* Особливості сприймання інформації та емоційного реагування в онлайн комунікації. Навички саморегуляції та критичної оцінки ситуації в онлайн взаємодії.

*Практична частина.* Розробка моделей реагування в умовах виникнення різних кіберзагроз.

## **Розділ 6. Системний аналіз та стратегічне мислення (36 год) 6.1. Причинно-наслідкові зв'язки у прийнятті рішень. Ефект присутності і психологія сприймання (9 год)**

*Теоретична частина.* Моделі та методи прийняття рішень. Поняття достатньої поінформованості. Етапи прийняття рішень. Наслідки та відповідальність. Вплив присутності іншого. Ефект присутності у кіберпросторі.

*Практична частина.* Комплексний аналіз історичної події за вибором.

## **6.2. Ієрархізація даних та 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 та 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 і особливості темпераменту (юзерський досвід) (9 год)**

*Теоретична частина.* Концепція VUCA-світу. Складнокоординованість. Перетворення проблеми на задачу. Етапи вирішення задач. Розвиток умінь комплексного рішення задач. Дизайн кіберпростору, управління увагою і особливості темпераменту (юзерський досвід).

*Практична частина.* Вправи на вміння комплексно вирішувати проблеми «Золота рибка», «Так/Ні», задачі на кмітливість.

## **6.4. Планування та прогнозування. Часова перспектива в кіберпросторі (9 год)**

*Теоретична частина.* Принципи побудови прогнозів. Вміння 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 та 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 та емоційного інтелекту та їх роль в 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-смилова саморегуляція. Чим можуть допомогти роботи? Чому людство навчить роботів своїми діями? (9 год)**

*Теоретична частина.* Аналіз власних цінностей. Вміння розрізняти особисті та 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. Оцінка зворотного зв'язку. Групова рефлексія та імерсивні технології (9 год)**

*Теоретична частина.* Функції рефлексії в творчості і в комунікації. Конфліктність і конфлікт. Критика та зворотній зв'язок. Вміння взаємодіяти з конструктивною та не конструктивною 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 та співпереживання у онлайн та офлайн взаємодії.

### **7.5. Рольовий підхід у вирішенні задач. В чому роботи кращі, з якими завданнями люди справляються краще роботів? (9 год)**

*Теоретична частина.* Поняття ролі в діяльності. Рамка ситуації при виборі моделі поведінки. Робота з позиції «я-індивідуальність» та «я-виконавець ролі».

*Практична частина.* Тренінг самовладнання та управління власними емоціями в рольовому моделюванні взаємодії між людьми і між людьми і роботами.

### **7.6. Основні стратегії і техніки опанування і самопрезентації (9 год)**

*Теоретична частина.* Стратегії опанування стресів. Діапазон стратегій. Самопрезентація. Імідж та створення власного бренду. Слабкі та сильні сторони у самопрезентації. Як подолати хвилювання.

*Практична частина.* Рольова гра з самопрезентації у 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 та психологічний самозахист. Кібератака і кібербезпека. Кіберзлочини і кіберполіція.

*Практична частина.* Практикум з протистояння кіберризикам, маніпуляціям та медіанасильству.

### **8.2. Шляхи протидії різним видам кібербулінгу та іншим загрозам (9 год)**

*Теоретична частина.* Проблема кібернасильства та кібербулінгу. Класифікація і види кібербулінгу. Кіберризиками та протидія.

*Практична частина.* Поради щодо профілактики та 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 та національні практики. Організації та події, пов'язані з 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 та напрацювання індивідуальних моделей поведінки та захисту в умовах кібербезпеки.

*Практична частина.* Брейншторм на тему: «Поради для батьків щодо захисту дитини в інтернеті»

### **Підсумкове заняття. Висновки (2 год)**

Підведення 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 збору психологічної інформації та методик проведення психодіагностичних досліджень;
- вимоги до оформлення роботи дослідника Малої академії наук;
- основні компетенції особистості майбутнього;
- принципи впливу кіберпростору та новітніх технологій;
- алгоритми аналізу інформації;

- способи саморегуляції та інформаційного захисту;
- основні відмінності онлайн та офлайн взаємодії
- принципи нетикету.

*Члени секції мають уміти:*

- проводити повний цикл кіберпсихологічного дослідження;
- презентувати результати власної роботи на широкий загал;
- використовувати різні інформаційні джерела та критично їх оцінювати;
- оформляти науково-дослідну роботу відповідно до вимог
- використовувати методи самопізнання та самовдосконалення;
- визначати впливи кіберпростору на особистість та власний вплив;
- регулювати власну діяльність та підтримувати баланс взаємодії у кіберпросторі.

*Члени секції мають набути досвід:*

- здійснення дослідження у галузі кіберпсихології;
- використання психодіагностичного інструментарію;
- опису результатів дослідження;
- оформлення науково-дослідницької роботи члена Малої Академії наук

Обладнання	Кількість шт.
Апаратура:	
Принтер	1
Мультимедійний проектор	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

## ЛІТЕРАТУРА

1. Баришполець О.Т. Український словник медіакультури / О.Т. Баришполець. – К. : Міленіум, 2014. – 196 с.
2. *Баришполець О. Т.* Брехня в інформаційному просторі та між особовій комунікації: монографія / Національна академія педагогічних наук, Інститут соціальної та політичної психології. – Кіровоград, 2014. – Імекс-ЛТД, – 648 с.
3. Бурлачук Л.Ф. Психодиагностика личности. – К.: Здоров'я, 2011. – 248 с.
4. Голубева Э.А. Способности и индивидуальность. – М.: «Прометей», 2003. – 306 с.
5. Дворник М.С. Прокрастинація в конструюванні особистісного майбутнього. – Кр., 2018.
6. Кіберсоціалізація в умовах інформаційної війни / Матеріали науково практичного семінару (м. Київ, 16 травня 2018 р.) ; [за ред. Н.Л. Дятел]. –

[Електронний ресурс]. – 2018. – режим доступу: <http://mediaosvita.org.ua/book/kibersotsializat...matsijnoyi-vijny/>

7. Медіаграмотність та інформаційна безпека : інформаційний бюлетень / За наук. ред. Л. А. Найдьонової, упоряд. О. О. Кришовська [Найдьонова Л. А., Дятел Н. Л., Вознесенська О. Л., Череповська Н. І., Обухова Н. О., Чаплинська Ю. С., Дідик Н. І.]. – К. : Інститут соціальної та політичної психології Національної академії педагогічних наук України, 2018 – 128 с.
8. Медіакультура. Навчальна програма для учнів 9, 10, 11 класів закладів загальної середньої освіти (три роки навчання) / Л. А. Найдьонова, Н. І. Череповська, О. Л. Вознесенська, Ю. С. Чаплинська, Н.О. Обухова, Н. Л.Дятел, І. О. Бондаревська, О. О. Кришовська; уклад. Л. А. Найдьонова, Н. І. Череповська; за ред. Л. А. Найдьонової; Інститут соціальної та політичної психології НАПН України. – Київ, 2018. – 78 с.
9. «Медіатравма в умовах інформаційної війни: психологічний та педагогічний аспекти» [Електронний ресурс] / Матеріали I Всеукраїнської наукової конференції (м. Київ, 20–21 червня 2017 р.) // [mediaosvita.org.ua](http://mediaosvita.org.ua). – 2017 – Режим доступу до ресурсу: <http://mediaosvita.org.ua/book/materialy-vseukrayinskoyi-naukovo-praktychnoyi-konferentsiyi-mediatravma-v-umovah-informatsijnoyi-vijny-psyhologichnyj-ta-pedagogichnyj-aspekty/>
10. Медіакультура: підручник для учнів старших класів / за ред. Л. А. Найдьонової (електронне видання). К., 2018.
11. Найдьонова Л.А. Діагностика булінгу і кібербулінгу. К., 2020
12. Найдьонова Л.А. Кібербулінг: розпізнання і захист. – К., 2014.
13. Петровская Л.А. Компетентность в общении. Социально психологический тренинг. – М.: Изд. МГУ, 2009. – 216 с.
14. 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,. – К. : Міленіум, 2017. – 94 с.

15. Психологія особистості: Словник-довідник / За ред. П.П. Горностає, Т.М. Титаренко. – К.: Рута, 2001. – 320 с.
16. Рибалка В.В. Психологія розвитку творчої особистості: Навч. посібник. – К., ІЗМН, 2006. – 236 с.
17. Терно С. Теорія розвитку критичного мислення (на прикладі навчання історії) / С. О. Терно: [посібник для вчителя]. — Запоріжжя: Запорізький національний університет, 2011. — 105 с
18. Технології розвитку критичного мислення учнів / Кроуфорд А., Саул В., Метьюз С., Макінстер Д.; Наук. ред., передм. О. І. Пометун. — К.: Вид во «Плеяди», 2006. — 220 с.
19. Титаренко Т. М. Психологічне здоров'я особистості: засоби самопомоги в умовах тривалої травматизації. - Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2018.
20. Экономическая психология / Под ред. И.В. Андреевой. – СПб.: Питер, 2000. – 512 с.
21. Шейбе С., Рогоу Ф. Медіаграмотність: Підручник для вчителів / Сінді Шейбе, Фейз Рогоу / Пееркл. з англ. С.Дьома; за загал. ред. В.Ф. Іванова, О.В. Волошенюк. – К.: Центр Вільної Преси, Академія Української Преси, 2017. – 319 с
22. Щекин Г.В. Как эффективно управлять людьми: психология кадрового менеджмента. – К.: МАУП, 1999. – 400 с.
23. Talbot M. Critical Reasoning [Електронний ресурс] // Philosophy Now – Jan, 2015 – Режим доступу до ресурсу: [https://philosophynow.org/issues/106/Critical\\_Reasoning](https://philosophynow.org/issues/106/Critical_Reasoning)
24. The 10 skills you need to thrive in the Fourth Industrial Revolution [Електронний ресурс] // The World Economic Forum. – 2016. – Режим доступу до ресурсу: <https://www.weforum.org/agenda/2016/01/the-10-skills-you-need-to-thrive-in-the-fourth-industrial-revolution/>.
25. The Foundation for Critical Thinking. Defining Critical Thinking [Електронний ресурс] / The Foundation for Critical Thinking. – 2016. – Режим доступу до ресурсу: <http://www.criticalthinking.org>.

