



# Підтримка викладачів для РОЗДІЛУ 5: ОБІЗНАНІСТЬ ТА РЕАГУВАННЯ НА ЛИХА, ПОВ'ЯЗАНІ З ВОДОЮ

**НАВЧАЛЬНИЙ МОДУЛЬ 30: Навички виживання на самоті в умовах стихійного лиха, пов'язаного з водою**

Автор: EVA-93 / Проектне партнерство VETREADY

Номер проекту: 2024-1-ES01-KA220-VET-000257287



Co-funded by  
the European Union

Фінансується Європейським Союзом. Однак висловлені погляди та думки належать лише автору(ам) і не обов'язково відображають погляди Європейського Союзу або Іспанської служби з питань інтернаціоналізації освіти (SEPIE). Ні Європейський Союз, ні орган, що надає грант, не несуть за них відповідальності.



# Огляд рекомендацій для викладачів

Цей Допоміжний файл для викладачів розроблений як супровід навчального модуля 30 «Навички виживання на самоті в умовах стихійного лиха, пов'язаного з водою», надаючи індивідуальні методичні та дидактичні рекомендації для підвищення його ефективності.

Він має на меті допомогти освітянам:

- Зрозуміти конкретні педагогічні цілі цього модуля в рамках цього розділу
- Застосовуйте відповідні стратегії та інструменти навчання для залучення учнів професійно-технічної освіти, безперервної професійно-технічної освіти та діаспори
- Впевнено проводити ключові завдання, сприяти рефлексії та підтримувати запам'ятовування знань
- Адаптуйте проведення занять до різних форматів (очного, онлайн, змішаного) та різноманітних потреб учнів

*Примітка: Виконання цього модуля та пов'язаної з ним вікторини сприяє професійному розвитку викладача та може призвести до отримання сертифікації.*

# Навчальний зміст цього модуля

1. Мета навчального модуля
2. Результати навчального модуля
3. Вступ: Що таке навички самотнього виживання у сценарії катастрофи, пов'язаної з водою
4. Ключові поняття та термінологія
5. Розуміння важливості
6. Чому цей навчальний модуль важливий
7. Стихійні лиха в навичках виживання на самоті в контексті сценарію катастрофи, пов'язаної з водою
8. Повені
9. Грози
10. Екстремальна спека та хвилі спеки
11. Технологічні та промислові катастрофи в навичках виживання на самоті в контексті сценарію катастрофи, пов'язаної з водою
12. Хімічні аварії
13. Руйнування гідротехнічних споруд
14. Пошкодження повітряних або підводних ліній електропередач
15. Біологічні та пов'язані зі здоров'ям катастрофи у навичок виживання на самоті в контексті сценарію катастрофи, пов'язаної з водою
16. Захворювання, що передаються через воду
17. Інфекції шкіри у вологому середовищі
18. Укуси медуз
19. Надихаючі дії та взірці для наслідування
20. Більше для дослідження

# Рекомендовані методи та інструменти навчання

## Метод навчання 1: Картування ризиків та тренування швидкого реагування

Цей метод допомагає учням швидко виявляти небезпеки у сценаріях стихійних лих, пов'язаних з водою, таких як повені, розливи хімікатів або грози. Він розвиває візуально-просторове уявлення, яке є важливим під час вибору безпечних шляхів евакуації, наприклад, руху вгору, проти вітру або подалі від сильних течій. Він також заохочує активну участь та командну роботу, одночасно практикуючи прийняття рішень в умовах обмеженого часу.

### Приклад застосування:

Після перегляду слайдів про хімічні аварії поблизу води викладач показує просту карту річки, фабрики поблизу та навколишньої місцевості. Учні працюють у групах, щоб позначити безпечні та небезпечні напрямки евакуації, такі як вибір маршрутів угору та уникнення мостів. Потім викладач проводить одномінутну вправу швидкого реагування, просячи кожну групу представити обраний маршрут евакуації та обґрунтувати його. Ця вправа імітує прийняття термінових рішень у реальних ситуаціях виживання та підкреслює важливість негайних, логічних дій.

# Рекомендовані методи та інструменти навчання

## Метод навчання 2: Інтерактивна демонстрація з техніками виживання

Цей метод допомагає учням візуально та практично залучати до стратегій виживання, роблячи абстрактні ризики більш конкретними. Він особливо ефективний для небезпек, пов'язаних з водою, де спостереження та негайна реакція є критично важливими, наприклад, розпізнавання ознак теплового удару, поводження з укусами медуз або розуміння електрики у паводковій воді. Дивлячись демонстрації, а не просто слухаючи про них, учні зміцнюють пам'ять та набувають впевненості у власній здатності діяти.

