



FUNDACJA
DAJEMY
DZIECIOM
SIŁĘ

ТЕРЕВЕНІ з Максом

ТЕРЕВЕНІ – Програма підвищення безпеки дітей

Сценарії занять для дітей віком
7–9 років або відповідно рівню
функціонування дітей з особливими
освітніми потребами

ІНФОРМАЦІЯ ДЛЯ ЕДУКАТОРКИ_А, ЯКА_ИЙ ПРОВОДИТЬ ЗАНЯТТЯ

Освітні заняття для дітей «ТЕРЕВЕНІ» – це модуль заходів, спрямованих на зміцнення безпеки дітей. Сценарій доповнює та розширює теми, представлені у відео «ТЕРЕВЕНІ з Максом».

Програма заняття дозволяє дітям обговорити ключові правила захисту від ситуацій, які можуть становити для них загрозу. Добре проведене заняття може допомогти юним учасникам і учасницям розпізнати небезпечні ситуації на ранній стадії та зміцнити їхнє відчуття того, що вони оточені дорослими та установами, яким можна довіряти і до яких вони можуть звернутися за допомогою.

GADKI

PROSTE ROZMOWY
NA WAŻNE TEMATY

Хоча заняття «ТЕРЕВЕНІ» не гарантують захисту від потенційної кривди, вони є важливим кроком у підвищенні обізнаності молоді та розширенні їхніх знань про безпеку.

Акронім **ТЕРЕВЕНІ** є відправною точкою для тем, що обговорюються у сценарії. Окремі літери визначають подальші правила, корисні в навчанні з безпеки та запобіганні насильству.

- Г** ТВЕРДО КАЖИ “НІ”, БО “НІ” ЗАВЖДИ “НІ”
- А** РЯТУЙСЯ І КЛИЧ НА ДОПОМОГУ, КОЛИ ЇЇ ПОТРЕБУЄШ
- Д** ВАЖЛИВО РОЗПОВІДАТИ ПРО ТРАЄМНИЦІ, ЯКІ ТЕБЕ НЕПОКОЯТЬ
- К** НЕ ЗАБУВАЙ: ТВОЄ ТІЛО НАЛЕЖИТЬ ЛИШЕ ТОБІ
- І** ІНТИМНІ ЧАСТИНИ ТВОГО ТІЛА ОСОБЛИВО ЗАХИЩЕНІ.

Заняття «ТЕРЕВЕНІ з песиком» (з використанням однойменного анімаційного відео) можуть бути доповненням або оновленням знань для інших профілактичних заходів. Вони дозволяють групі ознайомитися з розглянутими темами, а також можуть допомогти визначити сфери, які потребують поглибленого обговорення з дітьми та їхніми батьками.

ГАДІ



ЦІЛІ ЗАНЯТТЯ:

- Зміцнення здатності дітей розпізнавати складні та загрозові ситуації (зокрема ті, що виникають в Інтернеті або під час використання електронних пристроїв) та визначення емоцій, пов'язаних з ними.
- Розвиток навичок реагування на складні та загрозові ситуації.
- Ознайомлення учасників з концепцією 116 111 – телефонної лінії довіри для дітей та молоді.
- Обговорення концепції «безпечної близької людини», до якої дитина може звернутися за допомогою.



ВАЖЛИВО! Ні заняття, ні анімаційне відео «Теревені з песиком» не гарантують повного захисту учасників від потенційної шкоди. Однак вони можуть підвищити обізнаність дітей та їхнього оточення про складні ситуації та способи реагування на них.



ДЛЯ КОГО

Діти шкільного віку (7–9 років) або діти з особливими освітніми потребами, що відповідають їхньому рівню функціонування (незалежно від віку, за оцінкою групи ведучою_им).



МІСЦЕ

Шкільний клас, приміщення групи продовженого дня, бібліотека, дитячий клуб, громадський центр тощо.



ОСОБИ, ЯКІ ВЕДУТЬ ЗАНЯТТЯ

Вчителі, психологи, вихователі, поліцейські.



ВАЖЛИВО! Ми рекомендуємо ведучим переглянути короткий навчальний відеоролик:





ЧИ ПОТРІБНО ДІТЯМ НАГАДУВАТИ ПРО ПРАВИЛА ТЕРЕВЕНІ?

Так!



Ми обмежені тривалістю наших занять. Ми також не завжди маємо можливість повторювати ці уроки кілька разів протягом навчального року. Ми рекомендуємо повторювати заняття «ТЕРЕВЕНІ» з певною групою дітей щороку, а також – між окремими заняттями – використовувати повсякденні ситуації для повторення та закріплення правил. Ми також рекомендуємо групам дітей регулярно переглядати разом відео «ТЕРЕВЕНІ», розроблене для їхньої вікової групи. Відео триває лише кілька хвилин і подобається дітям – навіть короткої перерви достатньо. Частий контакт з правилами та можливість застосовувати їх у повсякденному житті збільшують ймовірність того, що діти будуть пам'ятати їх у складних ситуаціях!

ГАДКИ

Сценарій заняття „ТЕРЕВЕНІ з песиком”, коли маєте 45 хвилин

ТРИВАЛІСТЬ:



45 хвилин

Заняття розраховано на одну класну годину (45 хвилин). Якщо школа має ресурси, також доступна розширена версія плану заняття, яку можна виконати у двох частинах (2 x 45 хвилин). У цьому випадку ви можете виділити для занять, наприклад, два вибрані навчальні дні або виконати їх за один день з відповідною перервою. Момент перерви вказаний в плані заняття. Якщо виконано дві частини плану заняття (особливо коли заняття не проводяться одне за одним), гарною ідеєю буде нагадати учням про правила, які вони вже вивчили.



ПРИМІТКА: Якщо час обмежений, або якщо ви працюєте з дуже маленькими дітьми чи дітьми з особливими освітніми потребами, когнітивними проблемами або тими, хто легко відволікається, можна розділити заняття на менші частини – наприклад, обговорюючи кожне правило безпеки окремо (приблизно 15 хвилин x 5 правил).

Г

ТВЕРДО КАЖИ “НІ”, БО “НІ” ЗАВЖДИ “НІ”

А

РЯТУЙСЯ І КЛИЧ НА ДОПОМОГУ, КОЛИ ЇЇ ПОТРЕБУЄШ

Д

ВАЖЛИВО РОЗПОВІДАТИ ПРО ТРАЄМНИЦІ, ЯКІ ТЕБЕ НЕПОКОЯТЬ

К

НЕ ЗАБУВАЙ: ТВОЄ ТІЛО НАЛЕЖИТЬ ЛИШЕ ТОБІ

І

ІНТИМНІ ЧАСТИНИ ТВОГО ТІЛА ОСОБЛИВО ЗАХИЩЕНІ



45 хвилин



НЕОБХІДНІ МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ЗАНЯТЬ:

- Відео «ТЕРЕВЕНІ з Максом» – [посилання на відео](#)
- Пристрій з під'єднанням до Інтернету для перегляду відео та відтворення звуку (наприклад, ноутбук з динаміками, екран або мультимедійна дошка)
- Стікери різних кольорів – кілька для кожної дитини, яка бере участь у занятті
- Зелені та червоні картки для нотаток – подібні до тих, що використовуються на футбольному полі – розмір А6; як варіант, картки можна замінити іншими зеленими та червоними предметами (наприклад, маркерами) – один комплект для кожної дитини, яка бере участь у занятті
- Візуально привабливі картки для нотаток – для виготовлення візиток з іменем/позначкою довіреної близької людини або робочий аркуш «Візитна картка безпеки» (додаток до сценарію, також доступний на gadki.fdds.pl у вкладці для едукаторів_ок) – один примірник для кожної дитини, яка бере участь у занятті
- Буклети ТЕРЕВЕНІ (додаток до сценарію, також доступний на gadki.fdds.pl у розділі для едукаторів_ок) – один примірник для кожної дитини, яка бере участь у занятті.



