



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



**Peace  
Corps**



Українська  
Волонтерська  
Служба



МІНІСТЕРСТВО  
МОЛОДІ ТА СПОРТУ  
УКРАЇНИ

# ЯК Я МОЖУ ЗМІНИТИ СВІТ УЖЕ СЬОГОДНІ?

Матеріали для проведення  
Шкільного уроку волонтерства

# **ЗМІСТ**

<b>ПРО УРОК</b>	<b>3</b>
<b>РЕКОМЕНДАЦІЇ ВЧИТЕЛЮ</b>	<b>5</b>
<b>ПЛАН УРОКУ</b>	<b>7</b>
<b>ДОДАТКОВІ ВПРАВИ</b>	<b>19</b>
<b>МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ</b>	<b>23</b>
<b>ВОЛОНТЕРСЬКІ ПРОГРАМИ ТА ОРГАНІЗАЦІЇ</b>	<b>24</b>
<b>ЯК ПОЄДНУВАТИ ВОЛОНТЕРСТВО ЗІ ШКІЛЬНИМИ ПРЕДМЕТАМИ?</b>	<b>30</b>
<b>НАЦІОНАЛЬНА ВОЛОНТЕРСЬКА ПЛАТФОРМА</b>	<b>32</b>
<b>ДОДАТКИ</b>	<b>35</b>

# ПРО УРОК

## Про що цей урок?

Цей урок створено для того, щоб учні могли дізнатись більше про те, що таке волонтерська діяльність та побачили, як своїми діями вони можуть вплинути на вирішення соціальних проблем.

## Яка мета уроку?

Сформувати в учнів та учениць уявлення про волонтерську діяльність, її види та користь, яку вона приносить волонтеру та суспільству загалом. Розтлумачити поняття «волонтерство», «волонтер», «соціальна проблема». За допомогою практичних вправ та групових обговорень сформувати бажання долучитись до волонтерських ініціатив, а також допомогти зрозуміти, з чого почати свій шлях у волонтерстві.

## Завдяки уроку учні:

- знатимуть, які соціальні проблеми існують у світі;
- пояснюватимуть, що таке волонтерство;
- називатимуть, які види та характеристики волонтерства існують;
- розумітимуть, які волонтерські організації та можливості існують;
- пропонуватимуть способи вирішення соціальних проблем, які їх турбують.

## Для кого створений цей план-конспект?

- вчителів старших класів загальноосвітніх закладів та інших фахівців у сфері освіти;
- громадських активістів та волонтерів;
- старшокласників, які хочуть поширювати волонтерство серед однолітків.

## Формати проведення уроку

Матеріали уроку можна використати у двох різних форматах відповідно до можливостей аудиторії, де відбувається урок (наявності доступу до Інтернету в учнів) та залежно від формату навчання в школі (очного чи дистанційного).

## Можливі формати:

- провести урок в аудиторії (офлайн);
- провести онлайн-урок за допомогою сервісів Zoom, Google Hangouts, Skype тощо.

## Рекомендований вік учнів:

- урок розраховано на учнів 8-11 класів;
- за потреби матеріал можна адаптувати для інших вікових груп.

# ПРО УРОК

## Тривалість уроку:

- базовий матеріал уроку розраховано на 45 хвилин;
- за можливості, рекомендуємо виділити 2 або навіть 3 уроки (зустрічі) для повного опанування темою та використовувати додаткові вправи та групові обговорення.

## Обладнання:

- Для проведення уроку вчителю знадобляться роздаткові матеріали, які можна надрукувати на звичайному принтері (чорно-білий або кольоровий друк).
- Проведення уроку передбачає використання презентації, тож, за можливості, рекомендуємо вчителю скористатися комп'ютером, проектором або великим екраном телевізора. Під час проведення уроку вчителю потрібно демонструвати свою презентацію.
- Якщо такої можливості немає, вчитель може надрукувати презентацію або адаптувати план уроку без застосування електронного візуального супроводу.

## Інклюзивність:

Вправи розроблені таким чином, щоб їхнє виконання не викликало труднощів у жодного учня. Водночас ми все ж радимо брати до уваги особливості конкретної групи, з якою проводиться навчання, та адаптувати матеріал та практичні вправи Плану-конспекту згідно з потребами та можливостями слухачів.

## Умовні позначення

Рекомендації вчителю. Дії учнів.

Орієнтовний текст для вчителя

Слайди та додатки

Інтерактивні вправи та завдання

# РЕКОМЕНДАЦІЇ ВЧИТЕЛЮ

Цей план проведення уроку, присвяченого волонтерству — орієнтовний. Ви зовсім не зобов'язані проводити його саме так, як ми пропонуємо. Це, скоріше, підбірка, комплект методичних матеріалів та рекомендацій, які допоможуть у підготовці до проведення заняття. З їхньою допомогою кожен учитель, орієнтуючись на власні можливості, особистий досвід, особливості конкретного класу, рівень сформованості знань та досвід учнів, може побудувати своє заняття.

Цей урок розробили фахівці Корпусу Миру США та Української Волонтерської Служби за підтримки Міністерства молоді та спорту та Американської агенції міжнародного розвитку USAID. Опираючись на багаторічний досвід проведення уроків волонтерства для школярів різного віку, експерти розробили низку рекомендацій щодо розробки плану занять та використання інтерактивних завдань, що стануть у пригоді при роботі з учнями різної вікової категорії. З огляду на інформаційну насиченість пропонованих матеріалів, учитель може запланувати проведення не одного, а декількох уроків поспіль, що дозволить учням краще «зануритись» у світ волонтерських можливостей та проєктів. За даною методологією урок вже прослухало 12 000 учнів.

## Ролі вчителя під час проведення заняття

Цей урок можуть проводити як фахівці зі сфери освіти, так і громадські активісти, волонтери та підлітки, які хочуть поділитись знаннями про волонтерство зі своїми однолітками. Хоча в плані уроку часто вживається слово «учитель», провести урок може будь-яка людина, яка поділяє цінності волонтерської діяльності.

## Під час проведення уроку вчитель виконує декілька ролей:

### Експерт

Учитель добре розуміється на темі заняття, передає слухачам знання та навички, охоче відповідає на запитання та взаємодіє з учнями. Додаткові матеріали, наведені в додатках до цього плану уроку, допоможуть учителю краще ознайомитись з волонтерством.

### Посередник

Учитель не є єдиним джерелом знань та інформації. Учитель намагається створити умови, за яких школярі можуть вільно та дружньо спілкуватись (завдяки запропонованим вправам), обговорювати власні думки та ідеї. Учитель сприяє активному обміну думками в аудиторії та створенню зв'язків між запропонованими теоретичними знаннями та власним досвідом учнів.

### Натхненник

Учитель не лише передає знання та інформацію, але й намагається максимально мотивувати учнів до активної дії. Учитель ставиться до учнів із повагою та розумінням, підтримує їх під час роботи у групах та презентації власних ідей, надихає досліджувати тему волонтерства після завершення уроку.

# РЕКОМЕНДАЦІЇ ВЧИТЕЛЮ

## Ролі учнів під час проведення заняття

### Отримувачі інформації

Учні не тільки сприймають та запам'ятовують нову інформацію, але й можуть відтворити та прокоментувати її суттєві складові.

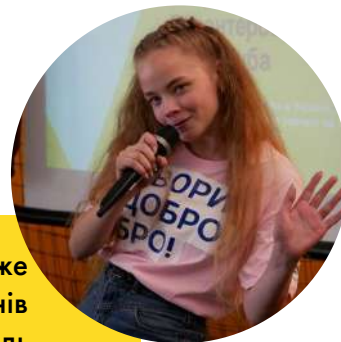
### Автори нових ідей

Учні долучаються до формування проблемних запитань, пропонують нові ідеї для розвитку обговорення, наводять нові факти та ситуації для обговорення.

### Координатори малих груп

Учні організують обговорення та дискусії у складі малих груп та презентують результати назагал.

Я отримала приємну втому від організації уроку, бо дуже хотіла, щоб усе пройшло круто. Після уроку багато учнів питали мене, як їм долучитись до волонтерства. Молодь зацікавлена в змінах і готова творити добро.



Юля,  
м. Кривий Ріг

## Пропозиції для підвищення інтерактивності уроку

- Якщо в класі є учні, які вже мають волонтерський досвід, попросіть їх поділитись своїми враженнями та спостереження про волонтерську діяльність.
- Якщо в класі є групи учнів, які мають різне бачення соціальних проблем, влаштуйте групові дискусії. Для цього потрібно об'єднати учнів у групи по 4-6 людей. У кожній з них учні презентують власні ідеї та думки.
- Підтримуйте обговорення між учнями із різних груп та слідкуйте за тим, щоб кожен мав змогу висловитись.
- Пам'ятайте про короткі перерви або руханки під час проведення уроку, які допоможуть учням структурувати інформацію та відпочити.
- Якщо ви проводите урок онлайн, можна використати сервіси Padlet, Kahoot, Mentimeter, WordWall, Miго для того, щоб створити інтерактивні вікторини, тести та онлайн простори для обговорення ідей.

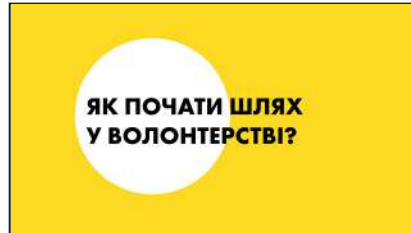
# ПЛАН УРОКУ

ШКІЛЬНЕ ВОЛОНТЕРСТВО  
ШКІЛЬНЕ ВОЛОНТЕРСТВО  
ШКІЛЬНЕ ВОЛОНТЕРСТВО  
ШКІЛЬНЕ ВОЛОНТЕРСТВО

# НЕОБХІДНІ МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПРОВЕДЕННЯ УРОКУ

## Презентація для проведення уроку

Коротка візуалізація основних навчальних блоків уроку (15 слайдів)



## Робочий зошит

Роздатковий матеріал для учнів (три сторінки розміром А4)

### МІЙ ШЛЯХ У ВОЛОНТЕРСТВІ



**Привіт!**  
Ми всі люди. І кожен може допомогти волонтерством! Завжди даваймо свій розумний і добрий волонтерський внесок!

**1** На якій думці, волонтерство – це...

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**2** Твоє місце, твоя роль в організації волонтерства

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

**3** Які проблеми є сьогодні / сподіваються у майбутньому?

Брак	Недостаток освіти	Недостаток роботи	Недостаток грошей	Недостаток знань	Недостаток здоров'я
Недостаток енергії	Недостаток часу	Недостаток мотивації	Недостаток інформації	Недостаток комунікації	Недостаток організації

Як в мене зайшло сьогодні?

**4** Що є моєю проблемою (одна або декілька) / якою мені найбільше це коштує?

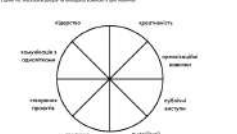
\_\_\_\_\_

**5** Найбільше мене цікавить такі види волонтерства:

<input type="checkbox"/> Інформаційне	<input type="checkbox"/> Соціальне	<input type="checkbox"/> Мистецтво
<input type="checkbox"/> Спорт	<input type="checkbox"/> Екологія	<input type="checkbox"/> Наука
<input type="checkbox"/> Інформаційно-технологічне	<input type="checkbox"/> Соціально-педагогічне	<input type="checkbox"/> Соціально-культурне
<input type="checkbox"/> Інформаційно-культурне	<input type="checkbox"/> Інформаційно-спортивне	<input type="checkbox"/> Інформаційно-наукове

**6** Показати, який ти / який ви працює(те) в певному волонтерстві, це...

**7** Назвати, який є осяг: /



Як в мене зайшло сьогодні?



