



**ВІДДІЛ ОСВІТИ ДОНЕЦЬКОЇ СЕЛИЩНОЇ РАДИ  
ДОНЕЦЬКИЙ ЛІЦЕЙ № 2 ДОНЕЦЬКОЇ СЕЛИЩНОЇ РАДИ  
ІЗЮМСЬКОГО РАЙОНУ ХАРКІВСЬКОЇ ОБЛАСТІ  
ДОНЕЦЬКИЙ ЛІЦЕЙ № 2**

**НАКАЗ**

02.01.2026

с-ще Донець

№ 07

**Про затвердження Плану заходів на 2026 рік з питань ментального здоров'я та психосоціальної підтримки учасників освітнього процесу Донецького ліцею №2**

Керуючись статтею 54 Закону України «Про освіту», статтями 19, 20 Закону України «Про охорону здоров'я», Законом України «Про соціальні послуги», відповідно до листа Державної наукової установи «Інститут модернізації змісту освіти» Міністерства освіти і науки України від 29.03.2023 № 21/08-479 «Про всеукраїнську програму ментального здоров'я „Ти як?“», а також з урахуванням Порядку організації діяльності психологічної служби у закладах освіти, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України № 1034 від 21.08.2019, наказу відділу освіти Донецької селищної ради від 01.01.2026 №11 «Про затвердження Плану заходів на 2026 рік з питань ментального здоров'я та психосоціальної підтримки учасників освітнього процесу у закладах освіти Донецької селищної ради» з метою забезпечення ментального здоров'я та психосоціальної підтримки учасників освітнього процесу Донецького ліцею №2,

**НАКАЗУЮ:**

1. Затвердити План заходів на 2026 рік з питань ментального здоров'я та психосоціальної підтримки учасників освітнього процесу у закладах освіти Донецької територіальної громади (далі – План заходів), що додається.
2. Призначити відповідальною за виконання Плану заходів заступника директора з навчально-виховної роботи Дарину СУМЦОВУ.
3. Заступнику директора з навчально-виховної роботи, Дарині Сумцовій:
  - 3.1. Щоквартально, 26 числа останнього місяця кварталу протягом 2026 року здійснювати моніторинг виконання Плану заходів шляхом внесення індикаторів до Google-таблиці за посиланням:  
[https://docs.google.com/spreadsheets/d/1k\\_3POIxWaJLMb\\_ZZW2WW-Lnfx9ojNFIDAZ5bTpJq2LE/edit?usp=sharing](https://docs.google.com/spreadsheets/d/1k_3POIxWaJLMb_ZZW2WW-Lnfx9ojNFIDAZ5bTpJq2LE/edit?usp=sharing)
  - 3.2. Розмістити наказ на офіційному сайті Донецького ліцею №2.
4. Контроль за виконанням даного наказу залишаю за собою.

Директор

З наказом ознайомлені



Галина АНДРІЙЧУК

Дарина СУМЦОВА



Додаток до наказу Донецького ліцею №2  
від 02.01.2026 № 04

**План заходів  
на 2026 рік з питань ментального здоров'я та психосоціальної підтримки  
учасників освітнього процесу у закладах освіти Донецької селищної територіальної громади**