ХІД ЗАНЯТТЯ

ВСТУП: ПРИБЛИЗНО 10 ХВИЛИН



Ведуча_ий:

Сьогодні ми поговоримо про безпеку. Будь ласка, подумайте, що викликають у вас слова «безпека», «відчуття безпеки» або «безпечно». Які асоціації спадають на думку? Будь ласка, запишіть їх на стікерах та приклейте їх до дошки. Я також поділюся з вами своїми асоціаціями.

(Діти разом з ведучою_им пишуть на картках і приклеюють їх до дошки. Альтернативою для більш стриманих груп є те, щоб ведуча_ий зібрала_в картки у дітей, оскільки «виходити вперед» перед дошкою може бути важко для деяких більш сором'язливих учнів.

Участь ведучої_го у вправі може допомогти дітям розкритися та створити атмосферу довіри та комфорту).



Ведуча_ий:

Дуже дякую. Зараз я прочитаю те, що ви написали.

(Ведуча_ий читає приклади дітей та робить підсумок)



Ведуча_ий:

Усе те, що ми написали та сказали одне одному, означає, що безпека дуже важлива для нас і близька нашим серцям. Бути в безпеці означає не турбуватися про те, що хтось завдасть нам болю чи змусить нас почуватися погано. Ви маєте право почуватися в безпеці в школі,



45 хвилин

вдома, онлайн та будь-де. Відчуття безпеки важливе, тому що воно дозволяє вам бути здоровими, щасливими та бути собою.

»» Ведуча_ий:

А тепер ми переглянемо першу частину відео. Спробуйте запам'ятати перше правило. Підказка: воно починається з літери Т...

**Ведуча_ий показує уривок з відео, де презентується правило:
Т –Твердо кажи “Ні”, бо “Ні” завжди “Ні”**

»» Ведуча_ий:

Хтось пам'ятав перше правило з відео? Макс розповів нам про нього, і вона супроводжуватиме нас протягом усього сьогодиншнього заняття, протягом усього відео «Що важливого нам розповів Макс?». Може статися так, що хтось заохочуватиме вас кудись піти, подорожувати чи щось зробити, а ваших батьків чи близьких дорослих не буде поруч – ви не зможете запитати їхнього дозволу, ані не зможете обговорити з ними свої проблеми – особисто чи по телефону. Що ви тоді зробите? Скажете «Ні». Давайте спробуємо трохи потренуватися, коли варто, або навіть необхідно, сказати «Ні»?

(Ведуча_ий роздає дітям червоні та зелені картки)

»» Ведуча_ий:

Тепер уявіть собі ситуації, про які я вам зараз розповім. Якщо ви вважаєте, що можна погодитися з пропозицією з історії, підніміть зелену картку. Якщо ви вважаєте, що можна відмовитися, підніміть червону картку – як і на футбольному полі. Ну що, готові?

ВПРАВА І РОЗМОВА: ПРИБЛИЗНО 10 ХВИЛИН

»» Ведуча_ий:

- Ти на мить залишилася_вся сам_а перед своїм будинком або у під'їзді. Ти зустрічаєш сусідку, яка вітається з тобою і пропонує зайти до її квартири, щоб запропонувати тобі шматочок торта. Твоїх батьків немає з поруч. Що ти скажеш своїй сусідці?
- Старший друг дуже хоче, щоб ви разом подивилися відео. Він каже, що це лише для дорослих. Що ви зробите?
- Чоловік під'їжджає на шкільній парковці та каже, що знає вас і що ви живете по сусідству. Він хоче підвезти вас додому. Ви погоджуєтесь?
- У школі друг хоче зайти з вами в туалетну кабінку.
- Ви граєтесь на вулиці з подругою з сусідства. Вона заохочує вас піти до «того чоловіка, який роздає безкоштовні коди на ігри або милих м'яких іграшок». Як ви відреагуєте на її пропозицію?
- Друг ваших батьків прийшов сьогодні до школи, щоб забрати вас. Ви знаєте його, але давно його не бачили. Ви не пам'ятаєте, щоб ваші батьки казали вам, що це він прийде за вами. Ви підете з ним?

**Ведуча_ий:**

Я включила_в історії з реального життя. Як ви думаєте, чи можна застосувати такі історії до Інтернету? Так! Послухайте ці ситуації:

- Хтось з онлайн-гри хоче стати вашим другом і просить ваші контакти в месенджерах. Він також запитує, де ви живете.
- Подруга заохочує вас створити канал з іншими однокласницями_ками, присвячений виключно ображанню дівчини, яку вони знають.
- Друг надсилає вам свої фотографії, на яких він корчить кумедні гримаси, і заохочує вас робити такі ж
- Хтось надсилає вам посилання на матеріали для дорослих.

**Ведуча_ий:**

Давайте ще раз повторимо правило, яке ми щойно обговорювали: Т – Твердо кажи “Ні”, бо “Ні” завжди “Ні”. Час на наступний уривок відео

**Ведуча_ий показує уривок з відео, де презентується ще одне правило:
“Р – Рятуйся і клич на допомогу, коли її потребуєш”**

**Ведуча_ий:**

Макс представив нам важливе правило: “Р – Рятуйся і клич на допомогу, коли її потребуєш”. Що означає «підняти тривогу і просити про допомогу»? Так, це означає, наприклад, кричати «допоможіть!», голосно кричати або кликати батьків чи іншу близьку людину. Ви також можете підняти тривогу тихо. У деяких ситуаціях ви можете звернутися до дорослого та просто сказати: **«Мені потрібна допомога»**. Коли підняти тривогу буде найефективнішим? Уявіть, що ви перебуваєте в громадському місці та помічаєте, що дорослий поводить з вами неналежним чином (жестикулює, посміхається, підбадьорює). Тоді ви можете знайти іншого дорослого поруч і непомітно сказати: «Будь ласка, допоможіть мені, я не почуваюся в безпеці». У яких ще ситуаціях ми можемо попросити про допомогу таким чином?

(Пропозиції дітей)

Наші тіла по-різному реагують на загрози. Інтенсивний страх і стрес – це особлива система сигналізації, яка служить для нашої безпеки. Деякі з нас одразу починають кричати або тікати, а інші завмирають, ніби раптово заморозилися.

Згадайте ситуацію, в якій ви злякалися. Наприклад, павук чи великий собака. Або навіть м'яч, що летів в ваш бік на майданчику. Ви почали кричати та кликати на допомогу, тікати чи завмерли?

(Пропозиції дітей)

Добре розуміти, як наші тіла реагують на загрози. Це допомагає нам навчитися просити про допомогу та ефективно піднімати тривогу.

Пам'ятайте: навіть якщо ви дуже голосно поводитися в небезпечній ситуації, ніхто до вас не ставитиметься погано. Ви можете допомогти собі та іншим!

**Ведуча_ий:**

А зараз ми разом розглянемо приклади, в яких ми можемо відчувати потребу підняти тривогу



та звернутися за допомогою. За мить я зачитаю вам кілька прикладів і попрошу вас оцінити від 0 до 5, кожному окремо, наскільки загрозливою здається вам певна ситуація та вимагає попросити за допомогою/підняти тривогу. Покажіть свою оцінку на пальцях (ви можете зробити це, піднявши руку або тільки показати її собі). Якщо ви хочете поділитися своїми відповідями вголос і запропонувати, хто і як би підняв тривогу в конкретних ситуаціях, я також попрошу вас надати цю інформацію під час вправи. Ми будемо раді почути ваші відповіді.

(Ведуча_ий записує на дошці шкалу від 0 до 5 та показує дітям принцип шкалювання на руці: стиснутий кулак – зовсім ні, 1 палець – мінімально, 2 пальці – трохи, 3 пальці – помірно, 4 – сильно, 5 – дуже сильно).

