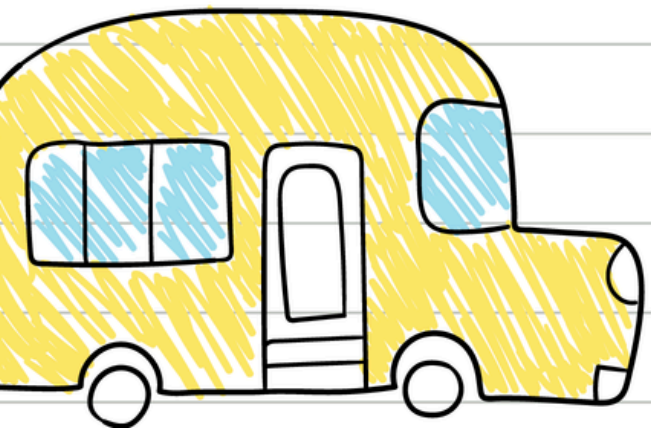
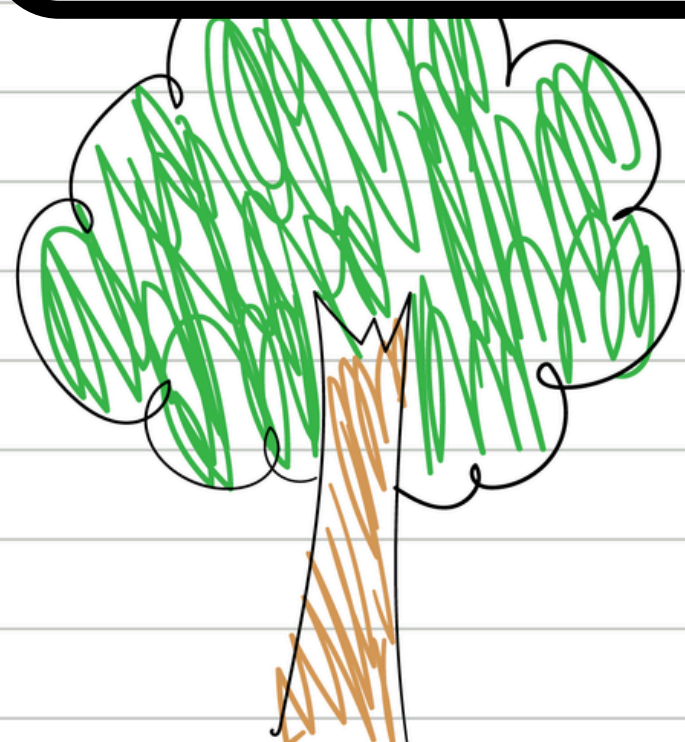
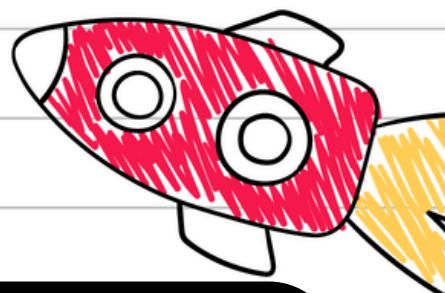
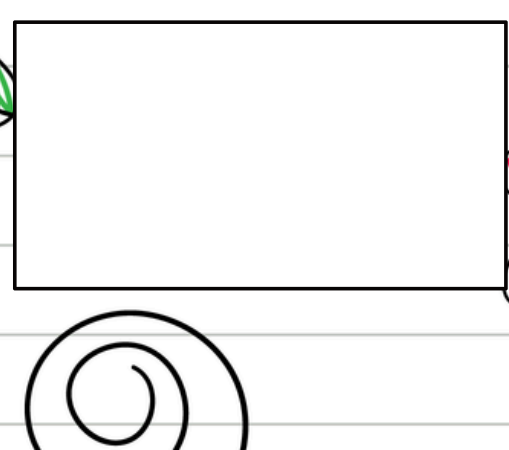




ЦЕЙ ЩОДЕННИК
ВРАЖЕНЬ
НАЛЕЖИТЬ...

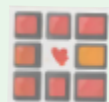


ПРО МЕНЕ

Мене звати:

Мій зріст см

Мені років



колір:

Мій улюблений

Коли я виросту, я стану:

Моя улюблена їжа:

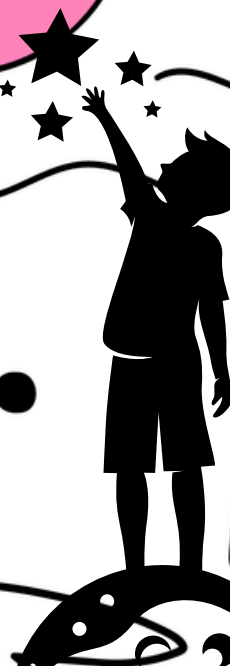
Тварина, яку я обожнюю:

Я мрію про:

Мій найкращий друг / подруга:

Моя суперздібність:

Це я!



Тиждень 1

Безпечний старт. Дорога до школи та правила безпеки

1 вересня — День знань



Фокус: Мої очікування від 3 класу; правила безпеки, які мене захищають.

ПРИВІТ ШКОЛО!

П В С Ч П С Н

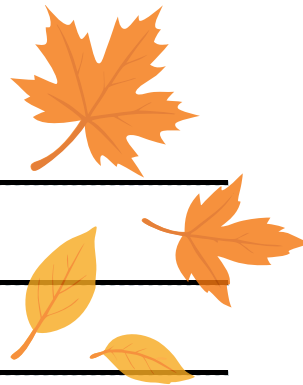
😊 😊 😐 😞 😡

МОЄ ЛІТО

☀ ☁ ☁ ☔ ☁ ❄

☐ ☐ ☐ ☐ ☐ ☐

Що мені найбільше запам'яталося з цього літа?





Мій третій клас — намалюй, яким ти хочеш його запам'ятати.



Тиждень 1



Безпечний старт. Дорога до школи та правила безпеки

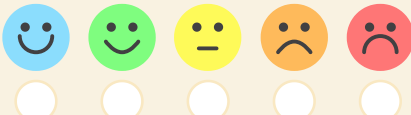
1 вересня — День знань



Фокус: Мої очікування від 3 класу; правила безпеки, які мене захищають.

ПРИВІТ ШКОЛО!

П В С Ч П С Н



Намалюй свій безпечний маршрут від дому до школи.



Мій щит безпеки — запиши 3 правила, які допомагають тобі бути в безпеці.

1

2

3



Фокус: Що означає бути надійним другом; вчинок тижня.

МОЇ ДРУЗИ

П В С Ч П С Н



Справжній друг — який він? Напиши 3 його риси.

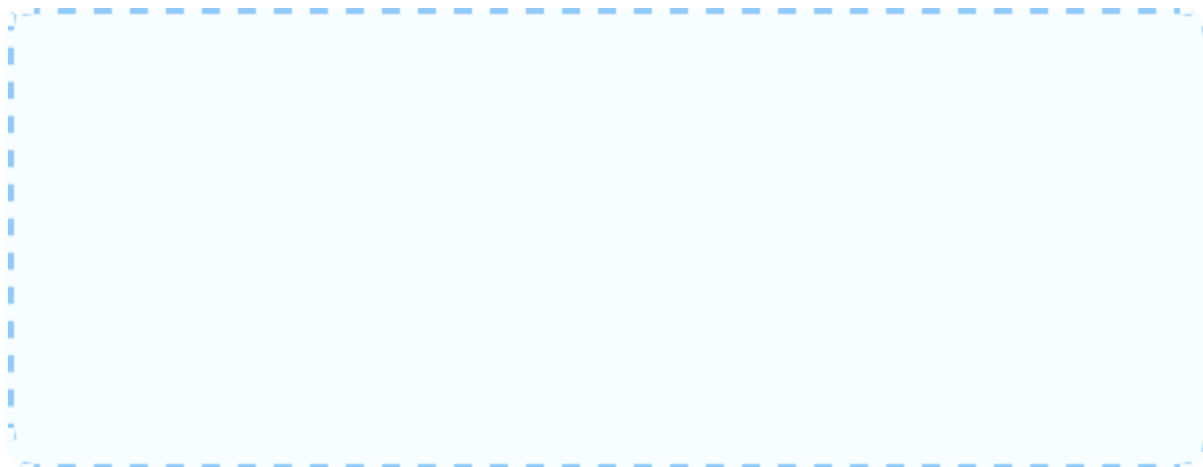
1

2

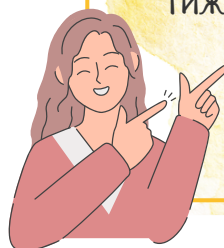
3

Намалюй свого найкращого друга.

