



ЦИФРОВА КОМПЕТЕНТНІСТЬ УЧИТЕЛЯ:

як розібратися самому
та навчити інших

КОМАНДА ПРОЄКТУ:



Анна Лоза,
PhD, координаторка
освітнього напрямку
БО БФ «Схід SOS»;



Анна Кіор,
менеджерка
освітніх програм
БО БФ «Схід SOS»;



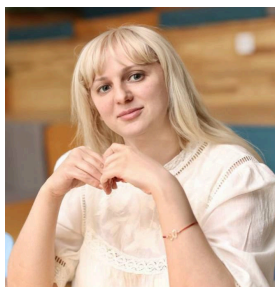
Микола Оверченко,
менеджер
освітніх програм
БО БФ «Схід SOS»

АВТОРИ ПОСІБНИКА:



Дмитро Тельпіс

тренер освітніх проєктів і програм з розвитку
цифрових компетентностей, учитель української
мови та літератури ОПЗО «Тіква – Or Sameax»



Маргарита Сорока

тренерка освітніх проєктів і програм з розвитку
цифрових компетентностей, фіналістка Global
Teacher Prize Ukraine 2021 у номінації
«Прифронтовий учитель»

Цифрова компетентність учителя: як розібратися самому та навчити інших:
навчальний посібник / авт. й упоряд.: Тельпіс Д., Сорока М. Київ: БО БФ «Схід SOS»,
2025. 100 с.

Посібник створено Благодійним фондом «Схід SOS» у межах проєкту «Школу-вгору:
зміцнення потенціалу прифронтових і переміщених шкіл в Україні» спільно з
Данським Гельсінським комітетом за підтримки CISU.

ЗМІСТ

Блок 1. Цифрова безпека: як захистити себе і свої дані

- 1.1. Основи цифрової безпеки вчителя
 - 1.2. Захист персональних даних
 - 1.3. Надійні паролі та двофакторна автентифікація
 - 1.4. Безпека пристроїв
 - 1.5. Безпечна робота в інтернеті
 - 1.6. Що робити, якщо ваш акаунт «зламали» шахраї?
- Точка контролю: коротка перевірка знань

Блок 2. Штучний інтелект в роботі вчителя

- 2.1. Як працює ШІ та що таке ефективний промтинг?
 - 2.2. Великі мовні моделі: чат-боти в роботі вчителя
 - 2.3. Генерація зображень: від тексту до картинки
 - 2.4. Презентації та інфографіка в один клік: можливості ШІ
 - 2.5. Голос ШІ: озвучування текстів для навчання
- Точка контролю: коротка перевірка знань

Блок 3. Візуалізація роботи вчителя: як показати складне просто

- 3.1. Canva в роботі вчителя: від презентацій до резюме
 - 3.2. Створення та публікація відеоуроку
- Точка контролю: коротка перевірка знань

Блок 4. Цифрові простори для взаємодії: онлайн-дошки та колективна робота

- 4.1. Функціональність онлайн-дошки під час дистанційного навчання
 - 4.2. Онлайн-дошки, що не потребують реєстрації
 - 4.3. Онлайн-дошки з функцією збереження
- Точка контролю: коротка перевірка знань

Блок 5. Інклюзивна освіта: цифрові застосунки для роботи

- 5.1. Інклюзивна освіта: короткий огляд
 - 5.2. Застосунки, що забезпечують інклюзивні підходи під час освітнього процесу
- Точка контролю: коротка перевірка знань

Висновки та додаткові матеріали

Сучасна освіта змінюється, і відбувається це часом із невлучною швидкістю. Українські вчителі сьогодні працюють у надзвичайно складних умовах: війна, вимушені переїзди, дистанційні формати роботи, нестача ресурсів і постійна невизначеність. Та попри це школа продовжує навчати, а вчитель – бути для дітей опорою.

У складних умовах війни цифрові інструменти дають змогу зберігати безперервність навчання, підтримувати зв'язок між школою й учнями, створювати відчуття стабільності. Саме тому цифрова компетентність сьогодні – це не лише професійна потреба, а й запорука стійкості освітнього процесу.

Уявімо урок, на якому підручник доповнюється інтерактивною картою, завдання оживають у формі гри, а учні обговорюють тему не лише в класі, а й у спільному онлайн-просторі. Це вже не фантастика, а реальність сучасної освіти. Учитель, який володіє цифровими інструментами, отримує більше, ніж просто технічні можливості, адже він здобуває новий спосіб взаємодії з дітьми навіть у таких складних умовах.

ЦИФРОВА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ВЧИТЕЛЯ

– це комплекс знань, умінь та навичок, що забезпечує ефективне, відповідальне й творчо обґрунтоване використання цифрових технологій у професійній діяльності.

Вона охоплює:

- навички роботи з цифровими інструментами та сервісами;
- інтеграцію цифрових ресурсів у навчальний процес з урахуванням його цілей та потреб учнів;
- пошук, аналіз і критичне використання інформації онлайн;
- уміння комунікувати та співпрацювати в цифровому середовищі;
- здатність створювати власний цифровий контент;
- дотримання принципів безпеки та етики в інтернеті.

 Цифрова компетентність – це не про технології заради технологій.

 Це про впевненість учителя, про готовність учнів до життя у світі, де знання та навички невіддільні від цифрових рішень, а також і про майбутнє освіти, яке ми формуємо вже сьогодні.

Цей посібник створений для тих, хто прагне самостійно розібратися у світі цифрових інструментів, а також для тих, хто готовий ділитися набутим досвідом із колегами

ПОСІБНИК МІСТИТЬ П'ЯТЬ ЛОГІЧНО ПОБУДОВАНИХ БЛОКІВ:

Кожен блок містить опис інструментів, покрокові поради з їхнього використання, практичні приклади, деякі завдання для самостійного опрацювання, а також форму самооцінювання. А для тих, хто готується проводити тренінги для колег, передбачені додаткові рекомендації з організації навчання дорослих і методичні підказки, які допоможуть ефективно передавати досвід – нотатки для тренера.

БЛОК 1.