ВПРАВА І РОЗМОВА – ПРИБЛИЗНО 5 ХВИЛИН

Ситуації:

1. Граючись на шкільному подвір'ї, ви помічаєте, що незнайомець знімає вашу гру на свій телефон. Вам це не подобається.
2. Хтось в інтернеті хоче з вами познайомитися. Ви відмовляєтеся, але він або вона наполягають і продовжують телефонувати вам у месенджери.
3. У батутному парку дівчина постійно штовхає вас і не дозволяє вам залізти на батут. Коли ви її попереджаєте, вона смикає вас за волосся.
4. Хтось, з ким ви познайомилися в інтернеті, просить вас надіслати йому фотографію та погрожує опублікувати кумедне відео про вас у шкільній групі, якщо ви цього не зробите.
5. На дитячому майданчику, коли ви граєте в хованки, до вас підходить незнайомий чоловік і каже, що покаже вам, де ховаються діти. Вам треба тільки піти з ним.
6. Хтось опублікував ваші таємні фотографії в класній групі без вашої згоди.
7. По дорозі додому зі школи ви помічаєте, що за вами йде старший хлопчик, якого ви знаєте лише в обличчя. У якийсь момент він підбігає до вас і намагається забрати ваш телефон.



Ведуча_ий:

Чудово! Схоже, ви всі непогано вмієте піднімати тривогу та просити про допомогу. Наступне правило ми вивчимо за мить, а зараз я хотіла_в би, щоб ми повторили перші два правила. Хто з вас їх пам'ятає?

(Ведуча_ий повторює правила з дітьми: «Т – Твердо кажи “Ні”, бо “Ні” завжди “Ні” та “Р – Рятуйся і клич на допомогу, коли її потребуєш”)



ВПРАВА І РОЗМОВА: ПРИБЛИЗНО 15 ХВИЛИН

**Ведуча_ий:**

Вам цікаво, що ще хоче нам розповісти Макс?

**Ведуча_ий показує уривок відео, який представляє правило:
„В - Важливо розповісти про таємниці, які тебе непокоять”**

**Ведуча_ий:**

Чи можете ви мені сказати, що означає «таємниця», «мати таємницю»? Або що означає для когось мати секрет? Чи можуть діти мати секрети?

**Ведуча_ий:**

Ми маємо хороші та погані таємниці. Хороша таємниця — це коли ми кладемо подарунок мамі на день народження в шафу, щоб вона не помітила. Потім ми даруємо його мамі вранці, здивувавши її! Такий хороший секрет робить людину щасливою.

**Ведуча_ий:**

Є також погані таємниці. А погані таємниці, наприклад, викликають у нас тривогу. У відео з'являється слово «тривожний». Чи знаєте ви, що воно означає? Коли ви відчували тривогу чи страх?

(Відповіді дітей)

**Ведуча_ий:**

А тепер я пропоную вам послухати кілька прикладів. Уявіть, що вони трапляються з вами. Наскільки це б вас занепокоїло? Спробуйте оцінити це за шкалою від 0 до 5.

Ти розповів другу/подрузі свій секрет. Ви посварилися, і він/вона сказав/сказала, що розповість про це кільком людям.

(Відповіді дітей)

Твоя мама сказала, що на день народження твоєї тітки ви купили їй подарунок, який вона хотіла, але ти маєш тримати це в таємниці до її дня народження.

(Відповіді дітей)

Хтось з онлайн-гри попросив/попросила тебе надіслати їй фотографії, але він/вона просить тебе нікому не розповідати, і що це буде ваш маленький секрет.

(Відповіді дітей)

На дні народження твоєї подруги/друга її старший брат показав тобі фільм з багатьма сценами, які ти боявся/боялася дивитися, і сказав тобі нікому не розповідати.

(Відповіді дітей)

Твій тренер надіслав тобі особисте повідомлення в месенджері і попросив/попросила тебе нікому не розповідати.



(Відповіді дітей)

»» **Ведуча_ий:**

Тривога – це емоція, яка може бути неприємною, але вона дуже необхідна. Це як внутрішня система сигналізації. Якщо ви починаєте відчувати тривогу від звуку слова «секрет», це може означати, що секрет не є добрим.

»» **Ведуча_ий:**

Я маю ще одне запитання. Як розпізнати тривогу в собі? Дуже важливо знати, які симптоми ви відчуваєте – як у тілі, так і в розумі – коли оцінюєте, що вас щось турбує.

((Відповіді дітей. Ви можете запропонувати власні «симптоми» – прискорене серцебиття, відчуття жару, пітливість, «крутить живіт», головний біль, поколювання шкіри. Цей елемент може бути особливо важливим для не нейротипових дітей))

»» **Ведуча_ий:**

Тепер давайте повторимо, як розпізнати, хороший чи поганий секрет.

Поганий секрет – це той, який викликає страх, гнів, сором або смуток.

Поганий секрет – це той, який хтось, кого ми не знаємо, намагається переконати нас зберегти, але це також може бути хтось, кого ми знаємо – наприклад, друг, член сім'ї, знайомий дорослий...

Поганий секрет – це той, який хтось каже нам не розповідати, особливо близьким нам людям, таким як батьки чи вчителі. Але чи варто нам це робити? Навіть коли хтось, кого ми знаємо, просить нас зберегти секрет?

(Відповідь дітей – ТАК)

»» **Ведуча_ий:**

Погані таємниці не потрібно приховувати. Пам'ятайте, що гарною ідеєю буде розповісти комусь, кому ви довіряєте. Якщо ви не впевнені, чи секрет хороший чи поганий, запитайте дорослого, якому ви довіряєте. У кожного є хтось, кому він може розповісти будь-який секрет. Це може бути бабуся, мама, тато, вчитель у школі чи інший дорослий, якому ви довіряєте. Кому ви можете довірити свій секрет? Зараз я роздам вам **спеціальні картки безпеки**. Зберігайте їх, щоб нагадувати собі, що навколо вас є люди, яким ви можете довіряти. Подумайте про це та запишіть, кого ви вважаєте людиною, якій ви довіряєте і з якою ви можете поділитися своїм секретом. Чи хотів би хтось поділитися, кого ви вписали до своєї картки безпеки?

(Відповіді дітей)

»» **Ведуча_ий:**

Іноді нас щось турбує, але з якоїсь причини ми не хочемо або боїмося розповісти про це іншим, навіть близьким. Ваші картки безпеки містять номер гарячої лінії 116 111. Це номер, за яким кожна дитина може зателефонувати, коли відчуває, що вона має проблему, або їй потрібно поговорити з кимось, хто не засуджуватиме, а відповідь, запропонувавши підтримку. Запам'ятайте цей номер. Повторите його зі мною? 116 111!

»» **Ведуча_ий:**

Ви запам'ятали третє правило? Хто повторить його всім нам? «В – Важливо розповідати про таємниці, які тебе непокоять». Це дуже важливе правило. У нас залишилося ще два – хочете їх знати?



45 хвилин

Ведуча_ий показує уривок відео «Теревені з Максом», де представляється ще одне правило: „Н – Не забувай: твоє тіло належить лише тобі”

Ведуча_ий:
Кожен і кожна з нас має тіло: голова, руки, ноги, живіт тощо. У відео Макса сказано, що воно належить лише нам. Як ви це розумієте?

(Відповіді дітей)

Ведуча_ий:
Щоб допомогти нам упорядкувати всю інформацію, я поставлю вам кілька запитань

(Відповіді дітей після кожного запитання, а також додаткові запитання: «Чому» та «Чому ти так думаєш?»)

1. Чи може будь-хто брати тебе за руку?
2. Чи можемо ми завжди обійняти друга / подругу зі школи?
3. Чи може хтось нас сфотографувати?
4. Що ми можемо зробити, якщо нас хтось вдарить?
5. Чи може хтось опублікувати твої фотографії в Інтернеті?
6. Чи можемо ми сказати «ні», коли хтось намагається нас торкнутися?
7. Як ми можемо сказати «ні», коли хтось намагається нас торкнутися?
8. Що ми можемо зробити, якщо хтось хоче обійняти, погладити, полоскотати чи поцілувати нас, але нам цього не хочеться?

