

Олеся Коц, Марія Яцюк

ВСЕ БУДЕ УКРАЇНА!

Челендж для сучасних тінейджерів
21 день



2022

1 день. УКРАЇНСЬКИЙ РАВЛИК



Друже, вітаємо! Поміркуй над історією, яка сталася з Равликом.

- Давно, коли ще звірі говорили,
Лев царював що було його сили.
Покликав звірів слухати указ.
І на галявині усі зібрались враз.
- Чи всі прийшли?- Лев запитав.
 - Так! Лише Равлик десь пропав.
 - Він забарився!- Лиска схитрувала.
Указ для нього - неважлива справа.
 - Я є! Спішу! - почули раптом звірі.
Глянь! Равлик з хаткою на спині.
 - Повірте, вчасно вийшов, не заспав,
Та сильний вітер, дощ мене нагнав.
Змок, геть до нитки, повернув додому
Будинок взяти, незважаючи на втому.
На плечах ніс його, сушився у дорозі.
Та швидко йти з будинком я не в змозі.
Уважно Цар усю історію дослухав,
Гривою потрусив і почесав за вухом.
Та рішення своє для всіх проголосив,
Щоб Равлик завжди у хатинці жив:
 - Носитимеш віднині хатку на спині,
Куди б не йшов - твоя оселя на тобі.
Тепер не спізнишся, негода не злякає.
Відтоді Равлик із будиночком гуляє.



Цікавинки про равликів:

1. Забавні різки равлики — це її нюхові органи. Фактично вони являють собою вивернутий навиворіт ніс.
2. Для спілкування з родичами равлики торкаються один до одного.
3. За кількістю зубів саме равлики займають перше місце на нашій планеті. Їх у них близько 25 000!
4. Мушля равлика майже завжди закручена за годинниковою стрілкою.
5. У стані сплячки равлики можуть успішно переносити температури до -100 градусів і більше.



Давай спробуємо оживити равлика і порухатися як він? Як йому нести на собі свій будинок? Який його будиночок? Як він ховається у будиночок? Як себе так почуває?

Зараз я пропоную тобі створити українського равлика, який носить із собою в своєму серці свій будиночок. Зроби його таким, наче він захищений від усіх негараздів.



Створи українського равлика, якому добре і комфортно.

2 день ☺

Який Я ...

А як тебе сприймають друзі та рідні? Опитай, будь ласка, друзів або ж рідних:

- ◆ Якби я був дорогою, то якою? _____
- ◆ Якби я був рікою, то якою? _____
- ◆ Якби я був горою, то якою? _____
- ◆ Якби я був їжею, то якою? _____
- ◆ Якби я був вогнем, то яким? _____
- ◆ Якби я був грою, то якою? _____



Створи один образ, який найбільше тебе вразив



Давай поміркуємо:

Назви свій малюнок _____

Що Ти відчуваєш, коли дивишся на свій малюнок? _____

Яку рису твого характеру виражає образ? _____

Який образ-відповідь в анкеті тебе здивував і чому?

3 день 😊

УКРАЇНСЬКІ КОТИКИ

🐱 Українські котики надихають художників. Подивіться на ці круті малюнки Аліси Ужасної (<https://www.facebook.com/alisi4negodyai>): до них так і проситься написати класний комікс!

А якщо серйозно, то це дійсно важливі ілюстрації, бо на них зафіксовані ті, хто наразі тримає безпеку України. Всі вони і кожен з нас зараз - таки справжні котики





Запрошуємо вас стати креативними і винахідливими митцями, які вміло зображують настрої котиків



Ой, що це!



А! Мені страшно!



Я образився...



Не підходь! Я злий!



Мені сумно



Мені самотньо



Мені добре



Давай гратися!



Все буде Україна!

4 день

«Я ЧЕРВОНІЮ»

Давайте передивимося мультфільм «Я червонію» від компанії Pixar.



Чи доводилося тобі перетворюватися в «Червону панду», тобто переживати дуже сильні емоції?

У мультфільмі з Мей Лі це сталося, коли вона відчула сором і гнів. А які емоції переживав ти? _____



Що допомогли Мей Лі повертатися в людський образ?

Що допомогло тобі опанувати себе? _____

Створи свій рецепт душевного спокою:



_____ + _____ + _____

5 день. КАКТУС (проективна методика від М. Панфілової)

👉 А давай намалюємо Кактус.



Кактус домашній чи дикий? _____

До нього можна доторкнутися? _____

Коли його голки стають найгострішими? _____

Кактус має сусідів? _____

Якщо так, то які рослини його сусіди? _____

Коли кактус виросте, що зміниться? _____

Уяви, що цей кактус ти - як почуватися таким кактусом? _____

Що має відбутися, щоб ти вколов іншого?

Уяви, що ти, як кактус розквітаєш, що ти переживаєш? Опиши це. _____



Східна притча «Цвях»



Жив-був дуже запальний і нестримний хлопчик. І ось одного разу його батько дав йому мішечок з цвяхами і покарав: щоразу, коли він не стримає свого гніву, вбивати один цвях у стовп огорожі.