Усі матеріали уроку можна знайти та завантажити у вільному доступі за QR-кодом. Їх можна використовувати як і в офлайн, так і в онлайн форматах зустрічей.





# ПЛАН УРОКУ

Вступ до уроку (3 хв)	слайд 1
Актуалізація опорних знань (2 хв)	слайд 1
Соціальні проблеми (10 хв)	слайди 2-4
Волонтери та волонтерство (5 хв)	слайди 5-7
Вікторина про волонтерство (7 хв)	
Напрямки волонтерства (5 хв)	слайди 8-9
Переваги та можливості (5 хв)	слайди 10-11
Перші кроки (5 хв)	слайди 12-14
Підсумки уроку (3 хв)	слайд 15



Поданий план уроку розрахований на 45 хвилин. Одразу після плану ви зможете знайти додаткові вправи на різну тематику. Ви можете використовувати ці матеріали на свій розсуд, залежно від потреб, досвіду та особливостей групи, яка навчається.

Використовуючи матеріали цього плану-конспекту, ви можете провести оглядовий урок волонтерства. Для того, щоб матеріал засвоювався краще та наявним був простір для креативності, рекомендуємо провести 3 тематичні зустрічі:

- Основи волонтерства, де учні розберуться з поняттям та характеристиками волонтерства.
- Переваги волонтерства, де учні обговорять те, як волонтерство може допомогти в особистому та професійному розвитку.
- Практичне заняття, присвячене створенню проєктів школярами для розв'язання проблем у своїй громаді.

Крім того, ви також завжди можете запрошувати на уроки волонтерів вашої громади, які поділяться власним досвідом та стануть реальним прикладом засвоєного з обговорень матеріалу.



У додатках до плану уроку ви знайдете робочий зошит, який необхідно роздати кожному учню перед початком заняття. У робочому зошиті школярі зможуть проаналізувати власні очікування від волонтерства та визначити подальші кроки у цій сфері.

3 хв

## ВСТУП ДО УРОКУ

### Слайд 1. Вступ.

Добрий день!

Сьогодні у нас буде незвичайний урок. Ми поговоримо про волонтерство — міжнародний рух, який охоплює мільйони небайдужих людей з усіх куточків світу. Хто з вас колись чув або долучався до волонтерства?

Учні діляться своїм досвідом участі в акціях або відомими фактами про волонтерство.

До волонтерства долучаються як і ваші однолітки, так і дорослі, які допомагають робити цей світ трішечки кращим. У світі наразі існує безліч проблем, відповідно і безліч сфер для волонтерства. Захист клімату, підтримка захисників та захисниць України, допомога безхатнім тваринам... Цей список можна ще довго продовжувати.

Сьогодні ми детальніше відкриємо волонтерство для себе, а також дізнаємося, як кожен з нас може долучитися до цього руху та зробити свій внесок у майбутнє.

**Робочий зошит.** Учитель пропонує відкрити робочий зошит та виконати перші два завдання («На мою думку, волонтерство — це...» та «Три слова, з якими я асоціюю волонтерство»).

2 хв

## АКТУАЛІЗАЦІЯ ОПОРНИХ ЗНАНЬ

Чи пригадуєте ви, які проблеми є в нашому місті, на вашій вулиці та загалом в Україні, чи світі? Що перше спадає на думку? Поділіться, будь ласка.

Учні піднімають руки та говорять про проблеми, які чули або з якими стикались особисто. Учитель підтримує їх та, у випадку, якщо жоден з учнів не зміг назвати бодай одну проблему, наштовхує їх на думку та називає приклади ситуацій у їхній громаді, про які вони точно знають або чули (наприклад, відоме на все місто сміттєзвалище або велика кількість бездомних тварин біля ринку). На цьому етапі вчитель не ставить додаткових питань, а просто дає можливість учням поділитись своїми думками та ідеями.

Дякую! Насправді у світі є чимало соціальних проблем, які потребують вирішення. Наприклад, ідучи вулицею, ми часто можемо помічати сміття, яке хтось не доніс до урни. Хоча, на перший погляд, нам може здатись, що ця проблема не є значною і вона стосується лише нашої вулиці, така проблема існує й на глобальному рівні, адже сміття викидають не лише на нашій вулиці, а й на багатьох інших.

Саме завдяки волонтерству ми можемо розв'язувати соціальні проблеми. Волонтер — це часто той, хто готовий долучитися до розв'язання тих проблем, які його особисто хвилюють.

Які проблеми хвилюють вас? Що найбільше не подобається та засмучує? Що би вам хотілося змінити в нашому місті, країні або світі?

Учні називають приклади різних проблем, які їх хвилюють. Учитель надає невербальну підтримку учням, які висловлюють свою думку. Коли хтось з учнів називає проблему, яка його або її хвилює, учитель може задавати уточнювальні запитання, наприклад: «Що саме ти маєш на увазі?», «У чому виражається ця проблема?». Учитель дає змогу кожному учню, який хоче поділитись своїми думками, висловитись.

### **Слайд 2. Які проблеми існують у світі?**

Дійсно, усі проблеми, які ви назвали, є дуже важливими. На екрані ви бачите лише декілька найбільш поширених проблем, які існують у нашому світі. Проте, звісно, їх набагато більше.

Ви напевно вже чули, що однією з найпоширеніших глобальних проблем є бідність. Хоча, здається, що ми живемо у світі можливостей, у багатьох країнах люди потерпають від нестачі питної води та їжі.

Так само, однією з проблем, наприклад, є відсутність доступу до якісної освіти. Здається, ніби ми з вами зараз у школі, ходимо на уроки, маємо доступ до Інтернету та книжок. Проте досі є достатня кількість учнів, які проживають у віддалених селах та не мають доступу до всього різноманіття освітніх можливостей. Саме тому ця проблема є актуальною і для світу, і нашої країни зокрема.

Або ж, ми вже згадували проблему забруднення довкілля. Напевно, уже кожен з вас чув, що простий пластиковий пакет розкладається тисячі років. Але сміття й надалі так багато на нашій планеті, що воно з'являється в морях, океанах, впадинах.

Далі бачимо проблему бездомних тварин. Чи помічали ви бездомних котів та собак на вулицях? Вони потребують нашої допомоги, годування та турботи. І ця проблема є не лише у великих містах-мільйонниках, але й у малих населених пунктах.

Так само на цьому слайді бачимо війну. Для нас ця проблема є найбільш актуальною, через неї гинуть військові, люди втрачають домівки, й країна зазнає безповоротних втрат. Ця проблема, на жаль, залишається актуальною й для багатьох інших країн світу.

### **Слайд 3. Які проблеми існують у світі?**

Проблем є дуже багато: і нерівність, і відсутність доступу до чистої питної води, і безробіття, і дискримінація. Може здатись, ніби проблеми оточують нас з усіх сторін. Проте людей, які беруть на себе відповідальність за їх вирішення, теж немало. Хто ж, на вашу думку, відповідає за вирішення всіх цих соціальних проблем?

Вчитель дає можливість учням висловити свої думки.

#### Слайд 4. Хто вирішує соціальні проблеми?

Відповідальність за розв'язання соціальних проблем одночасно лежить на декількох гравцях.

Важливий гравець — це держава. Держава, а саме органи державної влади, створюють та впроваджують законопроекти, які впливають на розв'язання соціальних проблем. Наприклад, Закон України «Про охорону навколишнього природного середовища» регулює використання природних ресурсів України. Тим самим допомагає розв'язувати проблеми, пов'язані з екологією: забруднення повітря, вирубка лісів тощо. Також існує Закон України «Про волонтерську діяльність», який визначає права та обов'язки волонтерів й організацій, що залучають їх до своєї діяльності. Цей закон допомагає врегульовувати волонтерську діяльність та робити її такою, що діє на принципах законності.

Наступний гравець — це бізнес. Головний внесок бізнесу з соціальної точки зору — створення робочих місць. Бізнес наймає людей на роботу, дає можливість забезпечити себе й реалізувати власний потенціал. Крім того, існує окремий вид бізнесу, соціальне підприємництво — воно ставить перед собою мету не лише заробити гроші (що є основною ціллю звичайного бізнесу), а ще й розв'язувати соціальні проблеми.

Важливу роль відіграють громадські та благодійні організації. Це ті організації, які не ставлять за мету заробити гроші. Вони створюють проекти, які цілеспрямовано розв'язують соціальні проблеми та допомагають людям. Кожна організація обирає одну або декілька проблем, над вирішенням яких вона буде працювати. Існують різні освітні, зооохисні, молодіжні, благодійні та інші організації, які активно працюють для того, щоб життя в Україні ставало кращим.

До таких організацій часто долучаються волонтери — люди, які готові приділити власний час, вміння, навички, знання чи зусилля до проектів, які покликані допомагати в тій чи іншій сфері. Спільними зусиллями набагато легше досягти результату, ніж працюючи окремо.

Також існують міжнародні організації, які об'єднують всіх інших навколо розв'язання масштабних проблем. Проте найбільша відповідальність усе одно залишається на кожному з нас. Можна сподіватись, що уряд, бізнес або міжнародні організації самостійно змінять світ на краще, проте найчастіше їм у цьому необхідна наша допомога.

**Робочий зошит.** Учитель пропонує виконати завдання № 3 та № 4 у робочому зошиті («З якими проблемами я стикався / стикалась у своєму житті?» та «Яка з цих проблем (одна або декілька) хвилює мене найбільше та чому?»). Завдання виконуються індивідуально або в парах (після короткого обговорення в парах кожен учень має зафіксувати власну відповідь в робочому зошиті).

Ми з вами багато говоримо про волонтерів. То хто ж такий волонтер?

Учитель дає можливість учням висловити свої думки.

### **Слайд 5. Волонтер(ка).**

Волонтер або волонтерка — це людина, яка добровільно та безоплатно вкладає власний час, талант та зусилля в пом'якшення або вирішення соціальної проблеми.

### **Слайд 6. Волонтерство.**

Волонтерство — це допомога за власним бажанням, яка відбувається у вільний від навчання та роботи час. Волонтер не отримує винагороди за свою допомогу та впливає саме на ту проблему, яка його хвилює. Часто волонтерство називають «корисним хобі», яке змінює на краще як самих волонтерів, так й тих, хто їх оточує.

### **Слайд 7. Характеристики волонтерства.**

Як можна розпізнати волонтерство? Будь-яке волонтерство має три обов'язкових характеристики: добровільність, безоплатність та суспільну користь. Лише за умови дотримання їх трьох одночасно, наша діяльність може вважатись волонтерською.

Учитель пропонує прокоментувати, що означає кожна з характеристик, та доповнює, якщо учні щось пропускають.

Перш за все, це добровільна допомога. Ніхто не може змусити іншого бути волонтером. Кожна людина може обирати зручний для себе спосіб, час, форму та сферу надання волонтерської допомоги. Допомога буде найбільш ефективною, якщо людина сама зможе прийняти рішення та усвідомлено підійти до нього.

Волонтерство — неоплачувана діяльність. Волонтери не отримують кошти за свою роботу, але можуть отримати відшкодування деяких витрат. Часто організатори волонтерських проєктів замовляють спільні обіди та вечері для волонтерів, орендують автобус для пересування між локаціями та дарують волонтерські футболки.