РОЗМОВА ТА ПІДСУМОК: ПРИБЛИЗНО 5 ХВИЛИН

Ведуча_ий:
Я бачу, ви розумієте, що тільки ви маєте право вирішувати, хто може торкатися вашого тіла, публікувати ваші фотографії чи просити їх зробити. Саме це нам говорить правило: “Не забувай: твоє тіло належить лише тобі”. Якщо хтось – дорослий чи інша дитина – торкається вас, а ви цього не хочете, скажіть: «Я не згоден_а», «Не роби цього», «Я не хочу, щоб ти це робив» або «СТОП». У такій ситуації ви також можете попросити когось про допомогу, тобто підняти тривогу.

Ведуча_ий:
Макс має ще одну літеру для нас. Давайте подивимося, що вона означає...

Ведуча_ий показує уривок з відео «Теревені з Максом», де озвучується останнє правило: «І – інтимні частини тіла особливо захищені»

Ведуча_ий:
Віка розповіла нам, що у кожного є інтимні частини тіла, які є приватними та закритими.



Скажіть мені – чим ми їх прикриваємо?

(Відповіді дітей)

Ці частини тіла майже постійно закриті... трусиками, футболкою, топом, бюстгальтером або купальником. Чи можемо ми торкатися або бачити інтимні частини тіла інших людей?

(Відповіді дітей)

Чи можуть інші люди торкатися нас або бачити наші інтимні частини тіла?

(Відповіді дітей)

Може статися, що лікар, наприклад, захоче побачити наші інтимні частини тіла. Однак це завжди слід робити в супроводі наших батьків або дорослих, які супроводжували нас до лікаря. Коли він це робить, він повинен попросити нашої згоди та пояснити, чому і що він робить. В інших ситуаціях ваші інтимні частини закриті, тобто недоступні для інших. Ніхто не має права торкатися вас або бачити вас там. Однак, якщо це станеться, вам слід сказати «ні», відійти або втекти від людини, підняти тривогу та обов'язково повідомити когось, кому ви довіряєте, наприклад, ваших батьків, бабусю або мене. Також пам'ятайте, що ніхто не може просити вас надсилати їм фотографії ваших інтимних частин тіла через інтернет.



ПРИМІТКА! Пам'ятайте, що метою цієї частини заняття є навчити дітей важливому правилу захисту себе від кривдження. Діти можуть почати називати конкретні назви інтимних зон, зокрема ті, що вважаються вульгарними. У таких випадках варто зупинити приклади та підсумувати, що всі назви, які згадують діти, стосуються інтимних зон, які слід особливо захищати – незалежно від їхніх назв.

(Ведуча_ий відтворює кінець відео з коротким підсумком)



Ведуча_ий:

Я хочу, щоб ви добре запам'ятали ці правила – вони дуже важливі. Ми будемо повертатися до них і нагадувати вам про них у різних ситуаціях. Зараз я роздам листівки з **ТЕРЕВЕНЯМИ** – щоб правила, які ми вивчили сьогодні, залишилися з вами надовго. Поговоріть зі своїми батьками. Чи знайомі вони з **ТЕРЕВЕНЯМИ** та правилами, які ми обговорювали сьогодні? Я думаю, що вони можуть відповісти на деякі запитання, а також навчитися чогось нового від вас, чогось, що ви дізналися під час сьогоднішнього заняття. Дякую за вашу неймовірну роботу!



ДОДАТКОВА ПРИМІТКА:

Відправною точкою для розмов між батьками та дітьми може бути додатковий робочий аркуш «Повтори та поговори зі мною», який можна роздати батькам після заняття.



45 хвилин



ДУЖЕ ВАЖЛИВО!

Матеріали для батьків ми рекомендуємо скопіювати та надіслати батькам у повідомленні або роздрукувати та передати їм, наприклад, коли вони забиратимуть дитину з заняття. Регулярні розмови з батьками – це найефективніший спосіб закріпити інформацію, яку діти вивчили під час заняття!



Матеріали для завантаження та роздачі батькам після уроку.

БАДІ

Сценарій занять „ТЕРЕВЕНІ з песиком”, коли маєш 2 × 45 хвилин



ТРИВАЛІСТЬ:

2 × 45 хвилин

Заняття розраховані на дві навчальні години (2 × 45 хвилин). Залежно від обставин, наприклад, під час класних годин, їх можна розподілити на два окремі навчальні тижні. На заняттях у початковій школі гарною ідеєю є проведення занять у блочному модулі в один день. Момент перерви вказаний в плані занять. Під час реалізації двох частин плану занять (особливо коли заняття не проводяться безпосередньо одне за одним), гарною ідеєю є нагадати учням про правила, які вони вже вивчили.

Г

ТВЕРДО КАЖИ “НІ”, БО “НІ” ЗАВЖДИ “НІ”

А

РЯТУЙСЯ І КЛИЧ НА ДОПОМОГУ, КОЛИ ЇЇ ПОТРЕБУЄШ

Д

ВАЖЛИВО РОЗПОВІДАТИ ПРО ТРАЄМНИЦІ, ЯКІ ТЕБЕ НЕПОКОЯТЬ

К

НЕ ЗАБУВАЙ: ТВОЄ ТІЛО НАЛЕЖИТЬ ЛИШЕ ТОБІ

І

ІНТИМНІ ЧАСТИНИ ТВОГО ТІЛА ОСОБЛИВО ЗАХИЩЕНІ



МАТЕРІАЛИ, НЕОБХІДНІ ДЛЯ ЗАНЯТТЯ:



2 × 45
ХВИЛИН

- Відео «ТЕРЕВЕНІ з песиком» – [посилання на відео](#)
- Пристрій з під'єднанням до Інтернету для перегляду відео та відтворення звуку (наприклад, ноутбук з динаміками, екран або мультимедійна дошка)
- Стікери різних кольорів – кілька для кожної дитини, яка бере участь у занятті
- Зелені та червоні картки для нотаток – подібні до тих, що використовуються на футбольному полі – розмір А6; як варіант, картки можна замінити іншими зеленими та червоними предметами (наприклад, маркерами) – один комплект для кожної дитини, яка бере участь у занятті
- Візуально привабливі картки для нотаток – для виготовлення візиток з іменем/позначкою довіреної близької людини або робочий аркуш «Візитна картка безпеки» (додаток до сценарію, також доступний на gadki.fdds.pl у вкладці для едукаторів_ок) – один примірник для кожної дитини, яка бере участь у занятті
- Буклети ТЕРЕВЕНІ (додаток до сценарію, також доступний на gadki.fdds.pl у розділі для едукаторів_ок) – один примірник для кожної дитини, яка бере участь у занятті.
- Реквізит для сенсорної вправи – «приємний/неприємний дотик»: шматочок вовни, наждачний папір, холодний компрес з морозилки, м'яка іграшка/сквішмелоу, антистрес тощо.



ХІД ЗАНЯТТЯ

ВСТУП: ПРИБЛИЗНО 15 ХВИЛИН



Ведуча_ий:

Сьогодні я хочу познайомити вас з кимось особливим. Я познайомлю вас з цим персонажем Сьогодні ми поговоримо про безпеку. Будь ласка, подумайте, що викликають у вас слова «безпека», «відчуття безпеки» або «безпечно». Які асоціації спадають на думку? Будь ласка, запишіть їх на стікерах та приклейте їх до дошки. Я також поділюся з вами своїми асоціаціями. Можливо, є образи чи символи, які ви асоціюєте з почуттям безпеки, і які легше намалювати, ніж записати? Ви також можете намалювати їх на власних аркушах паперу та поділитися ними з нами або залишити їх собі.

(Діти разом з ведучою_им пишуть на картках і приклеюють їх до дошки. Альтернативою для більш стриманих груп є те, щоб ведуча_ий зібрала_в картки у дітей, оскільки «виходити вперед» перед дошкою може бути важко для деяких більш сором'язливих учнів. Участь ведучої_го у вправі може допомогти дітям розкритися та створити атмосферу довіри та комфорту).