Першого дня у паркані було кілька десятків цвяхів. Через тиждень хлопчик навчився стримувати себе, і з кожним днем кількість цвяхів, що забивалися у стовп, зменшувалося. Хлопець зрозумів, що контролювати свою запальність легше, ніж вбивати цвяхи. Нарешті настав день, коли він жодного разу не втратив самовладання. Він розповів про це своєму батькові, і той сказав, що з цього дня щоразу, коли синові вдасться стримуватися, він може витягати зі стовпа по одному цвяху.

Ішов час, і прийшов день, коли хлопець міг повідомити батька, що в стовпі не залишилося жодного цвяха.

Тоді батько взяв сина за руку і підвів до паркану. Ти непогано впорався, але ти бачиш, скільки в стовпі дірок? Він ніколи не буде таким, як раніше. Коли говориш людині щось зле, у нього в душі залишається такий самий шрам, як ці дірки.

Поміркуй про свої почуття після сварок або ж конфліктів.

6 день 

ЛЮДИНА ПІД ДОЩЕМ

Чи доводилося вам потрапляти від зливу?



Давайте спробуємо уявити людину під дощем і намалюємо її.



Хто ця людина? _____

Як вона почувається під дощем? _____

Чи є предмети, які її захищають? _____

Що вона робитиме, коли дощ закінчиться?

Кого ця людина хотіла би побачити?

Щоб їй могло підняти настрій?

Уяви цю саму людину під веселкою)



Щоб побачити веселку, спочатку треба витримати дощ.

(Давид Чегра)

7 день.



ЧАРІВНИЙ ПІВНИК

Що ж, друзі, нова легенда війни «Чарівний Півник з полиці» з Бородянки (@Вікторія Назаревич 19.04.2022)



Колись була війна, будинки руйнували дикуни-нелюди. В одному домі жив чарівний Півник, він мав супер силу - триматися, навіть коли це було неможливо. Одного разу і в його будиночок потрапила ракета. Проте він дуже любив свою полицю, і його надсилою вона витримала жахливий вибух і залишилася триматись. Ось саме ту чудову надсилу він передавав усім, хто цього хотів та в це вірив.



Розмалюй цього чарівного Півника та супер силу, що він тобі передав.



За мотивами нової легенди васильківської майоліки незламний керамічний півник, тендітний твір скульптора Трокопа Бідасюка вистояв під ракетами та уцілів, отже, **і ми зможемо!**

ПЕРЕМОЖНИЙ І ТИЖДЕНЬ



Найкраща новина тижня

Я дізнався про себе

я назву цей тиждень

Наступного тижня я б хотів

Вчинок тижня, яким я пишаюсь

8 день.



ФЕНІКС

В улюбленому творі Джоани Роулінг «Гаррі Поттер і Таємна кімната» ми зустрічаємо птаха фенікса на ім'я Фоукс. Птах урятував Гаррі Поттера у Таємній кімнаті від Василіска, виклювавши величезному змію око. Потім, коли Гаррі вкусив Василіск, вінвилікував рану своїми сльозами (сльози фенікса — єдині ліки від отрути Василіска). Хто ж цей чарівний птах?

Колись давно птахи разом зібрались,
Про рай на Сонці всі вони дізнались.
Прекрасна мрія, але справа нелегка,-
Гарячі промені все спалюють до тла.

І не знайшлось сміливців, щоб летіти,
Промовили: «Без мрії можна жити!»
Та Фенікс - непримітний сірий птах-
Сказав: «Я полечу! Я подолаю шлях!»

Сміялись птахи гучно на усе подвір'я:
«Сильніший за усіх? Чи краще пір'я?»
Запевнив Фенікс: «Мрію я здійснию!»
Став на крило та полетів у вишину.

Затихли всі та подих враз затамували,
Бо не вони дорогу в небі прокладали.
Злетів один, забракло іншим сили.
І він летів, хоча уже палали крила.

До мрії прагнув всім смертям на зло,
Сміливця Сонце у обійми прийняло.
Здійснилось в мить пророцтво і до тла
Згорів наш Фенікс, згас у небі, як зоря.

І знову глузувало птаство на Землі:
«От дурень! Не сиділось в тишині!»
Не знали ті, хто пліткував, що у вогні
Жив Фенікс у окриленій своїй душі.

Усім здалося «Все! Політ скінчився!»
Та сталось диво - світло-блискавиця,-
Де прах летів - життя родилось знов,
І мужній до безсмертя шлях знайшов.

І коли є потреба, Фенікс знов злітає,
Із тими, хто чудові мрії в серці має,
Із тими, в кого віра, і надія, і мета,-
Фенікс згорає, щоб продовжилось життя.

Олеся Коц



Що допомогло, на твою думку, Феніксу вижити, відродитися?

В яких життєвих ситуаціях ці риси Фенікса могли б допомогти?

9 день.



СЕМБАДЗУРУ ОРІКАТА



Садако - японська дівчинка, що жила в місті Хіросіма.