## Додаткова література

26. Attrill, A., Fullwood, C. (2016). Applied Cyberpsychology: Practical Applications of Cyberpsychological Theory and Research. Palgrave Macmillan UK.
27. Attrill-Smith, A., Fullwood, C., Keep, M., Kuss, D.J. (2019) The Oxford Handbook of Cyberpsychology. Oxford University Press.
28. Barak, A. (2008) Psychological Aspects of Cyberspace: Theory, Research, Applications. Cambridge University Press 2008
29. Calleja, G. (2011) In-Game: From Immersion to Incorporation. MIT Press.
30. Connolly, I., Palmer, M., Barton, H., Gráinne, K. (2016). An introduction to cyberpsychology. Taylor and Francis; Routledge.
31. De Salle, R., Wynne, P. (2018). Our Senses: An Immersive Experience. Yale University Press
32. Ewalt, D.M. (2018). Defying Reality: The Inside Story of the Virtual Reality Revolution. Prentice Hall Press.
33. Gordo-López, A.J., Parker, I. (1999). Cyberpsychology. Macmillan Education UK
34. Guidelines for parents and educators on Child Online Protection (2020) ITU Publications International Telecommunication Union.
35. Harley, D., Morgan, J., Frith, H. (2018). Cyberpsychology as Everyday Digital Experience across the Lifespan. Macmillan Publishers Ltd.
36. Khader, M., Ne, S., Xiau, W., Cha, T. (2021). Introduction to Cyber Forensic Psychology: Understanding the Mind of the Cyber Deviant Perpetrators. World Scientific Pub Co Inc.
37. Lombard, M., Biocca, F., Freeman, J., Jsselsteijn, W., Schaevitz, R.J. (2015). Immersed in Media: Telepresence Theory, Measurement & Technology. Springer International Publishing.
38. Parsons, T. (2017). Cyberpsychology and the Brain. Cambridge University Press.

- 39.Parsons, T. (2019). Ethical Challenges in Digital Psychology and Cyberpsychology. Cambridge University Press.
- 40.Raghav, R. (2020). Immersive Systemic Knowing: Advancing Systems Thinking Beyond Rational Analysis. Springer International Publishing;Springer
- 41.Rubin, P. (2018). Future Presence: How Virtual Reality Is Changing Human Connection, Intimacy, and the Limits of Ordinary Life. HarperOne.
- 42.Steinicke, F. (2016). Being Really Virtual: Immersive Natives and the Future of Virtual Reality. Springer International Publishing;Springer
- 43.Wankel, C., Blessinger, P. (2012). Increasing Student Engagement and Retention Using Immersive Interfaces: Virtual Worlds, Gaming, and Simulation. Emerald Group Publishing Limited.
- 44.Whitty, M.T., Young, G. (2016). Cyberpsychology: The Study of Individuals, Society and Digital Technologies. BPS Blackwell.



## «МЕДІАТВОРЧІСТЬ ТА БЛОГЕРСТВО (3 роки навчання)»

Навчальна програма з позашкільної освіти  
соціально-реабілітаційного напрямку

**Розробник:** Вознесенська О.Л., кандидатка психологічних наук, старша наукова співробітниця лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України

В Конвенції ООН про права дитини закріплено «право вільно висловлювати свої думки, шукати, одержувати 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 й дітей. Діти та підлітки прагнуть рівноправного з дорослими включення до системи масових комунікацій. Для гуртківців «**Медіаторчість та блогерство**» реалізація свого права на висловлювання є реальністю.

Тематичний план, програма навчання складені за рівнями розвитку гуртківців:

початковий рівень навчання – один рік навчання, 2 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 та блогерство» спрямована на розвиток всебічно розвиненої, інтелігентної, високоморальної особистості; містить підготовку дітей до життя в інформаційному суспільстві; формування соціально активних, творчих, здатних розвивати суспільство людей.

### ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Наш час – це час медіатекстів майже без кількісних обмежень інформації. Сьогодні все більш дослідники відмічають вплив інформаційного середовища на розвиток дітей, які 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 впливу на її свідомість, світоглядні позиції.

Реформування системи освіти має забезпечити упровадження нових підходів, форм і методів навчання та виховання, що відповідають потребам розвитку особистості у воєнний та 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 є однією зі складових успішного розвитку майбутніх поколінь.

Навчальна програма «Медіаторчість та блогерство» розроблена з урахуванням Законів «Про освіту», «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, і ґрунтується на принципах науковості, гуманізації, культуровідповідності, індивідуального підходу у навчанні, відповідності завдань освіти й виховання та враховує анатомо-фізіологічні та психологічні особливості розвитку дітей різних вікових груп, а також містить терапевтичний компонент для опанування травмівного досвіду війни, отриманого багатьма дітьми.

Актуальність розроблення навчальної програми обумовлюється необхідністю впровадження медіаосвітньої складової в організацію роботи позашкільних навчальних закладів, сприяння професійному самовизначенню їх вихованців, підготовки їх до життя в поствоєнному інформаційному світі.

**Мета програми** «Медіаторчість та блогерство» (соціально-реабілітаційний напрям позашкільної освіти) – виховання творчої еліти, формування соціально активної, всебічно розвиненої особистості, здатної реалізувати свої знання і творчі уміння в інформаційному світі відповідно до

вікових та індивідуальних особливостей та нагальних викликів у сучасних умовах інформаційного простору оновлення та розбудови повоєнної України.

В Конвенції ООН про права дитини закріплено «право вільно висловлювати свої думки, шукати, одержувати і передавати інформацію й ідеї будь-якого роду незалежно від кордонів в усній, письмовій формі чи за допомогою інших засобів на вибір дитини». Діти та підлітки прагнуть рівноправного з дорослими включення до системи масових комунікацій. Медіа є частиною життя як дорослих, так й дітей. Але інформаційний простір містить і певні небезпеки, є джерелом медіатравматизації, коли війна «йде в прямому етері».

Для гуртківців гуртку «Я – блогер» **«Медіаторчість та блогерство»** реалізація свого права на висловлювання є реальністю.

У процесі реалізації мети програми вирішуються наступні завдання:

#### **I. Навчальні:**

- формування в учнів системи знань про сучасні медійні технології, інформаційного суспільства, особливостей самореалізації та побудови стосунків за допомогою медіа, розуміння ролі соціальних мереж, віртуальних застосунків та інших можливостей медіа в сучасному світі; особливості журналістської професії, а також про професії, що мають безпосереднє чи опосередковане відношення до медіасфери;
- ознайомлення учнів з тенденціями розвитку системи медіа, змінами в провідних аудіовізуальних екранних і цифрових медіа, традиційними і новітніми видами медіатекстів, зразками сучасного медіамистецтва, «масової» та «елітарної» медіакультури з метою формування в учнів особистої аудіовізуальної медіакультури;
- вивчення основ фотографії та відеозйомки, комп'ютерної обробки зображень та відео, монтажу, формування здатності практично застосовувати знання та вміння з фотографування та відеозйомки для взаємодії з аудіовізуальними творами в будь-яких медіа і спілкуванні загалом;

- вивчення основ журналістської творчості та розвитку в учнів практичних умінь, необхідних для свідомої зцілювальної медіаторчості для самовираження, здатності до аналізу психологічних впливів продуктів медіаторчості, уміння прогнозувати вплив власної медіапродукції на глядачів і користувачів (з урахуванням поваги до приватності, гідності та різноманіття), готовності відповідати за наслідки створення і поширення медіаконтенту;
- формування комунікативної компетентності, придбання первинного досвіду блогерської діяльності та початкової професійної орієнтації;
- засвоєння учнями знань та умінь, спрямованих на ефективну організацію та отримання практичного досвіду створення колективного та індивідуального блогів, відеоблога та інших медіапродуктів – анімаційних фільмів, фотопроектів тощо.

## **II. Розвиваючі:**

- всебічний розвиток творчих здібностей, креативного мислення, формування інтересів, схильностей з урахуванням основ 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, в тому числі, уміння аналізувати й оцінювати вплив медіа на свій емоційний стан, уявлення і переконання, як необхідної складової розвитку людини цифрової доби;
- формування навичок емоційної і ціннісно-сміслової саморегуляції у взаємодії з медіа: підвищення здатності до емоційного усвідомлення та оцінки свого психічного стану, розширення діапазону здоров'язбережувальних та відновлюючих медіапрактик;
- розвиток здатності до самовираження за допомогою медіаторчості різних модальностей;
- особистісне саморозкриття.

## **III. Виховні:**

- формування навичок колективної діяльності та діалогового спілкування, сучасного світосприйняття, активної життєвої позиції;
- формування толерантності, культури міжнаціонального спілкування у багатонаціональному соціумі;
- формування уявлення про блогерство, що відіграє специфічну роль у житті суспільства, та сприяння формуванню ставлення до медіа як до ресурсу саморозвитку та засобу медіатворчості, саморегуляції, самовираження і самоздійснення;
- розвиток медіакультури та культури спілкування у цифровому світі – формування медіакомпетентності і цифрової грамотності;
- виховання культури поведінки та мовлення у медіапросторі;
- реалізація бажання учнів робити особистий внесок своїми навчальними проєктами у розвиток відкритого інформаційного простору поствоєнної України.

Матеріал курсу розподілено з урахуванням організації навчального процесу умовно в чотирьох чвертях. Програма курсу для кожного року навчання складається з чотирьох змістових модулів. Кожного наступного року структура зберігається, а змістове наповнення модулів ускладнюється відповідно до мотивації та інтересів, характерних для вікового розвитку дитини. Програма, побудована за принципами системності, наступності та поступового поглиблення і розширення знань; представлена наступними напрямками:

- Я в інформаційному світі (1й модуль кожного року навчання).
- Світ зображень (2й модуль кожного року навчання).
- Світ відео та кіно (3й модуль кожного року навчання).
- Я – блогер (4й модуль кожного року навчання).

Тематичний план, програма навчання складені за рівнями розвитку гуртківців:

- **початковий рівень навчання** – один рік навчання, 2 заняття на тиждень, загалом 144 год. на рік (учні 5-6 класів);

- **основний рівень навчання** – I рік навчання – 2 заняття на тиждень, загалом 144 год. на рік (учні 7-8 класів); II рік навчання – 2 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 та творчого самовизначення й осмислення проєкту власного майбутнього.

1-й рік основного рівня навчання передбачає переосмислення і поглиблення змісту знань, основну структуру яких закладено в перший рік навчання, створення медіапродуктів на професійній техніці, простої обробці їх за допомогою спеціального комп'ютерного забезпечення та представлення їх в інформаційному просторі за допомогою колективного та індивідуальних блогів, розширення вмінь отримання зворотного зв'язку та спілкування щодо власних медіаторчих продуктів у безпосередньому і в медіатизованому спілкуванні.

На 2-му році основного рівня навчання акцент зроблено на саморегуляції за допомогою блогерської діяльності та комунікативній і креативній індивідуальній діяльності. Пропонуються різні види медіаторчості, створення індивідуальних та групових медіа-артоб'єктів. Навчання сприяє усвідомленій медіаторчості та професійному самовизначенню старшокласників.

Мета роботи – розширення життєвого та цифрового досвіду школярів, залучення їх у творче середовище, розвиток загального творчого потенціалу і спеціальних медіаторчих здібностей та реалізації їх медіаторчими засобами, задоволення потреб у початковій професійній орієнтації та підвищення медіакультури.

Медіаторчість та блогерство – своєрідна форма взаємодії зі світом, тому в процесі її у дітей розширюється світогляд, розвивається комунікабельність, що дуже важливо для життя в інформаційному суспільстві в повоєнній країні. Медіаторчість сприяє відновленню, подоланню наслідків травматичних подій, самовираженню і рефлексії, підвищенню загальної культури дитини, і, зокрема,

медіакультури, а також розвитку як критичного так й образного мислення, формуванню здатності до саморегуляції в медіапросторі та застосуванню здоров'язбережувальних медіапрактик. Заняття в гуртку сприятимуть моральному та патріотичному вихованню гуртківців. Тому що саме через творчість людина визначає своє ставлення до життя, своє місце у ньому.