| Заходи для учнів                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Заходи для педагогічних працівників                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | Заходи для батьків                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Просвітницька робота                                                                                                                                     | Термін реалізації |                 | Відповідальний виконавець                |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-----------------|------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                          | Дата початку      | Дата завершення |                                          |
| Години спілкування «Ментальне здоров'я: як його зберегти?», «Емоції у стресовій ситуації», «Як зберегти оптимізм під час війни?»; бесіди «Здоров'я збережу, сам собі допоможу»; перегляд відеороликів «Жити далі» та практичні заняття зі збереження ментального здоров'я, під час яких учні навчаються піклуватися про себе та використовувати | Семінари та тренінги «Стресостійкість.Профілактика емоційного вигорання», «Карта бажань» (арт-майстерня «Інтуїція»), «Ментальний GPS»; практикуми «Роль класного керівника у згуртованості класного колективу» та «Як розпізнавати та керувати своїми почуттями». Індивідуальні консультації щодо взаємодії з учнями з ознаками тривожності, підтримки дітей у стресових ситуаціях та роботи з батьками. | Семінар «Батьківство без стресів. Допомога, співпраця», під час якого батьки отримають рекомендації щодо підтримки дітей у складних ситуаціях. Буклети та пам'ятки щодо збереження ментального здоров'я дітей.<br><br>Індивідуальні консультації з питань адаптації дітей до навчання, подолання стресу та формування | На офіційних сайтах закладів освіти постійно розмішувати інформація щодо збереження ментального здоров'я, рекомендації та матеріали з програми «Ти як?». | 01.01.2026        | 28.02.2026      | Відділ освіти, керівники закладів освіти |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                  |  |            |            |                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------|------------|------------------------------------------|
| <p>техніки подолання стресу.</p> <p>Тиждень «Техніки тілесної релаксації для зняття стресу»:заняття «Техніки релаксації», «Безпечне місце» та арт-терапевтичні практики; тренінги «Скажіть чесно, як Ви?», «Самооцінка та самоцінність», які допомагають учням розвинути навички емоційної саморегуляції.</p> <p>Конкурси «Малюємо емоції» та «Вгадай, що я роблю», ігри «Подаруй мені посмішку», «Компліменти», «Мій настрій».</p> | <p>семінари-практикуми «Стрес та тривога: як зберегти ментальне здоров'я?»; бесіди з елементами тренінгу «Тимчасові труднощі: як впоратися»; консультації та рекомендації для педагогів щодо підтримки ментального здоров'я учнів «Психологічні халявки у роботі з дітьми»; «Стратегії підтримки психоемоційного здоров'я вчителів»; презентація посібника «Колорит та творчість» платформа розвитку лідерства НУМО рекомендації для шкільної підтримки ментального здоров'я «Братися і не боятися»; індивідуальні консультації з розпізнавання емоцій, керування негативними емоціями.</p> | <p>емоційної стійкості.</p> <p>«Що варто і не варто робити, коли турбуєшся про психоемоційний стан близьких?»; «Фізична активність – інструмент для збереження ментального здоров'я»; «Емоційне благополуччя дитини в родині»; відеореки та онлайн-консультації для батьків.</p> |  |            |            |                                          |
| <p>-Години спілкування «Що робити, щоб зберегти своє психічне здоров'я?», «Ментальне</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | <p>Тренінги, консультації та семінари, спрямовані на підтримку ментального здоров'я та підвищення професійної стійкості «Техніки самодопомоги та підтримки людей поруч»;</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | <p>Консультації та інформаційні заходи, що допомогли зрозуміти важливість підтримки</p>                                                                                                                                                                                          |  | 01.03.2026 | 31.03.2026 | Відділ освіти, керівники закладів освіти |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                       |  |  |            |            |                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|------------|------------|------------------------------------------|
| <p>здоров'я: як підбати про себе?»; -тематичні уроки «Мій настрій» (англійська (Mood) та французька (Mood humeur) мови), «Кольори, які мене заспокоюють» (образотворче мистецтво), «Квітка щастя» (трудове навчання); -інтерактивні заходи «Ментальне здоров'я: плекаємо стійкість»; акція ментального здоров'я «Твій заряд енергозбереження»; -ігри та вправи на створення ментального комфорту в колективі «Техніки самопомоги та підтримки людей поруч»; -проектні заходи: День улюбленої казки, казкотерапія, арт-виставка</p> | <p>семінари-практикуми «Стрес та тривога: як вберегти ментальне здоров'я?»; бесіди з елементами тренінгу «Тимчасові труднощі: як впоратися»; консультації та рекомендації для педагогів щодо підтримки ментального здоров'я учнів «Психологічні хвилинки у роботі з дітьми», «Стратегії підтримки психоемоційного здоров'я вчителів»; презентація посібника «Колорит та творчість» платформа розвитку дошкільнят НУМО, рекомендації для щоденної підтримки ментального здоров'я «Гратися і не боятися»; індивідуальні консультації з розпізнавання емоцій, керування негативними емоціями.</p> | <p>ментального здоров'я дітей вдома «Що варто і не варто робити, коли турбуєшся про психоемоційний стан близьких?», «Фізична активність – інструмент для збереження ментального здоров'я», «Емоційне благополуччя дитини в родині»; відеуроки та онлайн-консультації для батьків.</p> |  |  | 01.04.2026 | 31.05.2026 | Відділ освіти, керівники закладів освіти |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|------------|------------|------------------------------------------|