6 серпня 1945 року, під час атомного бомбардування Хіросіми, вона знаходилася вдома, всього за півтора кілометри від епіцентру вибуху. Вибухова хвиля винесла її через вікно, але дівчинка залишилася живою. Пізніше їй було поставлено діагноз лейкемія. Хвороба була наслідком радіаційного опромінення після ядерного вибуху. Дівчинку Садако було госпіталізовано, лікарі давали їй не більше року життя.

В лікарні її відвідала подруга Чизуко Хамамото (Chizuko Hamamoto). Вона принесла з собою аркуш паперу і зробила з нього журавлика. Дівчинка розповіла Садако старовинну японську легенду:

«Це називається «сенбадзуру». Той, хто складе 1000 паперових журавликів, отримає від долі в подарунок одне бажання - довге життя, лікування від хвороби або травми. Його бажання принесе в дзьобі журавель».

Садако почала робити журавликів. Часу було замало. Вона робила їх частково потай. Садако просила папір в інших пацієнтів, її друзі носили їй папір зі школи.

Дівчинка встигла зробити 644 журавлики.

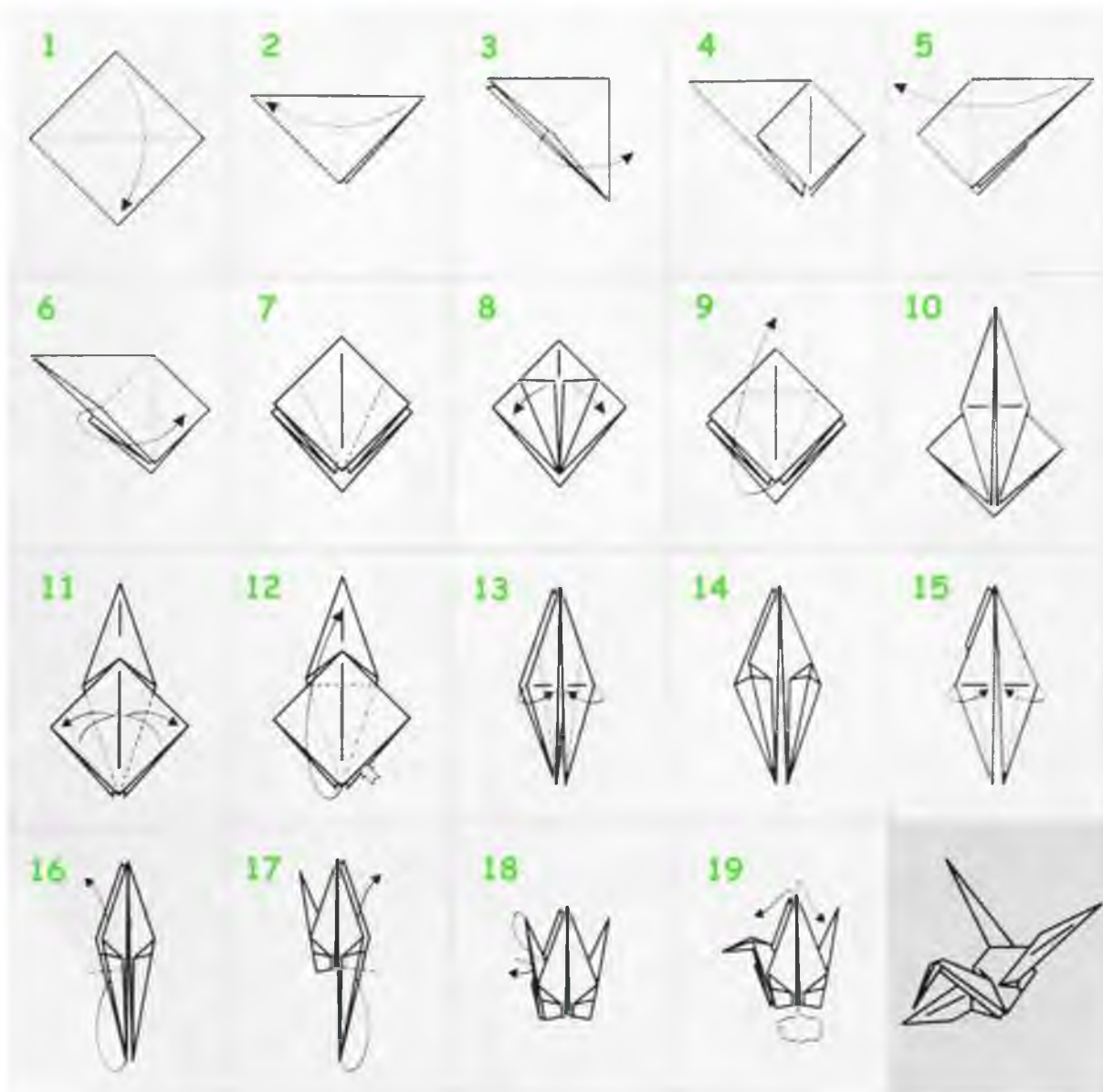
Вранці 25 жовтня 1955 року її не стало.