Спілкування в процесі навчання побудовано таким чином, що підтримується вміння нестандартно мислити, висувати новаторські ідеї, проявляти глибокий інтерес опанування знаннями та навичками в межах програми, а також тими, що виходять за її рамки в суміжні області. Створюване в гуртку соціально-психологічне освітнє середовище максимально стимулює дітей та підлітків на самостійну роботу, на пошук нової інформації, на дослідницьку та творчу діяльність. Соціально-психологічна модель організації занять адекватна її цілям, стимулює конкуренцію та інновації.

Всі заняття гуртку «Медіаторчість та блогерство» можна поділити на три види: отримання знань та практичних навичок, пов'язаних з взаємодією з медіапростором; знайомство та творче вивчення сучасних медіапродуктів, в тому числі, творів медіамистецтва; творча трансформація інформаційної реальності, її осмислення через створення власних медіаторчих продуктів. Отже, форми занять: лекція (виклад теоретичного матеріалу із застосуванням наочного матеріалу у вигляді презентацій керівником гуртку), інтерактивні методи – обговорення, дискусії, експерименти, навчальні та творчі ігри, самостійна пошуково-дослідницька робота (інтернет-ресурси), підготовка гуртківцями самостійних теоретичних та практичних проєктів, пов'язаних з темами, що вивчаються, та створення власних медіапродуктів.

Заняття в дві академічні години проводиться два рази на тиждень – усього 144 години впродовж навчального року, 3 роки навчання. 80 % занять можливо проводити в дистанційному режимі.

Зарахування до початкового рівня не потребує будь-яких умов. Зарахування на основний рівень навчання здійснюється на основі оцінки природних здібностей, нахилів, рівня розвитку дитини, її особистої активності. Разом з тим, необхідно враховувати і бажання дитини вивчати «Медіаторчість

та блогерство» (саме активність, цілеспрямованість, наполегливість можуть допомогти в розвитку необхідних якостей, навіть якщо вони не виявляються досить яскраво спочатку).

Заняття «Медіаторчість та блогерство» – один із шляхів морального та патріотичного виховання дітей, тому що специфіка блогерської діяльності (літературна та аудіовізуальна творчість, спілкування з людьми, розширення світогляду, ерудованість) допомагають 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 областях життєдіяльності людини інформаційного світу, а також допоможуть становленню саморегуляції в медіапросторі, опануванню наслідків травми війни, застосуванню медіаторчості для відновлення та 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, саморегуляції у взаємодії в медіапросторі.

Важливим завданням є створення простору для індивідуальної медіаторчості та 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. Групова динаміка розглядається як творчий та навчальний ресурс.

Заняття за програмою «Медіаторчість та блогерство» розраховані на три роки, дозволяють створити кожному учню 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, в ході навчання використовується проектор для демонстрації наочних прикладів і візуалізації знань.

Програма «Медіаторчність та блогерство» передбачає різноманітні дійові форми навчання і виховання: дискусії; екскурсії на виставки сучасного медіамистецтва; зустрічі з цікавими людьми; прес-конференції з проблемних питань; уроки ораторської майстерності; комунікативні та творчі ігри; захист творчих проєктів; практичні лабораторії зі створення відеоблогів; мікродослідження (індивідуальне збирання інформації, групові опитування) тощо.

Результатом занять у гуртку «Медіаторчність та блогерство» є формування всебічно розвиненої, інтелігентної, високоморальної особистості; підготовка до життя в інформаційному суспільстві; формування соціально активних, творчих, здатних розвивати суспільство людей.

Формами контролю за результативністю навчання є підсумкові заняття, участь в виставках, конкурсах, ведення кожним вихованцем власного блогу (відеоблогу) тощо. Навчання у гуртку не потребує спеціальної підготовки та знань. Навчальний матеріал програми адаптований до занять з вихованцями різного рівня підготовленості. Програма є орієнтовною. За необхідності керівник гуртка може вносити до програми зміни, які не повинні впливати на загальний зміст навчальної програми та кількість навчальних годин. Незмінними мають залишатися мета, завдання і прогнозований результат освітньої діяльності.

# МЕДІАТВОРЧІСТЬ ТА БЛОГЕРСТВО

Початковий рівень (один рік навчання)

## НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ з/п	Тема	Години		
		усього	теор.	практ.
<b>Я в інформаційному світі (22)</b>				
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.	Медіа-клуб	8	2	6
	<i>Самостійна робота</i>	2		2
<b>Світ зображень (32)</b>				
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 смыслом – Маріонетки	8	1	7
1.2.7.	Додаткові аксесуари професійного фотографа	6	2	4
	<i>Самостійна робота</i>	8		8
<b>Світ відео та кіно (42)</b>				
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 відеозйомки	8	2	6
	<i>Самостійна робота</i>	8		8
<b>Я – блогер (24)</b>				
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
<b>Усього:</b>		<b>144</b>		

# ЗМІСТ ПРОГРАМИ

## I модуль. Я В ІНФОРМАЦІЙНОМУ СВІТІ

### 1.1.1. Вступне заняття (4 години).

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 в групі гуртківців.

### 1.2.1. Кліпове мислення (4 години).

5 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.*

1. 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 та види медіа (6 годин).

Мас-медіа та директ-медіа – в 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 в 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. Медіа-клуб (8 годин).**

Медіа-клуб: основні завдання та принципи роботи. Як медіапродукти впливають на людину? Що таке рефлексія і нащо 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, в яких випадках, з чим пов'язані ті, що найбільш приємні чи неприємні.

2. Перегляд медіапродуктів (анімаційні фільми «Образ», «Про страхи», «Баранець», «Безглуздий вомбат» тощо: обирається в залежності від особливостей групової динаміки та поточної ситуації).

3. Рефлексія своїх почуттів у художній чи літературній творчості.

4. Обговорення впливу творчості на емоції після перегляду анімаційних фільмів.

## II модуль. СВІТ ЗОБРАЖЕНЬ

### 1.2.1. Фотографія як мистецтво (2 години).

Історія фотографії. Світлові експерименти. Видатні фотографи минулого і сучасності. Види і жанри фотографії. Фотографія як мистецтво. Фотографія як засіб. Фотографія як мета.

*Практичні заняття.*

1. Груповий перегляд самостійно зроблених фотографій та їх обговорення.

*Самостійна робота.*

1. Створення 10-12 фотографій, які будуть відноситися до різних жанрів.
2. Пошук прикладів робіт видатних фотохудожників.
3. Відвідування виставки сучасного фотомистецтва.

### 1.2.2. Вступ до цифрової фотографії (4 години).

Формати записування цифрових файлів. Концепція колірної температури. Баланс білого. Як правильно фокусувати камеру на об'єкті зйомки. Три кити експозиції – діафрагма, витримка та світлочутливість ISO. Довга та коротка витримка. Діафрагма та на що вона впливає. Розмиття та промальовування заднього плану, поняття «боке» діафрагми. Зйомка в пріоритеті витримки. Фокусування. Кут огляду об'єктива. Об'єм та форми. «Змазування» (розмиття) та «заморожування» об'єкта зйомки. Правила наведення різкості.

*Практичні заняття.*

1. Встановлення на камері потрібних налаштувань.

2. Груповий перегляд самостійно зроблених фотографій та їх обговорення.

*Самостійна робота.*

1. 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 години).**

«Портрети» предметів. Основні напрямки та застосування комерційної предметної фотографії. Види, цілі, особливості. Натюрморт та фотографія для каталогів. Особливості зйомки на білому тлі. Налаштування камери та культура роботи фотографа. Світло та освітлення у предметній фотографії. Баланс білого. Природне світло. «Неправильне» ефектне світло. Колір джерел світла та баланс білого. Типологія світла. Спрямоване, розсіяне світло та його розташування – інструменти для підкреслення чи згладжування фактури. Зйомка дошки.

*Практичні заняття.*

1. Експериментування зі світлом при фотографуванні предметів: «природне», «ефектне освітлення», світло, що малює, що заповнює, контрове світло. Робота з об'ємом. Тіні від об'єкта та на об'єкті фотографування. Зйомка коробки. Рефлекси з фону. Три джерела світла, що малює.
2. Експериментування зі світлом з предметами з різними фактурами.
3. Груповий перегляд самостійно зроблених фотографій та їх обговорення.

*Самостійна робота:*

1. Фотографування об'єкту на світлому та темному тлі з «жорстким» та розсіяним світлом.
2. Створення та фотографування Flat Lay композиції.
3. Створення 3-5 фуд-фотографій.

### **1.2.4. Від мемів до сценаріїв для Youtube-каналу (4 годин).**

Що таке мем? Види та тематика мемів. Особливості створення мемів: ідея пошук матеріалів та втілення ідеї.

*Практичні заняття.*

1. Підбір картинок під певні почуття так, щоб створився мем.
2. Створення мемів з кількох зображень на вибір.
3. Груповий перегляд самостійно зроблених мемів, обговорення та їх вдосконалення.

*Самостійна робота.*

1. Створення власних мемів: ідея, пошук матеріалів, реалізація.
2. Створення сценарію для короткого (до 1 хвил.) роликів на Youtube-каналі, які може стати мемом.

### **1.2.5. Програми обробка фотографій: принципи застосування (4 годин).**

Навіщо і в яких випадках потрібна корекція фотозображень. Обробка фотографій в застосунку SnapSeed. Корекція: криві, пензлик, точкова корекція.

*Практичні заняття.*

1. Практика роботи в редакторі SnapSeed.
2. Груповий перегляд самостійно оброблених фотографій, обговорення та їх вдосконалення.

*Самостійна робота.*

1. Обробка авторських фотографій з минулих занять в SnapSeed, звертаючи увагу на тоновий, кольоровий та текстурний контрасти.

### **1.2.6. Анімація зі змістом (8 годин).**

Анімація – зйомка окремими кадрами.

*Практичні заняття (групова робота).*

1. Створення маріонеток, «тілесна робота» – рухи маріонеток.
2. Покадрова зйомка анімаційного фільму.
3. Перегляд створеного анімаційного фільму і поширення його в мережі інтернет.

### **1.2.7. Додаткові аксесуари професійного фотографа (6 годин).**

Додаткові аксесуари: штатив, кріплення телефону, кульова головка, джерела світла (LED-світильники). Тематична предметна зйомка. Робота з блискучими та прозорими об'єктами. Особливості зйомки їжі: фуд-фотографія. Баланс білого під час роботи з прозорими та відбиваючими об'єктами. Показання для комбінованої зйомки.



*Практичні заняття.*

1. Експериментування з фотографуванням скляних келехів, пляшки – на чорному та білому тлі.
2. Зйомка води та бризок. Зйомка льоду. Заморожуємо рух. Варіанти зйомки бризок
3. Робота з прапорами та гелевими фільтрами. Зйомка зі змішаним світлом (імпульсний та постійний).
4. Груповий перегляд самостійно зроблених фотографій, обговорення та їх вдосконалення.