Волонтерські проєкти завжди мають суспільну користь. Не існує волонтерства без розв'язання певної соціальної проблеми. Завдяки волонтерській допомозі щось має змінитись на краще, хоча б трохи. В основі будь-якого волонтерства є бажання допомогти іншому, зробити добру справу та змінити світ на краще.

# ВІКТОРИНА

## «ВОЛОНТЕРСТВО ЧИ НІ»

### Завдання вікторини:

1. Допомогти мамі поприбирати кімнату та витерти пил.
2. Безплатно навчати молодших учнів школи математики чи фізики.
3. Купити печиво на благодійному ярмарку.
4. Провести акцію «Посміхнись» у школі.
5. Поприбирати територію біля озера чи берег річки.
6. Провести Шкільний урок волонтерства.
7. Телефонувати самотній людині та інколи спілкуватися з нею на різноманітні теми, підтримуючи її.
8. Допомогти людині поважного віку прибрати в будинку та сходити за покупками.
9. Пожертвувати кошти для дітей, які хворіють на онкологічні хвороби.
10. Фотографувати безпритульних тварин для зоозахисної організації.

### Відповіді до вікторини:

1. Ні, допомога батькам по дому не є волонтерством. Згідно з Законом України «Про волонтерську діяльність», допомога сім'ї, друзям та сусідам не є волонтерством. В основі волонтерства завжди має бути суспільна користь — тобто, користь для інших людей, а не лише для мене та моїх близьких.
2. Так, це твоя волонтерська діяльність — безплатно стати репетитором у тій сфері, у якій ти розбираєшся.
3. Це, звісно, добра справа, але вона не є волонтерською діяльністю. Волонтерство — це особиста участь у вирішенні або пом'якшенні соціальної проблеми. Якщо ти самостійно приготував печиво, а потім організував його розпродаж на ярмарку — тоді це точно волонтерство.
4. Акції з безплатними обіймами або посмішками — це чудово, але не є волонтерством. Чому? Тому що для волонтерства є важливою суспільна користь для іншої людини та вирішення, хоча б часткове, її проблеми.
5. Так, це волонтерство. Ти вирішуєш одну з суспільних проблем: проблему забруднення навколишнього середовища.
6. Так, це волонтерство. Таким чином ти поширюєш інформацію про волонтерство й більше людей може доєднатися до такої діяльності.
7. Так, це волонтерство. До речі, телефонне волонтерство дуже популярне в багатьох країнах світу. Наприклад, у Великій Британії до телефонного волонтерства долучилось понад 250 тисяч молодих людей.
8. Так, це волонтерська діяльність, яку ти можеш робити самостійно або з друзями. Люди старшого віку часто потребують побутової допомоги, але бояться про неї попросити, тому така підтримка зазвичай є дуже цінною.
9. Пожертва коштів — це благодійність, а не волонтерство. Волонтерство передбачає особисту участь у вирішенні або пом'якшенні соціальної проблеми. Пам'ятай, що у волонтерстві ми інвестуємо свій час, талант та зусилля, а у благодійності зазвичай інвестують кошти, або інші матеріальні блага.
10. Так, це волонтерська діяльність, адже ти допомагаєш зоозахисній організації прилаштувати бездомну тварину в сім'ю.

## ВІКТОРИНА ПРО ВОЛОНТЕРСТВО

### Додаток №2. Вікторина «Волонтерство чи ні».

Давайте закріпимо знання? Зіграємо в невелику вікторину. Я буду називати різні твердження. Якщо ви вважаєте, що це волонтерство, піднімайте руку.

Учитель по черзі називає твердження, вказані на аркуші із завданням вікторини. Учні, які погоджуються, що названа діяльність є волонтерством, мають підняти руку.

Учитель може зробити вправу більш інтерактивною та завчасно підготувати для кожного учня два аркуші паперу: зелений та червоний. Якщо учень вважає, що назване твердження є волонтерством, він має підняти зелений аркуш. Якщо вважає, що це не є волонтерством, має підняти червоний аркуш.

Після того, як усі проголосували (рукою або аркушем паперу), вчитель може запитати в когось з учнів, хто проголосував «за» або «проти», чому він зробив саме такий вибір. Після обговорення вчитель називає правильну відповідь та у разі потреби надає пояснення.

У додатку містяться підказки, на які вчитель може опиратись під час проведення вікторини.

## НАПРЯМКИ ВОЛОНТЕРСТВА

### Слайд 8. Напрямки волонтерства.

Як ви вже побачили, волонтерство буває дуже різним. Волонтери можуть допомагати спільно з іншими та самостійно. Вони можуть знаходитися в одному приміщенні або онлайн. Загалом, нараховують понад 50 різних напрямків, у яких допомагають волонтери: зооволонтерство (допомога та прибирання в притулках, вигул собак), ековолонтерство (прибирання територій, толоки та сортування сміття), соціальна допомога (допомога людям літнього віку, людям з інвалідністю), культурне волонтерство (допомога в музеях, на фестивалях та концертах) та інше.

**Робочий зошит.** Учитель пропонує учням виконати завдання № 5 та № 6 у робочому зошиті («Найбільше мене цікавлять такі види волонтерства» та «Понад усе я б хотів / хотіла спробувати себе в такому волонтерстві, як...»).

## Слайд 9. Відомі волонтери та волонтерки.

Волонтерством може займатись будь-яка людина, незалежно від віку, статі, віросповідання чи інших критеріїв. Коли ми говоримо про те, що дуже багато молоді, дорослих людей та людей старшого віку волонтерять, то забуваємо згадати, що волонтерством займаються й відомі люди з різних сфер діяльності. Блогери, інфлюенсери, актори та співаки — відомі люди значну частину свого часу приділяють волонтерству та благодійності. Чи знаєте ви відомих людей, які займаються волонтерством?

Учні пропонують свої ідеї щодо того, хто з відомих людей займається волонтерством. Учитель дякує за коментарі та розповідає про відомих волонтерів та волонтерок, зображених на слайді.

Під час підготовки до цієї вправи вчителю стане в пригоді додаток №3 про відомих людей, які займаються волонтерством та благодійністю. Залежно від досвіду та сфери інтересів учнів, учитель може приділяти більше уваги тим чи іншим відомим волонтерам.

Впізнали Герміону Грейнджер? Відома британська акторка Емма Вотсон не лише талановита акторка та модель. Багато років вона бере участь у кампаніях за права жінок та проектах із захисту навколишнього середовища. Емма Вотсон також відома участю у багатьох просвітницьких кампаніях, які пропагують гідне ставлення до жінок та чоловіків.

Відомий актор Орlando Блум волонтерить у сфері допомоги дітям, що постраждали від військових конфліктів. Разом з Дитячим фондом ООН він відвідав дитячий центр «Спільно», де діти можуть гратися, навчатися та отримувати психологічну підтримку, й закликав у своїх соціальних мережах звернути увагу на проблеми війни в Україні.

Український письменник та поет Сергій Жадан є співзасновником благодійного фонду, який працює в освітніх та культурній сферах. Він ініціював проєкт «Схід читає», щоб привернути увагу до бібліотек Луганської та Донецької областей. А з початком повномасштабного вторгнення організовує культурні події, аби зібрати кошти на допомогу армії.

Фронтмен гурту «Антитіла» Тарас Тополя почав займатися волонтерством після Революції Гідності. З того часу він не лише організовує різні благодійні ініціативи, але й багато років підтримує проєкт U-Report (Ю-Репорт), який допомагає молоді висловлювати свою думку щодо важливих суспільних питань.

Сергій Притула, відомий телеведучий, заснував благодійний фонд Сергія Притули, який опікується посиленням Сил Оборони України, а також допомогою цивільному населенню, яке постраждало від російської агресії. Він принципово залишається волонтером фонду, який сам же заснував, і відмовляється отримувати будь-яку платню за свою роботу.



## ПЕРЕВАГИ ТА МОЖЛИВОСТІ

### Слайд 10. Волонтерство — твоя можливість.

Дійсно, волонтери не отримують кошти за свою допомогу. Натомість вони отримують багато переваг та можливостей, недоступних для багатьох інших.

Волонтерство — це завжди нові знайомства та друзі, цікавий та унікальний досвід. Волонтерство, як ніщо інше, допомагає спробувати себе в новій справі та отримати нові навички, познайомитись з людьми з інших куточків України та відомими діячами.

### Слайд 11. Волонтерство — твоя можливість.

Так само, волонтерство розвиває лідерські навички, допомагає запускати власні проекти та навчає духу підприємництва. Багато волонтерських проектів компенсують витрати на проїзд, проживання та харчування. Тому це чудова можливість подорожувати Україною та, можливо, навіть цілим світом.

Волонтерська діяльність змінює не лише світ, а й самого волонтера. Завдяки подібним проектам ви зможете розвинути креативність та відкритість до нового, покращити організаційні та комунікаційні навички, навчитись мистецтва публічних виступів та створити власні соціальні проекти.

**Робочий зошит.** Учитель пропонує виконати завдання №7 у робочому зошиті («Навички, якими я володію»). Після цього учитель пропонує виконати завдання №8 («Три навички, які я хочу прокачати завдяки волонтерству»). Учитель заохочує учнів поділитись тим, які навички вони обрали під час виконання завдання.

## ПЕРШІ КРОКИ

### Слайд 12. Як почати шлях у волонтерстві?

Як почати свій шлях у волонтерстві? Існує багато способів змінити цей світ. Це все можна зробити — варто лише почати діяти та залучити до цього якомога більше друзів та знайомих.

### Слайд 13. Як долучитись до волонтерства?

Перший крок: обрати проблему, яка турбує, та знайти тих, хто її вже вирішує. Якщо вам цікаво спробувати себе у зоозахисті, ви можете знайти волонтерів, які вже опікуються бездомними тваринами, або запропонувати свою волонтерську допомогу притулку для тварин. Завдяки цьому ви дізнаєтесь все про зоозахисне волонтерство та зможете створити власний проект.

Не обов'язково одразу шукати волонтерську організацію. Ви можете розпочати з того, що запропонуєте свою допомогу людям, які потребують цього. Наприклад, можна познайомитись з самотніми літніми людьми, з якими живе в одному будинку або на одній вулиці. Усюди є ті, кому бракує підтримки. Разом ви можете планувати дозвілля, спільні чаювання та інші активності.

## Слайд 14. Волонтерська Платформа.

Більше можливостей волонтерства в Україні та за кордоном можна знайти на Волонтерській Платформі. Це онлайн-ресурс, який об'єднує інформацію про можливості волонтерства, організації та проекти, які шукають волонтерів. На сайті можна подати заявку на волонтерство у різних сферах та дізнатись більше про волонтерські ініціативи та волонтерство в Україні.

3 хв

## ПІДСУМКИ УРОКУ

### Слайд 15. У тебе все вийде!

**Робочий зошит.** Учитель пропонує учням виконати завдання №9 у робочому зошиті («5 кроків, які я планую зробити, щоб прокачати себе у волонтерстві»).

Бути волонтером — це захоплива пригода та надзвичайна можливість зробити світ кращим. Для цього не потрібні особливі знання або досвід. Кожен із нас може допомогти тим, хто цього потребує.

Не бійтесь мріяти, ставити перед собою амбітні цілі та досягати їх. У вас все обов'язково вийде!

Учитель може подарувати учням пам'ятку «Чеклист добрих справ» (додаток №4).