Хамамото та інші друзі Садако доробили 356 журавликів, яких не вистачало. Вони сплели сенбазуру та поховали її разом із дівчинкою.

Смерть Садако могла залишитись непоміченою, як і сотні інших смертей, що настали після променевої хвороби, але цьому завадили її друзі та родичі. Всі листи, написані їй у лікарню, були опубліковані, і по всій Японії почали збирати кошти на проєкт пам'ятника Садако та всім дітям, які загинули внаслідок ядерного бомбардування.



У 1959 році в Парку Миру в місті Хіросіма було встановлено статую, що зображує Садако з паперовим журавликом у руці. На постаменті статуї написано: «Це наш плач. Це наша молитва. Мир у всьому світі». Давай і ми зробимо журавлика за схемою:

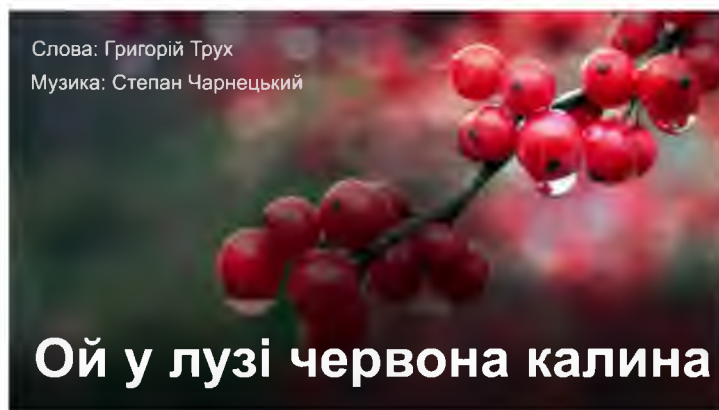


https://lifehack.org.ua/jravlik-origami-pidgotovka-materialiv-etapi-skladannya_foto-1_video-master-klas_robimo-sviatkovogo-iaponskogo-jravlika-svojimi-rykami/

10 день. МУЗИКА В МОЄМУ ЖИТТІ

Пісня «Ой, у лузі червона калина» найбільш відома як гімн легіону Українських січових стрільців. Але її історія сягає ще XVII століття. Сьогодні ж пісня звучить з новою силою.

Лідер музичного гурту «Бумбокс» Андрій Хливнюк з автоматом у руках та жовтою стрічкою на рукаві заспівав «Ой, у лузі червона калина» на Софіївській площі у Києві через декілька днів після вторгнення армії РФ в Україну.



Пісня - гімн української боротьби - стала справжнім хітом не лише в Україні, а й у всьому світі. Її почали співати різними мовами (наведи камеру на QR-код і перейди за покликанням):

- ◆ композицію заміксував популярний блогер The Kiffness;



- ◆ відомий гурт Pink Floyd створив власну версію «Hey Hey Rise Up» за мотивами «Ой у лузі червона калина...»;



- ◆ пісню виконали грузинською мовою;



- ◆ пісня круто прозвучала з вуст маленького хлопчика Лео;



- ◆ українські виконавці влаштували справжній флешмоб;



- ◆ німецька співачка Марлен Маас виконала пісню Ой у лузі червона калина чотирма мовами — українською, німецькою, англійською та французькою;



- ◆ у Вінниці пісню заспівали військові та артисти



Обери один із варіантів виконання пісні і послухай.
Що ти відчуваєш, коли слухаєш пісню?

Якщо ти надихнувся піснею - запиши себе і виклади на сторінку ТікТок чи Інстаграм))



У чому, на твою думку, сила цієї пісні? Чому її співає так багато людей?



«Ой, у лузі червона калина»

Ой у лузі червона калина
похилилася,
Чогось наша славна Україна
зажурилася.

А ми тую червону калину підіймемо,
А ми нашу славну Україну, гей, гей, розвеселимо!

Марширують наші добровольці у кривавий тан
Визволяти братів-українців з ворожих кайдан.
А ми наших братів-українців визволимо,
А ми нашу славну Україну, гей, гей, розвеселимо!

Не хилися, червона калино, маєш білий цвіт.
Не журися, славна Україно, маєш вільний рід.
А ми тую червону калину підіймемо,
А ми нашу славну Україну, гей, гей, розвеселимо!

Гей, у полі ярої пшениці золотистий лан,
Розпочали стрільці українські з ворогами тан!
А ми тую ярую пшеницю ізберемо,
А ми нашу славну Україну, гей, гей, розвеселимо!

Як повіє буйнесенький вітер з широких степів,
Та й прославить по всій Україні січових стрільців.
А ми тую стрілецьку славу збережемо,
А ми нашу славну Україну, гей, гей, розвеселимо!



Яка музика чи пісня допомагає тобі у житті (надихає,
підтримує, додає сил)?



11 день. ДОЛОНЬКА УСПІХУ

(Заповни сторінку ввечері)
ДОЛОНЬКА УСПІХУ ОДНОГО ДНЯ

Сьогодні дізнаємося більше про те,
яким був сьогоднішній день?