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                |  |            |            |                                          |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|------------|------------|------------------------------------------|
| «Толерантність серед нас?»;<br>-анкетування «А чи часто ти ображаєшся?», «Чи -вмієш ти уникати конфліктів?», «Чи дратують тебе дрібниці?» тощо;<br>-психологічні хвилинки та індивідуальні консультації для учнів.                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | «Старі»,<br>консультації<br>«Ментальне здоров'я: як подбати про себе»; «Як зберегти психологічне здоров'я малюкам під час війни»;<br>консультації з питань «Як зберегти психологічне здоров'я»                                                 |  |            |            |                                          |
| <b>1-4-ті класи:</b><br>психологічні години «Настрій», «Почуття», «Ти як?», «Гармонія», «Країна настрою»; тренінги «Дай п'ять», «Будь у ресурсі»; арт-терапія «Я щасливий»; психогімнастика «Добрі та злі собаки», «Пружинка», «Морська зірочка»; ігри «Подаруй мені посмішку», «Назви сусіда лагідно»; | Консультації з питань взаємодії з дітьми з тривожністю «Як заспокоїти дитину під час тривоги»; тренінги «Психічне здоров'я. Як його зберегти», «Визначення психологічного клімату в колективі», «Розвиток професійної Я-концепції», «Ментальне здоров'я: як не «розсипатись» під час війни»; майстер-класи «Сім креативних вправ проти стресу», виготовлення антистрес-іграшки «Пустунчик»; вебінари «Робота психолога в умовах воєнного стану»; психологічні хвилинки. | Бесіди «Як підтримати ментальне здоров'я дитини», «Як підтримати дітей у перехідний період до середньої школи», «Як корисно і не корисно знімати стрес та напругу»; онлайн-заняття «Формування стресостійкості. Методи стабілізації емоційного |  | 01.04.2026 | 31.05.2026 | Відділ освіти, керівники закладів освіти |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                               |                   |                   |                                                 |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------|-------------------------------------------------|
| <p>«Компліменти»; інтерактив «Дбаємо про ментальне здоров'я»; заняття «Загадковий світ емоцій», «Слушні поради дітям», «Підбери емоцію».</p> <p><b>5-11-ті класи:</b></p> <p>виховні години «Ти як?», «Я і моя самооцінка», «Турбота про себе – це просто»; тренінги «Коктейль ментального здоров'я», «Емоції та як ними керувати»; квест-ігри «Ментальне здоров'я – запорука щасливого життя», «Збережемо ментальне здоров'я»; психологічні уроки «Вдячність», «Як зберігати рівновагу під тиском стресу»; обговорення «Що важливо знати про</p> |  | <p>стану»; консультації «Ментальне здоров'я: як подбати про себе», «Як вберегти ментальне здоров'я малюків під час війни»; консультації з питань взаємодії з тривожними дітьми та індивідуальні консультації щодо емоційного стану дітей; розповсюдження пам'яток щодо підтримки ментального здоров'я дітей у сім'ї.</p> | <p>Розміщення інформаційних матеріалів програми «Ти Як?» (афішок, інформації з QR-кодами) на стендах психолога та на сайтах закладів освіти (сторінка «Поради психолога»;</p> | <p>01.09.2025</p> | <p>31.10.2026</p> | <p>Відділ освіти, керівники закладів освіти</p> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|-------------------|-------------------------------------------------|