### Приклад застосування:

Після того, як ви розглянете слайди з укусами медуз, викладач демонструє різницю між промиванням прісною та морською водою, показуючи короткі відеокліпи або прості реквізити з позначеними контейнерами. Учням пропонується пояснити, чому слід використовувати лише морську воду та чого не слід робити в таких ситуаціях. Аналогічно, у випадку ураження електричним струмом під час повені, викладач може показати коротку анімацію або розіграти метод «пінгвінової ходи» – виходу з небезпечної зони з п'ят на носок. Ці інтерактивні елементи перетворюють критично важливі знання про виживання на практичні дії, які учні можуть запам'ятати та застосовувати під тиском.

# Рекомендовані методи та інструменти навчання

## Метод навчання 3: Керований аналіз історії та рефлексія особи, яка вижила

Цей метод допомагає учням емоційно та критично пов'язати себе з реальним або змодельованим досвідом виживання. Аналізуючи реальні історії тих, хто вижив, або короткі вигадані сценарії, учнів заохочують розмірковувати не лише над тим, які дії були вжиті, але й над міркуваннями, емоціями та помилками, які були пов'язані з цим. Це зміцнює навички прийняття рішень, розвиває емпатію та підкреслює важливість мислення для виживання на самоті поблизу води.

### Приклад застосування:

Після розповіді надихаючої історії Хосе Сальвадора Альваренги, який пережив 438 днів дрейфування в морі, викладач просить учнів визначити, які стратегії виживання з навчального модуля можна знайти в його діях. Потім учні обговорюють такі питання, як: «Яке рішення найбільше збільшило його шанси на виживання?» або «Як би ви відреагували інакше, якби були на його місці?» Такий самий підхід можна застосувати до сценаріїв «Пауза та роздуми» в модулі, де учнів крок за кроком порівнюють свої початкові інстинкти з найкращими практиками реагування на виживання. Ця вправа зміцнює як знання, так і самосвідомість, роблячи уроки виживання більш запам'ятовуваними та особисто актуальними.

# Поради

- Щоб учні були зацікавлені цим модулем, викладачам слід починати з реальних та зрозумілих прикладів. Використання коротких, візуальних випадків, таких як повені, спекотні хвилі чи прибережні шторми з місцевого чи європейського контексту, робить тему більш відчутною та запам'ятовуваною. Це особливо важливо для учнів з діаспори, які можуть походити з регіонів з різним досвідом стихійних лих.
- Створення психологічно безпечного простору є критично важливим під час обговорення сценаріїв, пов'язаних із стихійними лихами. Замість того, щоб оцінювати минулу поведінку за допомогою питань на кшталт «чому вони не відреагували раніше?», викладачі повинні скеровувати учнів за допомогою відкритих підказок, таких як «що б ви могли зробити?» або «які варіанти були доступні в той момент?». Такий підхід дозволяє підтримувати відкритість обговорень, підтримку та відсутність звинувачень.
- Зрештою, слід підтримувати баланс між логікою та емпатією. Аналітичні інструменти, такі як карти ризиків та дерева рішень, можна поєднувати з емоційними перевітками, наприклад, запитуючи учнів: «Як ви думаєте, що людина відчувала в цей момент?». Такий подвійний підхід підтримує дорослих учасників безперервного професійного навчання (CPET), які віддають перевагу структурованому вирішенню проблем, а також емоційно залучає учнів професійно-технічної освіти, створюючи більш цілісний та інклюзивний навчальний досвід.

# Стратегії адаптації

**Очне проведення** занять може бути організовано через станції практики виживання, де учні чергуються між завданнями, такими як втеча з паводкових вод за допомогою простої карти місцевості, відпрацювання правильного способу промивання жала медузи морською водою або демонстрація безпечного виходу з електрифікованої зони повені за допомогою техніки «ходьби пінгвіна». Учні працюють у невеликих групах, обговорюють свої пріоритети та презентують свою логіку виживання. Викладач надає зворотний зв'язок, пояснює безпечні реакції та підкреслює необхідність швидких, але спокійних дій у надзвичайних ситуаціях, пов'язаних з водою. Матеріали, що підтримують ці завдання, включають прості карти, друковані картки із завданнями на виживання, пляшки з водою, тканини та основні реквізити, такі як мотузки або палиці, які можна використовувати для імітації реальних сценаріїв.