Цей метод запропонував Лотар
Зайверт -експерт Європи щодо тайм-
менеджменту.

Метод називається «5 пальців».

Кожен палець за першою літерою його назви - це певна
інформація про твій день.

МІЗИНЕЦЬ - МОЇ НАДБАННЯ:

- ◆ що важливого для себе дізнався (лася);
- ◆ які цікаві ідеї в мене з'явилися.

БЕЗІМЕННИЙ - БЛИЗЬКІСТЬ ДО МЕТИ:

- ◆ яку важливу справу я зробив (ла) сьогодні;
- ◆ моє найбільше досягнення сьогодні.

СЕРЕДНІЙ - САМОПОЧУТТЯ:

- ◆ яким був мій настрій сьогодні;
- ◆ хто чи що викликали в мене позитивні емоції.

ВКАЗІВНИЙ - ВЗАЄМОДІЯ:

- ◆ кому і як я допоміг сьогодні;
- ◆ хто і як допоміг мені.

ВЕЛИКИЙ - ВАЖЛИВО:

- ◆ над чим мені варто поміркувати.



Що потрібно зробити?

- ✓ Поклади руку на сторінку і обведи ручкою чи олівцем свою долоню.
- ✓ Запиши короткі відповіді на запитання на кожному пальці намальованої долоньки.
- ✓ А тепер стисни свою руку у кулак і подумай, якого успіху ти зміг (ла) досягнути завтра.
- ✓ Запиши про це в центрі долоньки.

12 день. ЕСКАЛАТОР

Даніель Кіз, американський письменник, слушно написав: «Ескалатор йде донизу. Якщо я буду стояти на одній сходинці, напевне з'їду до самого низу. Якщо, буду впевнено крокувати ввєрх - то залишуся на тому самому місці, якщо щодуху побіжу нагору, то, спроможусь піднятися вгору. Тому - вгору, чого б це не вартувало!».

Поміркуй над своїми досягненнями:

- ◆ На помаранчевій частині драбини напиши свої успіхи (3 найголовніші).
- ◆ На червоній - що ти для цього робиш зараз?
- ◆ На малиновій - яких результатів ти прагнеш у майбутньому?





«Ти не можеш міняти напрям вітра, але завжди можеш підняти вітрила, щоб досягнути своєї мети.» (Оскар Уайльд)



Анкета: КРОК ДО МЕТИ

1. ХОЧУ (МОЯ МЕТА)

В найближчий час я хочу

Для мене це важливо, тому
що _____

2. МОЖУ САМ (САМА)

Для досягнення мети я вже зробив
(зробила) _____

Я можу зробити в найближчий час

3. МОЖУ З ДОПОМОГОЮ

Як і хто може допомогти

Щоб зробила у цій ситуації, на твою думку, важлива для тебе
людина _____

4. ДІЮ

Напиши три дії, які ти можеш зробити для досягнення мети:

1. _____

2. _____

3.

13 день. ДЕРЕВО



Давайте трохи
пофантазуємо:



1. Уяви собі красиве та міцне дерево.
2. Це дерево має розлоге коріння, що проросло глибоко-глибоко у землю. Уяви собі коріння цього дерева, яке сягає земних глибин. Воно живить дерево і як якір тримає його на поверхні.
3. Дерево також має міцний стовбур. Уяви собі цей стовбур. Чи товстий він? Яка у нього кора? Яка вона на дотик?
4. У дерева багато гілля і листя або ж голок. Уяви, що ти поряд із ним і дивишся нагору. Що там бачиш? Гілки, листя (голки), плоди, цвіт? Чи відчуваєш запах?
5. Чи спостерігаєш у кроні дерева життя тварин, комах? Якщо так - то яких?
6. Коли вітер гойдає гілки дерева, пробігає його верхівкою - яку мелодію він наспівує?
7. Уяви, що ти присів і притулився до нього теплим гарним днем. Що ти відчуваєш? Про що мрієш?



Зобрази твоє дерево:

14 день. СМАЧНА УКРАЇНА!



Наша розмова сьогодні про страви козацької кухні. Запорізькі козаки були невибагливі в їжі. Про них говорили: «Запорожці як малі діти: дай багато — все з'їдять, дай мало — будуть задоволені». Головне, щоб було поживно і смачно.

Інколи вони задовольнялися надзвичайно простою їжею і до нас дійшов вислів: «Хліб та вода — козацька їда». Проте, коли з'являлася можливість, - козацька трапеза включала більший набір страв — із борошна, круп, виловленої риби та упольованих звірів.

У часи козацтва на Січі, зрозуміло, куховарили тільки чоловіки. Крім кашоварів, у «козацьких їдальнях» працювали пшономії, різники, пекарі, хлібодари і навіть салотовки — умільці, що добре вміли товкти солоне свиняче сало для каші й галушок.

До смачних козацьких страв готувався і смачний козацький напій - узвар. Рецепт приготування цього смачного напою сьогодні знає майже кожен. Але у козацькі часи цей рецепт тримали у секреті і не кожен козак міг його приготувати. Ось які страви готували козаки!