Цифрова безпека:
як захистити себе і свої дані.
У цьому розділі ви знайдете рекомендації, як убезпечити себе й учнів в онлайн-просторі, захистити особисті дані, а також швидко відновити доступ до своїх акаунтів та освітніх сервісів у разі втрати чи зламу

БЛОК 2.

Штучний інтелект в роботі вчителя
Тут розглядаються можливості використання сучасних ШІ-інструментів в освітньому процесі, їхні переваги та обмеження. Ми зосередимося на практичних сервісах для генерації текстів, зображень, візуалізацій та озвучування.

БЛОК 3.

Візуалізація роботи вчителя:
як показати складне просто. У цьому розділі ви дізнаєтеся, як за допомогою простих сервісів самостійно створювати наочні матеріали, інфографіку та презентації для кращого сприйняття інформації учнями. Також розглянемо, як записувати власні відеоуроки та поширювати їх серед школярів.

БЛОК 4.

Цифрові простори для взаємодії:
онлайн-дошки та колективна робота. Цей розділ допоможе опанувати платформи для колективної діяльності, спільних проєктів і взаємодії на відстані.

БЛОК 5.

Інклюзивна освіта: цифрові застосунки для роботи.
Тут зібрано інструменти, які допомагають зробити навчання доступним і комфортним для дітей з особливими освітніми потребами.

НОТАТКИ ДЛЯ ТРЕНЕРА

ПОРАДИ ДЛЯ ПОЧАТКУ ТРЕНІНГУ



Перші хвилини тренінгу визначають атмосферу всієї зустрічі, тому важливо почати правильно.



Тренеру варто коротко представити себе, розповісти про свій досвід і пояснити, чому він працює саме з цією темою.



Далі важливо познайомитися з учасниками: дати можливість кожному представитися, поділитися очікуваннями чи власним досвідом.

6 ЦІКАВИХ СПОСОБІВ провести знайомство на онлайн-тренінгу:

1. Продемонструйте на екрані криголам типу «Який я сьогодні...?»

Нехай учасники оберуть відповідний варіант, представляться та пояснять свій вибір. Бібліотеку безплатних криголамів можна знайти в ресурсі «Криголами на сьогодні» за QR-кодом.



2. Дві речі зі столу

Кожен учасник обирає два предмети зі свого робочого місця, представляє себе і пояснює, як ці речі його характеризують чи загалом відображають звичний робочий процес учасника.

Приклад: *Привіт, я Павло. Мене характеризують чашка чаю, бо прагну створювати теплу атмосферу і ластик, бо вірю в розвиток, а не в бездоганність*

Тренер показує правила й приклад на екрані, а учасники можуть розповідати усно або писати в чат.

3. Мій саундтрек життя

Створіть на онлайн-дошці кілька розділів за настроями

Запропонуйте учасникам додати наліпки з рядками улюблених пісень у відповідні розділи.

Згрупуйте відповіді за настроями, аби побачити, що надихає команду, а що допомагає розслабитися.

Наприклад:

Надихає

Заспокоює

Після роботи

Для вечірки



4. «Який я вчитель»

Створіть у Mentimeter інтерактивне опитування з кількома питаннями

Наприклад: «Три слова, які мене описують як вчителя», «Мій головний принцип у роботі», «Яка риса допомагає мені найбільше?» тощо

Запропонуйте учасникам відповісти онлайн. На екрані з'явиться «хмара слів» чи діаграма з результатами, які можна обговорити.



5. «Мій номер – моя історія»

Покажіть на екрані зображення телефону з цифрами від 0 до 9 та певними підписами.

Запропонуйте учасникам написати в чат два слова, що відповідають останнім цифрам їхнього номера телефону, розповівши у такий спосіб свою історію.

Наприклад: 31 = родина та фінанси

Наприклад:

1 фінанси

2 свобода

3 родина

4 адреналін

5 самоосвіта

6 любов

7 спокій

8 їжа

9 натхнення

0 подорожі



6. «Мій ідеальний робочий день»

Запустіть інтерактив у будь-якому сервісі для створення хмари слів

Запропонуйте учасникам тренінгу написати ключові слова, які описують їхній ідеальний робочий день. Покажіть на екрані хмару з відповідями й обговоріть найпопулярніші ідеї.

Наприклад:

Mentimeter

AhaSlides

тощо



Також на початку необхідно зробити певні домовленості між тренером та учасниками.

Домовленості про правила роботи на тренінгу дають змогу створити комфортне й безпечне середовище для всіх учасників, дають відчуття передбачуваності, зменшують напругу та допомагають уникнути непорозумінь. Крім того, спільно визначені домовленості підвищують залученість, адже кожен учасник відчуває себе частиною групи.

НАЙБІЛЬШ ПОШИРЕНІ ДОМОВЛЕНOSTІ ДЛЯ ТРЕНІНГУ:

1.
дотримання часу
(початок, перерви, завершення)
2.
активна участь усіх, повага до думки кожного;
3.
правило «один говорить – інші слухають»;
4.
конструктивність, відсутність критики особистості;
5.
використання телефонів лише за потреби;
6.
збереження конфіденційності
(те, що обговорюється в групі, не виноситься назовні без згоди);
7.
право на помилку й право не відповідати, якщо учасник цього не хоче;
8.
позитивна та доброзичлива атмосфера.



БЛОК 1.

ЦИФРОВА БЕЗПЕКА ВЧИТЕЛЯ: ЯК ЗАХИСТИТИ СЕБЕ І СВОЇ ДАНІ

Цифрова безпека стає такою ж необхідною навичкою для вчителя, як і вміння працювати з учнями чи загалом володіння педагогічними методиками. Щодня освітяни використовують електронну пошту, месенджери, цифрові журнали та інші інструменти, які містять важливу інформацію: від особистих даних учнів, їхніх результатів до навчальних матеріалів. Саме тому питання захисту себе та своїх даних висувається чи не на перший план.

Таким чином, учитель не лише відповідає за власну цифрову безпеку, зібрані ним персональні дані учнів, а й слугує прикладом для дітей, котрі наслідують цифрову поведінку педагога. Ненадійні паролі, некритичне ставлення до підозрілих повідомлень чи надмірна відкритість у соціальних мережах можуть стати причиною витоку даних, шахрайства або навіть кібербулінгу.