*Самостійна робота.*

1. Зйомка їжі та предметів – полірованого металу, прозорих та непрозорих ємностей.

## III модуль. СВІТ ВІДЕО ТА КІНО

### 1.3.1. Вплив відео на психіку людини (2 години).

Як фільми змушують нас сміятися чи плакати. Психічні процеси ідентифікації та 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 в 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 та розбіжності. «Камера як скальпель: вона є лікувальною». Застосування непрофесійного обладнання (смартфону) для влогінгу. Основні складові відеоролику. Сценарій відеоролику. Поняття епізоду. Відеозйомка предметів. Розподільча здатність камери. Частота кадрів. Мобільне відео: що таке розмір кадру, RAW и JPEG діафрагма, баланс білого, світлочутливість ISO у відеозйомці. Налаштування смартфона. Пропорції кадра, розширення. Стабілізація відео. Як встановлювати фокус у відео. Важливість ракурсу відеозйомки. Поняття плану у відео: дальній, середній, крупний, макрозйомка. Поняття переходу між епізодами.

*Практичні заняття.*

1. Налаштування власного смартфона. Вибір потрібної діафрагми, витримки, балансу білого та ISO.
2. Практика фільмування на смартфон: зйомка відеоролику з предметом з 4-5ти епізодів. Застосування різних планів в зйомці.
3. Груповий перегляд знятих самостійно відеороликів, обговорення та їх вдосконалення.

*Самостійна робота.*

1. Зйомка короткого (10-15 секунд) відеоролику з предметом (їжею, квіткою, деревом, іграшкою) з 4-5ти епізодів із застосуванням руху камери та різних планів зйомки.
2. Зйомка 3 відеороликів з різним розширенням.

### **1.3.3. Відеопрезентація (4 години).**

Відеопрезентація: що, нащо, 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 гуртку.

*Самостійна робота.*

1. Створення відеопрезентації із застосуванням комп'ютерних програм, накладанням звуку та титрів.

### **1.3.4. Монтаж мобільного відео (6 годин).**

Вивчення застосунку Inshot. Обрізка відео, видалення непотрібного. Монтаж серії зображень. Поєднання відео та зображень. Поняття «переходів» між окремими кадрами під час монтажу. Як змінити кадри чи відеоепізоди місцями на застосунку в смартфоні.

*Практичні заняття.*

1. Налаштування власного смартфона.
2. Монтаж відеоролику з предметом з 4-5ти епізодів.
3. Груповий перегляд змонтованих самостійно відеороликів, обговорення та їх вдосконалення.

*Самостійна робота.*

1. Монтаж короткого (10-15 секунд) відеоролику з предметом (їжею, квіткою, деревом, іграшкою) з 4-5ти епізодів із застосуванням руху камери та різних планів зйомки, знятого на попередньому занятті.

### **1.3.5. Озвучування мобільного відео (6 годин).**

Вплив музики на сприйняття відеоряду. Приклади роликів з однаковим відеорядом, але різним озвученням. Застосунки для мобільного телефону, де можна знайти різні звуки та музику. Робота з озвучуванням. Підбір музики під відеоряд. Поняття «біту».

*Практичні заняття.*

1. Інтернет-пошук сайтів зі звуками.
2. Підбір музики під зображення природного ландшафту та природних стихій, запропоновані викладачем.
3. Монтаж з урахуванням «бітів».
4. Груповий перегляд озвучених самостійно відеороликів, обговорення та їх вдосконалення.

*Самостійна робота.*

1. Підбір кількох треків під кілька різних відео, щоб одне і те ж саме відео сприймалося з різним настроєм (повільні та динамічні відео, радісні, жахаючі відео).
2. Зйомка відео на задану викладачем тему під треки з різним настроєм.
3. Озвучування короткого (10-15 секунд) відеоролику з предметом (їжею, квіткою, деревом, іграшкою) з 4-5ти епізодів, знятого та змонтованого на попередніх заняттях.

### **1.3.6. Управління швидкістю відеоряду (6 годин).**

Швидкість відеоряду. Уповільнений режим (зйомка 240 кадрів в секунду). Зйомка пришвидшеного відео. Приклади застосування уповільненого та пришвидшеного відео. Уповільнення чи пришвидшення відеоряду під час монтажу.

*Практичні заняття.* Зйомка уповільненого відео, як воду наливають у склянку. Зйомка пришвидшеного відео, як рухається людина. Груповий перегляд знятих самостійно відеороликів з уповільненою та пришвидшеною зйомкою, обговорення та їх 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 відеозйомки (6 годин).**

Важливість освітлення. «Шуми» під час відеозйомки при поганому освітленні. Природне та штучне освітлення. «Теплота» освітлення. Освітлення та колір відеоряду. Контрове освітлення, відблиски, відображення.

*Практичні заняття.*

1. Зйомка відео з штучним та природнім освітленням.
2. Груповий перегляд знятих самостійно відеороликів з різними освітленням, обговорення та їх вдосконалення.

*Самостійна робота.*

1. Зняти низку коротких відеороликів (10-15 секунд) з 4-5ти епізодів кожен, в яких застосовується різне освітлення (на вулиці, на природі в тіні, на сонці, в хмарну погоду; в приміщенні, коли об'єкт зйомки розташований по відношенню до джерела світла під різними кутами, на різній відстані від фону тощо).

## **IV модуль. Я – БЛОГЕР**

### **1.4.1. Блогерство як явище: що таке і навіщо треба? (6 годин).**

Блоги як частина медіапростору. Чому вони так популярні? Види блогів (на прикладах зразків сучасних українських блог платформ). Діапазон ресурсів,

тем та контенту. Мікроблоги. Співвідношення понять блогосфера, література, мистецтво. Роль уяви, фантазії в блогерстві. Чи може блог бути витвором мистецтва? Реальність і фантазія. Правда і вигадка. Знайомство з епістолярною творчістю класиків: листування та щоденники. Лист в засобах масової інформації. Щоденник письменника, вченого. Роль щоденника в розвитку спостережливості, у вихованні характеру, пізнанні самого себе, укріпленні самодисципліни. Жанрова свобода щоденника (спогади, виписки з прочитаного, міркування, оцінка людей та подій тощо).

Соціальні мережі як платформи для блогів. Особиста сторінка чи персональний сайт? Записник і робочий блокнот. Відмінності блогу та традиційного щоденника: перетин приватного та суспільного. Необхідні блогеру знання та навички. Есе (есеї). Загальна характеристика. Особливості жанру. Мова есе, його художність, філософічність. Ефект «думок вголос». 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 з предметів, зображених на фотографіях, зроблених учнями на занятті з предметної фотозйомки (книга, годинник, ліхтар, мушля тощо).

#### **1.4.2. Створення тексту для блогу: основні правила (10 годин).**

Платформи для блогерства. Поняття про жанр. Інформаційні, аналітичні, розважальні, художньо-публіцистичні жанри блогів. Оповідання та описи. Поняття теми, тематики і проблематики блогу. Ідея блогу. Спочатку ідея, потім текст, потім заголовок. Портрет, предмет, природа та пейзажи в блогах. Опис різних годин доби, пори року.

### *Практичні заняття.*

1. Пошук та вивчення

2. Написання перших міні-текстів для блогу у будь-якому з вивчених жанрів (з визначенням його теми і головної проблеми). Теми «Що таке блогерство?», «Хто такий блогер», «Нащо мені займатися блогерством».

3. Доопрацювання оповідання про предмети на фотозображеннях з попередньої теми з урахуванням приналежності цих речей до особистих речей певної людини так, щоб предмети характеризували цю людину.

4. Підбір (створення) заголовків до запропонованих керівником текстів.

### *Самостійна робота.*

1. Порівняльний аналіз різних блог-платформ.

### **1.4.3. Підсумкові заняття (6 годин).**

Закріплення теоретичних знань, отриманих протягом року. Створення авторського блогу кожним учнем, 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 та світлочутливість, фокус, контрове освітлення; види і жанри фотографії; поняття «мем» та їх види; поняття «блог» та «влог», «блогосфера», «мікроблог», «платформа для блогів», види блогів; основні поняття відеозйомки – 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 значимість.

### ***Вихованці мають вміти:***

орієнтуватися в основних журналістських термінах, поняттях, пов'язаних з фотографуванням, відеозйомкою, складати літературні твори (малі форми) у рамках певного жанру; уміти порівнювати та аналізувати медіапродукти, рефлексувати власні емоції та переживання від сприймання медіапродуктів; уміти розмірковувати на задану тему й оцінювати побачене, прочитане; створювати мінітексти, фотографії, відео, меми; мати навички корекції фотозображень в застосунку SnapSeed; володіти основними навичками створення презентації за допомогою комп'ютерної програми PowerPoint, вміти створити титри, переходи, анімацію, та монтажу в Inshot; критично ставитися до власної творчості, мати навички самоаналізу і рефлексії, усвідомлювати власні емоції, викликані медіа продуктами, управляти ними; застосовувати отримані знання на практиці.

## **МЕДІАТВОРЧІСТЬ ТА БЛОГЕРСТВО**

**I рік навчання, основний рівень**

### **НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН**

№ з/п	Тема	Години		
		усього	теор.	практ.
<b>2.1. Я в інформаційному світі (20)</b>				
2.1.1.	Масова комунікація як вид інформаційної діяльності	4	2	2
2.1.2.	Український медіапростір та місце блогів в ньому (6 годин).	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
<b>Світ зображень (32)</b>				



2.2.1.	Все 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
<b>Світ відео та кіно (40)</b>				
2.3.1.	Від мемів до сценаріїв для Youtube-каналу	6	2	4
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 Movavi	6	2	4
2.3.5.	Озвучування відеоряду за допомогою програми Movavi	6	2	4
2.3.6.	Анімація зі смислом	8	2	6
	<i>Самостійна робота</i>	8		8
<b>Я – блогер (30)</b>				
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

## **I модуль. Я В ІНФОРМАЦІЙНОМУ СВІТІ**

### **2.1.1. Масова комунікація як вид інформаційної діяльності (4 години).**

Чим є і чим не є сучасні медіа. Журналістика як один з 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 набуття кіно у порівнянні з літературним першоджерелом.
2. Порівняння матеріалу на одну тему у друкованих ЗМІ й на телебаченні.

### **2.1.2. Український медіапростір та місце блогів в ньому (6 годин).**

Феномен соціальних мереж та загальнодоступних технологій як чинник кризи в журналістиці, відмирання газет та журналів тощо. Корпоративні ЗМІ як іграшки в руках власників. Падіння освітнього рівня журналістів та рівня їх моральних орієнтирів, орієнтація на швидкий успіх та хайп за прикладом соціальних мереж. Світові тренди та тенденції розвитку ЗМІ. Неприбуткові ЗМІ або як монетизувати свій блог. Позитивні та негативні сторони блогерства.

