

16 Днів Активних Дій:

**ЯК ПЕРЕТВОРИТИ АКЦІЮ
“ПРОТИ НАСИЛЛЯ” НА
ЕФЕКТИВНИЙ ОСВІТНІЙ
ПРОЄКТ У ВАШІЙ ШКОЛІ**

16 днів — 16 викликів добра



16 ДНІВ – 16 ВИКЛИКІВ ДОБРА

Кампанія проти насильства у стилі шкільного квесту

Ідея: не лякати і не повчати, а через креатив, співпереживання, гумор і дії показати, що добро, повага і підтримка – це теж суперсила.

Формат: Кожен день – новий виклик або акція. За участь – команда/клас отримує бейдж "Суперсила дня".

Мета – зібрати 16 бейджів → отримати звання «Школа без насильства».

Все тримається на трьох цінностях: **повага, підтримка, безпека.**





День 1.

«Запалюємо світло»

Старт-флешмоб:

кожен приносить кольоровий ліхтарик або смартфон і разом створюють світлову хвилю у темному класі.

Символічно відкривається 16-денний квест.

**Меседж: «Ми світимо
проти насильства»**



День 2.

«Слова мають силу»

Челендж:

цілий день — жодного образливого слова.

У коридорі — «Стіна поваги»:

учні пишуть добрі слова своїм друзям.

Ввечері оголошують
«Найтепліший клас дня»



День 3.

«Мій супергерой — це...»

Створити **комікс** або коротке відео про людину, яка підтримує.

«Хто твій безпечний дорослий?»



День 4.

«Твоя реакція — твоя суперсила»



Інтерактив-квіз:

учні обирають, як реагувати у ситуаціях булінгу чи тиску. Обговорюють, чому підтримка важливіша за мовчання.

Меседж:

“Бути свідком – це теж дія”



День 5. «День цифрового миру»

TikTok-челендж:

коротке відео без хейту з хештегом

#МережаБезНасильства



**Для старших – майстер-
клас із кібербезпеки.**

День 6.

«Пошта підтримки»

У школі з'являється скринька для
«**листів підтримки**» — можна
анонімно написати тому, хто сумує,
або «дякую» тому, хто допоміг.

**Учнівське самоврядування
доставляє листи адресатам**



День 7.

«Мистецтво проти болю»

Створіть **“плейлист добра”**: діти пропонують пісні, які допомагають, коли сумно чи страшно. З цих пісень складається шкільний плейлист (можна включити на перервах).

Для молодших — спів у колі **“Пісня підтримки”**:

Меседж: **“Слова й мелодії
можуть лікувати”**





День 8.

«Стоп! Дихай! Живи!»

Психолог проводить «урок емоційної паузи»: як розпізнати злість і не вдарити, не образити. Кожен вчиться тому, як це зробити

**«Три глибоких вдихи –
замість трьох поганих слів»**



День 9. «Казки без страху»

Молодші діти слухають авторські казки про доброту.

Старші пишуть власні історії



**«Як я вибрав не силу,
а повагу»**



День 10.

«День добра у дії»

Ідея: показати, що найкращий комплімент — це дія.

Як провести:

- **Завдання:** зроби 3 добрі вчинки (допоможи, підтримай, поділися, похвали).
- У класі — **“Банка добра”**: кожен записує свій добрий вчинок на папірці та кладе в банку. У кінці дня читають кілька прикладів.

Меседж: “Добро – це комплімент, який не потрібно говорити вголос.”



День 11. «День довіри»

Ідея: показати, що допомога починається з довіри.

Як провести:

- Учні пишуть на аркушах: **“Кому я можу довірити свої почуття?”**.
- Потім створюють спільний плакат або інфографіку **“Моє коло підтримки”** — друзі, вчителі, батьки, психолог.
- Для старших — коротке обговорення **“Як зрозуміти, коли хтось потребує допомоги?”**.

Меседж: “Довіра — перший крок до безпеки.”





День 12.

«Голос правди»

Учнівський подкаст або відеоінтерв'ю із психологом/директоркою/активістом.

Теми:

- «Як розпізнати насильство»
- «Як сказати про це дорослому»



День 13. «Діалог без конфлікту»



Тренінг із ненасильницької комунікації (NVC).
Навчити учнів ідентифікувати та виражати свої почуття у безпечному середовищі, а також усвідомити важливість **«Кола Підтримки»**.
Основна діяльність включає індивідуальну рефлексію на тему: **"Кому я можу довірити свої почуття?"**



**Меседж: «Довіра – перший
крок до безпеки»**

День 14. «Сімейний день»

Батьківський виклик: зняти коротке відео/фото «Ми за повагу вдома». Опублікувати на сторінці школи у соцмережах або у коридорній галереї.



День 15. «Ми — спільнота»

Створити «Дерево довіри»: кожен залишає відбиток долоні з обіцянкою, що зробить школу безпечнішою. Після уроків — музичний перформанс «Разом сильніші».





День 16.

«Фінал — День Світла»

Святковий **флешмоб**: усі в білому або з жовтими елементами.

Запускають кульки з написом **«Я обираю добро»**.

Вручення сертифіката **«Школа без насильства»** класу, який зібрав найбільшу кількість бейджів

**«Добро — це сила,
яка змінює СВІТ»**