Friends



Тиждень 2



Людина серед людей. Правила співжиття та взаємоповага

FRIENDS

Фокус: Що означає бути надійним другом; вчинок тижня.

МОЇ ДРУЗИ

П В С Ч П С Н



1 🧒 «Кулька»

Уяви, що в тебе в животик повітряна кулька.

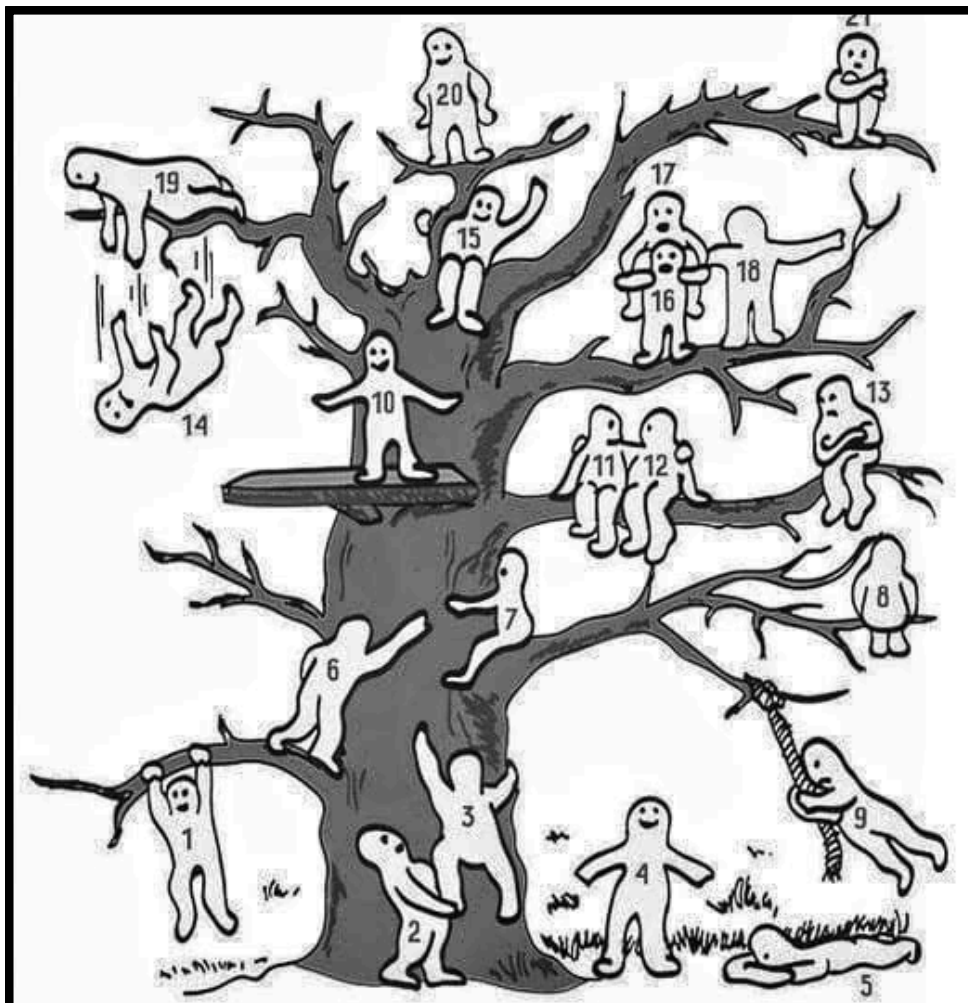
Вдих — кулька надувається.

Видих — повільно здувається.

Повтори 3 рази.

Після цього:

«ЗАРАЗ Я ПОЧУВАЮСЯ...»



Тиждень 3

Життя без обмежень. Толерантність, рівність і підтримка

СВІТ РАЗОМ

Фокус: Як я можу підтримати того, хто цього потребує; світ без бар'єрів.

П В С Ч П С Н

😊

🙂

😐

😞

😡



«Мій настрій сьогодні»

☀️

☁️

☁️

☔️

⚡️

❄️

Мій колір сьогодні — _____

Тому що: _____

Як ти розумієш слово «толерантність»?



Тиждень 3

Життя без обмежень. Толерантність, рівність і підтримка

21 вересня — Міжнародний день миру

Фокус: Як я можу підтримати того, хто цього потребує; світ без бар'єрів.

СВІТ РАЗОМ

П В С Ч П С Н

😊 😊 😐 😞 😡

○ ○ ○ ○ ○

☀ ☁ ☂ ☔ ⚡ ❄

□ □ □ □ □ □

☁ «Хмаринка турбот»

Напиши або намалюй те, що тебе сьогодні турбує, на хмаринці.



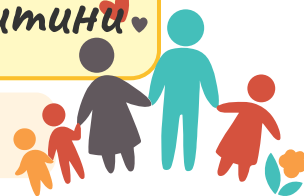
Намалюй символ миру.

Blank area for drawing the symbol of peace.

Тиждень 4

Сім'я та родина. Традиції роду та права дитини

Фокус: Традиція моєї сім'ї, яку я найбільше ціную.



ДАТА:

П В С Ч П С Н



«Моє дерево сили»

Намалюй дерево.



МОЯ РОДИНА

Коріння – люди, які мене підтримують.

Стовбур – мої сильні сторони.

Тілки – мої мрії.

Листочки – те, за що я вдячний/вдячна.

Намалюй герб своєї родини або сімейну традицію.



Тиждень 5

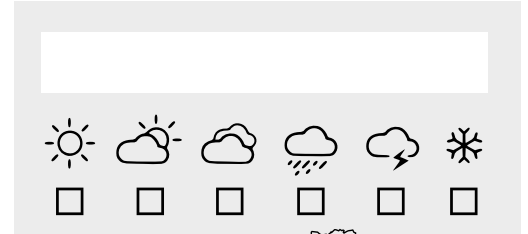
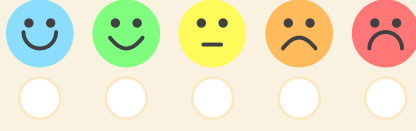
Сили, що боронять Україну. Мужність, гідність і захист

1 жовтня — День захисників

Фокус: Лист/малюнок подяки захисникам; що для мене означає сміливість.

ДАТА:

П В С Ч П С Н



👁️ «5-4-3-2-1»

Подивись навколо себе.

👁️ 5 речей, які бачиш

👂 4 звуки, які чуєш

👋 3 речі, яких можеш торкнутися

👃 2 запахи, які відчуваєш

💖 1 річ, яка робить тебе щасливим/щасливою



Хто такі захисники та захисниці України?

Тиждень 5

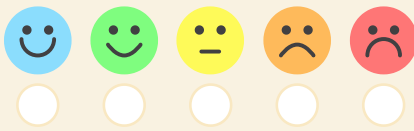
Сили, що боронять Україну. Мужність,
гідність і захист

1 жовтня—День захисників

Фокус: Лист/малюнок подяки захисникам; що для мене означає сміливість.