# ДОДАТКОВІ ВПРАВИ

ШКІЛЬНЕ ВОЛОНТЕРСТВО  
ШКІЛЬНЕ ВОЛОНТЕРСТВО  
ШКІЛЬНЕ ВОЛОНТЕРСТВО  
ШКІЛЬНЕ ВОЛОНТЕРСТВО

25 хв

## ЯК ПРОКАЧАТИ НАВИЧКИ ЗАВДЯКИ ВОЛОНТЕРСТВУ

### Додаток №8. Як прокачати навички завдяки волонтерству?

Ціль вправи: надати учням можливість проаналізувати те, як волонтерська діяльність може посилити їхні навички.

Учитель об'єднує учнів у пари. Кожна пара отримує одну з навичок, вказаних у додатку №8. Протягом 5 хвилин учні мають обговорити, яка волонтерська діяльність може допомогти у розвитку цієї навички та як саме. Кожна пара презентує свої напрацювання перед класом.

Наприкінці вправи кожен учень отримує видрукований додаток №4.

Під час волонтерства ми набуваємо нових знань та досвіду. Тож участь у волонтерстві може бути чудовим способом побороти свій страх, прокачати навички публічних виступів або комунікацій, навчитись складати резюме. У кожного з вас тепер є пам'ятка з рекомендаціями про те, які волонтерські активності допоможуть розвинути ту чи іншу навичку.

Вчитель пропонує учням переглянути пам'ятку та відмітити одну або декілька навичок, які їм хотілось би прокачати протягом найближчого року.

25 хв

## ЧИМ ЗАЙМАЮТЬСЯ ВОЛОНТЕРИ?

### Додаток №9. Чим займаються волонтери?

Ціль вправи: ознайомити учнів із різноманітним волонтерською діяльністю.

Кожен учень отримує видрукований додаток №9. Після цього вчитель об'єднує учнів у пари та оголошує завдання.

Зараз ми з вами спробуємо розібратись у тому, які волонтерські проекти можуть бути в кожному з напрямків волонтерства. Кожен із вас отримав свій примірник «колеса волонтерства», яке містить 10 напрямків волонтерської діяльності. У парах вам потрібно буде придумати максимальну кількість волонтерських проектів, акцій, заходів або активностей для кожного напрямку.

Важлива умова: на виконання вправи у вас буде лише 8 хвилин. Час пішов!

Учні працюють у парах над виконанням завдання. Після завершення виділеного часу вчитель оголошує, що час вичерпано та дякує учням за продуктивну роботу.

Дякую вам! Поділіться, скільки кому вдалось придумати ідей?

Якщо ми з вами так багато змогли придумати лише за 8 хвилин, тільки уявіть як багато насправді можливостей ще існує у світі.

Учитель може запропонувати учням поділитись своїми напрацюваннями. У такому випадку він оголошує назву одного з напрямків волонтерства та дає можливість учням розповісти про те, які проєкти вони придумали.

20 хв

## ВИДИ ВОЛОНТЕРСТВА

### Додаток №10. Види волонтерства

Ціль вправи: ознайомити учнів з різними видами волонтерської діяльності та прикладами, які їх ілюструють.

Перед початком вправи необхідно роздрукувати роздаткові матеріали (додаток № 10). Кількість друкованих карток має відповідати кількості учнів у класі.

Кожен учень отримує роздруковану картку з видом волонтерства або з прикладами волонтерської діяльності. 10 учнів отримують картки з видами волонтерства («медичне», «освітнє», «соціальне» тощо), інші отримують картки з прикладами волонтерської діяльності.

Після цього вчитель оголошує завдання: протягом п'яти хвилин учні, які отримали картки з видами волонтерства, мають знайти відповідні приклади.

Зараз ми будемо розбиратися, які волонтерські проєкти можуть бути у кожній зі сфер волонтерства. Кожен із вас має картку зі сферою волонтерства або з прикладом волонтерської діяльності. Вам потрібно знайти свою сферу та об'єднатися з іншими прикладами волонтерства цього напрямку.

Важлива умова: на виконання завдання у вас буде лише 5 хвилин. Час пішов!

Учні працюють над виконанням завдання та шукають відповідні групи. Після завершення часу вчитель оголошує, що час вичерпано, а також дякує учням за продуктивну роботу.

Дякую Вам! Як бачите, прикладів було дуже багато, і це ще зовсім не всі можливості для волонтерства, які існують у світі. Розкажіть, які сфери волонтерства ви обрали відповідно до своїх прикладів.

Вчитель дає учням можливість розказати про сфери волонтерства та приклади волонтерської діяльності в кожній з них.

15 хв

## ЧОМУ ВОЛОНТЕРИ ЦЕ РОБЛЯТЬ?

### Додаток №11. Чому волонтери це роблять?

Ціль вправи: проаналізувати різні фактори, які мотивують людей до участі у волонтерській діяльності.

Учитель об'єднує учнів у команди, кожна з яких складається з трьох людей. Кожна команда отримує видрукований додаток №11. Учитель оголошує завдання.

У нашому суспільстві багато людей, які безоплатно та добровільно вкладають свій час у допомогу іншим. Чому вони цим займаються? Чому витрачають свій час, щоб допомагати бездомним тваринам, прибирати сміття або допомагати стареньким?

Протягом наступних 6 хвилин у командах вам потрібно обговорити та записати на аркуші всі можливі причини, через які люди стають волонтерами.

Поки учні спілкуються, учитель спостерігає за групою та слідкує, чи не потрібна учням допомога. Після завершення часу на групову роботу учитель зупиняє обговорення та дає змогу командам по піднятій руці поділитись тим, які причини до волонтерства вони знайшли. Учитель дякує учням за коментарі та наголошує на ситуаціях, якщо одні й ті самі причини повторюються в різних команд.

Як ви бачите, кожен із нас має свої причини, чому займається волонтерством. Комусь хочеться допомогти в конкретній сфері, хтось на собі відчуває негативний вплив тієї ситуації, яка склалась у місті або світі. Є також люди, які просто приходять волонтерити, бо мають вільний час та можливість долучитися.

10 хв

## МІЙ ШЛЯХ У ВОЛОНТЕРСТВІ

### Додаток №12. Мій шлях у волонтерстві

Ціль вправи: дослідити взаємозв'язок між глобальними та локальними соціальними проблемами, а також інтересами кожної окремої людини.

Учитель оголошує завдання.

Серед соціальних проблем, які існують у суспільстві, важливо вміти розставляти пріоритети. Наступне завдання допоможе вам побачити, які саме глобальні та локальні проблеми потребують нашої участі.

Учитель роздає кожному учню видрукований додаток №12. Протягом 5 хвилин учні мають заповнити аркуш, згідно з наданими інструкціями.

Зверніть увагу на те, які проблеми повторюються у декількох секторах. Можливо, варто спробувати волонтерство саме у цьому напрямку.

# **МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ**

ШКІЛЬНЕ ВОЛОНТЕРСТВО  
ШКІЛЬНЕ ВОЛОНТЕРСТВО  
ШКІЛЬНЕ ВОЛОНТЕРСТВО  
ШКІЛЬНЕ ВОЛОНТЕРСТВО

# ОСНОВИ ВОЛОНТЕРСТВА

Волонтерство — добровільна, неприбуткова, суспільно корисна діяльність, спрямована на розв'язання або пом'якшення соціальної проблеми. Волонтери не завжди можуть розв'язати проблему, адже вона часто є комплексною та масштабною, проте як мінімум, вони прагнуть пом'якшити її для конкретної групи людей або на конкретній території.

Волонтерство — це інвестиція свого часу, зусиль та таланту в те, щоб світ ставав кращим. Волонтер може вкладати свій час, зусилля та талант, але не кошти. Саме тому часто на волонтерських проєктах учасникам компенсують витрати на проживання, проїзд та харчування під час надання волонтерської допомоги.

Волонтерство має три ключові характеристики. Без цих трьох характеристик діяльність не може вважатись волонтерською. Це добровільність, безоплатність та суспільна користь. Волонтерство також базується на принципах: законності, гуманності, рівності.

- Добровільність передбачає, що ніхто не може бути змушеним до волонтерської діяльності. Кожна людина може обирати зручний для себе спосіб, час, форму та сферу надання волонтерської допомоги.
- Безоплатність передбачає, що волонтерська діяльність надається без очікування вигоди чи винагороди. Волонтери можуть отримувати кошти як відшкодування витрат, здійснених під час волонтерства, але це в жодному разі не може бути винагорода за роботу.
- Суспільна користь передбачає, що в основі волонтерської допомоги завжди є розв'язання або пом'якшення соціальної проблеми. Волонтерство має позитивний вплив на розвиток громади.

Згідно з Законом України «Про волонтерську діяльність», волонтером може стати будь-яка людина. Неповнолітні особи здійснюють волонтерську діяльність за згодою батьків (усиновлювачів), прийомних батьків, батьків-вихователів або піклувальника.



# ЯКІ ВОЛОНТЕРСЬКІ ПРОГРАМИ ТА ОРГАНІЗАЦІЇ ПРАЦЮЮТЬ В УКРАЇНІ?

## **Українська Волонтерська Служба**

Громадська організація, яка розвиває культуру волонтерства та взаємодопомоги в Україні. Мета організації — бути опорою та підтримкою для волонтерів. Українська Волонтерська Служба об'єднує активістів з усієї країни завдяки онлайн-спільнотам, Школам Волонтерства, Волонтерській Платформі, проектам «Агенти Волонтерства», «Близькі» та «Мій телефонний друг».

## **Корпус Миру США**

Урядова програма США, завдяки якій американські волонтери протягом двох років служать в українських містах та селах. Вони викладають англійську мову, проводять гуртки, організовують табори, допомагають у розвитку громад та здійсненні проектів, а також сприяють поширенню знань про американську культуру.

## **ПЛАСТ**

Національна скаутська організація України, якій вже понад 100 років. Місія Пласту – творити успішну Україну через спроможних пластунів. Діти можуть проходити виховання в гуртках, а дорослі — ставати координаторами гуртків або займати ролі в управлінні організацією. Волонтери допомагають дітям проходити програму ПЛАСТу, проводять щотижневі зустрічі, на яких грають, співають та спілкуються; організовують мандрівки, щоб досліджувати нові міста та села, організовують літні табори та відвідують з дітьми акції та фестивалі.

## **Мій телефонний друг**

Мій телефонний друг — всеукраїнський проект дружньої підтримки людей, що опинилися на самоті. Проект створено Українською Волонтерською Службою та Дитячим фондом ООН в Україні. Волонтери та волонтерки проекту стають телефонними друзями для людей з інших міст України. Щотижня вони телефонують своїм підопічним, щоб розпитати про їхній день, підтримати чи просто поспілкуватися на різноманітні теми.

## **Будуємо Україну Разом**

Будуємо Україну Разом — волонтерська програма, яка через спільну працю, подорожі та неформальну освіту об'єднує українську молодь у мережу активних громадян. Одним із напрямків діяльності БУРу є створення та проведення БУР-таборів. БУР-табір – волонтерський будівничий табір в невеликих містах чи селах України, який залучає молодь з усієї країни до волонтерства: допомагати створювати чи облаштувати молодіжні простори для місцевої молоді, допомагати сім'ям у потребі відремонтувати помешкання, знайомитись з місцевістю та формувати нові соціальні зв'язки.

## **Let's Do It, Ukraine! (Зробимо Україну Чистою Разом)**

Найбільш масовий екологічний рух в Україні, який щороку об'єднує сотні тисяч небайдужих людей навколо проблеми поводження з відходами та дбайливого ставлення до довкілля. Активісти проводять масові толоки та уроки екосвідомості в кожному регіоні країни.