На козацькому столі
Страви були, ой, смачні:
Куліш, лемішка, вергуни,
Таратута й плескуни.
Малай, підпалок, галушки,
Варя, щерба і шкварки.
Соломаха, варяниці,
Шпундра, лизень, паляниці.
Тетеря, шулик, ще й загреби,-
Вибирай, кому що треба!

Обери одну із козацьких страв і знайди рецепт. Запиши рецепт у щоденник і, по можливості, приготуй страву з рідними.

Рецепт козацької страви:

КУЛІШ

Що потрібно?

- 1 стакан пшоно
- 2 цибулини
- 1 морквина
- сало свіже
- сіль, перець
- часник (кілька зубчиків)
- кріп зелений



Як готувати?

1. Гарно промити пшоно.
2. Нарізати сало дрібними шматочками і обжарити в казані
3. Додати дрібно нарізану цибулю і моркву, обжарити.
4. Додаємо пшоно і заливаємо 2,5 стакани гарячої води.
5. Чекаємо, щоб куліш закипів, додаємо сіль і перець за смаком.
6. Готуємо під кришкою на маленькому вогні 30хвилин.
7. За 10 хвилин до готовності розтираємо в ступці сало з часником.
8. Додаємо часник до кулешу, розмішуємо і закутуємо рушником казан і чекаємо 10-15 хвилин, щоб куліш «впрів».
9. На тарілці - посипаємо кропом.
10. Смачного!

Рецепт козацької страви:

Що потрібно?

Як готувати?

ПЕРЕМОЖНИЙ ІІ ТИЖДЕНЬ



Найкраща новина тижня

Я дізнався про себе

я назву цей тиждень

Наступного тижня я б хотів

Вчинок тижня, яким я пишаюсь

15 день. Україна - КРАЇНА ГЕРОЇВ!

☁️ Давайте разом поміркуємо:

Ситуація зі стрічки Facebook Марина Дубовцева СИЛА СЛОВА.
16 березня о 12:18

⚡️ П'ятикласник Максим вночі прийшов записатися в добровольці

Історією поділився доброволець Олексій Ковтун:
«До нас уночі прийшов 11-річний хлопчик. Учень 5-го класу. 7 школи... Прийшов у комендантську годину. Сам. Пішки. До військових...



Прийшов, щоб допомогти армії...

Він прийшов воювати! Захищати рідних, землю, місто! Ось він герой! (Сподіваюся Ви це читаєте!) Хлопчик - 11 РОКІВ!

Юного воїна напоїли, нагодували, вручили подарунки... Показали наш побут, дали помацати автомат. Сфотографували із бійцями.

Щоб він був спокійним - записали в добровольці:) обмінялися контактами. Попросили його намалювати нам малюнок... Максим був спочатку трохи засмучений, що ми відразу не взяли його до себе на службу... Згодом звичайно ж заспокоївся. Вже потім ми передали його схвильованій мамі, яку було швидко знайдено.



Давайте разом поміркуємо:

1. Чому так вчинив Максим?

2. Як ти ставишся до його вчинку?

3. Максиму - 11 років і він ризикував своїм життям порушуючи правила комендантської години. Що ти думаєш з цього приводу?

4. Як ми можемо у безпечний спосіб по-іншому донести воїнам свою прихильність і готовність захищати Україну (запропонуй три своїх варіанти)



МОЇ ЗАПИТАННЯ

На які запитання ти шукаєш відповіді зараз? (запиши)

Обери одне - найважливіше.

Уяви, що твій найкращий друг звернувся до тебе з цим питанням.

Щоб ти йому відповів?

Порадь другові три перших кроки (дії), які б він міг зробити в найближчий час, щоб вирішити питання :

1. _____

2. _____

3. _____

Кому б ти ще міг поставити це запитання, щоб допомогти другові?

16 день. ГЕРОЇ НАШОГО ЧАСУ



СТОРИНКА ВДЯЧНОСТІ

Кожен час має своїх героїв. Прочитай про героїв нашого часу. Якщо ти знаєш когось із таких людей, хто живе поруч, напиши їх імена з вдячністю за те, що вони роблять.

ЗАХИСНИКИ

Збройні Сили України – наші герої! У повітрі, на землі та на воді ЗСУ захищають Україну.

Ми вдячні : «Тривиду Києва», нескореним захисникам Маріуполя, Харкова, Києва, кожному захиснику за їх мужність і силу. А ще за те, що, попри війну, знайшли можливість повернути 10-річній дівчинці Іванці її смартфон, відібраний мародерами з армії РФ.

РЯТІВНИКИ

Працівники Державної служби з надзвичайних ситуацій (ДСНС), яких з любов'ю називають «наша Неопалима Купина», працюють цілодобово. Під звуки сирен тривоги вони щодня гасять пожежі, розбирають завали, рятують життя людей, знешкоджують вибухонебезпечні предмети.

А ще вони врятували багато песиків, котиків і кролика Лаки.