**Під час онлайн-заняття** учні переглядають короткі відеодемонстрації дій для виживання, таких як безпечне плавання на спині за сильних течій або приготування базового розчину для оральної регідратації. Після кожного відео учні поділяються на невеликі групи, щоб обговорити, що б вони зробили в подібній ситуації. Потім групи повертаються до пленарного обговорення, де викладач допомагає порівняти стратегії та виділити найкращі практики. Онлайн-співпраця підтримується за допомогою цифрових інструментів, таких як кімнати для груп у Zoom, спільні дошки, такі як Padlet або Miro, та Google Docs для колективного ведення нотаток та створення контрольних списків. Ці інструменти дозволяють імітувати практичне вирішення проблем навіть у повністю віртуальному середовищі.

**Змішане навчання** поєднує обидва підходи, створюючи змішані команди з учасників онлайн та в класі. Кожній команді дається завдання на виживання, наприклад, управління симптомами теплового удару біля озера або реагування на раптовий розлив хімічних речовин. Учні в класі демонструють практичні дії, такі як методи охолодження, будівництво імпровізованого затінку або фільтрація води, тоді як онлайн-учні надають інструкції в режимі реального часу, виправлення або пропозиції щодо покращення. Потім команди разом презентують свої рішення, забезпечуючи рівну участь незалежно від умов навчання. Інструменти та матеріали для змішаних занять можуть включати ноутбук, відеокамеру або мобільний телефон для прямої трансляції, друковані завдання на виживання, основні предмети першої допомоги для демонстрації, кімнати для групових занять у Zoom для онлайн-учнів та платформи для співпраці, такі як Padlet або Google Docs, для документування командних рішень.

# Ключові навички ESCO, що розглядаються в цьому модулі

Цільова категорія навичок ESCO: T2.1: Вирішення проблем та прийняття рішень у непередбачуваних ситуаціях; основні розвинені навички: Самостійне вирішення проблем, Проявлення ініціативи в надзвичайних ситуаціях, Швидке прийняття рішень під тиском.

## Самостійно вирішуйте проблеми

- Практикується на слайдах «Пауза та роздуми» про повені, розливи хімікатів та екстремальну спеку, де учням ставлять раптові дилеми виживання.
- Викладачі висвітлюють цю навичку таким чином:

Прохання до учнів перерахувати можливі дії для виживання та ранжувати їх від найбільш ефективних до найменш ефективних.

Проведення групових обговорень, де учні обґрунтовують обрані дії логікою виживання, зміцнюючи самостійне вирішення проблем у контексті високого ризику.

## Проявіть ініціативу в надзвичайних ситуаціях

- Практикується в розділах про укуси медуз, хвороби, що передаються через воду, та інфекції вологого середовища, де учні повинні запропонувати негайні відповіді, перш ніж буде доступна професійна допомога.
- Викладачі висвітлюють цю навичку таким чином:

Рольова гра або обговорення сценаріїв, де учні виявляють ранні симптоми та пропонують швидкі стратегії самодопомоги (наприклад, промивання морською водою, приготування розчину для регідrataції ротової порожнини).

Підкреслюючи важливість без вагань, підкреслюється, що швидкі, проактивні заходи збільшують шанси на виживання.

## Приймайте швидкі рішення під тиском

- Практикується під час гроз та ураження електричним струмом у повенях, де виживання залежить від негайного розпізнавання та реагування.
- Викладачі висвітлюють цю навичку таким чином:

Демонстрація правильних дій для виживання (таких як «хода пінгвіна» для виходу з наелектризованої води або низьке присідання під час ударів блискавки) та прохання до учнів миттєво реагувати на ситуацію.

Заохочення учнів порівнювати свій інстинктивний вибір з передовим досвідом, зміцнення здатності швидко мислити та діяти в умовах стресу.

# Підтримка оцінювання – Як перевірити прогрес учня

В кінці цього навчального модуля слухачі пройдуть тест із 10 запитань з вибором однієї правильної відповіді, призначений для оцінки їхнього розуміння ключових концепцій, розглянутих на занятті.