## **ENGLn**

Громадська організація, яка поєднує українську молодь з іноземцями, що вільно спілкуються англійською мовою, для безплатної розмовної онлайн практики та налагодження міжкультурних зв'язків. Організатори проекту поєднують тих, хто вивчає англійську мову, з англомовними волонтерами з усього світу.

## **SafeRoom**

Волонтерський проект, метою якого є безоплатно надати психологічну підтримку підліткам від фахівців індивідуально, а також у групах. Проект створено підлітками для підлітків.

## **Відкриті Клітки**

Зоозахисна організація, діяльність якої націлена на допомогу сільськогосподарським тваринам. Метою організації є зменшення страждань тварин шляхом системних змін у суспільстві, бізнесі та законодавстві. Волонтери беруть участь у фестивалях та тематичних подіях, організовують лекції та вебінари, розробляють та поширюють тематичні брошури.

## **Спеціальна Олімпіада**

Спеціальна Олімпіада України є частиною глобального руху, який було започатковано в США в 1960-х роках. Організація підтримує спортивні заходи для людей з порушеннями розумового розвитку. Національні та міжнародні змагання проводяться регулярно, і допомога волонтерів надзвичайно необхідна.

## **Fridays For Future (П'ятниці для майбутнього)**

Всесвітній рух школярів, які стурбовані кліматичними змінами та їх впливом на людство. Також відомий, як шкільний страйк заради клімату. Групи учнів проводять тематичні події, акції, марші та страйки, щоб привернути увагу до вирішення проблем екології.

**Більше організацій та проектів:** <https://platforma.volunteer.country/>

# ЯК ПОЯСНИТИ ПІДЛІТКАМ ПЕРЕВАГИ ВОЛОНТЕРСТВА?

У волонтерстві ти знайдеш друзів. Навіть якщо ти думаєш, що тобі це не потрібно. Люди, з якими ти працюватимеш під час волонтерства, з великою вірогідністю стануть твоїми найкращими друзями в майбутньому. Крім того, волонтерство об'єднує людей різного віку, з різним досвідом та ідеями.

У волонтерстві ти — важливий. Ті, хто потребує допомоги та отримає її від тебе будуть дуже раді познайомитися з тобою ближче, а координатори будуть підтримувати та допомагати з твоїми завданнями.

У волонтерстві ти можеш практикувати нові навички. Хочеш навчитися вести соціальні мережі? Попрактикуйся написати пости для місцевого притулку для тварин. Хочеш покращити навички комунікацій? Приєднайся до телефонного волонтерства. На кожну навичку, яку ти хочеш розвинути, знайдеться свій вид волонтерства.

У волонтерстві ти можеш отримати досвід для резюме або поїхати за кордон. Саме так, волонтерити можна й за кордоном. Існує безліч програм, які дадуть тобі можливість дізнатися, які виклики існують в інших країнах, знайти друзів з усіх куточків світу та поширити досвід України на міжнародній арені.

## **Наприклад, є такі програми:**

- FLEX (Флекс). Програма надає школярам стипендії, які дають їм змогу подорожувати до Сполучених Штатів, навчатися в американській школі протягом одного академічного року й проживати в американській родині та волонтерити разом з нею.
- ERASMUS+ (Ерасмус-Плюс). Програма ЄС для підтримки освіти, навчання, молоді та спорту в Європі, на яку можна подати заявку, спираючись на свій волонтерський досвід.
- AIESEC (Айсек). Найбільша у світі молодіжна організація, що розвиває лідерство серед молоді та організовує міжнародні стажування.
- Європейський Корпус Солідарності. Поширює інформацію про можливості та ініціативи для молодих людей, які хочуть жити, навчатися або працювати у Європі.

# ЯК МИ МОЖЕМО ДОПОМОГТИ ПІДЛІТКАМ ОТРИМАТИ ДОСВІД?

## **Дати подумати про види діяльності, які їм найбільше подобаються.**

Підлітки, які мали можливість самостійно обрати волонтерську діяльність, будуть більше цінувати волонтерство через власний вибір.

## **Допомогти зрозуміти, кому підлітки хотіли б допомагати.**

Учні, які працюватимуть з віковою групою, з якою почуваються комфортно, мають значно більш позитивний досвід у волонтерстві.

## **Допомогти продумати логістику волонтерства.**

Скільки часу потрібно, коли потрібно його приділити, як безпечно доїхати до місця призначення? Іноді організація потребує від підлітків волонтерства в певний час та протягом певного періоду й не може бути гнучкою щодо цього планування. Учні мають планувати свій час так, щоб встигати робити шкільні завдання й долучитися до омріяного волонтерства.

## **Крім цього:**

1. Учителі можуть розказувати про волонтерські можливості та запрошувати представників громадських організацій на класні години.
2. Учителі можуть ініціювати та провести «волонтерський ярмарок», «живу бібліотеку», тижні волонтерства та інші зустрічі, під час яких представники громадських та благодійних організацій можуть розказати про свою діяльність.
3. Учитель, педагог-організатор або шкільний психолог може обговорити з учнем, який напрям волонтерської діяльності найбільш сумісний з його інтересами та навичками.

# ЧИМ ПІДЛІТКИ МОЖУТЬ ЗАЙМАТИСЬ У ГРОМАДІ?

## У школі:

- брати участь в учнівському самоврядуванні;
- організовувати благодійні ярмарки або зустрічі;
- допомагати врегулювати конфлікти між однолітками;
- тренувати спортивні команди;
- навчати інших учнів, допомагаючи покращити свої навички;
- допомагати в бібліотеці.

## У будинку для людей поважного віку:

- допомагати готувати обіди для мешканців;
- розважати та спілкуватися з мешканцями;
- допомагати прикрашати зали та готуватися до особливих подій.

## У громаді:

- волонтерити разом із місцевими громадськими організаціями;
- допомагати при реставруванні громадських місць;
- волонтерити в музеях, молодіжних центрах та бібліотеках;
- подавати їжу та організувати заходи в місцевій лікарні;
- вигулювати собак, чистити клітки, годувати тварин у притулку;
- спілкуватися з людьми та подавати їжу в пунктах обігріву;
- плести сітки та кікімори.

Це лише деякі види діяльності, до яких підлітки можуть долучатися. Ви можете легко скласти перелік потенційних волонтерських можливостей, просто запитуючи місцеві громадські організації, або учнів, які вже волонтерили. Такий список був би ще кориснішим для підлітків, якби він містив контактну інформацію, опис обов'язків та інші деталі щодо волонтерства у вашому місті.

# ЯК ПОЄДНУВАТИ ВОЛОНТЕРСТВО ЗІ ШКІЛЬНИМИ ПРЕДМЕТАМИ?

Шкільний урок волонтерства — лише один з форматів, як можна швидко залучити школярів до волонтерства. Крім цього, ви можете поєднувати навчальні теми з волонтерськими ініціативами в себе в класі. Так учні зможуть на власному прикладі спробувати добрі справи та переконатись, наскільки різноманітним буває волонтерство.

У цьому розділі наведено лише декілька ідей, як вчителі тих чи інших предметів можуть додавати волонтерство у звичні шкільні уроки. Ви можете адаптувати їх та використовувати й до інших дисциплін.

## **Біологія:**

- дослідити забруднення у власному місті та організувати прибирання місцевого парку;
- відвідати притулок для тварин та допомогти доглядати за тваринами;
- разом з класом змайструвати будинок для комах;
- влаштувати акцію сортування сміття в школі;
- дослідити способи перероблення відходів та написати про це статтю в шкільну газету;
- допомогти місцевому лісництву з відновленням зелених насаджень (висадкою дерев, квітів чи кущів);
- долучитись до роботи місцевого заповідника та провести з учнями відео\фото спостереження за місцевою флорою та фауною;
- обладнати в школі інформаційну дошку про захист довкілля, сортування та мінімізацію відходів;
- влаштувати марафон серед учнів та тиждень спробувати жити за принципом zero waste;
- організувати лекцію з надання першої домедичної допомоги для школярів молодших класів.

## **Історія України:**

- провести дослідження історії власного міста чи району;
- долучитись до написання історичних статей чи колонок для місцевої газети;
- долучитись до оцифрування історії жертв Голодомору та передати дані національному музею Голодомору;
- розробити брошури з історичними постатями області та розповсюдити їх серед містян;
- зняти відеоблог про історичний розвиток свого регіону та поширити серед однолітків;
- провести інформаційну кампанію серед однолітків до одного з історично-важливих свят (День пам'яті жертв Голодомору, День героїв Небесної Сотні тощо).

## **Українська мова та література:**

- влаштовувати літературні вечори для популяризації української поезії (можуть бути благодійними);
- підготувати статтю чи колонку для громадських організацій на різні теми;
- розповсюджувати статті про суспільно-важливі теми у групах чи в блогах у соцмережах;
- підготувати інтерв'ю для видань, благодійних ініціатив;
- вчитувати та редагувати тексти;
- працювати з публікаціями для соціальних мереж та написанням текстів до них;
- написати листи до політв'язнів;
- влаштувати збір книг для навчання та передати їх у місцеву бібліотеку чи сім'ю, яка потребує.

### **Англійська мова (чи інша іноземна):**

- перекладати тексти та статті громадських організацій;
- навчати англійської дітей з малозабезпечених сімей;
- викладати англійську для людей старшого віку;
- вчитувати та редагувати статті англійською чи іншими мовами;
- моніторити цікаві нові статті про волонтерство\благодійність англійською та поширювати їх серед школярів.

### **Фізика\хімія:**

- моніторити найцікавіші статті про хімічні\фізичні явища та поширювати їх серед школярів;
- писати наукові статті про різні хімічні\фізичні явища;
- знімати освітній блог та пояснювати іншим учням про хімічні\фізичні явища;
- допомагати молодшим школярам у розв'язанні задач чи завдань з предметів;
- на уроці зробити антисептики для рук та поширити їх по школі.

### **Трудове навчання:**

- організувати плетіння маскувальних сіток для військових;
- влаштувати в'язання шарпеток та рукавиць для людей з геріатричних пансіонатів;
- приготувати іграшки чи прикраси з бісеру для дітей з дитячих будинків;
- влаштувати благодійні ярмарки, кошти з яких підуть на добрі справи;
- влаштувати збір речей, які можна передати на благодійність;
- зробити майстер-клас для учнів школи з повторного використання пластику (наприклад, як можна повторно використати лотки з яєць та зробити з них декор).

### **Інформатика:**

- організувати урок комп'ютерної грамотності для людей літнього віку;
- створити презентації та графічні матеріали для організацій;
- пройти стажування на Волонтерській Платформі;
- спробувати менторство для молодших школярів та навчання основ інформатики;
- підготувати матеріали про новітні інформаційні технології та поширити серед учнів школи.

# НАЦІОНАЛЬНА ВОЛОНТЕРСЬКА ПЛАТФОРМА

Волонтерська Платформа — онлайн-портал, який збирає можливості волонтерства з цілої України та допомагає однодумцям знайти одне одного. Кожен охочий може знайти можливість поволонтерити, відповідно до регіону та своїх вподобань. Достатньо зайти на сайт та обрати можливість до душі.

Волонтерські проекти, благодійні фонди та ініціативи щодня надсилають актуальні пропозиції долучитись до їх рухів та почати творити добрі справи вже зараз.