НОТАТКИ ДЛЯ ТРЕНЕРА

Підкресліть, що цифрова безпека – це не лише технічні інструменти, а частина професійної культури вчителя. Варто наголосити, що педагоги працюють із важливими даними, а поведінка вчителів в мережі формує приклад для учнів. Почніть із запитання до групи про їхній досвід ризиків в інтернеті, використовуйте прості кейси з освітнього середовища (підозрілий лист, небезпечне покликання в чаті тощо). Уникайте надмірно технічної мови, пояснюйте терміни доступно. Добре працюють інтерактиви: опитування, обговорення в парах, розбір прикладів фішингових листів тощо. Мета цього блоку – не налякати, а дати вчителям базові інструменти захисту.

НАВЧАЛЬНІ ЦІЛІ БЛОКУ:

1. сформувати розуміння важливості цифрової безпеки та основних загроз в освітньому середовищі;
2. навчити безпечного зберігання й використання персональних даних учнів, батьків і колег;
3. сформувати навички створення надійних паролів і використання двофакторної автентифікації;
4. розвинути вміння захищати робочі та особисті пристрої від кіберзагроз;
5. навчити розпізнавати та уникати небезпечних онлайн-ситуацій у професійній діяльності;
6. ознайомити з алгоритмом дій у разі несанкціонованого доступу до акаунту.

1.1. ОСНОВИ ЦИФРОВОЇ БЕЗПЕКИ ВЧИТЕЛЯ

Колись усе найцінніше ми зберігали в сейфах, ховали під подушкою чи навіть у гаражі, надійно захищаючи від сторонніх. Сьогодні ж більшість важливої інформації, документів та особистих даних існує в електронному форматі, і саме тому виникає потреба у новому «сейфі» – цифровій безпеці, що охороняє нас у віртуальному середовищі.

ЦИФРОВА БЕЗПЕКА

– це стан захищеності особистих даних, електронних пристроїв, онлайн-акаунтів і цифрових сервісів від несанкціонованого доступу, повної втрати доступу до них, їхнього пошкодження чи зловживання ними. Цифрова безпека охоплює сукупність правил, технологій та поведінкових практик, що передбачають безпечне використання цифрових ресурсів у професійній і приватній діяльності.

Для вчителя цифрова безпека передбачає:

- захист персональних даних учнів, батьків, колег та іншої інформації;
- надійне використання акаунтів та сервісів, у тому числі зі створенням складних паролів і застосуванням двофакторної автентифікації;
- безпечну роботу з пристроями, їхнє оновлення, антивірусний захист, розмежування особистого та робочого використання;
- усвідомлену поведінку в інтернеті, зокрема критичне ставлення до підозрілих листів, повідомлень і покликань;
- формування професійної цифрової культури, яка проявляється в обережності з публікаціями, дотриманні етичних норм у комунікації та відповідальності за власний цифровий слід.

У цифровій безпеці важливо розрізняти такі базові поняття:

ЗАГРОЗА

– це потенційна подія, що може завдати шкоди даним або системам. Вона може бути результатом дій зловмисника (наприклад, фішинг) або випадковості (розлитий напій на ноутбук)

РИЗИК

– це ймовірність того, що загроза реалізується й призведе до втрати чи пошкодження даних

Особистий план безпеки можна скласти, відповідаючи на такі запитання:

1. що мені потрібно захищати?
2. від кого я хочу це захистити?
3. наскільки ймовірно, що актив буде атакований?
4. що станеться, якщо мені не вдасться захистити актив?
5. що я можу зробити, щоб уникнути наслідків?

Безпека ніколи не буває абсолютною. Вона завжди є балансом між зручністю й витраченими ресурсами. Учитель не може захистити абсолютно все, але може спланувати свій цифровий захист так, щоб найбільш цінні дані (наприклад, персональні дані учнів чи робочі матеріали) мали належний рівень захисту.

ПАМ'ЯТАЙТЕ, ЩО БЕЗПЕКА – ЦЕ ПРОЦЕС, А НЕ МЕТА.

І це завжди безперервний і нескінченний процес. Варто розуміти: коли ми чуємо, що інструмент Х є безпечним (наприклад, операційна система чи месенджер), то насправді йдеться про те, що інструмент Х захищає певні дані від конкретних типів атак. Тобто безпека завжди залежить від контексту. В одних ситуаціях інструмент може бути ефективний, а в інших – не надасть потрібного захисту. Жодне програмне забезпечення (навіть найсучасніше) не є універсальним рішенням, адже кожне з них має свої межі та сферу застосування.

Отже, поняття «безпечний інструмент» завжди відносне: такий інструмент захищає лише певні дані від певних ризиків, а тому жодне програмне забезпечення не може гарантувати абсолютний захист в усіх ситуаціях. Однак погодьтесь: замок на дверях не гарантує 100% захисту, але зменшує ризик крадіжки, так само і цифрові інструменти.

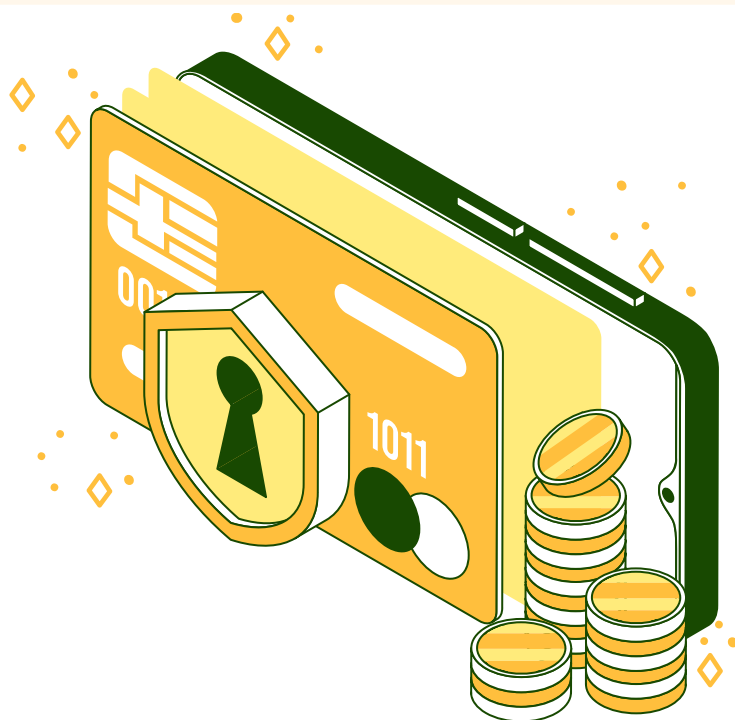
ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ

Дайте відповіді на запитання нижче

1. Які три найбільші загрози моїй роботі як вчителя в цифровому середовищі?
2. Які з них мають найвищий ризик реалізації?
3. Які дані для мене є найціннішими, і як я їх зараз захищаю?