ДАТА:

П В С Ч П С Н



«ДОМАЛЮЙ СВІЙ НАСТРІЙ»



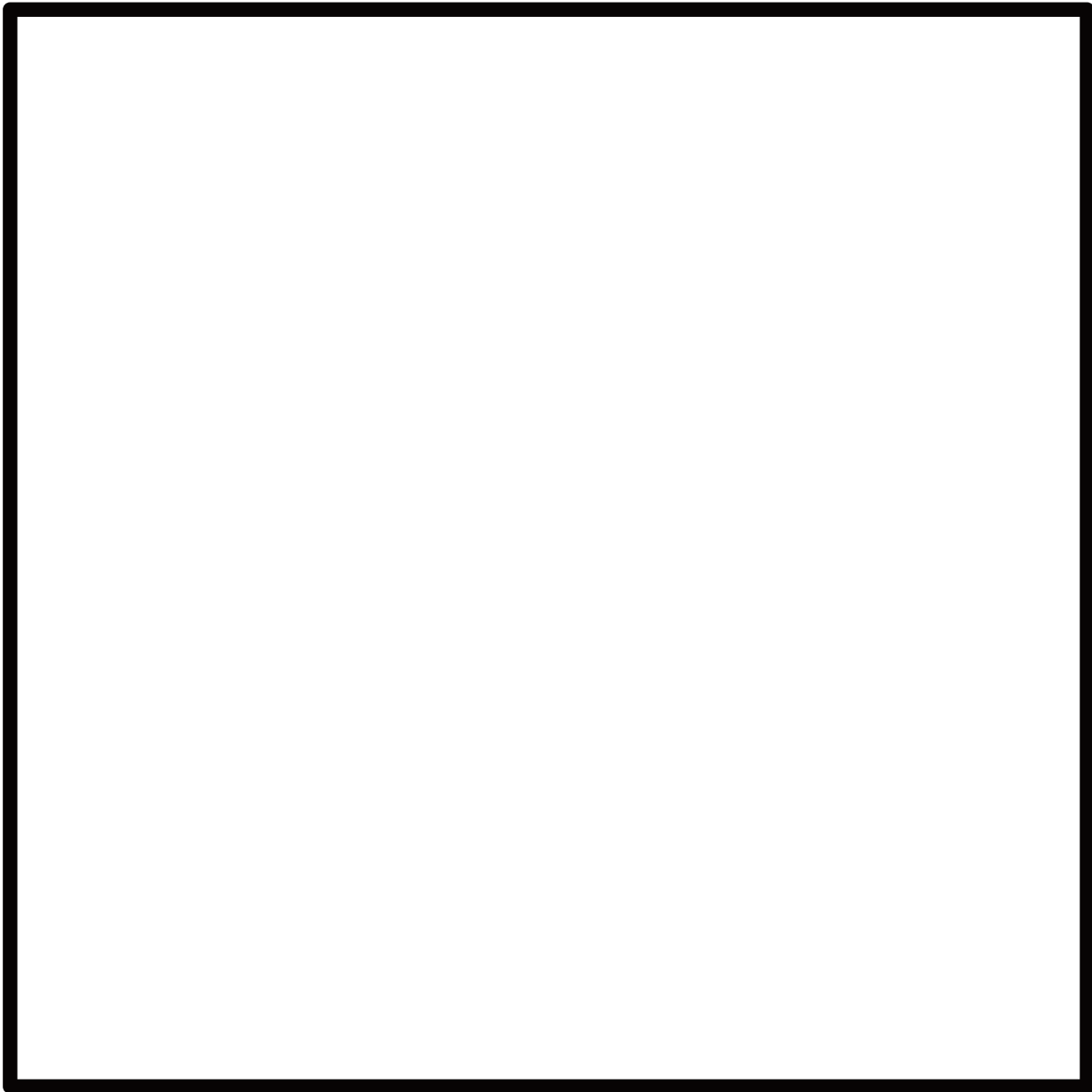
Тиждень 5

Сили, що боронять Україну. Мужність,
гідність і захист

1 жовтня—День захисників



Намалюй малюнок подяки для наших військових. Та напиши
побажання.



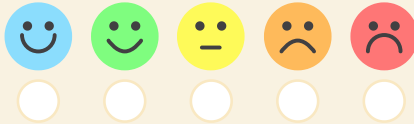
Тиждень 6

Світ тіл і речовин. З чого складається довкілля

Фокус: Моє несподіване відкриття про предмети довкола мене.

ДАТА:

П В С Ч П С Н



«Зупини думку»

Закрий очі на 10 секунд.

Подумай про місце, де тобі добре.

Де ти? _____

Хто поруч? _____

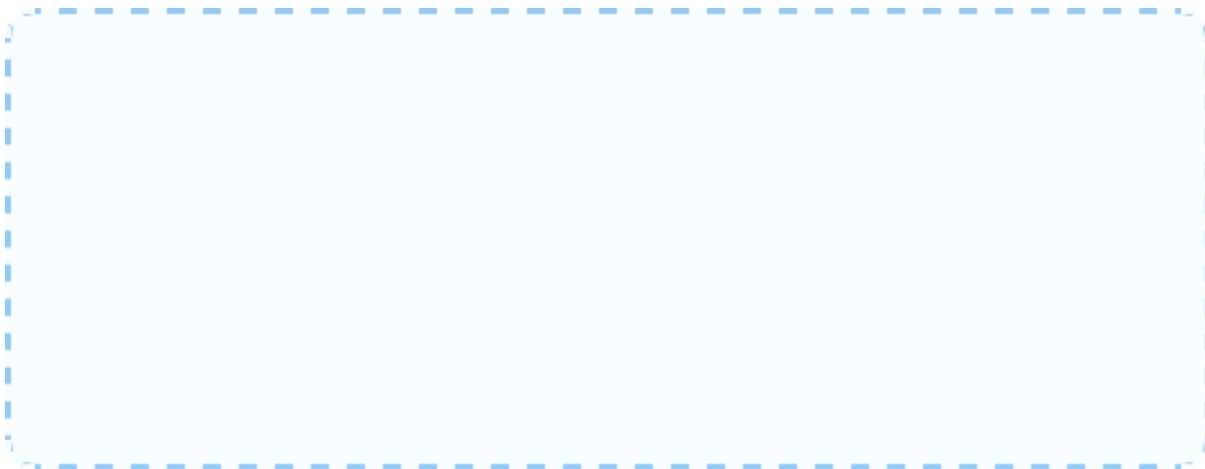
Що ти чуєш? _____

Що відчуваєш? _____

ДОВКІЛЛЯ

З чого складається довкілля?

Намалюй предмет з дерева і предмет зі скла.



Тиждень 6

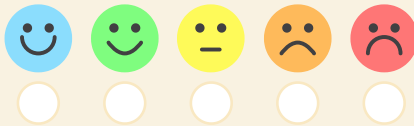
Світ тіл і речовин. З чого складається довкілля

Фокус: Моє несподіване відкриття про предмети довкола мене.



ДАТА:

П В С Ч П С Н



ДОВКІЛЛЯ



«Відпусти»

Намалюй повітряну кульку .

Усередині напиши те, що хочеш відпустити сьогодні:

«образу», «страх», «сум», «злість», «втому»...

А потім домалюй, як кулька відлітає.



Тиждень 6

Світ тіл і речовин. З чого складається довкілля



Фокус: Моє несподіване відкриття про предмети довкола мене.



«Скарби Землі»

Знайди вдома або в журналі/газеті речі, які створені з природних матеріалів.



Виріж →



наклей →



підпиши.



Тиждень 7

Таємниці повітря. Властивості та чистота атмосфери



Фокус: Чим дихає моє місто/село; як я можу подбати про чисте повітря.

ДАТА:

П В С Ч П С Н



☀ «Мої маленькі перемоги»

Не тільки великі досягнення!

- ☐ Я не здався/не здалася.
- ☐ Я попросив/попросила про допомогу.
- ☐ Я комусь допоміг/допомогла.
- ☐ Я спробував/спробувала щось нове.
- ☐ Я виправив/виправила свою помилку.
- ☐ Я зробив/зробила те, чого боявся/боялася.

Моя перемога цього тижня: _____

ЧИСТЕ ПОВІТРЯ



Що таке повітря і чому воно важливе?

Намалюй вітер (наприклад, повітряного змія).



«Антистрес-сторінка»

«Обери те, що тобі зараз допоможе»



розфарбуй візерунок



проведи лінію від початку до кінця



домалюй зірочки



намалюй 5 листочків

Тиждень 7

Таємниці повітря. Властивості та чистота атмосфери

Фокус: Чим дихає моє місто/село; як я можу подбати про чисте повітря.

ДАТА:

П В С Ч П С Н



ЧИСТЕ ПОВІТРЯ

Чим дихає наше село?

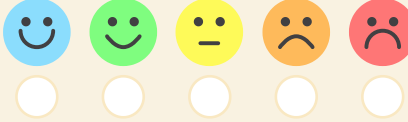


Рідне слово та культура. Мова як скарб нації

Фокус: Моє улюблене українське слово; чому мова має значення.

ДАТА:

П В С Ч П С Н



«Перезавантаження»

Коли втомився:

1. Потягнися вгору. 🧘
2. Потруси руками. 🙌
3. Зроби 3 повільні вдихи. 🌬
4. Усміхнися собі. 😊
5. Скажи: «Я готовий/готова продовжувати!»



Моє улюблене українське слово — напиши його красиво й поясни, чому обрав/обрала саме його.





Тиждень 8

27 жовтня — День писемності

Рідне слово та культура. Мова як скарб нації



Фокус: Моє улюблене українське слово; чому мова має значення.