## Як нею користуватись?

1. Зайти на волонтерство.укр або [platforma.volunteer.country](http://platforma.volunteer.country)
2. Натиснути на розділ Волонтерити > Можливості
3. Обрати проект, який зацікавив найбільше, ознайомитись з деталями та подати заявку на участь.

Волонтерська Платформа — спільний проект Дитячого фонду ООН (ЮНІСЕФ) в Україні, Української Волонтерської Служби та компанії SoftServe, який реалізується за підтримки Міністерства молоді та спорту України. Платформа містить оголошення про пошук волонтерів від перевірених громадських та благодійних організацій.





# ДОДАТКОВІ МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПРОВЕДЕННЯ УРОКУ

## Друковані матеріали

Ці матеріали ви можете роздрукувати на звичайному принтері та розмістити в школі (наприклад, на дошці оголошень або в аудиторії, де проходить урок).

- Постер Волонтерської Платформи  
(для розміщення на дошці оголошень)



- Постер для анонсу Шкільного уроку волонтерства  
(вписати час та місце проведення уроку волонтерства)



# ДОДАТКОВІ МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПРОВЕДЕННЯ УРОКУ

## Інтерактивні матеріали та онлайн-курси

Ці матеріали ви можете використати, щоб зацікавити учнів та урізноманітнити проведення уроку. До кожного пункту додається супровідний текст, який ви можете використовувати на уроці.

Авторські права на відео належать розробникам.



### Серія відеороликів

#### «Історії волонтерства під час повномасштабної війни»

З 24 лютого 2022 року кожна людина в Україні хоч раз замислилась: а чим я можу бути корисною? У відео ви познайомитеся з різними напрямками волонтерства та дізнаєтеся історії людей, які продовжують творити добро та наближати перемогу.



### Онлайн-курс «Волонтерство під час війни»

Курс покликаний дати усі відповіді на найбільш поширені питання серед новачків у волонтерстві. Учасники курсу ознайомляться з поняттям волонтерства та його напрямками; дізнаються, яку роль зараз відіграють волонтери; навчаться мотивувати себе та команду, створювати власні проекти та допомагати ефективно.



### Онлайн-курс «Рятуй, не ризикуй»

Експерти курсу розповідають про основні принципи особистої безпеки волонтерів — фізичної, цифрової та психологічної. Учасники курсу знатимуть, як оцінювати ризики, вберегтися від шахраїв, зберігати свої дані, впоратися з вигоранням у волонтерстві та дбати про особисту безпеку.



### Пам'ятки про волонтерство

З 24 лютого Українська Волонтерська Служба розробила понад сотню пам'яток, де зібрані поради від експертів та посилання на корисні ресурси для волонтерів та тих людей, хто шукає допомоги. Усі пам'ятки є онлайн у вільному доступі на сайті [2022.volunteer.country](https://2022.volunteer.country) (внизу сторінки). Обирайте тему, яка вас цікавить та натискайте на зображення.

# ДОДАТКИ

ШКІЛЬНЕ ВОЛОНТЕРСТВО  
ШКІЛЬНЕ ВОЛОНТЕРСТВО  
ШКІЛЬНЕ ВОЛОНТЕРСТВО  
ШКІЛЬНЕ ВОЛОНТЕРСТВО

# ДОДАТКИ

ДОДАТОК №1. Робочий зошит

ДОДАТОК №2. Вікторина «Волонтерство чи ні»

ДОДАТОК №3. Відомі волонтери та волонтерки

ДОДАТОК №4. Чеклист добрих справ

ДОДАТОК №5. Постер для вчителів

ДОДАТОК №6. Оголошення про урок волонтерства

ДОДАТОК №7. Постер Волонтерської Платформи

ДОДАТОК №8. Як прокачати навички завдяки волонтерству?

ДОДАТОК №9. Чим займаються волонтери?

ДОДАТОК №10. Види волонтерства

ДОДАТОК №11. Чому волонтери це роблять?

ДОДАТОК №12. Мій шлях у волонтерстві

ДОДАТОК №13. Цілі сталого розвитку

# МІЙ ШЛЯХ У ВОЛОНТЕРСТВІ



Привіт!

Мене звати Макс. Я вже давно цікавлюсь волонтерством і сьогодні допоможу тобі розібратись у світі волонтерських можливостей.

**1** На мою думку, волонтерство — це...

---

---

---

**2** Три слова, з якими я асоціюю волонтерство:

---

---

---

**3** З якими проблемами я зіштовхувався / зіштовхувалася у своєму житті?

*Зафарбуй прямокутник відповідно до того, наскільки проблема стосується твого міста/громади*

бідність

низький рівень освіти

забруднення довкілля

бездомні тварини

тяжкі хвороби

війна

нерівність

доступ до різних можливостей

безробіття

доступ до води

дискримінація

насильство



Як я можу змінити світ уже сьогодні?

**4** Яка з цих проблем (одна або декілька) хвилює мене найбільше та чому?

---

---

**5** Найбільше мене цікавлять такі види волонтерства:

культура та мистецтво	екологія та зоозахист	медичина
освіта та наука	переклади та журналістика	проєкти з розвитку міста
соціальна допомога	спортивне волонтерство	допомога захисникам
онлайн волонтерство	міжнародні програми	правозахист

**6** Понад усе я би хотів / хотіла спробувати себе в такому волонтерстві, як....

---

**7** Навички, якими я володію:

Оціни те, наскільки добре ти володієш кожною з цих навичок



**Як я можу змінити світ уже сьогодні?**

**8** Три навички, які я хочу прокачати завдяки волонтерству:

---

---

---

**9** 5 кроків, які я планую зробити, щоб прокачати себе у волонтерстві:

**1**

**2**

**3**

**4**

**5**



Вітаю! У тебе все вийшло :)

Не бійся мріяти, ставити перед собою амбітні цілі та досягати їх. Будь справжнім і не забувай, що саме ти можеш змінити світ на краще!

Волонтерство завжди чекає на тебе на Волонтерській Платформі: [platforma.volunteer.country](http://platforma.volunteer.country) або [волонтерство.укр](http://волонтерство.укр)



**Як я можу змінити світ уже сьогодні?**

# ВІКТОРИНА

## «ВОЛОНТЕРСТВО ЧИ НІ»

### Завдання вікторини:

1. Допомогти мамі поприбирати кімнату та витерти пил.
2. Безплатно навчати молодших учнів школи математики чи фізики.
3. Купити печиво на благодійному ярмарку.
4. Провести акцію «Посміхнись» у школі.
5. Поприбирати територію біля озера чи берег річки.
6. Провести Шкільний урок волонтерства.
7. Телефонувати самотній людині та інколи спілкуватися з нею на різноманітні теми, підтримуючи її.
8. Допомогти людині поважного віку прибрати в будинку та сходити за покупками.
9. Пожертвувати кошти для дітей, які хворіють на онкологічні хвороби.
10. Фотографувати безпритульних тварин для зоозахисної організації.

### Відповіді до вікторини:

1. Ні, допомога батькам по дому не є волонтерством. Згідно з Законом України «Про волонтерську діяльність», допомога сім'ї, друзям та сусідам не є волонтерством. В основі волонтерства завжди має бути суспільна користь — тобто, користь для інших людей, а не лише для мене та моїх близьких.
2. Так, це твоя волонтерська діяльність — безплатно стати репетитором у тій сфері, у якій ти розбираєшся.
3. Це, звісно, добра справа, але вона не є волонтерською діяльністю. Волонтерство — це особиста участь у вирішенні або пом'якшенні соціальної проблеми. Якщо ти самостійно приготував печиво, а потім організував його розпродаж на ярмарку — тоді це точно волонтерство.
4. Акції з безплатними обіймами або посмішками — це чудово, але не є волонтерством. Чому? Тому що для волонтерства є важливою суспільна користь для іншої людини та вирішення, хоча б часткове, її проблеми.
5. Так, це волонтерство. Ти вирішуєш одну з суспільних проблем: проблему забруднення навколишнього середовища.
6. Так, це волонтерство. Таким чином ти поширюєш інформацію про волонтерство й більше людей може доєднатися до такої діяльності.
7. Так, це волонтерство. До речі, телефонне волонтерство дуже популярне в багатьох країнах світу. Наприклад, у Великій Британії до телефонного волонтерства долучилось понад 250 тисяч молодих людей.
8. Так, це волонтерська діяльність, яку ти можеш робити самостійно або з друзями. Люди старшого віку часто потребують побутової допомоги, але бояться про неї попросити, тому така підтримка зазвичай є дуже цінною.
9. Пожертва коштів — це благодійність, а не волонтерство. Волонтерство передбачає особисту участь у вирішенні або пом'якшенні соціальної проблеми. Пам'ятай, що у волонтерстві ми інвестуємо свій час, талант та зусилля, а у благодійності зазвичай інвестують кошти, або інші матеріальні блага.
10. Так, це волонтерська діяльність, адже ти допомагаєш зоозахисній організації прилаштувати бездомну тварину в сім'ю.



Як я можу змінити світ уже сьогодні?



# ВІДОМІ ЗАКОРДОННІ ВОЛОНТЕРИ ТА ВОЛОНТЕРКИ

Волонтерська діяльність доступна для кожного, незалежно від віку, статі, віросповідання чи інших чинників.

Коли ми говоримо про те, що дуже багато молоді, людей середнього та старшого віку волонтерять, то часто забуваємо згадати, що волонтерством займаються й відомі люди з різних сфер діяльності. Блогери, інфлюенсери, актори, співаки — відомі люди значну частину свого часу приділяють волонтерству та благодійності.

## ЕММА ВОТСОН

Британська акторка та модель. Героїня фільмів про Гаррі Поттера.

Багато років бере участь у кампаніях за права жінок та проектах із захисту навколишнього середовища. Зокрема, дівчина запустила першу гарячу лінію для жінок, що пережили насилля на роботі. Оператори телефонної лінії надають безплатну юридичну консультацію. Наразі гаряча лінія доступна для жінок лише деяких країн, проте стрімко поширюється усім світом.



## НІК ВУЙЧИЧ

Проповідник, мотиваційний тренер та директор неприбуткової організації «Життя без кінцівок».

Нік вступив на шлях благодійності ще 1999 році, бо усвідомив: це — саме те, що дасть йому справжню мету в житті. Благодійний фонд Ніка веде кампанії світового масштабу. За свою діяльність він відмічений численними нагородами в усьому світі.



Як я можу змінити світ уже сьогодні?

## ОРЛАНДО БЛУМ

Актор, відомий своїми ролями в трилогії «Володар пернів» та серії фільмів «Пірати Карибського моря».

Волонтерить у сфері допомоги дітям, що постраждали від військових конфліктів. Зокрема, відвідав дитячий центр «Спільно», де діти можуть гратися, навчатися та отримувати психологічну підтримку, й закликав у своїх соціальних мережах звернути увагу на проблему війни в Україні.

Також Орландо Блум був співорганізатором найбільшого у світі уроку, який відбувся під час карантину у 2020 році. На уроці представники ЮНІСЕФ та спеціальні запрошені гості розповідали про важливість освіти, охорони здоров'я та ролі молоді в розв'язанні державних питань.



## МІШЕЛЬ ОБАМА

Американська адвокатка, юристка, письменниця, дружина 44 президента США Барака Обами. Одна з найвпливовіших жінок світу за версією журналу «Forbes».

У 1991 році Мішель стала помічницею мера Чикаго, а в 1993 році очолила благодійну організацію в цьому місті, яка займалась підтримкою молодих волонтерів.