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |            |            |                                          |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------|------------------------------------------|
| <p>психічне здоров'я», «Обговорення емоцій»; урок за коміксом «Ден і Рора проти корпорації С».</p> <p><b>Загальні заходи:</b></p> <p>заняття «Групи турботи», практики в укріпленнях: дихання по квадрату, долонці, вправи на заземлення; міні-проекти «Дерево життя», «Дерево підтримки», «Скринька ресурсів»; психологічні хвилини «Кулачки-силачі», «Струшуємо зайве».</p> | <p>практикуми: психологічний практикум "Моя внутрішня дитина" та арт-терапевтична вправа «Цукерочка-менталочка».</p> <p>Використовувалися «Поради для збереження внутрішньої рівноваги»;</p> <p>ресурси для вихователів: ознайомлення з «СенсоТекст. Ти як?», практикою «Беремо руки в свої руки» та психологічними завданнями з дихальною технікою «Долонька»;</p> <p>консультації: поради та індивідуальні консультації щодо ментального здоров'я дітей під час війни за рекомендаціями Всеукраїнської програми.</p> | <p>«Як підтримати дітей у непростий час війни»; практичні матеріали: ознайомлення з матеріалами Світлани Ройз «10 темних промінь перед садочком та школою» та наразом «Це моя дитина»;</p> <p>робота з ВПО: бесіда "Психоемоційний стан дитини на початку навчального року" з батьками учнів ВПО.</p> <p>індивідуальна підтримка індивідуальна</p> | <p>соціальні мережі).</p> <p>Розповсюдження інформації «Три основні сигнали та як можна запобігти трагедії».</p> <p>проведені загальні акції "Я люблю тебе життя!" та "Смайлі настрою".</p> <p>Індивідуальні консультації для всіх учасників освітнього процесу з питань підтримки ментального здоров'я.</p> |            |            |                                          |
| <p>Навчальні та виховні години: Всеукраїнський урок з підтримки психічного здоров'я «ТИ ЯК? Повертаємось до школи!», класні</p>                                                                                                                                                                                                                                               | <p>Методична та консультаційна робота: засідання класних керівників «Як подолати надмірний стрес (виклики війни)» та бесіди для педагогів щодо навичок турботи про власне ментальне здоров'я та підтримки учнів;</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p>Консультації та поради: зустрічі «Абетка ментального здоров'я». поради «Як уберегти дитину від ризиків» та</p>                                                                                                                                                                                                                                  | <p>Розміщення інформаційних матеріалів програми «Ти Як?» (плакатів, інформації з QR-кодами) на стендах психолога та на сайтах закладів освіти (сторінка «Поради психолога»,</p>                                                                                                                              | 01.09.2026 | 31.10.2026 | Відділ освіти, керівники закладів освіти |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                     |  |  |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| <p>години «Коротке коло спілкування» для оцінки стану, «Дослухаймося до свого тіла», «Стрес та тривога: як впоратись» та години спілкування «Як потурбуватись про себе», «Привіт, ти як?», «Мислі позитивно»; практична саморегуляція: практичні заняття «Тривога – це нормально. Паніка – ні» та «Ментальне здоров'я: як подбати про себе?». дихальні практики «Долонька» для навчання техніці саморегуляції. соціально-емоційний розвиток: розмальовки «Ти як? Світи всередині», створення аплікації «Дерево настрою». Написання</p> | <p>практикуми: психологічний практикум «Моя внутрішня дитина» та арт-терапевтична вправа «Цукерочка менталочка». Використовувалися «Поради для збереження внутрішньої рівноваги»; ресурси для вихователів: ознайомлення з «СенсоТека. Ти як?», практикою «Беремо руки в свої руки» та психологічними хвилинками з дихальною технікою «Долонька»; консультування: поради та індивідуальні консультації щодо ментального здоров'я дітей під час війни за рекомендаціями Всеукраїнської програми.</p> | <p>«Як підтримати дітей у непростий час війни»; практичні матеріали: ознайомлення з матеріалами Світлани Ройз «10 теплих прощань перед садочком та школою» та вправою «Це моя дитина». ; робота з ВПО: бесіда «Психоемоційний стан дитини на початку навчального року» з батьками учнів ВПО. індивідуальна підтримка: індивідуальні консультації з питань підтримки ментального здоров'я.</p> | <p>соціальні мережі). Розповсюдження інформацію «Тривожні сигнали та як можна запобігти трагедії». проведені загальні акції «Я люблю тебе життя!» та «Смайл настрою». Індивідуальні консультації для всіх учасників освітнього процесу з питань підтримки ментального здоров'я.</p> |  |  |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                 |            |            |                                          |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------|------------|------------------------------------------|
| «компліменти дня» одне одному. профілактична робота: до Всесвітнього дня запобігання самогубствам інтерактивні заняття та обговорення фільмів про «Цінність життя» для учнів 5-11 класів. бесіди з учнями ВПО («Мое металеве здоров'я»). ресурси: знайомство з мобільним додатком BETTERME: MENTAL HEALTH та бібліотечний урок-зустріч «Книга як ліки для душі». | колективу". Психологічний практикум "Кайт моєї душі", практичні вправи "Відпускасмо негативні емоції", "Емоція у тілі", "Сайчка і подих", "Тіло як компас", "Емоційний душ". Творча терапія - виготовлення поробки "Жолудеві мрії" та виробу "Браслети". Коже підтримки "Ділимось ресурсами", а також психологічні хвилини "Як підтримати себе людини" (3 простих інструментів). Індивідуальні консультації педагогічним працівникам з питань підтримки ментального здоров'я. | розмови дитині, що тато йде на війну?». Вправа "Ментальне здоров'я - це знайти свій посіб самодопомоги", поради "Страшки знайомі з дитинства" та інформація "Ігра в темряві" (40 ігор, в які можна грати з дітьми, коли темно). | ментального здоров'я "Ти як?". Просвітницькі заходи "Всеукраїнська програма ментального здоров'я "Ти як?".                                                      |            |            |                                          |
| Заняття на підсилення психоемоційного клімату, формування емоційного контакту і                                                                                                                                                                                                                                                                                  | Заняття з вчителями на підтримку ментального здоров'я. Психолого-педагогічний семінар-практикум "Роль класного керівника в згуртованості класу"                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Індивідуальні консультації з батьками з питань підтримки ментального здоров'я. Рекомендації "Як                                                                                                                                 | На сайтах ліцеїв (сторінки "Поради психолога"), у соціальних мережах та на стендах розмістити інформаційні матеріали, поради та QR-коди Всеукраїнської програми | 01.11.2026 | 31.12.2026 | Відділ освіти, керівники закладів освіти |