2 × 45
хвилин



Ведуча_ий:

Дуже дякую. Зараз я прочитаю те, що ви написали.

(Ведуча_ий читає приклади дітей та підводить підсумок)



Ведуча_ий:

Маєте якісь інші ідеї? Це нагадує мені про... (Добре, якщо ведуча_ий поділиться приємною, особистою асоціацією — наприклад, запахом торта в будинку вашої улюбленої бабусі, запахом трави під час прогулянок з батьками тощо). Усе те, що ми написали та сказали одне одному, означає, що безпека дуже важлива для нас і близька нашим серцям. Бути в безпеці означає не турбуватися про те, що хтось завдасть нам болю або змусить нас почуватися погано. Ви маєте право почуватися в безпеці в школі, вдома, онлайн та будь-де. Відчуття безпеки важливе, тому що воно дозволяє вам бути здоровими, щасливими та бути собою.



Ведуча_ий:

А тепер ми переглянемо першу частину відео. Спробуйте запам'ятати перше правило. Підказка: воно починається з літери Т...

**Ведуча_ий показує уривок з відео «ТЕРЕВЕНІ з Маесом», де презентується правило:
Т – Твердо кажи “Ні”, бо “Ні” завжди “Ні”**



Ведуча_ий:

Хтось пам'ятав перше правило з відео? Макс розповів нам про нього, і воно супроводжуватиме нас протягом усього сьогоденного заняття, протягом усього відео «Що важливого нам розповів Макс?». Може статися так, що хтось заохочуватиме вас кудись піти, подорожувати чи щось зробити, а ваших батьків чи близьких дорослих не буде поруч – ви не зможете запитати їхнього дозволу, ані не зможете обговорити з ними свої проблеми – особисто чи по телефону. Що ви тоді зробите? Скажете «Ні». Давайте спробуємо трохи потренуватися, коли варто, або навіть необхідно, сказати «Ні»?

(Ведуча_ий роздає дітям червоні та зелені картки, кожна дитина отримує червону і зелену картку)



Ведуча_ий:

Тепер уявіть собі ситуації, про які я вам зараз розповім. Якщо ви вважаєте, що можна погодитися з пропозицією з історії, підніміть зелену картку. Якщо ви вважаєте, що можна відмовитися, підніміть червону картку – як і на футбольному полі. Ну що, готові?

ВПРАВА І РОЗМОВА: ПРИБЛИЗНО 15 ХВИЛИН

(Коментар: Після кожної історії ведуча_ий повинна_ен зупинити гру та запитати дітей про причини їхнього рішення й з'ясувати будь-які сумніви. Він або вона також може запропонувати можливі рішення – наприклад, коли варто розповісти про це довіреній людині або – в певних ситуаціях – вчителю)

- Ви на мить залишилися самі перед своїм будинком або на сходах у під'їзді. Ви зустрічаєте сусідку, яка вітається і пропонує зайти до її квартири, щоб запропонувати вам шматочок торта. Ваших батьків немає з вами. Що ви скажете своїй сусідці?
- Старший друг дуже хоче, щоб ви разом подивилися відео. Він каже, що це лише



2 × 45
хвилин

для дорослих. Що ви зробите?

- Чоловік під'їжджає на шкільній парковці та каже, що знає вас і що ви живете по сусідству. Він хоче підвезти вас додому. Ви згодні?
- У школі подруга хоче зайти з вами в туалетну кабінку.
- Ви граєтесь на вулиці з подругою з сусідства. Вона вмовляє вас піти до «того хлопця, який роздає безкоштовні коди на ігри або супермилих м'яких іграшок». Як ви відреагуєте на її пропозицію?
- Друг ваших батьків прийшов сьогодні до школи, щоб забрати вас. Ви знаєте його, але давно його не бачили. Ви не пам'ятаєте, щоб ваші батьки казали вам, що це він прийде за вами. Ви підете з ним?



Ведуча_ий:

Я навела_ів історії з реального життя. Як ви думаєте, чи можна застосувати такі історії до Інтернету? Так! Послухайте ці ситуації:

- Хтось з онлайн-гри хоче стати вашим другом і просить ваші контакти у мессенджерах. Він також запитує, де ви живете.
- Подруга вмовляє вас створити канал з іншими однокласниками, присвячений виключно тому, щоб ображати дівчину, яку вони знають.
- Друг надсилає вам фотографії, де він корчить смішні гримаси, і заохочує вас робити такі ж.
- Хтось надсилає вам посилання на контент для дорослих.



Ведуча_ий:

Давайте ще раз повторимо правило, яке ми щойно обговорювали: Т – Твердо кажи “Ні”, бо “Ні” завжди “Ні”. Час на наступний уривок.

Ведуча_ий показує друге правило:

“Р – Рятуйся і клич на допомогу, коли її потребуєш”



Ведуча_ий:

Макс представив нам важливе правило: “Р – Рятуйся і клич на допомогу, коли її потребуєш”. Що означає «підняти тривогу і просити про допомогу»? Так, це означає, наприклад, кричати «допоможіть!», голосно кричати або кликати батьків чи іншу близьку людину. Ви також можете підняти тривогу тихо. У деяких ситуаціях ви можете звернутися до дорослого та просто сказати: «Мені потрібна допомога». Коли підняти тривогу буде найефективнішим? Уявіть, що ви перебуваєте в громадському місці та помічаєте, що дорослий поводить з вами неналежним чином (жестикулює, посміхається, підбадьорює). Тоді ви можете знайти іншого дорослого поруч і непомітно сказати: «Будь ласка, допоможіть мені, я не почуваюся в безпеці». У яких ще ситуаціях ми можемо попросити про допомогу таким чином?

(Пропозиції дітей)



Ведуча_ий:

Наші тіла по-різному реагують на загрози. Інтенсивний страх і стрес – це особлива система сигналізації, яка служить для нашої безпеки. Деякі з нас одразу починають кричати



2 × 45
хвилин

або тікати, а інші завмирають, ніби раптово заморозилися.

Згадайте ситуацію, в якій ви злякалися. Наприклад, павук чи великий собака. Або навіть м'яч, що летів в ваш бік на майданчику. Ви почали кричати та кликати на допомогу, тікати чи завмерли?

(Відповіді дітей)

Добре розуміти, як наші тіла реагують на загрози. Це допомагає нам навчитися просити про допомогу та ефективно піднімати тривогу.

Пам'ятайте: навіть якщо ви дуже голосно поводитися в небезпечній ситуації, ніхто до вас не ставитиметься погано. Ви можете допомогти собі та іншим!



Ведуча_ий:

А зараз ми разом розглянемо приклади, в яких ми можемо відчувати потребу підняти тривогу та звернутися за допомогою. За мить я зачитаю вам кілька прикладів і попрошу вас оцінити від 0 до 5, кожному окремо, наскільки загрозовою здається вам певна ситуація та вимагає попросити за допомогою/підняти тривогу. Покажіть свою оцінку на пальцях (ви можете зробити це, піднявши руку або тільки показати її собі). Якщо ви хочете поділитися своїми відповідями вголос і запропонувати, хто і як би підняв тривогу в конкретних ситуаціях, я також попрошу вас надати цю інформацію під час вправи. Ми будемо раді почути ваші відповіді.



ПРИМІТКА: Альтернативою для цієї вправи є активізація групи за допомогою фізичної активності – діти виходять у центр кімнати, де, прочитавши приклад, мають рухатися до відповідного заздалегідь визначеного сектора (позначеного ведучим картками на підлозі: 0, 1, 2, 3, 4, 5 відповідно – за шкалою), залежно від того, як вони себе почувають. Важливо, щоб ведуча_ий доніс до групи, що якщо є люди, які з певних причин не хочуть представляти свої відповіді в такій формі, вони можуть лише показати їх собі на пальцях або подумки).