МЕДПРАЦІВНИКИ

Українські медичні працівники рятують життя цілодобово в окупації, під обстрілами, без світла при свічках, розгортають операційні в складних місцях і оперують годинами, забувають про втому і відпочивають короткий проміжок часу, не залишаючи робочого місця.

ВОЛОНТЕРИ

«Якщо не ми, то хто», - сказали десятки тисяч людей в Україні, частково або повністю змінили свої мирні професії і стали волонтерами.

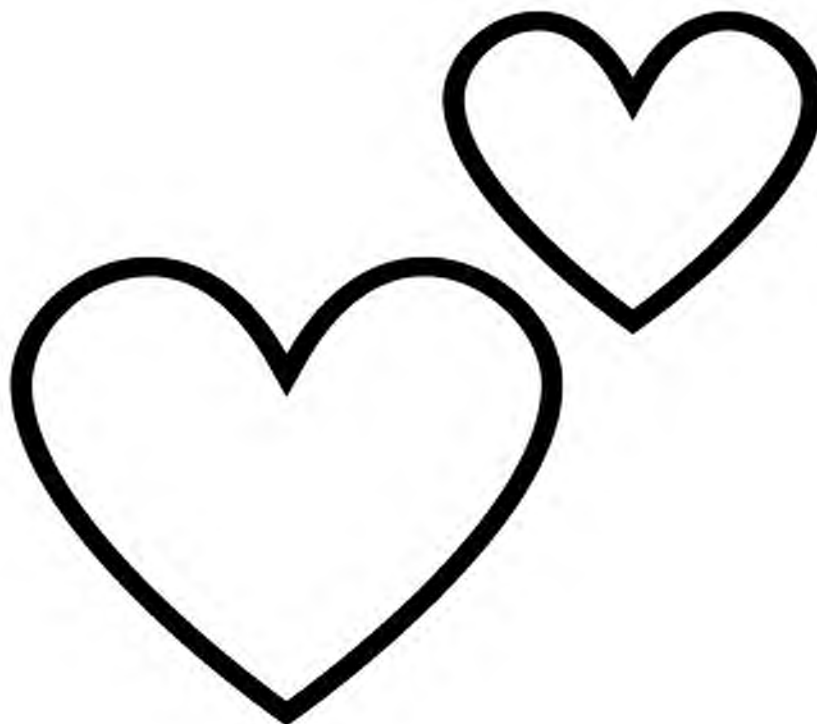
Вони роблять те, що потрібно саме зараз - сортують гуманітарку, допомагають тим, хто залишився без їжі та ліків, евакуюють людей з небезпечних місць. У нас є «кулінарні сотні» і «кулінарні батальйони», які готують смакоту для захисників і всіх, хто потребує допомоги.

Як ти думаєш, що спільного у цих людей?

Чому їх називають героями?



Придумай власну емблему вдячності:



17 день. СУЗІР'Я МОЇХ ДОБРИХ ВЧИНКІВ

Ти живеш у своїх вчинках, а не в тілі.

Ти — це твої дії, і немає іншого тебе.

Антуан де Сент-Екзюпері «Маленький принц»



Якось один професор фізико-математичного факультету, з наміром дати студентам урок, який запам'ятовується на все життя, написав на дошці велику цифру 1 та, подивившись на студентів, пояснив:

— Це ваша людяність. Найнеобхідніша в житті якість.

Потім, поруч з цифрою 1 написав 0 і сказав:

— А це ваші досягнення, які з людяністю збільшили вас в 10 разів.

Ще один 0 — досвід, з яким людина стала 100.

І так, додавав 0 до 0: обережність, вихованість, любов...

— Кожен доданий 0 в 10 разів облагороджує людину, — сказав професор.

Раптом він стер цифру 1, що стояла на початку ряду чисел. На дошці залишилися нікчемні, нічого не значущі нулі. Професор сказав:

— Якщо у вас не буде людяності, решта — нічого не вартує.



Фото дівчини, яка рятує собак із інвалідністю, зроблено Christopher Occhicone

Сьогодні пропонуємо створити сузір'я своїх добрих вчинків. Обери період, за який будеш пригадувати свої добрі вчинки (день, тиждень, місяць, рік).

Запиши ці вчинки, скільки пригадаєш:











Якими б словами ти описав спогади про ці вчинки?



Створи власне сузір'я



Сузір'я носить твоє ім'я, а кожна зірка у ньому – це твоя добра справа. Намалюй зірки у сузір'ї та дай їм назви відповідно до твоїх добрих вчинків. **СУЗІР'Я** _____

18 день.



ОБЕРЕГИ

Обереги - наші прадавні добрі символи-захисники, знаки віри у вище заступництво. Здавна нашим пращурам оберегами слугували трави та дерева, птахи та звірі, пізніше - спеціально виготовлені "магічні" предмети

УКРАЇНА У НАС ЄДИНА



Серед оберегів нашого народу хрест, молитва, великодня крашанка, рушник, вишита сорочка, вінок, паляниця, дідух, вогонь у печі, верба, калина, пучечок зілля, перев'язаного навхрест, лялька-мотанка, підкова, добре слово.