ДАТА:

П В С Ч П С Н



«Скринька хорошого»

Наприкінці тижня:

Цього тижня я усміхнувся/усміхнулася, коли.....

Мені було приємно, коли.....

Я хочу подякувати.....



Мова — це скарб, бо...



РІДНА МОВА



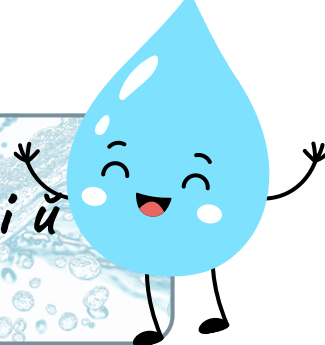
«Антистрес-сторінка»





Тиждень 9

Вода – чарівниця природи. Властивості й стани води



Фокус: Мій дослід із водою: що мене здивувало.

ДАТА:

П В С Ч П С Н



«Перезавантаження»

Коли втомився:

1. Потягнися вгору. 🧘
2. Потруси руками. 🙌
3. Зроби 3 повільні вдихи. 🌬
4. Усміхнися собі. 😊
5. Скажи: «Я готовий/готова продовжувати!»



МАГІЯ ВОДИ

Якби вода могла говорити... – про що вона попросила б людей?





Тиждень 9

Вода – чарівниця природи. Властивості й стани води

Фокус: Мій дослід із водою: що мене здивувало.

МАГІЯ ВОДИ

ДАТА:

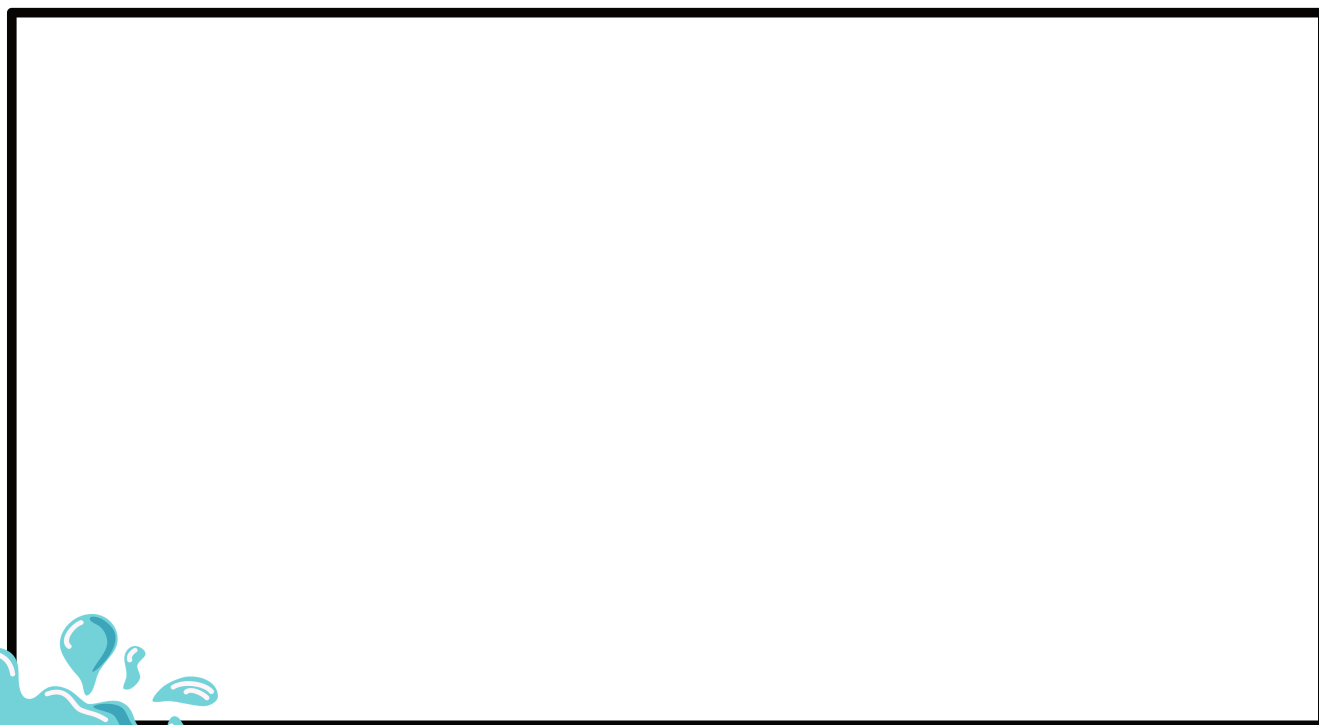
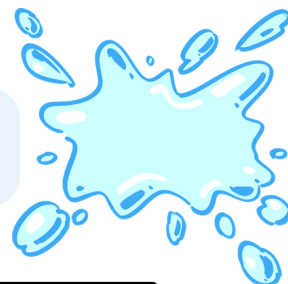
П В С Ч П С Н



Напиши 3 хороші слова про себе



Намалюй три стани води (лід, рідина, пара).



Тиждень 9

Мандрівка краплинки. Кругообіг води в природі

Фокус: Якби я був краплиною води, куди б я помандрував?

КРАПЛИНКА

ДАТА:

П В С Ч П С Н



«Валізка мого настрою»



те, що хочу забрати із собою — хороші спогади



чим питаюся



що хочу повторити

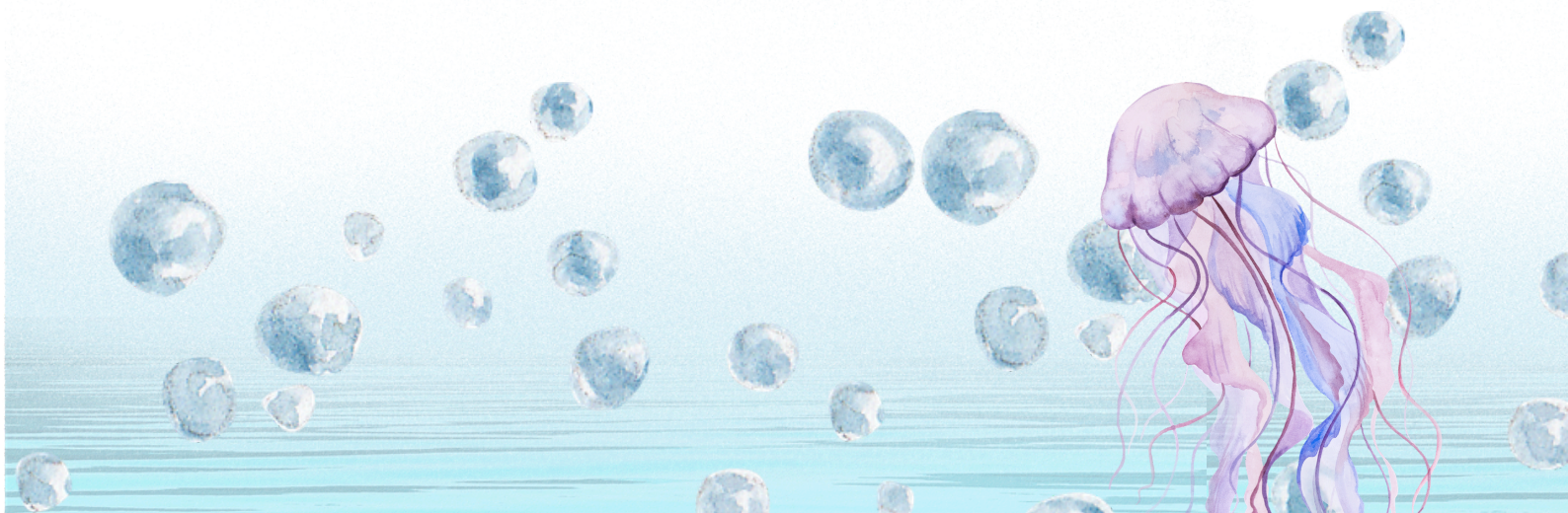


чого навчився/навчилася



що хочу залишити в школі —

Як подорожує краплинка води в природі?





«Антистрес-сторінка»



Тиждень 9

Мандрівка краплинки. Кругообіг води в природі

Фокус: Якби я був краплиною води, куди б я помандрував?