Завершіть фрази:

1. «Я відчуваю себе безпечно онлайн, коли...»;
2. «Мої найбільші сумніви щодо цифрової безпеки виникають тоді, коли...».



1.2. ЗАХИСТ ПЕРСОНАЛЬНИХ ДАНИХ

Уявіть, що у вас у руках щоденник із особистими записами учня: його оцінки, досягнення або навіть переживання. Чи залишили б ви цей щоденник розгорнутим на столі в коридорі школи? Звісно ж, ні! Але в цифровому середовищі ми нерідко робимо саме так: зберігаємо або передаємо інформацію без належного захисту, надаючи доступ стороннім. Персональні дані – це своєрідний «щоденник»: перелік учнів, контакти батьків, медичні довідки, службове листування тощо. А тепер уявіть, що цей «щоденник» може прочитати будь-хто у світі, варто лише один раз необережно натиснути «поділитися».

Прочитаймо визначення персональних даних, що наведене в Законі України «Про захист персональних даних». Там зазначено: «персональні дані – відомості чи сукупність відомостей про фізичну особу, яка ідентифікована або може бути конкретно ідентифікована»*.

Іншими словами, персональні дані – це будь-яка інформація, за якою можна впізнати людину. Це може бути щось очевидне: ім'я, дата народження, адреса чи номер телефону. Але до персональних даних уналежнюють також і менш очевидні речі: електронна пошта, фото, свідоцтво досягнень, навіть IP-адреса комп'ютера.

У шкільному середовищі до таких даних належать, наприклад, списки учнів, їхні контакти, контакти батьків, медичні довідки, результати контрольних чи індивідуальні характеристики дитини. Усе це потребує такого ж захисту, як і замкнені шафи з паперовими журналами, тільки тепер у цифровому форматі.

Деякі правила, які убезпечать вас від витоку персональних даних:

1. Використовуйте офіційні та захищені канали зв'язку

Уникайте надсилання списків учнів, контактів чи сканів документів у відкритих месенджерах або соціальних мережах. Краще користуватися шкільними електронними журналами чи перевіреними корпоративними поштовими сервісами. Це зменшує ризик, що персональна інформація потрапить у відкриті чати або до сторонніх осіб.

2. Розмежуйте особисте і робоче

Створіть окрему пошту для роботи (найкраще, якщо ваш заклад освіти забезпечить централізоване створення корпоративних акаунтів). Не використовуйте приватні акаунти для обміну шкільною інформацією. Так ви уникнете плутанини і ситуації, коли приватні акаунти чи пристрої стають джерелом витоку даних учнів.

3. Захищайте документи паролями

Якщо потрібно надіслати файл із персональними даними, зашифруйте його або поставте пароль. Навіть якщо файл потрапить не туди, його неможливо буде відкрити без пароля, отже, персональні дані залишаються недоступними. Нижче подаємо інструкцію, як це зробити:

- для будь-яких документів Microsoft Office (Word, Excel, PowerPoint) на комп'ютерах з операційною системою Windows шлях такий:
«Файл» > «Відомості» > «Захист документа» > «Шифрування паролем».

Уведіть пароль і підтвердьте його.

Тепер файл буде відкриватися лише після введення пароля.

* Про захист персональних даних : Закон України від 01.06.2010. Чинна редакція від 14.06.2025 № 2297-VI. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2297-17#Text> (дата звернення: 27.09.2025)



- ще один спосіб – архівувати документи з паролем.

Для цього встановіть програму «WinRAR» або «7-Zip».

Клацніть правою кнопкою миші на файлі > «Додати до архіву» > «Поставити пароль» > уведіть надійний пароль.

Тепер файл буде відкриватися лише після введення пароля.

4. Не залишайте персональні дані онлайн «про всяк випадок»

Зберігайте лише ті дані, які дійсно потрібні в роботі. Старі документи краще видалити або передати на архівування згідно з правилами закладу освіти. Видалення непотрібних даних зменшує обсяг того, що може бути вкрадено або випадково поширено.

5. Слідкуйте за налаштуваннями доступу

Перевіряйте, хто має доступ до спільних гугл-дисків, таблиць чи чатів. Видаляйте тих, кому доступ більше не потрібен. Не використовуйте «доступ для всіх, у кого є посилання», якщо документ містить персональні дані, краще надавати доступ конкретним акаунтам (електронним адресам) і періодично перевіряти список користувачів.

Це зменшує ризик випадкового поширення та підвищує контроль над тим, хто бачить персональні дані. У такий спосіб ви контролюєте, хто реально має доступ до даних, і запобігаєте ситуаціям, коли до документів мають доступ колишні колеги чи сторонні люди.

6. Будьте уважними під час оприлюднення даних

Не публікуйте в соцмережах фото з уроків чи заходів, де видно списки учнів, оцінки або інші персональні дані.

7. Регулярно оновлюйте паролі

Захистіть робочу техніку (ноутбук, телефон, планшет тощо) надійними паролями. Використовуйте двофакторну автентифікацію для пошти й освітніх платформ.

Оновлення усувають вразливості в системах, а нові паролі ускладнюють доступ зловмисникам.