Наші прадіди вірили, що справжні обереги дарують силу, захищають від зла, допомагають у справах. І саме сильна віра, якою заряджалися обереги творили їх магію.

Виготовлення оберегів має свої правила, яких потрібно дотримуватись:

- ♦ оберіг робиться лише для когось і не може бути виготовлений для себе;
- ♦ обереги виготовляються тільки з доброї волі і від чистої душі;

- ◆ виготовляйте оберіг із добрими думками, найкращими побажаннями тому, для кого цей оберіг.



МІШЕЧОК (клуночок - «ДОБРОБУТУ» - оберіг, який символізує багатство і достаток родини та приносить удачу.

Скарби оберегу мають символічне значення як ось, наприклад:

- ◆ горіх, ягоди шипшини - символ міцного здоров'я;
- ◆ лавровий лист - слава і успіх;
- ◆ горох, квасоля - символ достатку, добробуту;
- ◆ насіння гарбуза - символ родючості;
- ◆ мак - охороняє від різних наврочень;
- ◆ насіння соняшника - сімейне щастя;
- ◆ колоски жита та вівса - обереги краси;
- ◆ кукурудза - символ здоров'я у дітей ;
- ◆ часник - відганяє від хати біду та нещастя.



Створи свій оберіг - мішечок добробуту



19 день. ✨ ДРУЗІ – ЦЕ СИЛА!

Фенечка – символ дружби і поваги. Вона часто передається з рук в руки як символ довіри та вдячності. Тій людині, яка подарувала браслет, дуже важливо, щоб фенечку дійсно носили. Цікаво, що браслети дружби використовували у 1960-х роках хіппі, яка запозичили таку ідею у північноамериканських ідейців. У них фенечки були символом братерства. Той, кому подарували браслет, визнавав цінність любові, поваги і праці, яку вклали у його створення. Тому її носили доти, доки триває дружба.

🌟 А давайте створимо українську фенечку зі стрічок кольору нашого прапору. Нам потрібні: 1 стрічка або ж корсетний шнур довжиною 60 см та 2 відрізи по 1,15 м. Запальничка та 2 затискувача. Основою може слугувати нотатник з твердою обкладинкою. Слідкуй за фото-інструкцією.





Ось і результат!

Подаруй найкращому другу чи подрузі 😊

20 день. РЕБУС - ВСЕ БУДЕ УКРАЇНА!



Візьми участь у розгадуванні слова, яке є цінністю кожного українця! Слово складається з 7 букв, кожна з яких можна відшукати у відповідях до завдань: _____

1. Ім'я матері з містечка Калуш, яке стало відоме на увесь світ завдяки пісні Kalush Orchestra? _____ (1 буква).
2. Патріот із великим серцем, який вболіває та безкорисно підтримує воїнів ЗСУ, евакуйованих людей, покинутих тварин... _____ (1 буква).
3. «Ще не вмерла України і слава, і _____» (2 буква).
4. Місто - Бермудський трикутник для військових РФ
_____ (6 буква).
5. Якого кольору плоди рослини, яка є символом української боротьби? _____ (5 буква)
6. Протитанкова зброя, яку в Україні жартома називають гуцульською трембітою _____ (4 буква).
7. Полк захисників Маріуполю, героїзм якого вражає весь світ
_____ (1 буква).

21 день.

КАПСУЛА ЧАСУ

« Я У МАЙБУТНЬОМУ»

*Адже всі дорослі спочатку були дітьми,
тільки мало хто з них про це пам'ятає.*

Антуан де Сент-Екзюпері «Маленький принц»

Цікаве запитання: «Яким я буду у 18 років?»



Пропонуємо помандрувати у часі в трохи незвичний спосіб: написати листа собі 18—річному (ій).

Привіт, _____!

Вирішив (ла) написати тобі лист у _____ рік, коли тобі виповнилось 18 років.

Я знаю, що за цей час ти закінчив (ла) школу,

Маєш гарний вигляд:

Я пишаюся твоїми досягненнями: _____

Хотілося б запитати тебе: _____

А ще маю тобі нагадати про _____

« ____ » _____ 20 ____ р.

З повагою і найкращими побажаннями _____!

ПЕРЕМОЖНИЙ ІІІ ТИЖДЕНЬ



<p>Найкраща новина тижня</p> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>Я дізнався про себе</p> <hr/> <hr/> <hr/>
<p>я назву цей тиждень</p> <hr/> <hr/>	
<p>Наступного тижня я б хотів</p> <hr/> <hr/> <hr/>	<p>Вчинок тижня, яким я пишаюсь</p> <hr/> <hr/> <hr/>

Любий друже!

Три тижні випробувань позаду. Ти молодець! Твоя стійкість, віра в Україну, добрі вчинки і думки щодня наближують нас до перемоги! Разом ми сильні! Разом ми нездоланні! А отож:

ВСЕ БУДЕ УКРАЇНА!