*Практичні заняття.*

1. Індивідуальна робота: «розкрутити» дві теми (однакові та актуальні для всіх гуртківців – моббінг, медіатравматизація тощо).
2. Групова робота: презентація текстів гуртківцями по черзі; дискусія з модеруванням викладачем, обмін думками.

### **2.1.3. Фейки, маніпуляції та інші інструменти інформаційної війни (4 години).**

Хаос інформаційного простору. Психологічні мішені воєн ХХІ століття і медіапсихологічна зброя. Проблема з фейковими новинами. Методи маніпулювання ЗМІ. Вплив російської пропаганди та контрпропаганди. Системна робота проти ЗМІ з боку мережі проплачених блогерів-«ЛЮМів». Критичне мислення і патріотизм. Цілі інформаційної війни другого покоління. 6 принципів впливу на аудиторію.

#### *Практичні заняття.*

1. 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 годин)**

Феномен медіатравматизації в інформаційному суспільстві. Загрози медіатравматизації воєнного часу. Типи медіатравм за критерієм рівня медіаактивності можливої відповіді.

#### *Практичні заняття.*

1. Обговорення в групі можливих медіатравм, пов'язаних з війною.

#### *Самостійна робота.*

1. Підготовка в міні-групах по 3-5 вихованців дослідницьких журналістських проєктів про випадки медіатравматизації.

## **II модуль. СВІТ ЗОБРАЖЕНЬ**

### **2.2.1. Все про оптику (2 години).**

Фотокамера, об'єктиви, фотоапарати. Класифікації об'єктивів та їх 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 години).**

Визначення експозиції. Поняття ступеня експозиції. Експозамір (як читати підказки фотоапарату). Стандартні ряди експозиційних значень. Співвідношення витримки та діафрагми. Визначення експопари. Експокорекція.

*Практичні заняття.*

1. Експерименти з фотографуванням з різними ступенями експозиції.
2. Зйомка в режимі «Р».

*Самостійна робота.*

1. Тренування навичок експокорекції.

### **2.2.3. Основи композиції (4 години).**

Композиція (побудова кадру) Поняття композиції та її компоненти. Обговорення доступних фотографу художніх засобів. Гармонія, контраст: «золотий перетин», правило третин, точки напруги, симетрія. Засоби досягнення рівноваги у кадрі. Візуальна динаміка: властивості ліній, лінії сил. Лінійна та тональна перспективи. Ритм. Естетика форми у фотографії. Роль об'єктів, зйомки та їх форми для художнього вираження. Експресія форми. Контрасти світлих і темних форм та їхнє співзвуччя. Візуальна динаміка. Ракурс як виразний засіб. Геометрія. Компонування. Глибина у кадрі. Об'єм та площа. Зв'язок об'єктів на площині. Структура композиції. Діагоналі та вертикалі. Масштаб. Лаконічність та заповненість кадру. Принципи конструювання та кадрування.

*Практичні заняття.*

1. Практика роботи з композицією.
2. Груповий перегляд самостійно зроблених фотографій, обговорення та їх вдосконалення.
3. Аналіз композиційної побудови кадру

*Самостійна робота.*

1. Зйомка предметів різних форм запропонованих викладачем з різною побудовою композиції.

#### **2.2.4. Розуміння світла як основного інструменту фотографа (8 годин).**

Світло: постановка та керування. Роль світла у процесі роботи над зображенням. Вплив світла на художню фотографію. Природне та штучне світло. Характер освітлення – м'яке та жорстке освітлення. Основні джерела світла: таке, що малює, таке, що заповнює, контрове, фонове. Вибір та встановлення джерел освітлення в залежності від мети зйомки. Джерела постійного та імпульсного світла. Студійне обладнання (парасольки, софт-бокси, відбивачі та ін.). Світлоформуєчі насадки та пасивні джерела світла. Використання відбивача. Студійна зйомка. Особливості зйомки при природному освітленні. Золота година. М'яке та жорстке світло. Відкладений спуск.

##### *Практичні заняття.*

1. Робота з непрофесійною моделлю, студійна зйомка: вибір світла з урахуванням образу моделі. Використання різних фокусних відстаней. Вибір ракурсу та зйомка з урахуванням композиційних правил.

2. Робота із постійними джерелами світла. Застосування двох джерел світла. Практика використання відбивача світла.

3. Груповий перегляд самостійно зроблених фотографій, обговорення та їх вдосконалення.

##### *Самостійна робота.*

1. Зробити кілька фотопортретів своїх близьких, друзів, знайомих з різним освітленням.

2. За допомогою вивчених в минулому році інструментів SnapSeed, обробити фотографії, звертаючи увагу на тоновий, кольоровий та текстурний контрасти: ретуш портрета (відтінки шкіри, яскравість фону, контраст на фото та тонування знімка).

#### **2.2.5. Колористика (6 годин).**

Виявлення кольору: визначення поняття чистоти та якості кольору в образотворчому мистецтві. Сприйняття кольору та його впливу на глядача. Колір як формотворчий фактор. Концепція тональності у фотографії, відтінки.

Насиченість кольору. Об'ємність кольору та півтони. Колірні акценти. Виявлення колірної плями. Колористика: контрастні кольори, поєднання кольорів в єдину систему, колірна гармонія, поєднання подібних та 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 та RAW-конверторами, виправлення експозиції, балансу білого тощо.
3. Груповий перегляд самостійно зроблених фотографій, обговорення та їх вдосконалення.
4. Відвідування виставки сучасного мистецтва.

*Самостійна робота.*

1. Зробити та обробити п'ять кольорових фотографій на будь-яку тему.

#### **2.2.6. Взаємодія з моделлю (8 годин).**

Психологічні закономірності взаємодії з моделлю під час зйомок. Кадрування портретів. Засоби виразності у далекоплановому та погрудному портреті. Неприпустимі помилки в роботі над фотопортретом. Світло під час зйомки художнього портрету. Основні режими камери: який для якого виду зйомки. Портрет без спотворень: модель, beauty, selfie. Композиційні прийоми для передачі емоцій. Серійна зйомка.

*Практичні заняття.*

1. Підбір світла під образ моделі.
2. Експериментування зі створенням портретів різних моделей в різних образах – зі зміною ракурсів, поз, світла тощо.
3. Груповий перегляд самостійно зроблених фотопортретів та селфі, обговорення та їх вдосконалення.

*Самостійна робота.*

1. Створення та обробка п'яти кольорових фотопортретів однієї моделі (знайомого, родича, друга) в різних образах з різним освітленням.
2. Створення певний образ і селфі (3-4 образи на вибір дитини, чи по завданню викладача).
3. Створення селфі впродовж тижня кожного дня в різних емоційних станах і записувати свої емоції.

### **III модуль. СВІТ ВІДЕО ТА КІНО**

#### **2.3.1. Додаткові пристрої для відеоблогінгу (8 годин).**

Правовий статус відеоблогера. Авторські права. Як обрати локацію для зйомок: де дозволено чи заборонено фільмувати. Як обрати обладнання для фільмування. Мінімальний набір обладнання для блогера. Штатив для закріплення смартфона чи камери на необхідній висоті та під правильним кутом. Петличка чи направлений мікрофон для розмовного відео. Світлове обладнання (кільцева лампа). Стабілізатор коливань камери. Застосування різних об'єктивів.

#### *Практичні заняття.*

1. Зйомка відео з мікрофоном та без з порівнянням результату.
2. Зйомка відео зі стабілізатором та без з порівнянням результату.
3. Експерименти з різними світловим обладнанням та об'єктивами.
4. Груповий перегляд знятих самостійно відеороликів з використанням додаткових пристроїв, обговорення та їх вдосконалення.

#### *Самостійна робота.*

1. Зйомка низки коротких відеороликів із застосуванням різних додаткових пристроїв.

#### **2.3.2. Композиція кадру відео (6 годин).**

Правильна компоновка відео: сітка золотого перерізу, сюжетно-важливий об'єкт. Глибина різко зображеного простору. Важливе і неважливе: як викинути

все зайве. Розстановка акцентів. Об'ємний світлотіньовий малюнок. Переходи між епізодами камерою.

*Практичні заняття.*

1. Експерименти зі зйомкою переходів між епізодами.
2. Груповий перегляд знятих самостійно відеороликів з правильною та неправильною композицією та їх обговорення.

*Самостійна робота.*

1. Зйомка 6 коротких роликів (10-15 секунд): 3 з правильною композицією, 3 – з неправильною, та пояснити чому.
2. Створення мемів з кадрів з неправильною композицією у відео, знайденому в інтернеті, чи власному.
3. Зйомка короткого відеоролику з 4-5ти епізодів із застосуванням різних переходів камерою чи смартфоном.

### **2.3.3. Монтаж відео за допомогою комп'ютерної програми Movavi (6 годин).**

Вивчення програми Movavi. Обрізка відео, видалення непотрібного. Монтаж серії зображень. Поєднання відео та зображень. «Переходи» між окремими кадрами під час монтажу: хвиля, осколки, градієнт, змійка, витіснення, заміщення, пензлик тощо. Кадрування (обрізка країв). Кольорокорекція (покращення та 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 відеоролику з предметом з 4-5ти епізодів.
3. Груповий перегляд змонтованих самостійно відеороликів, обговорення та їх вдосконалення.

*Самостійна робота.*



1. Монтаж короткого (10-15 секунд) відеоролику з 4-5ти епізодів із застосуванням руху камери та різних планів зйомки, знятого на попередньому занятті.

#### **2.3.4. Озвучування відеоряду за допомогою програми Movavy (6 годин).**

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 відеоролику з предметом з 4-5ти епізодів.
3. Груповий перегляд озвучених самостійно відеороликів, обговорення та їх вдосконалення.

*Самостійна робота.*

1. Озвучування знятого самостійного відеоролику з 4-5ти епізодів із застосуванням аудіоефектів та узгодження переходів між епізодами з музикою та звуками.

#### **2.3.5. Анімація зі змістом (8 годин).**

Пластилінова анімація: можливості та обмеження. Монтаж анімаційного фільму. Глядацький етап – важливість спільного перегляду, поділ почуттями, презентація готового фільму аудиторії. Засоби поширення власного анімаційного фільму.

*Практичні заняття (групова робота).*

1. Розробка ідеї, сценарію; режисура майбутнього анімаційного фільму; визначення героїв та їх створення з пластиліну.
2. Покадрова зйомка анімаційного фільму – безпосереднє оживлення персонажів.
3. Засвоєння технологій монтажу анімаційних фільмів.

4. Перегляд створеного анімаційного фільму та поширення його в мережі інтернет.

## **IV модуль. Я – БЛОГЕР**

### **2.4.1. Передумови виникнення блогерства (4 години)**

Активний розвиток блогосфери і мережевих сервісів. Тема блогу. Пошук теми. Як, чому, навіщо? Ідея. Поняття «жанр». Термін «жанр» в літературі, журналістиці, блогерстві, спільне та відмінне. Знайомство з системою жанрів. Творчість в рамках 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 блогу.

*Практичні заняття.*

1. Визначення на підставі сформованої ідеї 5 підтем, які можуть бути темами для блогів. Написання короткого тексту блогу, використовуючи ідею й одну з тем.