(Ведуча_ий записує на дошці шкалу від 0 до 5 та показує дітям принцип шкалювання на руці: стиснутий кулак – зовсім ні, 1 палець – мінімально, 2 пальці – трохи, 3 пальці – помірно, 4 – сильно, 5 – дуже сильно).

ВПРАВА І РОЗМОВА – ПРИБЛИЗНО 15 ХВИЛИН


Ситуації:

1. Граючись на шкільному подвір'ї, ви помічаєте, що незнайомец знімає вашу гру на свій телефон. Вам це не подобається.
2. Хтось в інтернеті хоче з вами познайомитися. Ви відмовляєтеся, але він або вона наполягають і продовжують телефонувати вам у месенджери.



2 × 45
хвилин

3. У батутному парку дівчина постійно штовхає вас і не дозволяє вам залізти на батут. Коли ви її попереджаєте, вона смикає вас за волосся.
4. Хтось, з ким ви познайомилися в інтернеті, просить вас надіслати йому фотографію та погрожує опублікувати кумедне відео про вас у шкільній групі, якщо ви цього не зробите.
5. На дитячому майданчику, коли ви граєте в хованки, до вас підходить незнайомий чоловік і каже, що покаже вам, де ховаються діти. Вам треба тільки піти з ним.
6. Хтось опублікував ваші таємні фотографії в класній групі без вашої згоди.
7. По дорозі додому зі школи ви помічаєте, що за вами йде старший хлопчик, якого ви знаєте лише в обличчя. У якийсь момент він підбігає до вас і намагається забрати ваш телефон.


 **Ведуча_ий:**
Чудово! Схоже, ви всі добре навчилися піднімати тривогу та просити про допомогу. Наступне правило ми вивчимо за мить, а зараз я хотіла_в би, щоб ми повторили перші два правила. Хто з вас їх пам'ятає?

II Ч. – ПІСЛЯ ПЕРЕРВИ.


 **Ведуча_ий:**
Пам'ятаєте наші перші два правила? Почнемо з їх повторення.

(Ведуча_ий повторює правила з дітьми: «Т – Твердо кажи “Ні”, бо “Ні” завжди “Ні” та Р – Рятуйся і клич на допомогу, коли її потребуєш»)


ВПРАВА І РОЗМОВА – ПРИБЛИЗНО 20 ХВИЛИН

 **Ведуча_ий:**
Вам цікаво, що ще хоче нам розповісти Макс?

**Ведуча_ий показує уривок відео «Теревені з Вікою», який представляє правило:
«В - Важливо розповісти про таємниці, які тебе непокоять»**

 **Ведуча_ий:**
Чи можете ви мені сказати, що означає «таємниця», «мати таємницю»? Або що означає для когось мати секрет? Чи можуть діти мати секрети? Чи ви мали коли-небудь свої таємниці?


(Відповіді дітей)

 **Ведуча_ий:**
Ми маємо хороші та погані таємниці. Хороша таємниця – це коли ми кладемо подарунок мамі на день народження в шафу, щоб вона не помітила. Потім ми даруємо його мамі вранці, здивувавши її! Такий хороший секрет робить людину щасливою. Чи був у вас коли-небудь хороший секрет, який мав на меті когось потішити?


(Відповіді дітей)



2 × 45
ХВИЛИН

 **Ведуча_ий:**
Є також погані таємниці. А погані таємниці, наприклад, викликають у нас тривогу.
У відео з'являється слово «тривожний». Чи знаєте ви, що воно означає? Коли ви відчували тривогу чи страх?

(Відповіді дітей)

 **Ведуча_ий:**
А тепер я пропоную вам послухати кілька прикладів. Уявіть, що вони трапляються з вами.
Наскільки ви б цим хвилювалися? Спробуйте оцінити це за шкалою від 0 до 5.

Ти розповів другу/подрузі свій секрет. Ви посварилися, і він/вона сказав/сказала, що розповість про це кільком людям.

(Відповіді дітей)

Твоя мама сказала, що на день народження твоєї тітки ви купили їй подарунок, який вона хотіла, але ти маєш тримати це в таємниці до її дня народження.

(Відповіді дітей)

Хтось з онлайн-гри попросив/попросила тебе надіслати їй фотографії, але він/вона просить тебе нікому не розповідати, і що це буде ваш маленький секрет.


(Відповіді дітей)


На дні народження твоєї подруги/друга її старший брат показав тобі фільм з багатьма сценами, які ти боявся/боялася дивитися, і сказав тобі нікому не розповідати.

(Відповіді дітей)


Твій тренер надіслав тобі особисте повідомлення в месенджері і попросив/попросила тебе нікому не розповідати.

(Відповіді дітей)

 **Ведуча_ий:**
Тривога – це емоція, яка може бути неприємною, але вона дуже необхідна. Це як внутрішня система сигналізації. Якщо ви починаєте відчувати тривогу від звуку слова «секрет», це може означати, що секрет не є добрим.

 **Ведуча_ий:**
Я маю ще одне запитання. Як розпізнати тривогу в собі? Дуже важливо знати, які симптоми ви відчуваєте – як у тілі, так і в розумі – коли оцінюєте, що вас щось турбує.

(Відповіді дітей. Ви можете запропонувати власні «симптоми» – прискорене серцебиття, відчуття жару, пітливість, «крутить живіт», головний біль, поколювання шкіри. Цей елемент може бути особливо важливим для не нейротипових дітей)

 **Ведуча_ий:**
Тепер давайте розглянемо, як розпізнати, хороший чи поганий секрет.



2 × 45
хвилин

Поганий секрет – це той, який викликає страх, гнів, сором або смуток.

Поганий секрет – це той, який хтось, кого ми не знаємо, намагається переконати нас зберегти, але це також може бути хтось, кого ми знаємо – наприклад, друг, член сім'ї, знайомий дорослий...

Поганий секрет – це той, який хтось каже нам не розповідати, особливо близьким нам людям, таким як батьки чи вчителі. Але чи варто нам це робити? Навіть коли хтось, кого ми знаємо, просить нас зберегти секрет?

(Відповідь дітей – ТАК)



Ведуча_ий:

Погані таємниці не потрібно приховувати. Пам'ятайте, що гарною ідеєю буде розповісти комусь, кому ви довіряєте. Якщо ви не впевнені, чи секрет хороший чи поганий, запитайте дорослого, якому ви довіряєте. У кожного є хтось, кому він може розповісти будь-який секрет. Це може бути бабуся, мама, тато, вчитель у школі чи інший дорослий, якому ви довіряєте. Кому ви можете довірити свій секрет? Зараз я роздам вам **спеціальні картки безпеки**. Зберігайте їх, щоб нагадувати собі, що навколо вас є люди, яким ви можете довіряти. Подумайте про це та запишіть, кого ви вважаєте людиною, якій ви довіряєте і з якою ви можете поділитися своїм секретом. Чи хотів би хтось поділитися своєю карткою безпеки?

(Відповіді дітей)



Ведуча_ий:

Іноді нас щось турбує, але з якоїсь причини ми не хочемо або боїмося розповісти про це іншим, навіть близьким. Ваші картки безпеки містять номер гарячої лінії 116 111. Це номер, за яким кожна дитина може зателефонувати, коли відчуває, що вона має проблему, або їй потрібно поговорити з кимось, хто не засуджуватиме, а відповідь, запропонувавши підтримку. Запам'ятайте цей номер. Повторите його зі мною? 116 111!



Ведуча_ий:

Ви запам'ятали третє правило? Хто повторить його всім нам? «В – Важливо розповідати про таємниці, які тебе непокоять». Це дуже важливе правило. У нас залишилося ще два – хочете їх знати?

ВПРАВА І РОЗМОВА – ПРИБЛИЗНО 15 ХВИЛИН

Ведуча_ий показує уривок відео «Теребені з Вікою», де представляється ще одне правило: «Н – Не забувай: твоє тіло належить лише тобі»

Ведуча_ий:

Кожен и кожна з нас має тіло: голова, руки, ноги, живіт тощо. У відео Макса сказано, що воно належить лише нам. Як ви це розумієте?