Мішель є засновницею декількох ініціатив, спрямованих зокрема на вирішення проблеми дитячого ожиріння, підтримку військовослужбовців, ветеранів та їх сімей. Одним з напрацювань Мішель та Барака Обами є загальноурядова ініціатива США, яка має на меті допомогти дівчатам у всьому світі ходити до школи та захищати свої права.



Як я можу змінити світ уже сьогодні?

# ВІДОМІ УКРАЇНСЬКІ ВОЛОНТЕРИ ТА ВОЛОНТЕРКИ

Волонтерська діяльність доступна для кожного, незалежно від віку, статі, віросповідання чи інших чинників.

Коли ми говоримо про те, що дуже багато молоді, людей середнього та старшого віку волонтерять, то часто забуваємо згадати, що волонтерством займаються й відомі люди з різних сфер діяльності. Блогери, інфлюенсери, актори, співаки — відомі люди значну частину свого часу приділяють волонтерству та благодійності.

## ОЛЕКСАНДР ПЕДАН

Засновник громадського руху JuniorS, метою якого є зробити уроки фізкультури в школах сучасними та різноманітними.

Спорт завжди посідав важливе місце в житті телеведучого, тому Олександр обрав саме цю сферу для змін. Разом зі своєю командою він мандрує містами України та реформує спортивну освіту в школах, розповідаючи та показуючи на практиці як перетворити звичайний урок фізкультури в сучасний та корисний для дітей.

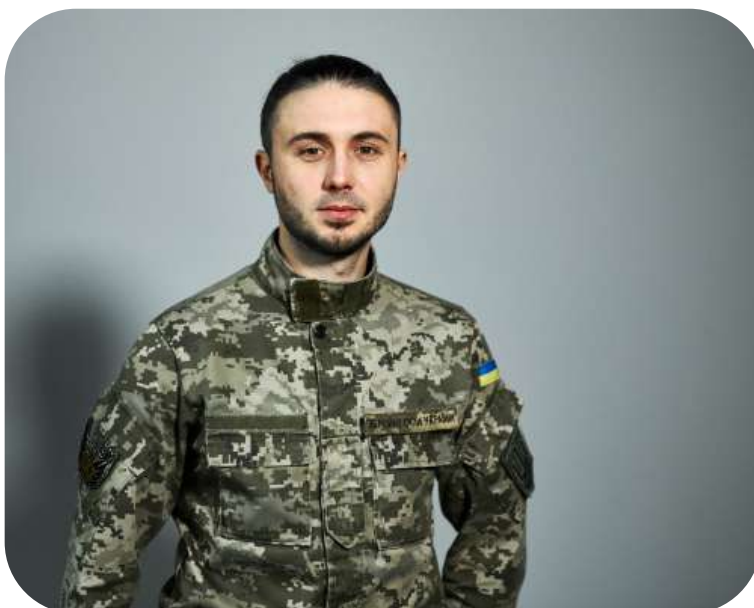


## ТАРАС ТОПОЛЯ

Фронтмен гурту «Антитіла». Молодіжний посол ООН в Україні.

Багато років Тарас підтримує молодіжний проєкт U-Report, який допомагає молоді бути почутими та висловити свою думку щодо важливих суспільних питань.

Крім того, співак займається військовим волонтерством. Тарас був співініціатором громадської ініціативи «Евакуація Крим», яка займалась евакуацією українських військових з окупованого Криму. Пізніше Тарас став співтворцем волонтерської ініціативи «Вільні ЮА», що допомагає військовим.



Як я можу змінити світ уже сьогодні?

## ТАЙРА

Юлія Паєвська (Тайра) українська військовослужбовиця, парамедикня, волонтерка та доброволиця.

Під час Революції Гідності Юлія почала надавати допомогу пораненим. Продовжила займатися цим після початку російсько-української війни, викладала тактичну медицину, а згодом підписала контракт та стала військовослужбовицею. За два роки звільнилася в запас і знову повернулася до волонтерства.



## ЄВГЕНІЯ ТАЛІНОВСЬКА

Засновниця «Зграї» — волонтерської групи, створеної під час Революції Гідності 2013 року. З початком російсько-української війни створили штаб для допомоги військовим, закупували та перевозили генератори, обладнання, захисне спорядження, техніку, продовольство та медикаменти.

Євгенія Таліновська — засновниця «Зграї». Має 15+ років роботи з дитячими будинками, координація проєктів зі збору коштів міжнародного благодійного фонду «Кожен може».



## ІРИНА САЛІХОВА

Лідерка херсонської волонтерської ініціативи Котики-патріотики.

Після початку повномасштабної війни започаткувала волонтерську ініціативу Котики-патріотики. Разом з однопумцями сфокусувалися на закупівлі медикаментів для херсонців — партії життєво необхідних ліків поставляли мешканцям міста навіть через російські блокпости.



Як я можу змінити світ уже сьогодні?

## НІКІТА ШУЛЬГА ТА СОФІЯ-ХРИСТИНА БОРИСЮК

Київські підлітки, які започаткували проєкт з компостування відходів у своїй шкільній їдальні.

Разом вони створили проєкт «Компола», завдяки якому понад 300 шкіл встановили компостери для переробки харчових відходів. У майбутньому школярі планують заохотити ще більше шкіл взяти участь в ініціативі, а також розширювати проєкт та вивести його на державний рівень.



## СЕРГІЙ ЖАДАН

Відомий український письменник, поет, перекладач та громадський діяч.

Письменник є співзасновником благодійного фонду, що займається допомогою прифронтовим містам. Освіта, медицина та культура — сфери, на які фонд робить найбільший акцент.

Крім того, Сергій ініціював проєкт «Схід читає», щоб привернути увагу бібліотек Луганської та Донецької областей і нагадати про їх важливість, як культурних та освітніх осередків для молоді.



## СЕРГІЙ ПРИТУЛА

Український громадський та політичний діяч, засновник благодійного фонду Сергія Притули, волонтер, телеведучий, актор.

З початку вторгнення Росії в Україну зайнявся волонтерською діяльністю для ЗСУ. Був ініціатором проєкту зі збору коштів «Народний Байрактар». Благодійна організація «Фонд Сергія Притули» — українська благодійна організація, яка спеціалізується на допомозі Силам оборони України та постраждалим від російсько-української війни.



Як я можу змінити світ уже сьогодні?

Ми склали для тебе список із 50 добрих справ, які допоможуть тобі зробити світ трохи кращим.  
Пам'ятай, добра дія має велику силу!

## Добро для близьких

- 1. Запитай у батьків, як вони себе почувають
- 2. Підтримай друга або подругу подякою
- 3. Подзвони своїм Бі та Ді
- 4. Похвали людину, яка на це заслуговує
- 5. Обійми своїх близьких
- 6. Запроси друга на волонтерство
- 7. Відвідай навчання з домедичної допомоги з друзями
- 8. Підпиши листівки для сім'ї та друзів
- 9. Проведи урок з правил безпеки для дітей
- 10. Висвітли у своїх соціальних мережах воєнну ситуацію в Україні
- 11. Склади список занять, що можуть допомогти тобі у кризові моменти
- 12. Облаштуй своє укриття, щоб тобі та сусідам було комфортніше там перебувати
- 13. Організуй благодійний квартирник
- 14. Допоможи донести сумки сусіду(-ці)

## Добро для довкілля та суспільства

- 15. Підніми сміття
- 16. Купи термочашку
- 17. Долучись до волонтерської толоки
- 18. Задонать еко-ініціативи
- 19. Ходи до магазинів з еко-торбинкою
- 20. Вимикай світло, коли виходиш з кімнати
- 21. Повідомляй про злочини проти довкілля через чат-бот @SaveEcoBot
- 22. Відмовся від непотрібних покупок
- 23. Відсортуй сміття вдома та віднеси його до пунктів сортування вторсировини
- 24. Не бери пластикові кришечки та соломинки у кав'ярнях
- 25. Припини користуватись продуктами компаній, які не вишли з російського ринку

## Добро для незнайомця

- 26. Купи «підвішений» обід для захисника(-ці)
- 27. Потримай двері Ба або Ді
- 28. Організуй благодійний розпродаж книжок
- 29. Стань волонтером у проєкті «Мій телефонний друг»
- 30. Поступися місцем у транспорті
- 31. Напиши листа захиснику(-ці) через сервіс «Привіт, воїне!»
- 32. Організуй творчий мейстер-клас для дітей внутрішніх переселенців
- 33. Організуй екскурсію містом для внутрішніх переселенців
- 34. Візьми участь у плетінні маскувальних сіток
- 35. Принеси іграшки в гуманітарний штаб
- 36. Пропусти людину в черзі
- 37. Віддай книгу з підписом на буккросинг
- 38. Допоможи допомагати: стань патроном УВС

## Добро для тих, хто потребує

- 39. Стань донором крові
- 40. Прочитай книгу дітям у бомбосховищі
- 41. Купи продукти, ліки для людей похилого віку
- 42. Нагодуй вуличну тварину
- 43. Допоможи сортувати гуманітарку
- 44. Прихисти тварину з притулку
- 45. Розкажи про ресурс Паляниця.Інфо
- 46. Допоможи місцевому притулку доглядати тварин
- 47. Відправ донат: Франка – на фронт, а Мазепу – волонтерам
- 46. Долучайся до інтернет-війська України (@ivukr у Telegram)
- 49. Долучись до волонтерства з Волонтерської Платформи
- 50. Поділися ресурсами Української Волонтерської Служби



Як я можу змінити світ уже сьогодні?

# ЯК ЗАЛУЧИТИ ДІТЕЙ ДО ВОЛОНТЕРСТВА?

**1 Проведіть у школі урок волонтерства** (матеріали уроку можна завантажити за qr-кодом внизу)

**2 Запросіть до школи місцевих волонтерів**  
Надихаючий приклад місцевих волонтерів та благодійників допоможе учням більше зрозуміти тему волонтерства та чому небайдужі люди долучаються до змін.

**3 Спільно з дітьми організуйте волонтерську акцію**  
Це може бути толока в місцевому парку чи плетіння сіток. Перший досвід волонтерства — хороший спосіб закріпити знання на практиці.

**4 Організуйте тиждень волонтерства в школі**  
Протягом тижня проводьте неформальні події про волонтерство, уроки волонтерства, а також поширюйте інформацію про відомих діячів, що долучаються до добрих справ.

**5 Подякуйте учням за їх роботу та спільно відсвяткуйте результати**  
Підбивати підсумки — важлива частина будь-якої ініціативи. Запропонуйте учням відсвяткувати їх перше волонтерство чаюванням у дружньому колі зі смаколиками.



Усі матеріали уроку можна знайти за QR-кодом. Їх можна завантажити в будь-який момент та використовувати як в онлайн, так і в офлайн форматі проведення уроку.



Завантажити матеріали



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



**Peace  
Corps**



Українська  
Волонтерська  
Служба



МІНІСТЕРСТВО  
МОЛОДІ ТА СПОРТУ  
УКРАЇНИ



# ШКІЛЬНИЙ УРОК ВОЛОНТЕРСТВА







# ВІДКРИЙ СВІТ ВОЛОНТЕРСТВА!

Сотні можливостей та однодумців  
вже чекають на тебе

[platforma.volunteer.country](https://platforma.volunteer.country)

# ЯК ПРОКАЧАТИ СВОЇ НАВИЧКИ ЗАВДЯКИ ВОЛОНТЕРСТВУ?

Унікальний досвід, який отримують люди під час волонтерства, не лише приносить приємні враження, а й дає можливість прокачати свої навички та стати кращим. Волонтерство допомагає підготуватись до навчання в університеті, отримати практичні знання та досвід, якого найчастіше немає в однолітків.