КРАПЛИНКА

ДАТА:

П В С Ч П С Н

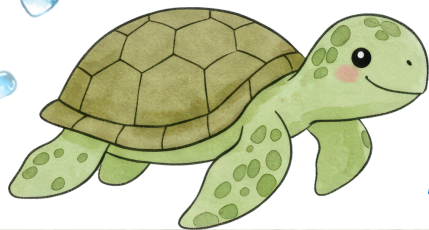


«Черепашка»

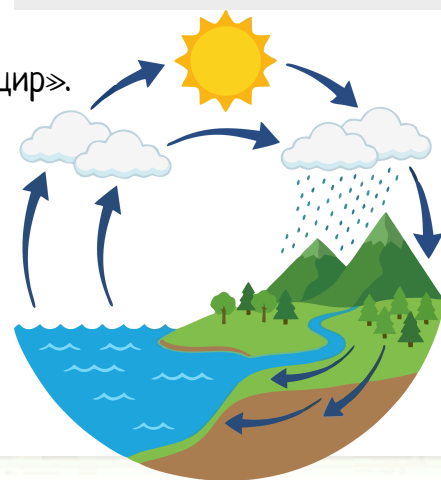
Сховай голову в плечі, обійми себе руками й на 5 секунд «заховайся у панцир».

Потім повільно «виглянь» і потягнися.

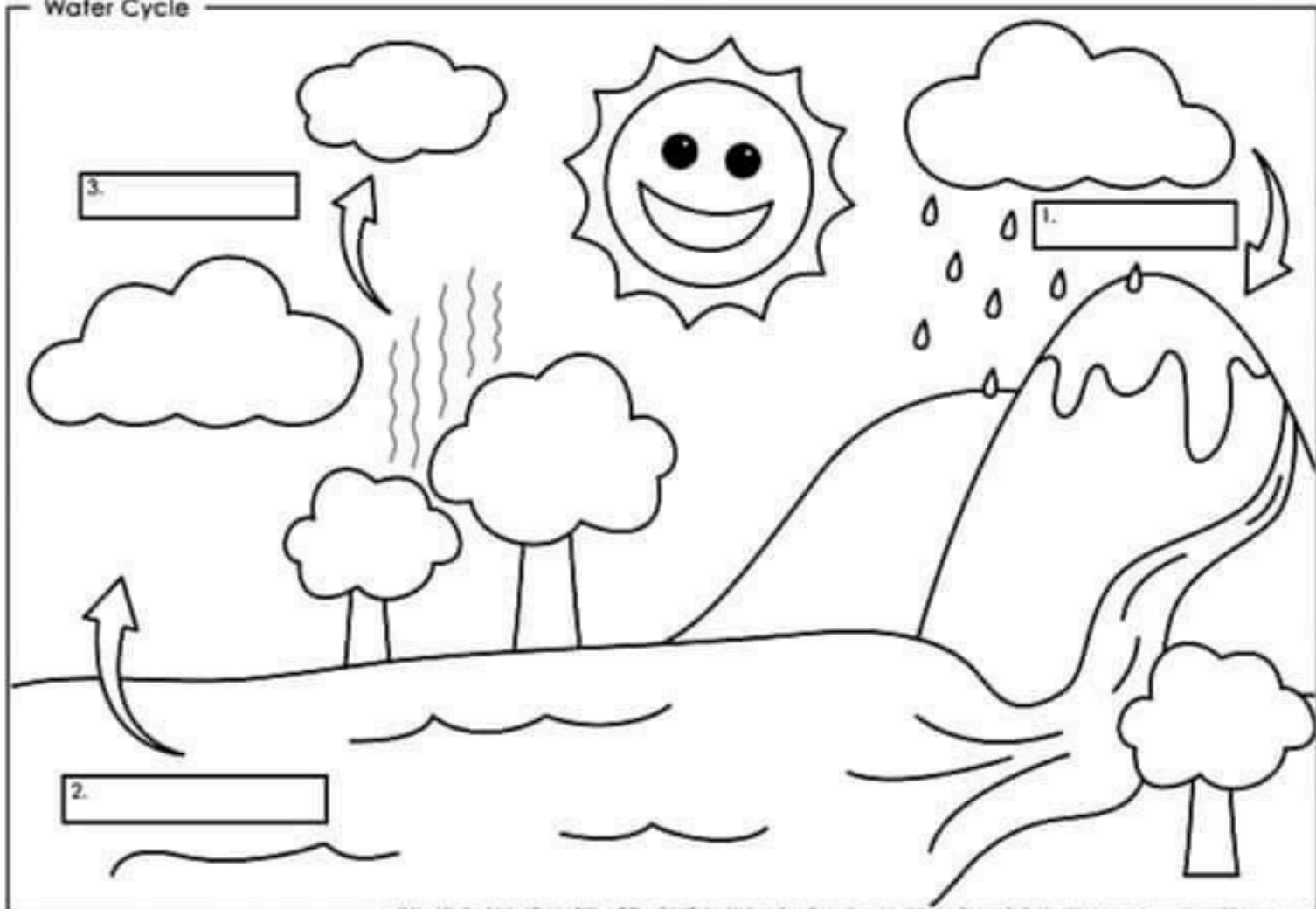
Що змінилося? _____



Намалюй кругообіг води.



Water Cycle



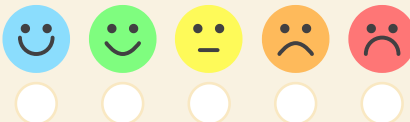
Гідність та свобода. Пам'ять і сила духу українців

21 листопада — День Гідності

Фокус: Що означає бути вільним і чесним; зернятко добра.

ДАТА:

П В С Ч П С Н

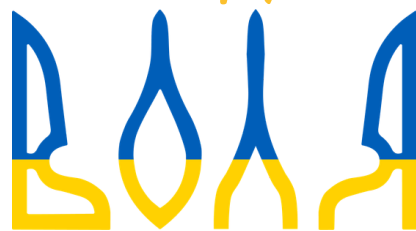


«Світлофор емоцій»

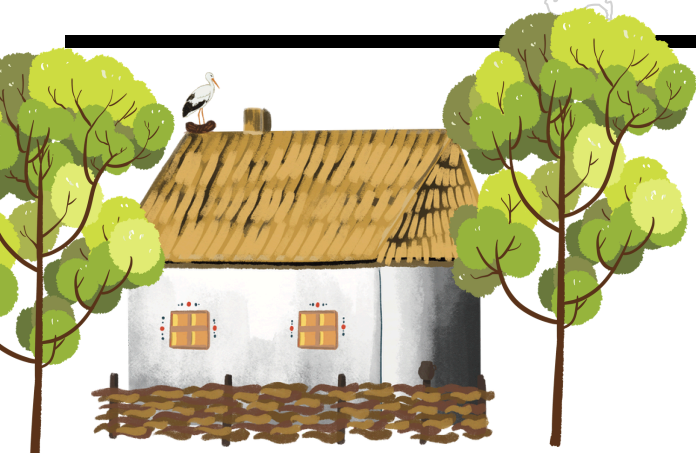
- СТОП — що я зараз відчуваю?
- ПОДУМАЙ — що мені потрібно?
- ДІЙ — що я можу зробити?

Моя відповідь:

НАША СВОБОДА



Що означає бути вільним?





«Долонька спокою»

Обведи свою долоньку.

На кожному пальчику напиши одну річ,
яка допомагає тобі заспокоїтися:

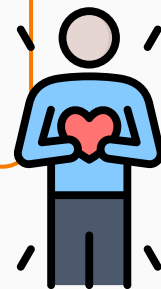


Тиждень 11

Гідність та свобода. Пам'ять і сила духу

21 листопада — День Гідності

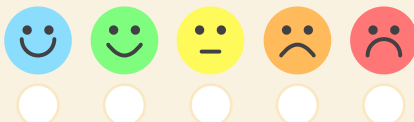
українців



Фокус: Що означає бути вільним і чесним; зернятко добра.

ДАТА:

П В С Ч П С Н



 НАША СВОБОДА

 Гідність — це... — назви один вчинок, який показує повагу до себе та інших.





Тиждень 12

Скарби надр. Гірські породи та корисні копалини

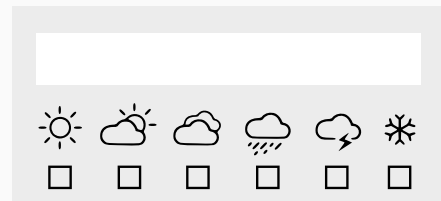
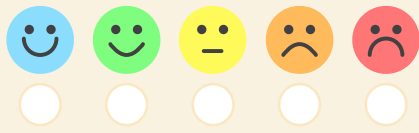


Фокус: Речі навколо мене, створені завдяки багатствам Землі.