## Додаткові стратегії оцінювання:

- 1.Тренування з прийняття рішень під тиском: Учням дається ситуація виживання з обмеженим часом — наприклад, помічають дроти під напругою у паводковій воді або потрапляють у грозу під час плавання. У них є шістдесят секунд, щоб вирішити, як реагувати та пояснити чому. Ця стратегія показує, як учні швидко та логічно застосовують знання про виживання в умовах змодельованого стресу, відображаючи непередбачуваність реальних надзвичайних ситуацій.
- 2.Вправа на пріоритетність ресурсів: Учням надається список предметів, знайдених біля берега озера (таких як пластикова пляшка, тканина, палиця, мокре взуття, волосінь). Їх просять вибрати, які три предмети вони використовуватимуть першими, та описати, як. Це оцінювання підкреслює їхню здатність переносити знання на творче вирішення проблем, показуючи, як логіку виживання можна адаптувати, використовуючи обмежені ресурси.

# Додаткові довідкові матеріали

## 1. Гард – Максимізація шансів на виживання в холодній воді

Стаття з відкритим доступом, що містить науково обґрунтовані стратегії виживання під час занурення в холодну воду, включаючи реакції організму, захисний одяг та рекомендації щодо прийняття рішень.

Всесвітня організація охорони здоров'я (ВООЗ) – Вода, санітарія та гігієна (WASH)

[https://www.who.int/health-topics/water-sanitation-and-hygiene-wash#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/water-sanitation-and-hygiene-wash#tab=tab_1)

## 1. Практичні рекомендації щодо безпечного використання води, гігієни та санітарії, що надають викладачам глибокі знання щодо запобігання захворюванням, що передаються через воду, під час навчання виживанню.

<https://gard.no/insights/maximising-the-chances-of-survival-in-cold-water/>

## 1. Австралійський центр знань про стійкість до стихійних лих

<https://knowledge.aidr.org.au/about/>

Платформа з відкритим доступом, що надає комплексні навчальні матеріали зі стійкості до стихійних лих, тематичні дослідження та передовий досвід, розроблені Австралійським інститутом стійкості до стихійних лих.

# Джерела

- Про Центр знань. (н.д.). <https://knowledge.aidr.org.au/about/>
- Інклюзивна освіта для професійно-технічної освіти. (2025, 26 червня). CEDEFOP. <https://www.cedefop.europa.eu/en/tools/timeline-vet-policies-europe/search/40022>
- Максимізація шансів на виживання в холодній воді. (12 серпня 2024 р.). Gard. <https://gard.no/insights/maximising-the-chances-of-survival-in-cold-water/>
- Педагогіка в освіті: Посібник з рамок та методів навчання на 2025 рік. (н.д.). <https://research.com/education/pedagogy-in-education>
- Навички та компетенції. (н.д.). Європейська система навичок, компетенцій, кваліфікацій та професій (ESCO). [https://esco.ec.europa.eu/en/classification/skill\\_main](https://esco.ec.europa.eu/en/classification/skill_main)
- Всесвітня організація охорони здоров'я: ВООЗ. (2019, 7 листопада). Вода, санітарія та гігієна (WASH). [https://www.who.int/health-topics/water-sanitation-and-hygiene-wash#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/water-sanitation-and-hygiene-wash#tab=tab_1)

# ПАРТНЕРСТВО



<https://ied.eu/>



<https://denizli.afad.gov.tr/>



<https://neotalentway.com/>



<https://www.eva93.lv/>



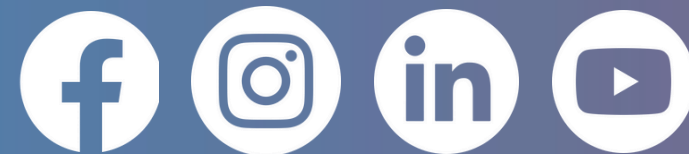
<https://ngo-nfe4y.com.ua/en>



<https://vonhope.is/>

**Отримайте задоволення від навчання за модулем 5 VET-READY:  
ОБІЗНАНІСТЬ ТА РЕАГУВАННЯ НА ЛИХА, ПОВ'ЯЗАНІ З ВОДОЮ, та  
навчальним модулем 30: Навички виживання на самоті в умовах  
стихійного лиха, пов'язаного з водою!**

СЛІДКУЙТЕ ЗА  
НАМИ



<https://vetready.eu/>



Co-funded by  
the European Union