<b>Лідерство</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Дізнайся більше про сферу волонтерства, яка тобі цікава.</li><li>• Організуй зустріч друзів, на якій запропонуй обговорити, що можна зробити для вашої громади.</li><li>• Організуй свій волонтерський проєкт.</li></ul>
<b>Креативність</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Спробуй волонтерство у культурній сфері: організуй благодійний літературний або музичний вечір, візьми участь у місцевому фестивалі або ярмарку.</li><li>• Намалюй плакати на суспільно важливу тему, яка тебе хвилює.</li></ul>
<b>Організаційні навички</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Спробуй створити та організувати подію у своєму класі. Це може бути відкритий урок від учнів для вчителів, кіно посиденьки або літературний клуб. Склади покроковий план організації заходу та дотримуйся його.</li><li>• Запропонуй місцевій організації організувати спільну подію.</li><li>• Дізнайся, що таке «тиха вечірка» та «жива бібліотека». Запропонуй провести такі зустрічі у своїй школі або молодіжному центрі.</li></ul>
<b>Публічні виступи</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Виступи перед однокласниками або школярами, які навчаються у молодших класах, та розкажи про проблему, яка тебе хвилює.</li><li>• Прочитай матеріали про те, як проводити Шкільний урок волонтерства, та проведи його у своїй школі.</li><li>• Проведи вікторину для однокласників на тему, яка тобі цікава.</li></ul>
<b>Комп'ютерна грамотність</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Стань волонтером у бібліотеці та допоможи з формуванням бази даних читачів.</li><li>• Пройди безплатний онлайн-курс на платформі Prometheus або Відкритий Університет Майдану.</li><li>• Організуй майстер-клас для своїх рідних або друзів по користуванню комп'ютером та сучасними онлайн-платформами для навчання (наприклад, EdEra, Prometheus).</li></ul>



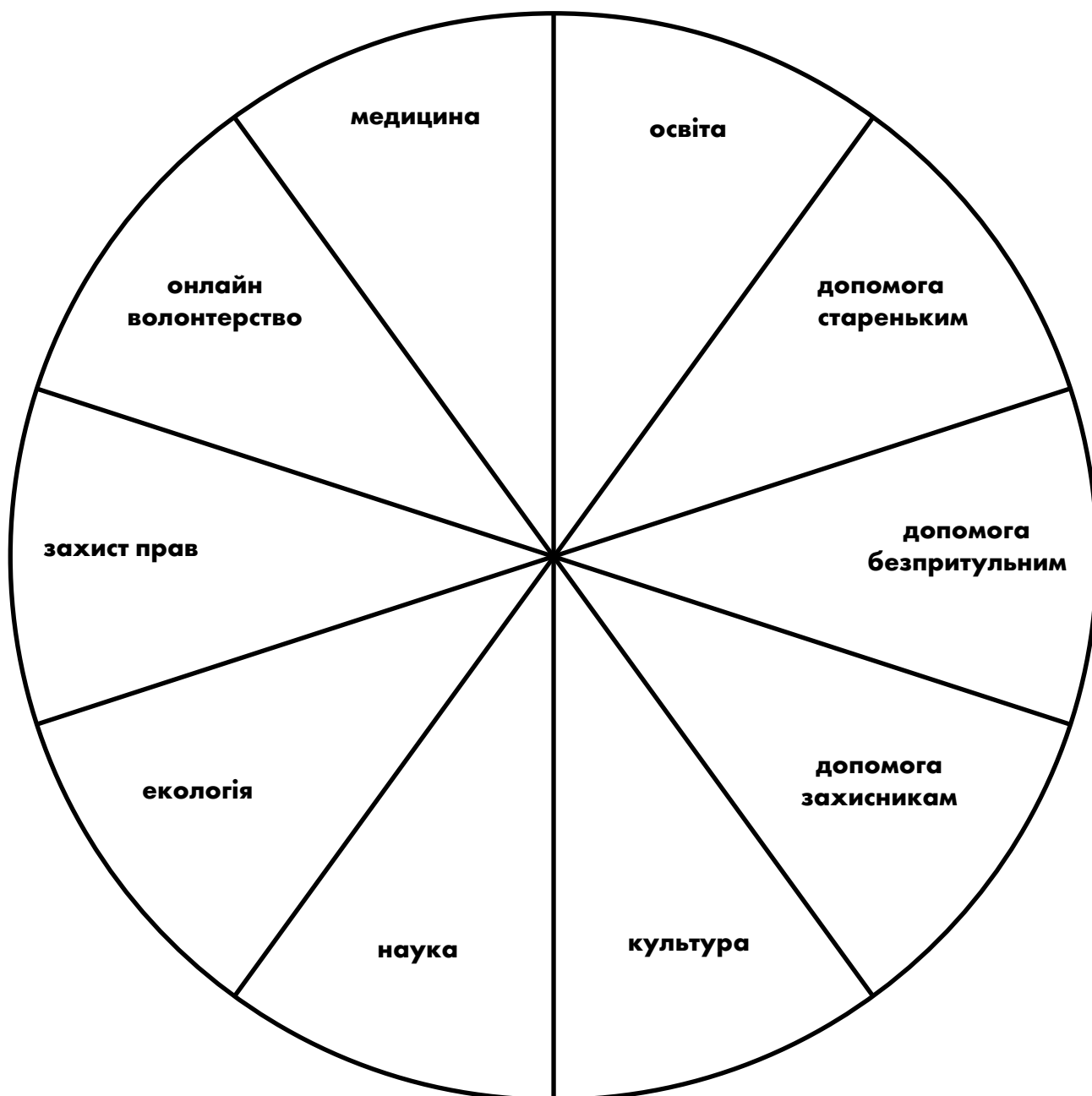
Як я можу змінити світ уже сьогодні?

<p><b>Управління часом</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Створи власноруч або придбай записник, в якому зможеш записувати свої плани на тиждень, плани на день, важливі події, які хочеш відвідати.</li> <li>• Виділяй час на навчання, волонтерство та відпочинок рівномірно. Викреслюй виконані завдання та позначай ті, які даються тобі важко.</li> <li>• Використовуй техніку Pomodoro.</li> </ul>
<p><b>Навички письма</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Почни вести блог про своє волонтерство або теми, які тебе найбільше цікавлять (зміна клімату, зоозахист, спорт, культура тощо).</li> <li>• Спробуй написати есе на тему «Чому важливо займатися волонтерством?».</li> </ul>
<p><b>Емоційний інтелект</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Прочитай книгу «Простими слова» Марка Лівіна та Іллі Полудьоного.</li> <li>• Спробуй ділитися своїми внутрішніми відчуттями з друзями та однокласниками.</li> <li>• Веди щоденник та фіксуй в ньому, які події викликають у тебе позитивні емоції, а які — негативні.</li> <li>• Стань волонтером проекту «Мій телефонний друг» та по телефону підтримуй зв'язок з самотньою людиною старшого віку.</li> </ul>
<p><b>Навички комунікації</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Переглянь відео TED з різними людьми та випиши, що тобі сподобалося у їх виступах. Спробуй повторити це на практиці.</li> <li>• Підготуй короткий виступ для однолітків, у якому розкажи про те, які волонтерські та освітні можливості є у вашій громаді.</li> <li>• Запропонуй свою допомогу у координації волонтерів місцевому молодіжному центру або організації.</li> </ul>
<p><b>Критичне мислення</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Стань волонтером в організації, яка навчає дебатів, або створи свій гурток.</li> <li>• Прочитай інформацію про різні напрямки волонтерства та перевірь інформацію на правдивість.</li> <li>• Спробуй переконати своїх знайомих, які не вважають волонтерство корисною справою, у зворотному.</li> </ul>



# ЧИМ ЗАЙМАЮТЬСЯ ВОЛОНТЕРИ?

У світі існує понад 50 напрямів та видів волонтерської діяльності. Спробуй подумати про те, які волонтерські проекти та активності можуть бути у кожного з напрямів, вказаних на різних частинах кола. Свої ідеї проектів записуй всередині відповідного сектора.



Треба підказка? Заходь на Волонтерську Платформу:  
[platforma.volunteer.country](http://platforma.volunteer.country)



Як я можу змінити світ уже сьогодні?

**Екологічне волонтерство**

**Онлайн волонтерство**

**Культурне волонтерство**

**Спортивне волонтерство**

**Зоозахисне волонтерство**

**Соціальне волонтерство**

**Правозахисне волонтерство**

**Міжнародне волонтерство**

**Освітнє волонтерство**

**Медичне волонтерство**

Прибирання лісу

Волонтерство в  
музеї

Виготовлення годівничок  
для птахів

Організація  
літературного вечора

Спостереження за  
мирними акціями

Прибирання у  
притулку для тварин

Написання листів  
політичним в'язням

Проведення лекцій та  
майстер-класів для дітей

Надання домедичної  
допомоги

Допомога у проведенні  
спортивного марафону

Роздача гарячих  
обідів для  
безпритульних

Волонтерство у будинку  
для людей літнього віку

Організація збору  
речей для потребуючих

Пошиття захисних масок

Волонтерство у  
міжнародному таборі

Організація ремонту для  
потребуючої сім'ї

Допомога бібліотеці у  
веденні Instagram-сторінки

Організація шкільного  
благодійного ярмарку

Організація клубу  
англійської мови

Волонтерство на  
великому музичному  
фестивалі

# ЧОМУ ВОЛОНТЕРИ ЦЕ РОБЛЯТЬ?

У нашому суспільстві є багато людей, які безоплатно та добровільно вкладають свій час у допомогу іншим. Як думаєш, навіщо вони так легко віддають свій час на вирішення суспільних проблем? Чому вони готові допомагати іншим?

Напиши свої думки у полі нижче:

**ЧОМУ?**



Як я можу змінити світ уже сьогодні?



# МІЙ ШЛЯХ У ВОЛОНТЕРСТВІ

Серед соціальних проблем, які існують у суспільстві, важливо вміти розставляти пріоритети. Ці три запитання допоможуть тобі побачити, які саме проблеми потребують твоєї участі. Якщо твої відповіді повторюються у декількох розділах, можливо, варто спробувати волонтерство саме в цій сфері?

Напиши свої думки у полі нижче:

**Які найбільші проблеми є зараз у світі?**

**Які найбільші проблеми є зараз у моєму місті?**

**Які проблеми мене особисто найбільше хвилюють?**



**Як я можу змінити світ уже сьогодні?**



UNITED NATIONS  
**UKRAINE**

ГЛОБАЛЬНІ  
**ЦІЛІ**  
СТАЛОГО РОЗВИТКУ

2015  
2030



Як я можу змінити світ уже сьогодні?



Дякуємо, що розвиваєте культуру волонтерства разом з нами!

Цей урок розробили фахівці Корпусу Миру США та Української Волонтерської Служби за підтримки Міністерства молоді та спорту та Американської агенції міжнародного розвитку USAID.

**Авторський колектив:**

Анна Бондаренко, Наталя Бикова,  
Вікторія Зацнова

**Верстка та редактура:**

Філіп Шовгенов,  
Ольга-Марія Дідич, Поліна Гоч



**USAID**  
FROM THE AMERICAN PEOPLE



**Peace  
Corps**



**Українська  
Волонтерська  
Служба**



**МІНІСТЕРСТВО  
МОЛОДІ ТА СПОРТУ  
УКРАЇНИ**