СКАРБИ ЗЕМЛІ

ДАТА:

П В С Ч П С Н



«Витру зайве»

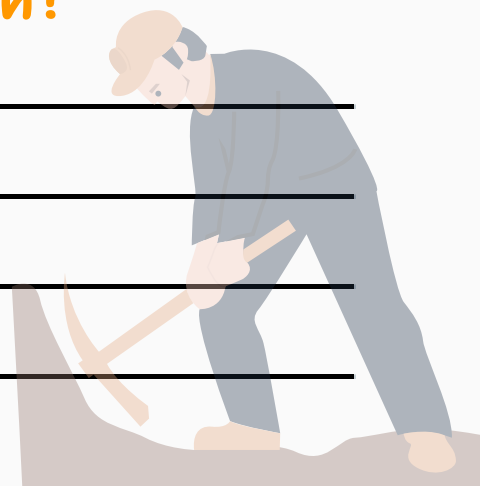
Намалюй на сторінці 3 хмаринки.

- Що мене втомило?
- Що мене роздратувало?
- Що я хочу залишити позаду?



А потім проведи по них долонькою й скажи: «Я відпускаю це».

Що таке корисні копалини?





«Антистрес-сторінка»



Тиждень 12

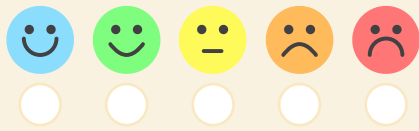
Скарби надр. Гірські породи та корисні копалини

Фокус: Речі навколо мене, створені завдяки багатствам Землі.

СКАРБИ ЗЕМЛІ

ДАТА:

П В С Ч П С Н



«Музичний настрій»

Уяви, що твій настрій — це музика.

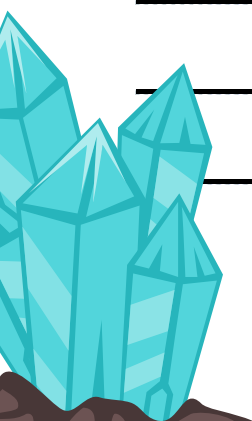
Яка вона?

- ☐ тиха
- ☐ весела
- ☐ швидка
- ☐ сумна
- ☐ гучна
- ☐ спокійна

Намалюй цю музику лініями.



Земля дарує нам... — назви 3 речі, які люди отримують із її надр.



Тиждень 13

6 грудня—День ЗСУ/
Миколая

Добротворці. Турбота, милосердя та добрі справи

Фокус: Добра справа, яку я можу зробити таємно; моє тепле побажання.

ДОБРІ СПРАВИ

ДАТА:

П В С Ч П С Н

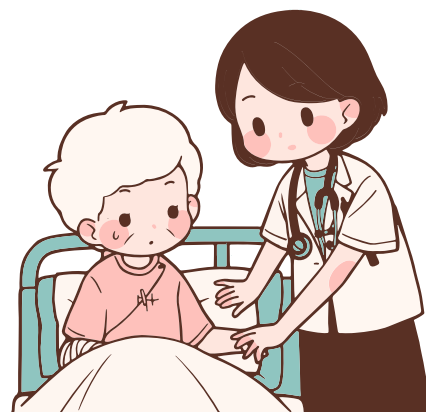


«Знайди щось приємне»

Подивись навколо.

Знайди:

- 👁️ щось красиве _____
- 👋 щось приємне на дотик _____
- 👂 приємний звук _____
- 💛 те, що викликає усмішку _____



Хто такі добротворці?

Намалюй добру справу, яку ти зробив або хочеш зробити.



Тиждень 13

6 грудня—День ЗСУ/
Миколая

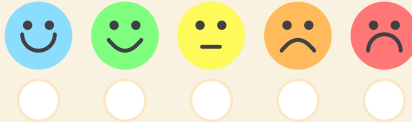
Добротворці. Турбота, милосердя та добрі справи

Фокус: Добра справа, яку я можу зробити таємно; моє тепле побажання.

ДОБРІ СПРАВИ

ДАТА:

П В С Ч П С Н



«Чарівна кнопка»

Уяви, що в тебе є чарівна кнопка.

● Натискаю — і зникає _____

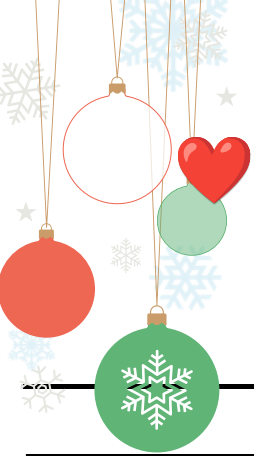
● Натискаю — і з'являється _____

Напиши подяку Збройним силам
України



Намалюй малюнок захиснику.





Моє тепле побажання – кому я хочу його подарувати?



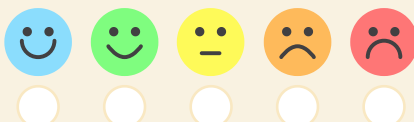
Тиждень 14

Грунт—годівник. Склад і збереження ґрунтів

Фокус: Чому земля жива; як ми захищаємо природу.

ДАТА:

П В С Ч П С Н



«Добрі слова собі»

Уяви, що дивишся у дзеркало.

Скажи собі 3 добрі слова:

♥ Я _____
♥ Я _____
♥ Я _____



Якби земля могла говорити... — що б вона попросила людей зробити?





Тиждень 14

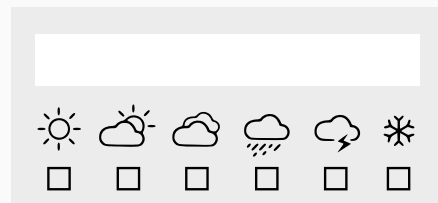
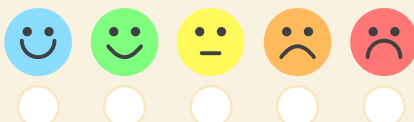
Ґрунт—годівник. Склад і збереження ґрунтів



Фокус: Чому земля жива; як ми захищаємо природу.

ДАТА:

П В С Ч П С Н



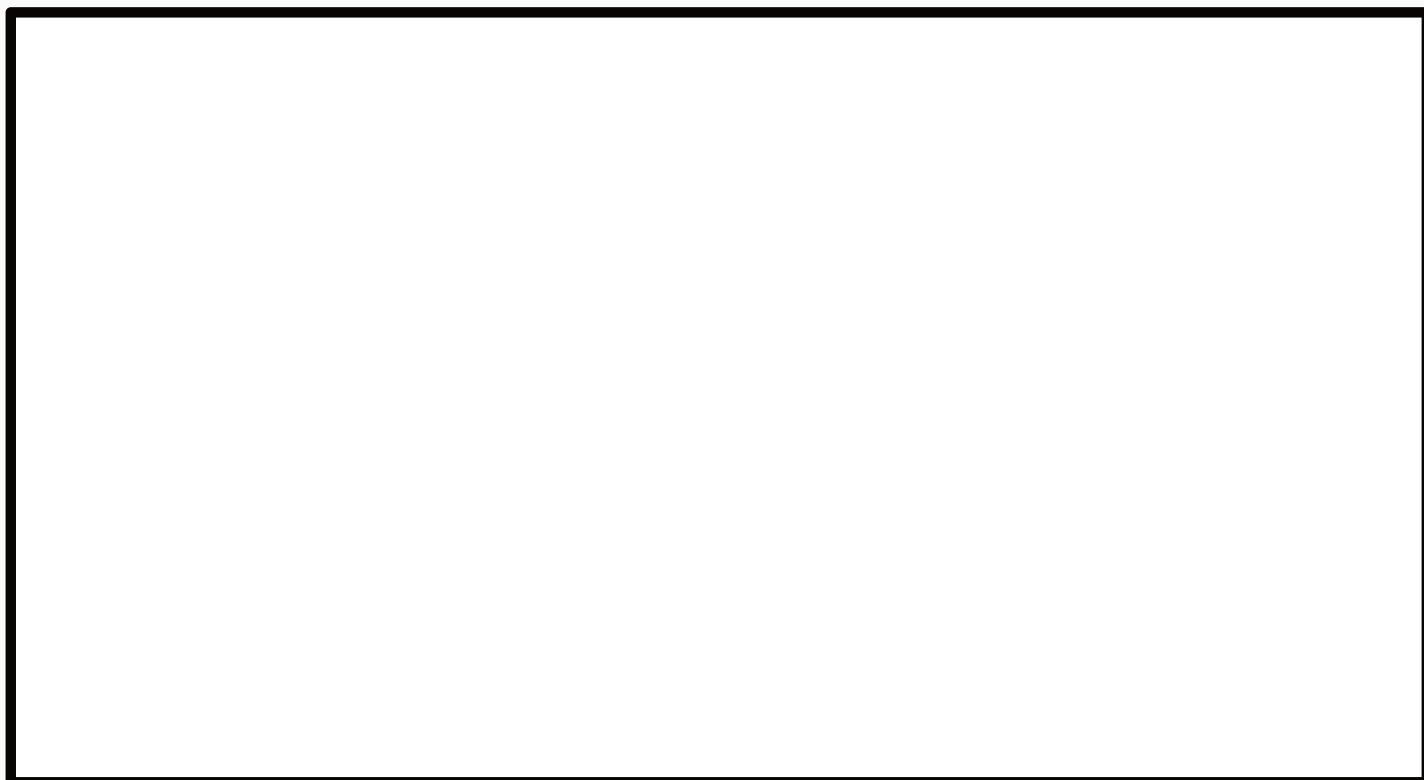
«Стежка спокою»