ОТЖЕ, ЗАХИСТ ПЕРСОНАЛЬНИХ ДАНИХ – ЦЕ ЩОДЕННА ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ КОЖНОГО КОРИСТУВАЧА.

Уважне ставлення до того, де і як зберігаються учнівські списки, контакти батьків чи службові документи, допомагає уникнути витоків і зберегти довіру. Доступ до персональних даних надавайте обмежено: тільки захищено, тільки коли це потрібно і лише визначеним адресатам. Найкращий принцип: мінімум даних, мінімум отримувачів, максимум захисту.

ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ

1. Уведіть у пошуковій системі (наприклад, гугл) своє ім'я та прізвище. Запишіть, які відомості про вас з'являються в перших результатах. Проаналізуйте, чи вся ця інформація є доречною для відкритого доступу та визначте, що ви хотіли б обмежити або видалити.
2. Уявіть ситуацію: класний керівник надсилає в батьківський чат скан із повним списком дітей і контактами всіх батьків. Обговоріть, які в цій ситуації наявні ризики для персональних даних і як можна зробити це безпечніше.
3. Зайдіть у власний Google Drive або інший хмарний сервіс, котрий ви використовуєте. Перевірте, які документи у вас відкриті «для всіх, хто має посилання». Вирішіть, чи справді це потрібно, і за потреби обмежте доступ.
4. Складіть перелік із п'яти правил, які ви готові дотримуватися щодня, щоб краще захищати персональні дані у своїй роботі.

1.3. НАДІЙНІ ПАРОЛІ ТА ДВОФАКТОРНА АВТЕНТИФІКАЦІЯ

Щороку компанії з кібербезпеки публікують рейтинги найпоширеніших паролів у світі. І, на жаль, перші місця там роками займають одні й ті самі «шедеври» – 123456, qwerty, password*. Такі паролі нагадують табличку «Вхід вільний» на дверях: вони зовсім не захищають дані, а лише створюють ілюзію безпеки.

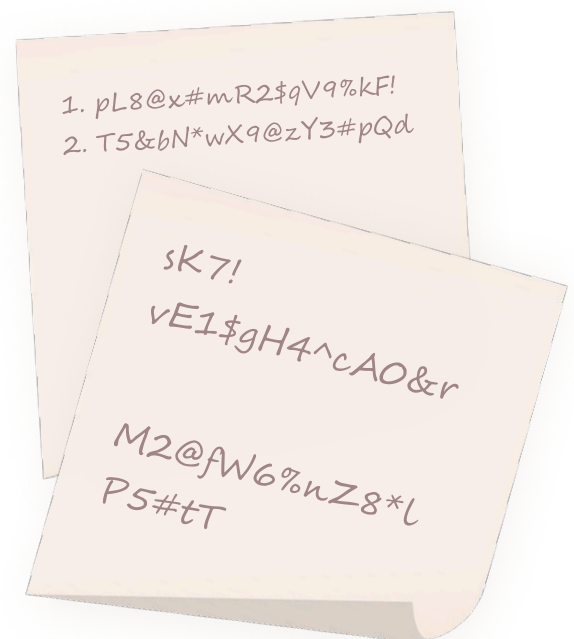
НОТАТКИ ДЛЯ ТРЕНЕРА

Запропонуйте учасникам скласти перелік найбільш ненадійних паролів, як часто використовують користувачі.

А тепер уявіть, що ці «паролі-пастки» використовують не для ігор чи соцмереж, а для електронних журналів, пошти чи навіть банківських сервісів. Наслідки годі й уявляти: хтось може легко отримати доступ до особистої інформації вчителів та учнів.

Звісно, сервіси щороку посилюють правила створення паролів. **І це не формальність**, а реальний захист від зламів. Нижче наведемо найважливіші правила створення надійного пароля:

- Створіть пароль довжиною щонайменше 12–16 символів. Що довший пароль, то складніше його зламати навіть за допомогою автоматизованих програм, адже кожен додатковий символ ускладнює задачу хакеру в десятки разів.
- Додавайте до пароля різноманітні символи. Надійний пароль має містити великі та малі літери, цифри й спеціальні символи (за можливості), наприклад: L!brary_201131*?!#;
- Створіть унікальні паролі для кожного сервісу. Якщо один пароль зламано, але він використовується всюди, під загрозою будуть одразу кілька ваших облікових записів.
- Не використовуйте паролі, що містять ваше ім'я, день народження або будь-яку іншу особисту інформацію, яку легко вгадати.



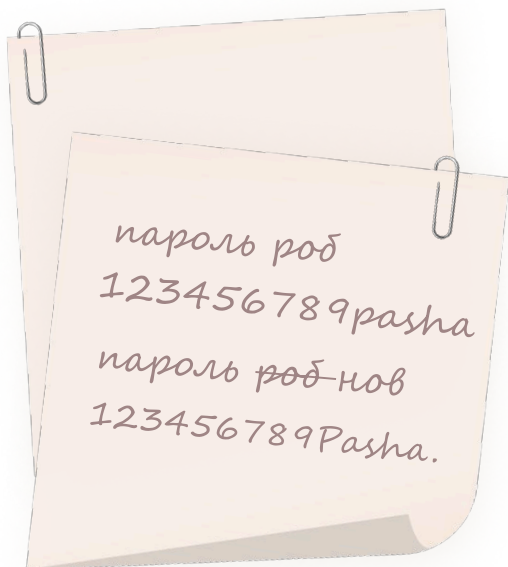
НОТАТКИ ДЛЯ ТРЕНЕРА

Переконайтеся, що учасники знають, що ніколи не повинні використовувати тренувальний пароль у реальному житті, а лише попрактикуватися його створювати й запам'ятовувати.

Не передавайте свої паролі стороннім особам, паролі варто зберігати тільки для власного користування. Подбайте, щоб вони завжди були у вас під рукою, адже без них доступ до акаунтів може бути обмежений.