(Відповіді дітей)



Ведуча_ий:

Щоб допомогти нам упорядкувати всю інформацію, я поставлю вам кілька запитань.



2 × 45
хвилин

(Відповіді дітей після кожного запитання, а також додаткові запитання, такі як «Чому» та «Чому ти так думаєш?»)

1. Чи може будь-хто брати тебе за руку?
2. Чи можемо ми завжди обійняти друга / подругу зі школи?
3. Чи може хтось нас сфотографувати?
4. Що ми можемо зробити, якщо нас хтось вдарить?
5. Чи може хтось опублікувати твої фотографії в Інтернеті?
6. Чи можемо ми сказати «ні», коли хтось намагається нас торкнутися?
7. Як ми можемо сказати «ні», коли хтось намагається нас торкнутися?
8. Що ми можемо зробити, якщо хтось хоче обійняти, погладити, полоскотати чи поцілувати нас, але нам цього не хочеться?

(Ведуча_ий роздає дітям кілька предметів: плюшевого ведмедика, светр, вовняні шкарпетки, шматок наждачного паперу тощо. Він або вона просить кожну дитину оцінити ступінь, до якої матеріали приємні/приємні на дотик – зовсім ні, трохи, помірно, дуже, найбільше)



Ведуча_ий:

Всі ми має відчуття дотику, і кожен і кожна з нас може сприймати певний матеріал по-різному (більш-менш приємно, або навіть відверто неприємно). Ми всі маємо право сприймати речі по-різному. Варто пам'ятати, наприклад, що коли ми проводимо час разом, у кожного різна чутливість, і чиєсь небажання або відсутність ентузіазму щодо спільних занять, таких як боротьба чи ранкові обійми, може бути просто менш приємним для них, ніж для нас. Ми всі маємо право встановлювати межі. Іноді нам потрібно робити це твердо, особливо коли хтось не поважає нашу відмову. Іншим разом ми можемо сказати це лагідно та спокійно: «Будь ласка, не торкайтеся мене так. Мені це дуже не подобається».

РОЗМОВА І ПІДСУМОК: ПРИБЛИЗНО 10 ХВИЛИН



Ведуча_ий:

Я бачу, ви розумієте, що тільки ви маєте право вирішувати, хто може торкатися вашого тіла, публікувати ваші фотографії чи просити їх. Саме це нам говорить правило: «Не забувай: твоє тіло належить лише тобі». Якщо хтось – дорослий чи інша дитина – торкається вас, а ви цього не хочете, скажіть: «Я не згоден_на», «Не роби цього», «Я не хочу, щоб ти це робиш» або «СТОП». У такій ситуації ви також можете попросити когось про допомогу, тобто підняти тривогу.



Ведуча_ий:

Макс має ще одну літеру для нас. Подивимося, що вона означає...

Ведуча_ий показує уривок з відео «Теревені з Максом», де озвучується останнє правило: «І – інтимні частини тіла особливо захищені»



Ведуча_ий:

Макс розповів нам, що у кожного є інтимні частини тіла, які є приватними та закритими. Скажіть мені – чим ми їх прикриваємо?

(Відповіді дітей)

Ці частини тіла майже постійно закриті... трусиками, футболкою, топом, бюстгальтером або купальником. Чи можемо ми торкатися або бачити інтимні частини тіла інших людей?

(Відповіді дітей)

Чи можуть інші люди торкатися нас або бачити наші інтимні частини тіла?

(Відповіді дітей)

Може статися, що лікар, наприклад, захоче побачити наші інтимні частини тіла. Однак це завжди слід робити в супроводі наших батьків або дорослих, які супроводжували нас до лікаря. Коли він це робить, він повинен попросити нашої згоди та пояснити, чому і що він робить. В інших ситуаціях ваші інтимні частини закриті, тобто недоступні для інших. Ніхто не має права торкатися вас або бачити вас там. Однак, якщо це станеться, вам слід сказати «ні», відійти або втекти від людини, підняти тривогу та обов'язково повідомити когось, кому ви довіряєте, наприклад, ваших батьків, бабусю або мене. Також пам'ятайте, що ніхто не може просити вас надсилати їм фотографії ваших інтимних частин тіла через інтернет.



ПРИМІТКА: Пам'ятайте, що метою цієї частини заняття є навчити дітей важливому правилу захисту себе від кривдження. Діти можуть почати називати конкретні назви інтимних зон, зокрема ті, що вважаються вульгарними. У таких випадках варто зупинити приклади та підсумувати, що всі назви, які згадують діти, стосуються інтимних зон, які слід особливо захищати – незалежно від їхніх назв.

(Ведуча_ий відтворює кінець відео з коротким підсумком)



Ведуча_ий:

Я хочу, щоб ви добре запам'ятали ці правила – вони дуже важливі. Ми будемо повертатися до них і нагадувати вам про них у різних ситуаціях. Зараз я роздам листівки з **ТЕРЕВЕНЯМИ** – щоб правила, які ми вивчили сьогодні, залишилися з вами надовго. Поговоріть зі своїми батьками. Чи знайомі вони з **ТЕРЕВЕНЯМИ** та правилами, які ми обговорювали сьогодні? Я думаю, що вони можуть відповісти на деякі запитання, а також навчитися чогось нового від вас, чогось, що ви дізналися під час сьогоднішнього заняття. Дякую за вашу неймовірну роботу!



ДОДАТКОВА ПРИМІТКА:

Відправною точкою для розмов між батьками та дітьми може бути додатковий робочий аркуш «Повтори та поговори зі мною», який можна роздати батькам після заняття.



2 × 45
хвилин



ДУЖЕ ВАЖЛИВО!

Матеріали для батьків ми рекомендуємо скопіювати та надіслати батькам у повідомлення або роздрукувати та передати їм, наприклад, коли вони забиратимуть дитину з заняття. Регулярні розмови з батьками – це найефективніший спосіб закріпити інформацію, яку діти вивчили під час заняття!



Матеріали для
завантаження
та роздачі батькам
після уроку.

БАДІ



FUNDACJA
DAJEMY
DZIECIOM
SIŁĘ



Доступ до тексту публікації надається за ліцензією Creative Commons:
Зазначення авторства – Некомерційне використання – Без похідних творів 3.0 Польща.
Текст ліцензії можна знайти на сайті:
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/>.

Деякі права захищені Фондом “Даємо дітям силу”.
Copyright © 2025 Фонд “Даємо дітям силу”

Авторка сценарію: Катажина Сейдел
Зміни: Марія Олеяж
Консультації: Єва Дземідович, Наталія Федорчук, Марта Скерковська
Верстка: Павел Войтисьяк



Dofinansowane przez
Unię Europejską



IOM
UN MIGRATION | POLAND

Фонд “Даємо дітям силу”
вул. Валечних 59
03-926 Варшава
тел. 22 626 16 69
e-mail: biuro@fdds.pl
www.fdds.pl

Підтримай нас! Разом ми даємо дітям силу!

Номер банківського рахунку: Bank PEKAO SA

47 1240 6218 1111 0010 2833 9365



fdds.pl/wplac

1,5%

Подаруй нам 1,5%
KRS 0000204426



Робочий аркуш „Повтори і говори зі мною”

Для батьків та опікунів дітей віком 7-9 років

ПОГОВОРИ ТА ПОВТОРИ РАЗОМ ЗІ МНОЮ після завершення занять "ТЕРЕВЕНІ"

I. Ми вивчили 5 правил безпеки. Повториш їх разом зі мною?

- Т – Твердо кажи „Ні”, бо „Ні” завжди „Ні”
- Р – Рятуйся і клич на допомогу, коли її потребуєш
- В – Важливо розповідати про траємниці, які тебе непокоять
- Н – Не забувай: твоє тіло належить лише тобі
- І – Інтимні частини тіла особливо захищені

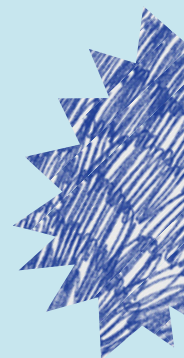
III. Ми говорили про те, які ситуації є безпечними, а які небезпечними, що наше «ні» має значення (коли і як ми повинні показувати, що ми з чимось не згодні), і що варто просити про допомогу (піднімати тривогу), коли нам потрібна підтримка. Давайте поговоримо про це ще раз разом? Натхнення та питання для розмови:

Що насправді означає для людини бути в безпеці? Що ми вважаємо небезпечним? Що впливає на наше відчуття безпеки?