Проведи олівцем стежку від  до . Але є правило: веди лінію дуже повільно й не відривай олівець від паперу. Коли дійдеш до кінця: Зроби один повільний вдих і видих.



Мій стан зараз: _____

Намалюй, хто живе під землею (в ґрунті).



Тиждень 15

Сонце та Сонячна система. Рух планет

Фокус: Моя улюблена планета; космічна таємниця, яку хочу розгадати.

КОСМОС

ДАТА:

П В С Ч П С Н

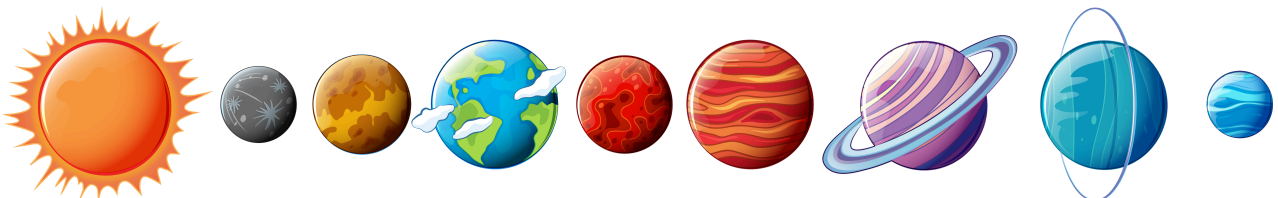


«КИШЕНЬКА РАДОСТІ»

Намалюй кишеньку.

У неї «поклади» маленькі речі, які можуть зробити твій день кращим:

З чого складається Сонячна система?





Фокус: Моя улюблена планета; космічна таємниця, яку хочу розгадати.

КОСМОС

DATA:

П В С Ч П С Н



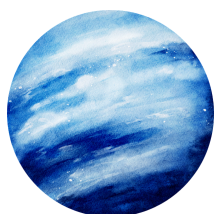
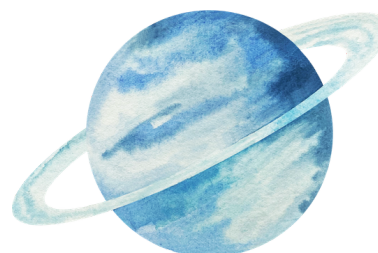
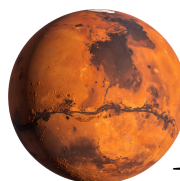
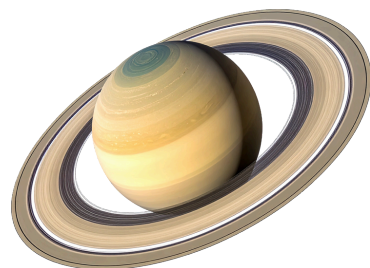
 «Мій настрій сьогодні»

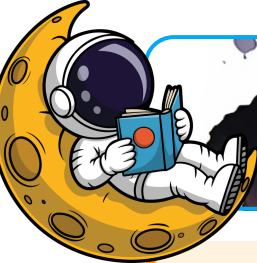


Мій колір сьогодні — _____

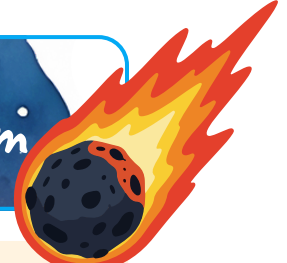
Тому що: _____

Підпиши назви планет





Тиждень 15
Сонце та Сонячна система. Рух планет



Фокус: Моя улюблена планета; космічна таємниця, яку хочу розгадати.

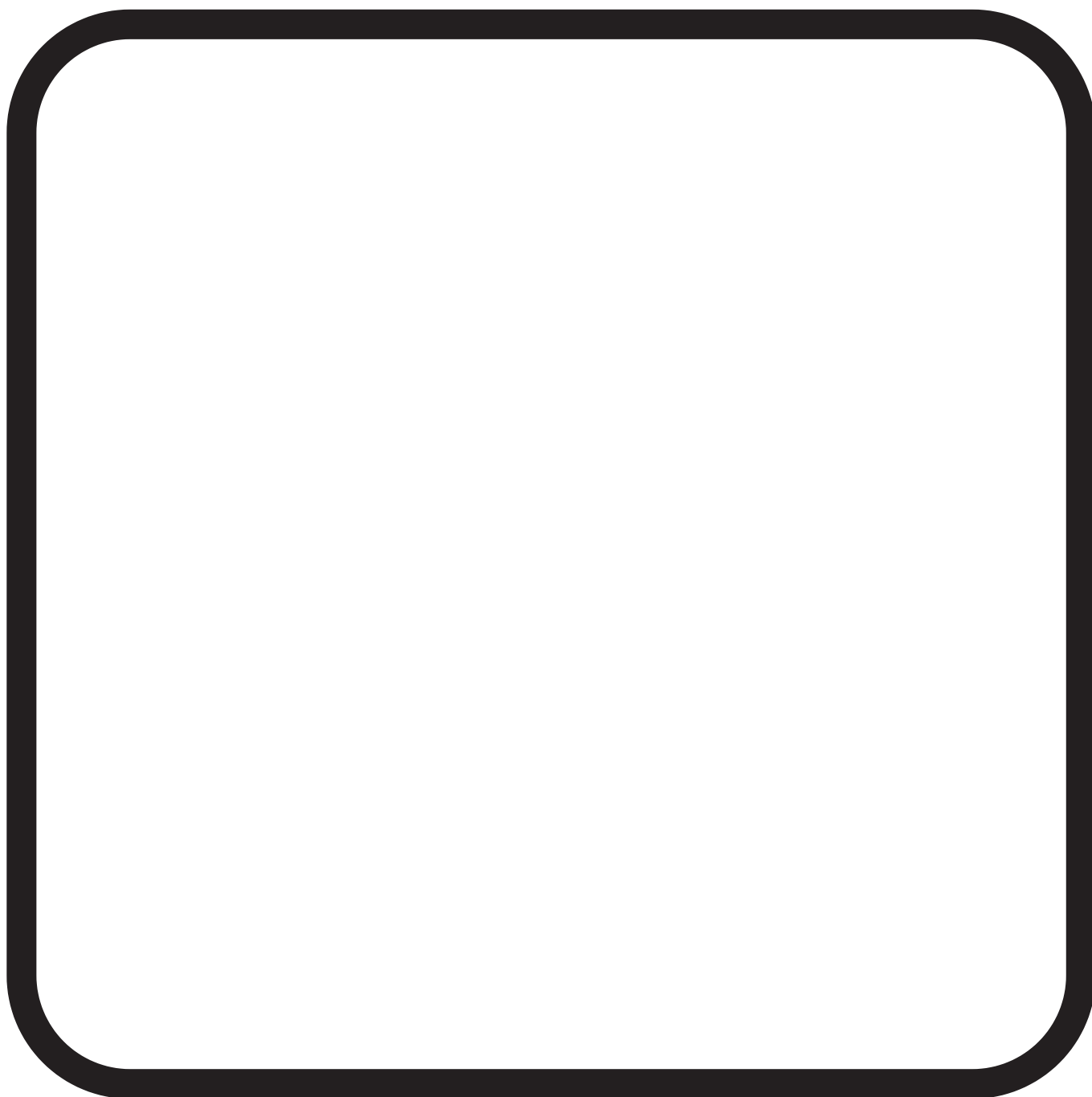
КОСМОС

ДАТА:

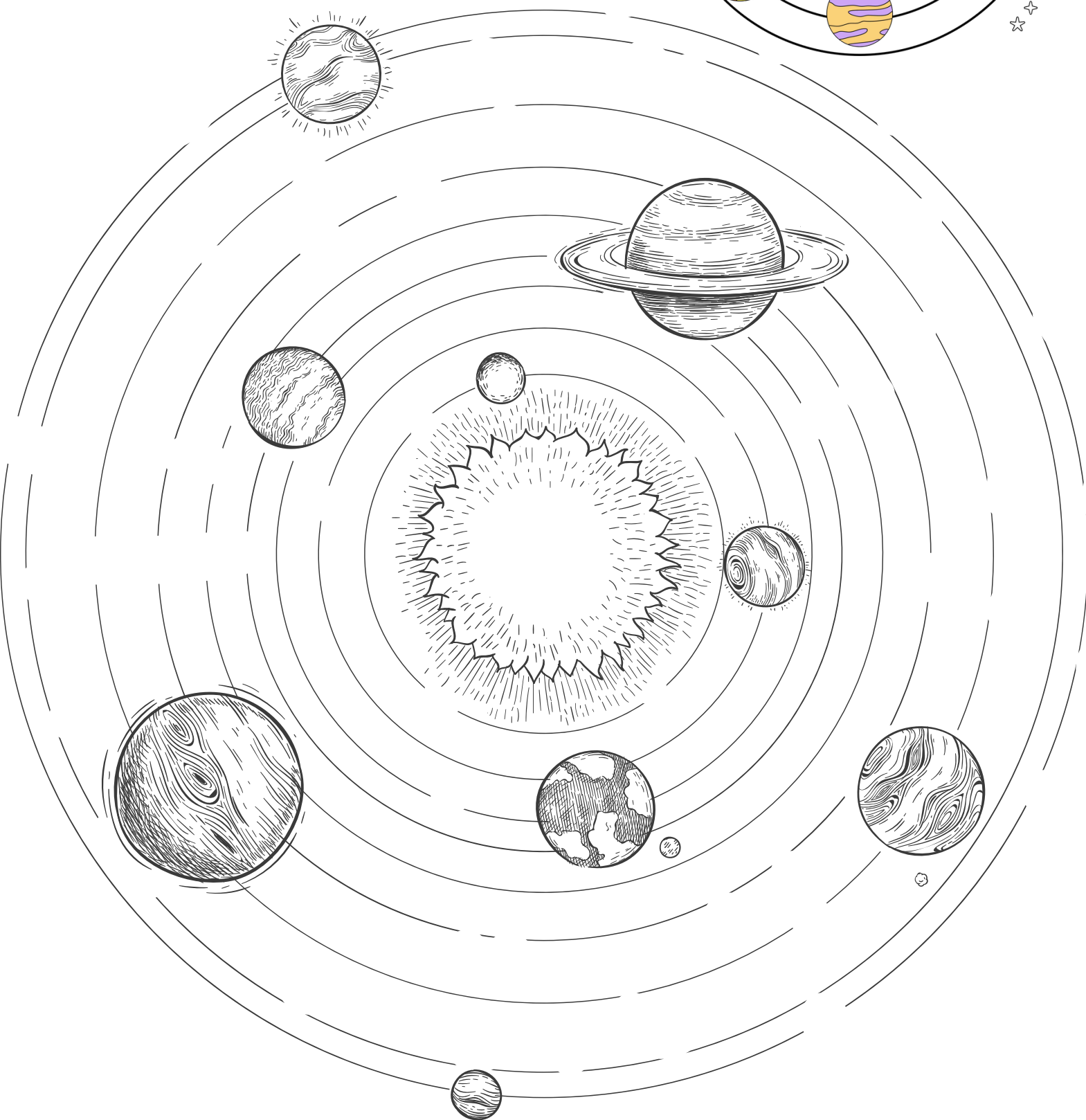
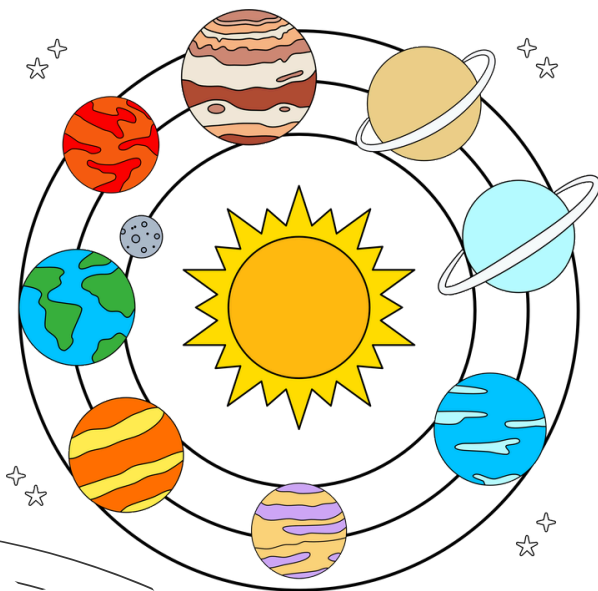
П В С Ч П С Н



Намалюй свою улюблену планету.



Розфарбуй сонячну систему





Фокус: Мої головні перемоги за 1 семестр; різдвяний настрій.

ПІДСУМКИ

ДАТА:

П В С Ч П С Н



«Різдвяне світло»

Уяви маленький вогник  , який живе у твоєму серці.

Напиши навколо нього 3 речі, які зігрівають тебе:

♥ Людина: _____

🏠 Місце: _____

✨ Спогад: _____

Кому я хочу подарувати своє тепло цього Різдва?



Які зміни відбуваються в природі взимку?





25 грудня—Різдво

Зимові явища в природі. Підсумки року та свята

Тиждень 16

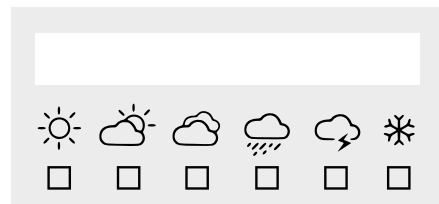
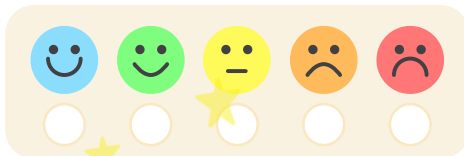


Фокус: Мої головні перемоги за 1 семестр; різдвяний настрій.

ПІДСУМКИ

ДАТА:

П В С Ч П С Н



«Зірка добрих бажань»

Намалюй велику різдвяну зірку.

На кожному промінчику напиши побажання:

- 🧡 собі
- 💙 своїй сім'ї
- ❤️ другу/подрузі
- 🌍 Україні
- 🌟 світу

Моє найважливіше бажання: _____





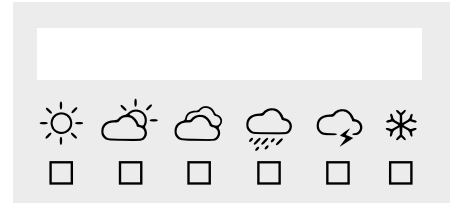
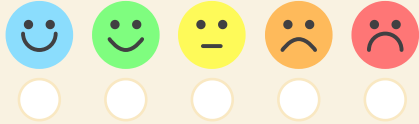
Зимові явища в природі. Підсумки року та свята

Фокус: Мої головні перемоги за 1 семестр; різдвяний настрій.

ПІДСУМКИ

ДАТА:

П В С Ч П С Н



**Намалюй свій різдвяний або
новорічний настрій.**



Зимові явища в природі. Підсумки року та свята

Фокус: Мої головні перемоги за 1 семестр; різдвяний настрій.

ДАТА:

П В С Ч П С Н



«Різдвяна мить»

Зупинись на хвилинку й уяви свій найзатишніший різдвяний вечір.

Доповни:

Я бачу: _____

Я чую: _____

Я відчуваю запах: _____

Мені тепло на душі, коли: _____

Мої 3 перемоги — чим я питаюся за цей семестр?



Поштова скринька

добрих слів

Merry Christmas