* Masiliauskas P. Most common passwords: latest 2025 statistics. Cybernews. URL: https://cybernews.com/best-password-managers/most-common-passwords/?utm_source=chatgpt.com (дата звернення: 27.09.2025)





Надійні паролі важко запам'ятати. Особливо якщо вони довгі, різноманітні й унікальні для кожного сервісу. Ми часто робимо те, що здається зручним, але є дуже небезпечним:

- записуємо паролі на папірцях, які легко загубити або знайдуть сторонні;
- зберігаємо їх у «Нотатках» телефону чи в текстових файлах на комп'ютері без захисту;
- використовуємо один і той самий пароль для кількох акаунтів.

Однак це дуже небезпечно, адже якщо хтось отримає доступ до вашого телефону чи знайде записку, усі ваші облікові записи можуть опинитися під загрозою. Щоб цього уникнути, можна використати менеджери паролів.

МЕНЕДЖЕРИ ПАРОЛІВ

– це спеціальні програми або сервіси, які безпечно зберігають усі ваші паролі в зашифрованому вигляді та допомагають автоматично вводити їх під час входу в акаунти.

Простими словами: це «сейф» для паролів, де достатньо пам'ятати лише один головний пароль, щоб отримати доступ до всіх інших.

Найпопулярніші менеджери паролів:

BITWARDEN

БЕЗКОШТОВНИЙ
МЕНЕДЖЕР ПАРОЛІВ ІЗ
ВІДКРИТИМ КОДОМ

Дає змогу зберігати необмежену кількість паролів і синхронізувати їх між усіма вашими пристроями. Має прості застосунки для браузера й смартфона, тому зручний у щоденному використанні

KEEPASSXC

Розширена сучасна версія класичного KeePass.
ПОВНІСТЮ БЕЗПЛАТНИЙ
ІЗ ВІДКРИТИМ КОДОМ

Зберігає паролі локально (тобто безпосередньо на вашому пристрої) у зашифрованій базі. Добре підходить для тих, хто хоче мати повний контроль над своїми даними без «хмари»

PROTON PASS

МАЄ БЕЗПЛАТНИЙ ТАРИФ

із можливістю зберігати паролі та нотатки, а також генерує надійні комбінації. Працює на телефонах і в браузері, простий у використанні, орієнтований на безпеку та приватність



Важливо пам'ятати, що використання менеджера паролів створює єдину точку доступу, а тому якщо ви втратите доступ до захищеної бази даних з паролями, то втратите і всі свої паролі

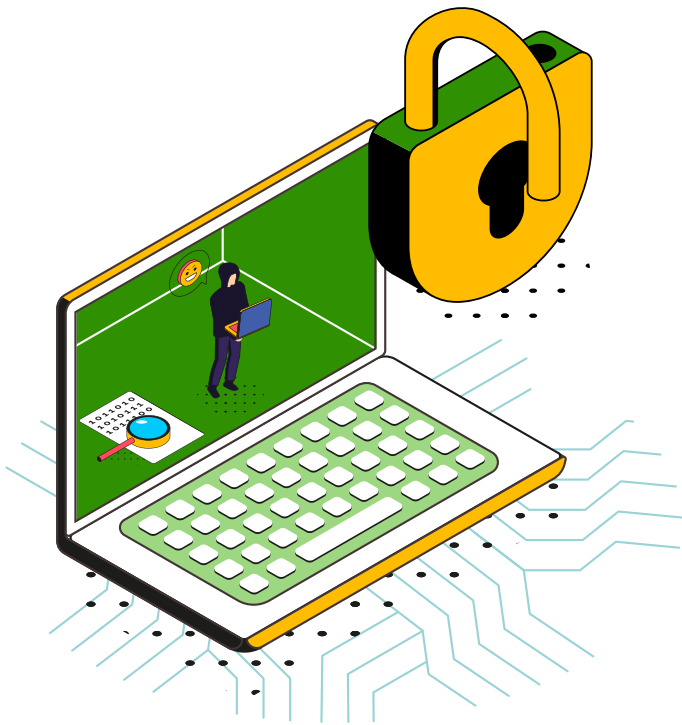


Але і це ще не все

Навіть якщо ваш пароль надійний, зловмисники все одно можуть отримати його, наприклад, через витік даних або фішингову атаку. І тоді вони обов'язково спробують увійти у ваш акаунт. Як же себе захистити? Встановити двофакторну автентифікацію

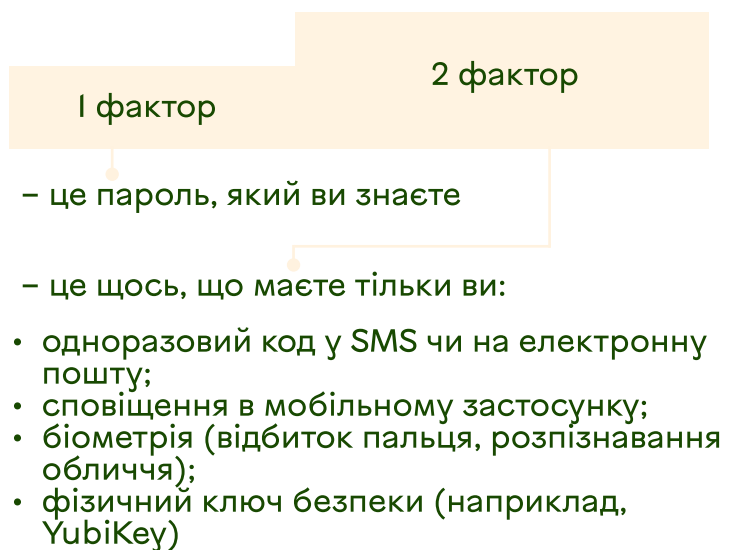
ДВОФАКТОРНА АВТЕНТИФІКАЦІЯ (2FA)

– це спосіб захисту облікових записів, що вимагає від користувача не лише пароля, а й додаткового підтвердження особи за допомогою іншого фактора: коду з SMS чи мобільного застосунку, біометрії або апаратного ключа.



Отже, двофакторна автентифікація додає до звичайного пароля ще один рівень захисту.