2. Практична робота з визначення основних якостей, відмінностей, притаманних тим чи іншим жанрам.

*Самостійна робота.*

1. Написання текст про подорож.
2. Написання текст про певне місце (Карпати, Київ, Дніпро тощо) або час (десятиріччя, століття тощо).
3. Написання текст про приготування певної страви.

### **2.4.2. Як створюється блог? (8 годин)**

Заголовок – це мистецтво. Історія заголовка у 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 заголовку.

Використання прислів'їв, приказок, крилатих висловів, рядків з відомих пісень, віршів тощо при виборі заголовка. Обсяги блогу. Принцип «перевернутої піраміди». Лід, його різновиди в журналістських творах і особливості побудови. Оглав та інші елементи. Візуальні гачки для читачів.

Що таке інформаційний блог. Поняття «розробки теми». Що таке новина. Новина як основа будь-якого інформаційного блогу. Роль новини для ЗМІ. Як створити інформаційний блог, коли ви опинились на місці події. Чому і коли подія стає новиною. Репортаж в 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 і уваги до оточуючої 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 блогу: Хто? Що? Де? Коли? Чому? Як? Обрати одну тему і кілька варіантів заголовків. Написати лід, план по абзацах.

2. Створення заголовків (кілька варіантів). Шліфовка заголовків, якщо доречно, введення «кодових» слів, на які реагує аудиторія.

#### *Самостійна робота.*

1. Самостійний порівняльний аналіз заголовків різних блогів: визначення переваг та недоліків.

2. Написання блогу про яку-небудь подію (репортаж).

3. Написання міні-текстів до фотографій, зроблених на заняттях з фотозйомки (опис предмету на фотографії, його історії, приналежності; опис людини на портреті, її емоційного стану, минулого досвіду тощо; коментар до пейзажу: чому саме привернув увагу, що «зачепило» у краєвиді).

### **2.4.3. Структурування тексту (8 годин).**

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, увага як важливі якості особистості блогера. Розвиток навичок судження та оцінки.

#### *Практичні заняття.*

1. Робота з описом селфі, що були зроблені на заняттях з теми «Фотографія». Обрати від 5 до 10 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. Написання тексту блогу, використовуючи ідею, тему, заголовок, розбивку тексту й фінал. Перші автори пишуть короткі блоги (5–15 хвилин), передаємо текст партнерам, наступні автори збільшують розмір тексту до 1000 – 1200 знаків (приблизно), треті – збільшують до 2000 знаків (приблизно).

#### *Самостійна робота.*

1. Створення блогів на теми: а) «Мій день», «Тиждень з мого життя», які аналізують власний характер; б) «Моє хобі», «Як я використовую вільний час», які аналізують свої інтереси та захоплення; в) «Моя мрія», «Моя мета». «Моя майбутня професія», які аналізують власні прагнення.

#### **2.4.4. Як захопити увагу читача? (6 годин).**

Поняття «макет», «верстка». Шрифт та ілюстрації для блогу. Підбір чи створення фотографій для власного блогу. Арсенал ілюстрування блогу: фотознімки, малюнки, діаграми, мапи, схеми, графіки тощо. Інфографія – візуальна інформація у текстах. Інфографія як самостійна група жанрів та як доповнення до текстів. Значення ілюстрацій. Види ілюстрацій. Форма, розмір і розташування ілюстрацій в блозі.

#### *Практичні заняття.*

1. Експерименти з підбору шрифту для власного блогу. Дослідження сприймання текстів, написаних різними шрифтами.

*Самостійна робота.*

1. Створення фотографій для текстів з попередніх занять.

#### **2.4.5. Підсумкові заняття (6 годин).**

Закріплення теоретичних знань, отриманих протягом року. Презентація власних текстів для блогів. Завдання на літо.

### **ПРОГНОЗОВАНИЙ РЕЗУЛЬТАТ**

#### ***Вихованці мають знати:***

поняття журналістики та блогерства і співвідношення цих видів діяльності; вільно оперувати основними термінами «сучасні медіа», «хайп», «фейк», медіатравматизація, типи медіатравм, макет, верстка, новина, репортаж; що є системою засобів масової інформації; класифікацію об'єктивів, поняття світлочутливості, фокусної відстані об'єктиву, глибини різкості, експозиції, експозаміру, експопари, екпокорекції; складові композиції в фотографії – контраст, лінійна та тональна перспективи, ритм, експресія форми, komponування, глибина, діагоналі, вертикалі; основні джерела світла і розуміти роль світла у процесі роботи над зображенням, постійне та імпульсне світло, поняття колористики: чистоти та якості кольору, сприйняття кольору, насиченості, об'ємності, півтонів, колірної плями, контрастних кольорів, колірного komponування; жанри фотографії; відмінності між журналістикою та блогерством, види і типи заголовків.

#### ***Вихованці мають вміти:***

протистояти медіапсихологічній зброї та маніпуляціям ЗМІ; користуватися різними об'єктивами, джерелами освітлення та 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 та застосовувати інші ефекти – наближення,

віддалення, панорама, озвучувати відео – змінювати гучність, швидкість, появу та зникнення, запис аудіо, використовувати аудіо ефекти; створювати пластилінову анімацію та монтаж анімаційного фільму; створювати короткі оповідання, блоги в соціальних мережах чи на окремих платформах, вільно підбираючи усі види заголовків та застосовуючи різні структури текстів, абзаци, підзаголовки, лід, цитати, списки; застосовувати ілюстрації, інфографію; мати змогу підготувати репортаж; розвивати свої критичне мислення і патріотизм, спостережливість та увагу до оточуючої дійсності; працювати в команді та регулювати свої емоції та поведінку за допомогою медіатворчості.

# МЕДІАТВОРЧІСТЬ ТА БЛОГЕРСТВО

II рік навчання, основний рівень

## НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

№ з/п	Тема	Години		
		усього	теор.	практ.
<b>Я в інформаційному світі (22)</b>				
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 (годин)	4	1	3
	<i>Самостійна робота</i>	4		4
<b>Світ зображень (32)</b>				
3.2.1.	Створення фотопроєкту	6	1	5
3.2.2.	Зйомка людей. Репортажна зйомка	4	2	2
3.2.3.	Особливості зйомки на пленері	4	2	2
3.2.4.	Огляд професійних комп'ютерних програм для обробки фотографій.	6	2	4
9.	Знайомство з комп'ютерною програмою Adobe Fotoshop	4	2	2
3.2.6.	Фотографія як ілюстрація власного блогу	8		8
	<i>Самостійна робота</i>	6		
<b>Світ відео та кіно (42)</b>				
3.3.1.	Відео як потужний маркетинговий та	4	2	2

	рекламний інструмент			
3.3.2.	Робота з професійною камерою	6	2	4
3.3.3.	Управління світлом	6	2	4
3.3.4.	Зйомка інтерв'ю	8	2	6
3.3.5.	Зйомка тематичного відеоролика	10	2	8
3.3.6.	Відеомонтаж у Adobe Premiere	8	2	6
	<i>Самостійна робота</i>	6		6
<b>Я – блогер (28)</b>				
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 та жанр блогу	4	2	2
	<i>Самостійна робота</i>	14		14
	Підсумкові заняття	4	2	2
Усього:		144		



## **ЗМІСТ ПРОГРАМИ**

### **I модуль. Я В ІНФОРМАЦІЙНОМУ СВІТІ**

#### **3.1.1. Медіапсихологія блогерської діяльності (2 години).**

Блогожурналістика як феномен. Інформаційні хвилі: типи, інтенсивність, характер розповсюдження. Блогерський вплив в рекламних і політичних кампаніях. Блогерство як самореалізація особистості в соціальній реальності – в суспільних процесах. Блогосфера як засіб досягнення спільного блага: накопичення інформації, об'єднання, закономірності розвитку.

#### **3.1.2. Журналістика як четверта влада. (6 годин).**

Три гілки влади як набуток демократії. Четверта влада – журналістика. Свобода преси та економіка. Тиск на ЗМІ (огляд ситуації в світі та Україні). Особливості підготовки «скандальних» тем. Аналіз особливостей роботи над репортажем для різних ЗМІ. Що таке «хайп» і нащо його застосовують?

##### *Практичні заняття.*

1. Дискусія на тему: випадків «хайпу» в ЗМІ, тиску на ЗМІ (можливо в історичному контексті), вбивств журналістів-слідчих тощо.

2. Обрати тему, підготувати початок репортажу (для газети, радіо, телебачення) на будь-яку тему.

##### *Самостійна робота.*

1. 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 години).**

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.*

1. Пошук в соціальних мережах теми для статті / блогу.

*Самостійна робота.*

1. Знайти в соціальних мережах теми для статті / блогу, пов'язаної з подіями російсько-української війни. Підготовка та зв'язок з героями історії.

2. Інтерв'ю та написання статті для ЗМІ та варіанта для «нових медіа».

### **3.1.4. Селективність сприймання повідомлень інформаційного простору (4 годин).**

Медіаінформаційна грамотність і медіакультура. Медіаграмотність в Доктрині інформаційної безпеки України. ЮНЕСКО і документи, що визначають медіаграмотність. Вміння чути / бачити у блогера. На що звертаємо увагу? Що сприймає глядач / слухач. «Інформаційна бульбашка» користувача соціальних мереж та вихід за її межі: переваги та ризики.

*Практичні заняття.* Групове обговорення законів медіаграмотності.

*Самостійна робота.* Пошук в соціальних мережах користувачів за межами своєї «інформаційної бульбашки», налагодження усвідомленого спілкування.

### **3.1.5. Соціальні мережі, групи за інтересами та онлайн спілкування (4 годин).**

Культура спілкування в соціальних мережах. Можливість застосовувати анонімність як експериментування з власною ідентичністю. «Легка соціальність» – що це за феномен? Правила поведінки в онлайн групах. Нетікет. Прояви онлайн-агресії як фактори медіатравматизації – хепіслепінг та кібербулінг.

*Практичні заняття.*

1. Групове обговорення феномену кібербулінг, його проявів, методів протистояння.

*Самостійна робота.*

1. Вигадати незвичайну «ідентичність», придумати її історію, особливості, риси характеру.
2. Створити групу в соціальних мережах для вихованців гуртку і почати спілкування від імені придуманого «аватару».

## **II модуль. СВІТ ЗОБРАЖЕНЬ**

### **3.2.1. Створення фотопроєкту (6 годин).**

Етапи проєкту: ідея – планування – зйомка – 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 гуртку.
2. Групове обговорення портфоліо кожного вихованця.

*Самостійна робота.*

1. Створення портфоліо власних фотографій.

### **3.2.2. Зйомка людей. Репортажна зйомка (4 години).**

Характерний чоловічий портрет. Портрет в низькому ключі. Видатні портретисти 20 століття. Юсуф Карш та Роберт Меппелторф. Сімейна зйомка та love story.

*Практичні заняття.*

1. Групове обговорення індивідуальних проєктів про відомих фотопортретистів сучасності.

*Самостійна робота.*

1. Підготовка проєкту про відомих фотопортретистів сучасності (у вигляді презентацій / відеопрезентації).