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                 |                                                                                                                    |  |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|
| <p>доброзичливості( для учнів 1 класу) Корекційні заняття та заняття для профілактики дезадаптації. Практичне заняття “Уроки турботи. Булінг”, заняття “Фанти” для розвитку комунікації та пізнання один одного. До тижня толерантності - заняття на тему “Толерантність”. Години психолога “Моя сім’я”, “Капсула часу”, “Цінність життя”, “Батарейка” (у рамках проєкту “Абетка емпатії”), “Вправи на щодень для розвитку стресостійкості” та “Я і світ: як приймати інших”. Бесіди “Як керувати емоціями та допомагати собі” та тренінг “Відповідальність</p> | <p>колективу”. Психологічний практикум “Квіти моєї душі”, практичні вправи “Відпускаємо негативні емоції”, “Емоція у тілі”, “Свічка і подих”, “Тіло як компас”, “Емоційний душ”. Творча терапія - виготовлення поробки “Жолудеві мрії” та виробу “Браслети”. Коло підтримки “Ділимося ресурсами”, а також психологічні хвилинки “Як підтримати себе щодень” (5 простих інструментів). Індивідуальні консультації педагогічним працівникам з питань підтримки ментального здоров’я.</p> | <p>розповісти дитині, що тато йде на війну?». Вправа “Ментальне здоров’я – це знайти свій спосіб самодопомоги”, порадами “Страшилки знайомі з дитинства” та інформацією “Ігри в темряві” (40 ігор, в які можна грати з дітьми, коли темно).</p> | <p>ментального здоров’я “Ти як?”. Просвітницькі заняття “Всеукраїнська програма ментального здоров’я “Ти як?”.</p> |  |  |  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |  |  |  |  |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|
| <p>за освітнього власне<br/>ментальне<br/>здоров'я:<br/>позбуваємося<br/>образ».</p> <p>Елементи арт-<br/>терапії для<br/>стабілізації<br/>емоційного стану<br/>через затишні<br/>повітряні тривоги.</p> <p>Дихальна<br/>гімнастика "Вдих-<br/>видих" (з<br/>використанням<br/>карток Світлани<br/>Ройз), гра<br/>"Обійманці" на<br/>зняття напруги,<br/>заняття "Дотики<br/>підтримки. Урок<br/>емпатії" та пісня-<br/>руханка "Крокуй до<br/>укриття".</p> <p>Діагностика<br/>профорієнтації для<br/>старших учнів.</p> <p>Індивідуальні<br/>консультації з<br/>питань підтримки<br/>ментального<br/>здоров'я.</p> <p>Заходи до Дня<br/>толерантності,</p> |  |  |  |  |  |  |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|--|



|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |  |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
| Корупція, статтю № 34 Закону України «Про освіту», статтю «Про здоров'я людини», Законом України «Про соціальні послуги», відомості до листів Державної наукової установи Інституту молодіжної звитязі освіти Міністерства освіти України від 29.03.2023 № 21/08-479 «Про всеукраїнську програму вчитальності педагогів та викладачів загальної середньої освіти» «Ти як?», а також з урахуванням Нормативу організації діяльності некомерційної служби у закладах освіти, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України № 1634 від 21.04.2019, наказу відділу освіти Донецької обласної ради від 01.01.2026 № 11 «Про затвердження Плану роботи на 2026 рік з питань ментального здоров'я та психологічної підтримки учасників освітнього процесу у закладах освіти До |  |
| немо забезпечення ментального здоров'я та психологічної підтримки учасників освітнього процесу Донецького ліцею №2.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |  |

1000