Це означає, що для входу в акаунт потрібно підтвердити особу двома різними способами:



Таким чином, навіть якщо ваш пароль стане відомий зловмисникам, **без другого фактору вони не зможуть увійти у ваш акаунт.**

Щоб встановити двофакторну автентифікацію, зробіть такі кроки:

- 1 Зайдіть у налаштування безпеки сервісу. Це може бути джмейл, фейсбук, вайбер чи будь-яка інша платформа;
- 2 Знайдіть розділ «Безпека» > «Двоетапна перевірка» чи «Двофакторна автентифікація»;
- 3 Оберіть спосіб підтвердження:
 - SMS-код на телефон;
 - код через мобільний застосунок;
 - код на вказану електронну пошту;
 - апаратний ключ або біометрія (якщо доступно);
- 4 Перевірте роботу. Вийдіть з акаунту й увійдіть знову: після введення пароля система попросить другий фактор



ОТЖЕ, НАДІЙНІ ПАРОЛІ ТА ДВОФАКТОРНА АВТЕНТИФІКАЦІЯ Є ОСНОВОЮ ЦИФРОВОЇ БЕЗПЕКИ ВЧИТЕЛЯ.

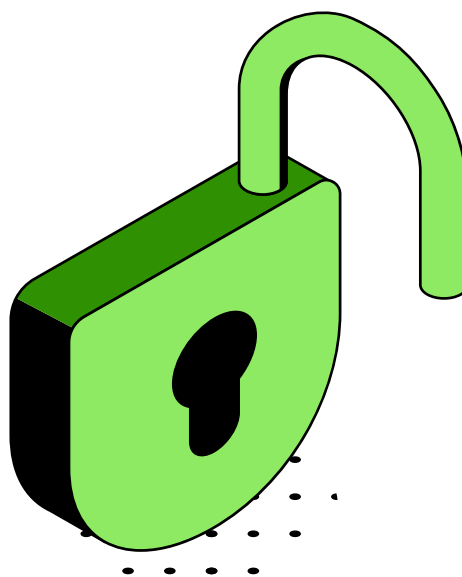
Пароль виконує роль особистого ключа до всіх онлайн-сервісів, тому він має бути достатньо довгим, складним і унікальним для кожного акаунта. Натомість використання простих або однакових паролів на різних ресурсах створює серйозні ризики, адже в разі витоку даних злоумисники можуть легко отримати доступ до кількох сервісів одночасно.

Навіть найсильніший пароль не гарантує повного захисту, тому важливо додатково вмикати двофакторну автентифікацію. Ще один надійний інструмент – менеджери паролів, які дають змогу безпечно зберігати складні комбінації та не покладатися на папірці чи нотатки в телефоні.

Поєднання **надійних паролів, двофакторної автентифікації та менеджерів паролів** створює міцний **фундамент цифрової грамотності** й дає змогу вчителям захистити себе та дані своїх учнів у цифровому середовищі.

ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ

1. Зробіть перелік сервісів, якими ви користуєтесь (електронна пошта, соцмережі, електронний журнал, онлайн-банкінг тощо). Визначте, чи надійні паролі використані для входу в них за критеріями, описаними вище. Перевірте, чи повторюється один і той самий пароль у кількох акаунтах. Якщо так, то замініть його на унікальний.
2. Оберіть хоча б один важливий сервіс (наприклад, джмейл чи фейсбук) та налаштуйте для нього двофакторну автентифікацію. Визначте, який спосіб підтвердження для вас є найбільш зручним (SMS, мобільний застосунок, електронна пошта тощо).
3. Завантажте безкоштовний менеджер паролів (Bitwarden, KeePassXC чи Proton Pass). Спробуйте налаштувати головний пароль. За умови позитивного рішення щодо використання менеджера паролів, додайте туди щонайменше два ваших паролі.



1.4. БЕЗПЕКА ПРИСТРОЇВ

Ваш ноутбук, телефон чи планшет – це не просто інструменти роботи, а своєрідні «скрині» з важливими даними. Якщо сам пристрій незахищений, доступ до нього може отримати будь-хто: від випадкового користувача до зловмисника. Саме тому базова безпека пристроїв (оновлення, паролі, резервні копії тощо) – важливий принцип цифрової безпеки вчителя.

НОТАТКИ ДЛЯ ТРЕНЕРА

Почніть із запитання:

«Що трапиться, якщо завтра ви втратите свій телефон чи ноутбук?».

Це допоможе усвідомити цінність захисту пристроїв. Запропонуйте учасникам швидку перевірку: чи встановлено в них пароль на телефон, чи увімкнене оновлення системи. Це можна зробити прямо під час заняття. Організуйте мінідискусію:

«Що зберігається у ваших пристроях, чого точно не можна втратити?»

виведіть групу на думку про резервні копії

Наші комп'ютери й телефони щодня працюють із десятками програм: від браузерів і месенджерів до електронних журналів та застосунків для відеозв'язку. Іноді ми встановлюємо нову програму, «аби спробувати», забуваємо про старі або нехтуємо оновленнями, бо «немає часу». Саме в таких дрібницях можуть критися основні загрози. Програма, яку давно не оновлювали, стає «відчиненим вікном» для зловмисників. Нелегальне програмне забезпечення часто містить приховані ризики, а відсутність резервних копій означає, що у випадку злому чи вірусу можна втратити все одразу.

Щоб цього уникнути, варто дотримуватися кількох простих правил:

- 1 постійно оновлюйте програмне забезпечення й уникайте «застарілі» версії застосунків;
- 2 використовуйте лише ліцензійні програми або офіційні безкоштовні альтернативи;
- 3 не встановлюйте невідомі застосунки, попередньо перевіряйте кожен із них;
- 4 завжди майте резервну копію важливих даних

Коли ми думаємо про цифрову безпеку, зазвичай уявляємо паролі чи захист від вірусів. Та не менш критичною є турбота про самі пристрої. Перегрів, пил, волога чи несправна батарея можуть вивести з ладу техніку й знищити цінні дані. Тому дбати про «здоров'я» гаджетів – це та сама частина безпеки, що й програмні рішення. Для цього:

1. Слідкуйте за системою охолодження пристроїв.

Комп'ютери та ноутбуки з вентиляторами постійно всмоктують пил, що з часом може призвести до перегрівання й пошкодження деталей. Тому варто регулярно проводити очищення від пилу – самостійно або у сервісному центрі.