### **3.2.3. Особливості зйомки на пленері (4 години).**

Зйомка при природному освітленні. Аналіз та пошук локації. Вибір ракурсів та точок зйомки з урахуванням особливостей локації. Визначення експозиційних параметрів стосовно умов освітленості. Вибір оптимальної фокусної відстані та побудова перспективи з урахуванням задуму фотографа. Вечірня зйомка. Захід сонця і світанок.

*Практичні заняття.*

1. Зйомки на пленері (заняття за межами кабінету).
2. Обговорення індивідуальних портретних сесій на пленері кожного члена гуртку.

*Самостійна робота.*

1. Підготовка та проведення портретної сесії на пленері.

### **3.2.4. Огляд професійних комп'ютерних програм для обробки фотографій (6 годин).**

Обробка фотографій інструментами Adobe Lightroom Classic. Пакедне редагування. Модуль «Бібліотека». Гарячі клавіші і нащо вони потрібні. Маркери знімків. Режими перегляду. Корекція експозиції, балансу білого тощо. Палітра кольорів. Панель деталей. Створення, імпорт та експорт пресетів.

*Практичні заняття.*

1. Відпрацювання основних знань з обробки фотографій інструментами Adobe Lightroom Classic.
2. Обговорення результатів корекції інструментами Adobe Lightroom Classic індивідуальних портретних сесій на пленері, проведених на минулому занятті кожним членом гуртку.

*Самостійна робота.*

1. Корекція інструментами Adobe Lightroom портретної сесії на пленері, проведеної на минулому занятті.

### **3.2.5. Знайомство з комп'ютерною програмою Adobe Fotoshop (4 годин).**

Основні інструменти Adobe Fotoshop: «Переміщення» та «Виділення прямокутної області»; штамп і точковий пензель. Як видаляти плями? Інструменти локальної корекції світло-тіні та насиченості кольору. Програми помічники вибору гармонійних поєднань Adobe Color CC. Метод частотного розкладання. Шаровий колір. Гарячі клавіші Adobe Fotoshop.

*Практичні заняття.*

1. Відпрацьовування основних знань з обробки фотографій інструментами Adobe Fotoshop.

2. Обговорення результатів корекції інструментами Adobe Fotoshop індивідуальних портретних сесій на пленері, проведених на попередніх заняттях кожним членом гуртку, та порівняння з результатами, отриманими за допомогою Adobe Lightroom Classic.

*Самостійна робота.*

1. Корекція портретної сесії на пленері, проведеної на попередніх заняттях, інструментами Adobe Fotoshop.

### **3.2.6. Фотографія як ілюстрація власного блогу (8 годин).**

Як фотографія може стати ілюстрацією чи засобом передачі 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.*

1. Обговорення фотографій індивідуальних блогів кожного члена гуртку.

*Самостійна робота.*

1. Ілюстрування власних блогів (колективного блога) авторськими фотографіями.

## **III модуль. СВІТ ВІДЕО ТА КІНО**

### **3.3.1. Відео як потужний маркетинговий та рекламний інструмент (4 години).**

Структура відео, що продає. Мета. Цільова аудиторія. Як просувати відео. Сценарій відео, що продає. Розкадровка з переходами. Фокус і експозиція кожного кадру.

*Практичні заняття.*

1. Груповий перегляд змонтажованих самостійно відеороликів, обговорення та їх вдосконалення.

*Самостійна робота.*

1. Зйомка відео, що продає, чи рекламує відеоролік, знятий раніше, та монтаж.

### **3.3.2. Робота з професійною камерою (6 годин).**

Підготовка камери до зйомки. Прогресивна та черезрядкова розгортка. Формати відео. Способи стиснення відео. Зйомка з автоматичними та ручними налаштуваннями експозиції. Гіперфокальна відстань. Основні відмінності професійної відеотехніки від аматорської. Різкісний акцент. Дихання фокусу. Пікінг та «зєбра». Передача простору у кадрі. Психологічне значення дальнього, загального, середнього, крупного та зверхкрупного (деталі) планів. Пряма, зворотна, лінійна, оптична, тональна та динамічна перспективи. Горизонтальні, вертикальні та похилі лінії у кадрі. Голландський кут. Ракурси. Нижня, середня та висока точка зйомки. Коли слід використовувати панорамування та 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 «петлічек». Настроювання рівня звуку. Навушники. Різні типи професійних диктофонів та рекордерів. Види аудіороз'ємів. Перехідники.

*Практичні заняття.*

1. Практичне вивчення професійної камери.

2. Експерименти з різними об'єктивами, різними мікрофонами.

3. Порівняльний аналіз зроблених відео.

4. Груповий перегляд знятих самостійно відеороликів, обговорення та їх вдосконалення.

*Самостійна робота.*

1. Зняти відеоролик із застосуванням знань щодо планів, перспектив, ракурсів тощо.

### **3.3.3. Управління світлом (6 годин).**

Зйомка за умов поганого освітлення. «Некамерне» світло. Основні типи та властивості світла. Схеми світла, яке малює. Головна відмінність фото- та відеосвітла. М'яке та жорстке світло: особливості застосування. Створюємо атмосферу у кадрі. Особливості управління світлом під час зйомки інтерв'ю.

*Практичні заняття.*

1. Експерименти зі світовими ефектами.
2. Приклади відеороликів з використанням різного освітлення.
3. Груповий перегляд змонтованих самостійно відеороликів, обговорення та їх вдосконалення.

*Самостійна робота.*

1. Зйомка трьох відеороликів з різним освітленням: зйомка в ночі чи напівтемряві (погано освітленому приміщенні), зйомка в яскравий сонячний день

### **3.3.4. Зйомка інтерв'ю (6 годин).**

Художня та репортажна зйомка. Інтерв'ю: історія, мета, тема, закриті та відкриті питання. Як розговорити будь-яку людину? Психологічні аспекти діяльності інтерв'юера.

*Практичні заняття.*

1. Рольова гра з інтерв'ю (в парах вихованці беруть інтерв'ю один в одного).
2. Груповий перегляд знятих самостійно відеороликів-інтерв'ю, обговорення та їх вдосконалення.

*Самостійна робота.*

1. Підготовка та зйомка інтерв'ю.

### **3.3.5. Зйомка тематичного відеоролика (12 годин).**

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 та розкадрування. Основний задум фільму. Аудиторія та фільм. Стратегії залучення аудиторії у відео. Цікавість. Співпереживання. Саспенс. «Золотий перетин» чи правило «трьох третин» у драматургії. Триактова будова п'єси та будь-якої драматичної події. Експозиція та спалах інтересу, ускладнення, обов'язкова сцена, кульмінація та фінал. Перепеття та мотивації. Тема та контр-тема. Надзавдання та 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. Під керівництвом викладача зйомка у кілька камер невеликого ролика (репортаж, відеокліп) у студії чи на пленері (наприклад, виступ вокаліста, танцюриста, фокусника, драматичного артиста, сцену зі спектаклю), використовуючи всі освоєні на заняттях прийоми.

2. Груповий перегляд та спільний аналіз знятих самостійно матеріалів для відеороликів, обговорення та їх вдосконалення.

3. Відвідування виставки сучасного мистецтва з відео-артом.

*Самостійна робота.*

1. Зйомка тематичного відеоролику – від вибору та розробки теми, що особисто цікавить вихованця, розробки концепції до сценарного плану, розкадрування, організації зйомок, вибору локацій та власне зйомки.

### **3.3.6. Відеомонтаж у Adobe Premiere (8 годин).**

Ознайомлення з інтерфейсом програми Adobe Premiere. Складання проекту. Вікна. Вкладки. Палітри. Робочі середовища. Імпорт відео- та аудіофайлів та фотографій. Організація матеріалу. Проект, добірка, епізод,



таймлайн, налаштування. Палітра інструментів. Відео- та аудіодоріжки. Точки входу та виходу. Різні методи вибірки необхідних фрагментів. Чорновий монтаж. Основні прийоми роботи із відеофрагментом. Елементи керування ефектами. Зміна положення кадру, масштаб, поворот. Опорна точка. Робота з двома та 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 в цілісний відеоролик, використовуючи отримані на лекції прийоми.
2. Груповий перегляд змонтажованих самостійно відеороликів, обговорення та їх вдосконалення.

#### *Самостійна робота.*

1. Монтаж тематичного відеоролику, зробленого на попередньому занятті в цілісний відеоролик.

## **IV модуль. Я – БЛОГЕР**

### **3.4.1. Чим блогер відрізняється від журналіста? (6 годин).**

Місце та роль журналіста в процесі функціонування ЗМІ. Блогерство як самореалізація особистості в індивідуальному аспекті. «Професійна» та «аматорська» журналістика. Принцип «прямого спілкування» з аудиторією без участі посередників у вигляді традиційних медіа. Шість стандартів. Жанрова спеціалізація блогера: особливості, плюси та 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 та його внутрішні зобов'язання перед суспільством. Стимулювання та мотиви блогерської діяльності. Загальні закономірності блогерської творчості. Поняття «професіоналізм». Критерії та рівні професіоналізму. Інтереси й здібності та їхня роль в творчій діяльності.

### *Практичні заняття.*

1. Гра – дискусія «Точка зору». Важливо для усвідомлення принципу збалансованої подачі.

### *Самостійна робота:*

1. Творча робота за темою «Що важливіше: я в блогерстві чи блогер в мені».

2. Написання матеріалу на тему «До 16 і старші в сучасному світі». Збирання матеріалу та його обробка. Аналіз робіт.

3. Творче опрацювання сірого невизначеного тексту так, щоб він став яскравим і цікавим, привертав увагу читачів.

### **3.4.2. Блогерство як професія (6 годин).**

Блогерство як субкультура. Блог як спосіб рефлексії. Успішність блогу: як «вимірюється»? Блоги рецензій та анотацій. Індивідуальний стиль й творчий метод. «Пряме спілкування» у вигляді мікро-блогів (наприклад, в Twitter, ТікТок), які мають великий вплив 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.*

1. Створення рецензій на теми «Найцікавіша книга», «Кінофільм, який мені найбільше сподобався», «Найгірший фільм цього року»; б) пошук та аналіз частини блогу, яка сподобалася чи здалася непереконливою, пояснення, чому саме.

### **3.4.3. Організація роботи блогера (4 години).**

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 й другорядні елементи тексту. Види інформації за засобами передавання й сприйняття. Сюжет і композиція тексту.

*Практичні заняття.*

1. Складання індивідуального перспективного плану публікацій в блозі.

*Самостійна робота.*

1. Запис бесіди двох осіб, або анотування виступу ведучого телевізійних новин.

#### **3.4.4. Культура мовлення в роботі блогера (4 години).**

Основи культури мовлення. Культура ділової мови. Культура спілкування телефоном. Риторика як важлива складова роботи відеоблогера та 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.*

1. Підготовка індивідуальних проєктів – доповідей та виступів слухачів за темами «Блогерство як форма громадської діяльності», «Блогерство як професія», «Блогерство як система ЗМІ».