У яких повсякденних ситуаціях, що загрожують нашій безпеці, варто сказати «ні»?

Приклади:

1. Ти на мить залишився_лася сам_а перед своїм будинком або у підїзді. Ти зустрічаєш сусідку, яка вітається з тобою і пропонує зайти до її квартири, щоб пригостити тебе шматочком торта. Твоїх батьків зараз немає поруч. Що ти скажеш сусідці?
2. Старший друг дуже хоче, щоб ви разом подивилися відео. Він каже, що це лише для дорослих. Що ти робитимеш?
3. Чоловік під'їжджає на шкільній парковці і каже, що знає тебе і що ви живете по сусідству. Він хоче підвезти тебе додому. Чи ти погодишся?
4. У школі друг хоче піти з тобою в кабінку туалету.
5. Ти граєшся на вулиці з подругою, яка живе по сусідству. Вона заохочує тебе піти «до одного чоловіка, який роздає безкоштовні коди на ігри або милі м'які іграшки». Як ти відреагуєш на її пропозицію?



III. Як ми можемо дати сигнал, що потребуємо допомоги? За шкалою від 0 до 5 давайте (я - дитина і ти - дорослий) давайте разом оцінимо, наскільки сильно ми відчували б потребу попросити про допомогу в наступній ситуації, і як би ми це зробили.

1. Граючись на шкільному подвір'ї, ти помітив_ла незнайомця, який знімає на свій телефон вашу гру. Тобі це не сподобалося.
2. Хтось в інтернеті хоче зустрітися з тобою. Ти відмовляєшся, але ця людина наполягає і продовжує телефонувати тобі через месенджери.
3. На дитячому майданчику під час гри в хованки до тебе підходить незнайома людина і каже, що покаже тобі, де ховаються діти. Тобі просто потрібно піти з нею.
4. Хтось опублікував твої таємні фотографії в класній групі без твоєї згоди.
5. По дорозі додому зі школи ти помічаєш, що за тобою йде старший хлопчик, якого ти знаєш лише по вигляду. Раптом він підбігає до тебе і намагається забрати твій телефон.

IV. Під час занять ми також обговорили, що таке хороші та погані таємниці. Варто ще раз нагадати, що погана таємниця – це та, яка викликає страх, гнів або смуток. Погана таємниця – це та, яку нас вмовляє зберегти хтось незнайомий. Також важливо ділитися тим, що викликає в нас тривогу, і мати когось, кому ми довіряємо, щоб поділитися цим.

Давайте зараз поговоримо про це разом: що таке хороші та погані таємниці? Що викликає нашу тривогу в повсякденних ситуаціях? І що означає довіряти комусь? Кому я довіряю, а кому довіряєш ти як дорослий? Кого я вважаю своєю довіреною людиною, і коли я звертаюся до неї за допомогою? Добре знати про 116 111 – гарячу лінію для дітей та молоді. Це номер, за яким будь-яка дитина може зателефонувати, коли відчуває, що у неї є проблема, або їй потрібно поговорити з кимось, хто не засуджуватиме та відповість підтримкою.



V. Заключною частиною наших занять було обговорення встановлення меж, зокрема: Моє тіло належить мені, а мої інтимні частини тіла перебувають під особливим захистом. Давайте ще раз поговоримо про це разом і відповімо на питання, які були на заняттях?

1. Чи будь-хто може взяти мене за руку?
2. Чи будь-хто може нас сфотографувати?
3. Чи завжди можна обійняти однокласника / однокласницю?
4. Чи може хтось публікувати наші фотографії в Інтернеті?
5. Чи можемо ми відмовити, коли хтось хоче нас торкнутися?
6. Що ми можемо зробити, якщо хтось хоче нас обійняти, погладити, полоскотати чи поцілувати, але ми цього не хочемо?

Кожен і кожна з нас має індивідуальне право вирішувати, хто може торкатися нашого тіла. Якщо хтось — дорослий чи інша дитина — торкається нас, а ми не хочемо, ми можемо сказати: «Я не згоден_а», «Не роби цього», «Я не хочу, щоб ти це робив» або «СТОП». У такій ситуації ми також можемо попросити когось про допомогу, тобто підняти тривогу. Ніхто не має права торкатися нас чи дивитися на нас без нашої згоди. Якщо це станеться, обов'язково повідомте про це когось, кому ви довіряєте, наприклад, батьків, бабусь і дідусів чи вчителів.

**Більше матеріалів для роботи з дітьми можна знайти на сайті
gadki.fdds.pl**

**Мами і тата, також прочитайте брошуру про посилення безпеки
дітей, підготовлену спеціально для вас!**





FUNDACJA
DAJEMY
DZIECIOM
SIŁĘ

GADKI

G
A
D
K
I

T – Твердо кажи "Ні", бо "Ні" завжди "Ні"

P – Рятуйся і клич на допомогу, коли її потребуєш"

B – Важливо розповідати про траємниці, які тебе непокоять

H – Не забувай: твоє тіло належить лише тобі

I – Інтимні частини тіла особливо захищені



FUNDACJA
DAJEMY
DZIECIOM
SIŁĘ

GADKI

G
A
D
K
I

T – Твердо кажи "Ні", бо "Ні" завжди "Ні"

P – Рятуйся і клич на допомогу, коли її потребуєш"

B – Важливо розповідати про траємниці, які тебе непокоять

H – Не забувай: твоє тіло належить лише тобі

I – Інтимні частини тіла особливо захищені



FUNDACJA
DAJEMY
DZIECIOM
SIŁĘ

GADKI

G
A
D
K
I

T – Твердо кажи "Ні", бо "Ні" завжди "Ні"

P – Рятуйся і клич на допомогу, коли її потребуєш"

B – Важливо розповідати про траємниці, які тебе непокоять

H – Не забувай: твоє тіло належить лише тобі

I – Інтимні частини тіла особливо захищені



FUNDACJA
DAJEMY
DZIECIOM
SIŁĘ

GADKI

G
A
D
K
I

T – Твердо кажи "Ні", бо "Ні" завжди "Ні"

P – Рятуйся і клич на допомогу, коли її потребуєш"

B – Важливо розповідати про траємниці, які тебе непокоять

H – Не забувай: твоє тіло належить лише тобі

I – Інтимні частини тіла особливо захищені





FUNDACJA
DAJEMY
DZIECIOM
SIŁĘ



116 111
telefon zaufania
dla dzieci i młodzieży

Мій список людей,
яким я довіряю – добре
матийого під рукою!



.....



.....



.....



FUNDACJA
DAJEMY
DZIECIOM
SIŁĘ



116 111
telefon zaufania
dla dzieci i młodzieży

Мій список людей,
яким я довіряю – добре
матийого під рукою!



.....



.....



.....



FUNDACJA
DAJEMY
DZIECIOM
SIŁĘ



116 111
telefon zaufania
dla dzieci i młodzieży

Мій список людей,
яким я довіряю – добре
матийого під рукою!



.....



.....



.....



FUNDACJA
DAJEMY
DZIECIOM
SIŁĘ



116 111
telefon zaufania
dla dzieci i młodzieży

Мій список людей,
яким я довіряю – добре
матийого під рукою!



.....



.....



.....