#### **3.4.6. Джерела інформації для блогера (4 години).**

Класифікація джерел інформації блогера. Інтерв'ю як метод збирання інформації. Види інтерв'ю. Підготовка й проведення інтерв'ю. Круглі столи, прес-конференції, бліц-опитування, брифінги, ток-шоу. Прес-конференція як

метод збирання інформації. Метод спостереження. Види спостереження. Плюси та мінуси цього методу збирання інформації. Роль деталей для блогосфери. Журналістське розслідування як аналітичний жанр в блогосфері, його складові. Елементи інших жанрів в розслідуванні. Типи розслідувань. Методи роботи над розслідуванням. Джерела розслідування, систематизація, перевірка фактів.

*Практичні заняття.*

1. Прес-конференція із запрошенням на заняття військовослужбовцем ЗСУ, волонтером тощо. Підготовка питань для прес-конференції.
2. Опис у блогах прес-конференції у жанрі «репортаж».
3. Опис у блогах блозі прес-конференції у жанрі «інтерв'ю».

*Самостійна робота.*

1. Бліц-інтерв'ю на вулиці на актуальну тему, опитування телефоном. Опис в своєму блозі у жанрі «інтерв'ю».

### **3.4.5. Стыль тексту та жанр блогу (4 години).**

Поняття «стилістика», «стыль». Огляд функціональних стилів мови: науковий, офіційно-діловий, художньо-літературний, розмовний, газетно-публіцистичний. Характеристика газетно-публіцистичного стилю. Лексичні, фразеологічні, синтаксичні та інші засоби стилістики. Спільне та відмінне між літературними, публіцистичними та блогерськими текстами.

*Практичні заняття.*

1. Обговорення в групі написаних кожним гуртківцем блогів в кількох стилях.

*Самостійна робота.*

1. Написання блогів на одну тему, але в кількох стилях для ілюстрації.

### **Підсумкові заняття (4 години).**

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 блогжурналістики: інформаційні хвилі, «хайп», репортаж; медіаінформаційна грамотність і медіакультура, «інформаційної бульбашки», «легка соціальність», нетікет, хепіслепінг, кібербулінг; «стилістика», «стиль», функціональних стилів мови та жанрів і типів розслідувань; основні поняття професійної фото- та відеозйомки – формати, способи стиснення відео, гіперфокальна відстань, різкісний акцент, пікінг та «зебра», голландський кут, панорамування та зумування; різні типи об'єктивів та фільтрів; жанрові спеціалізації блогера; особливості роботи з інтерв'ю, написання рецензій та анотацій; основи культури мовлення та ведення дискусій, дебатів, полеміки; класифікацію джерел інформацію блогера та види інтерв'ю, круглих столів, прес-конференцій, бліц-опитування, брифінги, ток-шоу; шість стандартів блогерства; специфіку стосунків блогера з аудиторією, героями публікацій, колегами / конкурентами; законодавчу базу діяльності блогера; функціональні стилі мови, їхні основні риси.

### ***Вихованці мають вміти:***

займатися саморедагуванням, самоаналізом; складати портфоліо знімати фотографії та відео при будь-якому природному освітленні, включаючи вечірнє та ночне, обробляти фотографії інструментами Adobe Lightroom Classic та Adobe FOTOSHOP; застосовувати різне обладнання для запису звуку; монтувати відео за допомогою Adobe Premiere та звук за допомогою Adobe Audition, керуючи різними ефектами; написати репортаж, взяти інтерв'ю; розвивати 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; застосовувати на практиці свободу блогера і його внутрішні зобов'язання перед суспільством.

## Список рекомендованої літератури

1. Андриенко Л.Н. (1989). *Мы – коллеги. Формирование межличностных отношений в редакционном коллективе: опыт, проблемы.* 151с.
2. Вартанов Г.І. (1989). *Короткий довідник газетного працівника.* Політвидав України. 173 с.
3. Вільямс Р. (2019). *Анімація. Посібник з виживання.* ArtHuss. 384 с.
4. Гомперц В (2021). *Що це взагалі таке? 150 років сучасного мистецтва в ...* ArtHuss. 528 с.
5. Горбачук В.Т., Зоц І.О., Романько В.І. (2002). *Основи журналістики.* Слов'янськ: СДП. 108 с.
6. Григорян М. (2007). *Пособие по журналистике.* Права человека. 192 с.
7. Евретт Д. (1989). *Учбовий посібник репортера.* Київ: Index Промедіа. 23 с.
8. Еймі С. (2021). *Знайди свій стиль. Як створити персональний бренд в Instagram.* Vivat. 208 с. ISBN 978-966-982-308-3
9. *Журналістське розслідування [Текст] : за матеріалами семінарів Ін-ту масової інформ. та ін. (2004) (Київ).* [Упорядкування Лазарева А., Чайка І.]. Ін-т масової інформації. 110 с.
10. Засорина Т., Федосова Н. (1999). *Профессия – журналист.* Ростов-на-Дону: Феникс. 318 с.
11. Зверева Н., Вітлана Іконнікова С. (2021). *Зірка соцмереж. Як стати крутим блогером.* МонолітВіzz. 152 с.
12. Ільяхов, М., Сарычева, Л. (2016). *Пиши, сокращай: Как создавать сильный текст.* Москва: Альпина Паблишер. 440 с.
13. Карлащук В.І., Карлащук С.В. (2007). *Цифровая фото- и видеотехника дома и в офисе [Текст] : энциклопедия.* Москва: СОЛОН-Пресс. 384 с.
14. Карпенко В.О. (2002). *Журналістика: основи професійної комунікації : Навчальний посібник для студентів ВНЗ.* Видавництво: Нора-прінт. 348 с.

15. Келбі С. (2021). *Фотокомплект (комплект із 2 книг) Книга 1. Цифрова фотографія. Фоторецепти Книга 2. Техніки професійного ретушування портретів для фотографів за допомогою Photoshop*. Фабула. 600 с.
16. Колари Ю. (2011). *Искусство видеосъемки с видеокамерами Canon LEGRIA*. 2-е изд. 64 с.
17. Кортни-Смит Н. (2018). *Блог на мільйон доларів*. Альпіна Паблішер. 314 с.
- Лапин А. И. (2003). *Фотография как... Учебное пособие*. Москва: Изд-во Московского университета. 296 с. ISBN 5-211-04456-8
18. Мельник Г.С., Тепляшина А.Н. (2008). *Основы творческой деятельности журналиста*. Питер. 235 с. ISBN 978-5-9614-6689-8.
19. Михайлин І.Л. (2011). *Основы журналистики*. Київ: Центр учбової літератури. 496 с.
20. Паламарчук С. (2008). *Основы цифрового відео*. КНТ. 112 с. (схеми, таблиці). ISBN 978-966-373-442-2
21. Пожарська С. (2001). *Фотомастер*. Москва: «Пента», 336 с. ISBN 5-88950-026-0 [http://media-shoot.ru/books/Svetlana\\_Pozharskaya\\_-\\_Fotomaster.pdf](http://media-shoot.ru/books/Svetlana_Pozharskaya_-_Fotomaster.pdf)
22. Пол Д. *Цифровое видео: Полезные советы и готовые инструменты по видеосъемке, монтажу и авторингу*. (2007). [Пер. с англ. Осипова А.Ю.] Москва: ДМК Пресс. 399 с.
23. Понс Л., Уайт О., Доусон Ш., Гриффин З. (2018). *Лучшие блогеры мира. Я ненавижу селфи. Друзья online. Как стать успешным влогером. Как выжить в старшей школе*. Форс Київ. 1280 с. ISBN 978-5-17-112149-5
24. Поспелов Г.Н. (ред.). (1983). *Введение в литературоведение. Высшая школа*. 327 с.
25. Путнэм У. (2019). *Стань видеоблогером. Подробное руководство*. Москва: РОСМЭН. 128 с ISBN: 978-5-353-09065-6
26. Синепупова Н. *Композиція: Тотальний контроль*. (2020). ArtHuss. 240 с. ISBN 978-617-7799-26-8
27. Синецкий Д. *Видеокамеры и видеосъемкаю* (2001). Москва: А.Д.&Т. 197 с. ISBN: 5-89161-011-6.

- 28.Сміт Й. Г. (2021). *Коротка історія фотографії. Ключові жанри, роботи, теми і техніки*. Львів: Видавництво Старого Лева. 224 с.
- 29.Уорд, П. (2001). *Работа с цифровой видеокамерой. Уроки операторского мастерства* [Текст] [пер. с англ. К. А. Костылева, Ф. Г. Хохлова]. Москва: Мир. 301 с.; ISBN: 5-03-003418-8.
- 30.Уэллс П. (2005). *Цифровое видео для начинающих. Практическое руководство*. Ниола 21 век. 144 с. ISBN 5-322-00363-0

**Електронні джерела:**

[Art & Photography](#)

[Instagram](#)

[Masters of photographyDazed Art& photography](#)

[PhotoContestInsider](#)

[PhotoSpots](#) Інтерактивна карта

[World Press PhotoVSCOPhotographycourse.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 війни набуває особливого значення і тому, що війна є гібридною, розгортається не тільки на бої бою, але і в інформаційному просторі, де ми маємо тримати фронт проти інформаційно-психологічних операцій, бути стійкими до дезінформації та маніпуляцій. Медіаосвіта має зростаюче значення і як засіб збереження здоров'я, адже переміщення освітнього процесу в дистанційний формат виявило значні негативні впливи екранних практик на здоров'я дітей, загостило інтернет-ризиками, а в часи війни додався потужний чинник медіатравмування – через сприймання висвітлених у медіа трагічних подій. Все це змінює умови, в яких відбуваються освітні процеси і потребує від учителя нових умінь і знань, на самостійне надбання яких не вистачає часу в екстремальних умовах праці. Розроблені програми дадуть можливість у компактній формі пройти навчання і сфокусовано підвищити свою компетенцію щодо найгостріших психологічних питань сучасності.

Колектив лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти Інституту соціальної та політичної психології НАПН України спираючись на проведені дослідження розробив низку програм підвищення кваліфікації, а також методичні рекомендації з їхнього проведення, які 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 рекомендацій «Розвиток медіаосвіти в територіальній громаді для подолання наслідків війни», які входять у комплект інноваційних засобів розвитку медіаосвіти, що пропонується усім зацікавленим закладам освіти у відкритому доступі на сайті лабораторії, сайті Інституту, в електронній бібліотеці НАПН України.

Ми розраховуємо на повсюдне використання збірника центрами професійного розвитку освітян, закладами післядипломної освіти, а також закладами освіти, які готують професійних педагогів. Крім того, в Інституті соціальної та політичної психології НАПН України існує навчально-методичний Центр психологічних інновацій, на базі якого можна пройти підвищення кваліфікації за запропонованими програмами, або пройти стажування в лабораторії психології масової комунікації та медіаосвіти.

Щиро бажаємо розширення медіаосвітньої фахової спільноти, зростання медіапсихологічної компетентності кожного сучасного вчителя. Низький уклін вам, шановні вчителі, за вашу звитягу!

Слава Україні!