2. Дотримуйтеся гігієни пристроїв.

Клавіатури, мишки, екрани смартфонів і планшетів накопичують бруд і мікроби, особливо якщо пристроєм користуються кілька людей. Регулярне протирання спеціальними серветками чи розчинами не лише захищає техніку, а й зберігає здоров'я користувачів.

3. Уникайте контакту з вологою та їжею.

Пил і рідини – головні вороги електроніки. Не варто працювати з пристроями, коли руки мокрі, або ставити поруч напої.

ЯКЩО Ж ВОДА ПОТРАПИЛА НА НОУТБУК ЧИ ТЕЛЕФОН:

- відразу вимкніть пристрій;
- відключіть усі джерела живлення, зарядний кабель, якщо можливо – зніміть акумулятор, від'єднайте флешки, мишку, навушники та інші аксесуари;
- ноутбук переверніть у положення «будиночком» (клавіатура вниз, екран трохи відкритий), це дасть можливість рідині стекти й не проникати далі;
- використайте суху безворсову тканину або серветку, щоб прибрати залишки вологи, але не варто сильно терти, не використовуйте фен чи обігрівач (це може погіршити ситуацію);
- залиште пристрій сушитися (щонайменше на 72 години);
- не вмикайте пристрій завчасно, а переконайтеся, що він повністю висох. Найкращим рішенням є сервісний центр із професійною чисткою та діагностикою пристрою;
- після висихання перевірте роботу. Якщо пристрій вмикається й працює, одразу зробіть резервну копію важливих даних. Якщо є проблеми (незвичний запах, іскри, дивні звуки), не використовуйте далі, а зверніться до спеціалістів.

4. Слідкуйте за станом акумулятора.

Якщо батарея деформована (роздулася чи виглядає пошкодженою), користування таким пристроєм небезпечне: він може перегрітися або навіть загорітися. У таких випадках пристрій слід негайно вимкнути та звернутися до сервісного центру.

Ми часто уявляємо цифрові загрози як щось віддалене – віруси, хакерські атаки, зламані акаунти. Але варто пам'ятати: іноді найбільший ризик – це просто залишений без нагляду телефон чи відкритий ноутбук. У громадських місцях пристрій можуть вкрасти, а в школі чи вдома ним може скористатися стороння людина. У такій ситуації жоден антивірус не допоможе.

Саме тому фізична безпека пристроїв є не менш важливою, ніж програмна. Йдеться про прості, але дієві звички: не залишати гаджети без догляду, вмикати шифрування дисків, блокувати екран при відході від комп'ютера, не ділитися паролями з іншими. Усе це гарантує, що дані на пристрої залишаться захищеними навіть тоді, коли сам пристрій опиниться у чужих руках.

ПРАВИЛЬНИЙ ПІДХІД:

1. тримайте ноутбук і телефон завжди під наглядом, особливо в публічних місцях;
2. використовуйте шифрування диска (BitLocker у Windows, FileVault у Mac, вбудоване шифрування на iPhone / Android);
3. ставте на пристрої унікальні й надійні паролі;
4. налаштуйте автоматичне блокування екрана через 2–5 хвилин неактивності;

5. блокуйте пристрій вручну щоразу, коли відходите навіть на кілька хвилин;
6. слідкуйте за оточенням: захищайте екран від «підглядання з-за плеча» сторонніми;
7. завжди виходьте зі своїх акаунтів на спільних пристроях.

ВАЖЛИВІ «НЕ»:

1. не залишайте пристрої без нагляду в школі, бібліотеці чи кафе;
2. не використовувати один і той самий пароль для кількох пристроїв;
3. не озвучуйте логіни, паролі чи дані карток у публічних місцях;
4. не давайте доступ до власних акаунтів стороннім особам;
5. не працюйте з конфіденційними документами так, щоб їх бачили люди навколо.

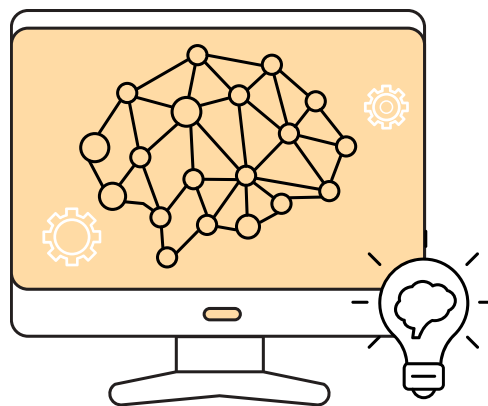
НОТАТКИ ДЛЯ ТРЕНЕРА

Наголосіть, що телефон зберігає велику кількість персональних даних. Скажіть прямо:

«Якщо у вас досі немає пароля чи FaceID, поставте його зараз, це займає менш як хвилину, але може зберегти всю вашу інформацію у випадку втрати чи крадіжки»

ОТЖЕ, БЕЗПЕКА ПРИСТРОЇВ – ЦЕ ВАЖЛИВИЙ ПРИНЦИП ЦИФРОВОЇ БЕЗПЕКИ ВЧИТЕЛЯ.

Регулярне оновлення, чистота, захист пароллями й шифруванням, а також уважне ставлення до фізичного стану техніки дають змогу уникнути більшості ризиків і зберегти як самі гаджети, так і важливі дані, що на них зберігаються.



ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ

1. Перевірте, чи встановлено пароль, PIN, відбиток пальця або FaceID на ваших гаджетах. Якщо ні, встановіть його.
2. Перевірте, чи оновлене програмне забезпечення на вашому пристрої. Якщо ні, оновіть його до останньої версії, котра доступна для вашого гаджета.
3. Огляньте пристрої, які ви використовуєте щодня. Чи мають вони належний вигляд? Чи не деформовані? У разі потреби, зверніться до сервісного центру.
4. Визначте найважливіші дані, котрі зберігаються на ваших пристроях. Зробіть резервну копію.

1.5. БЕЗПЕЧНА РОБОТА В ІНТЕРНЕТІ

Інтернет став головним робочим середовищем учителя: електронна пошта, месенджери, онлайн-журнали, платформи для уроків, пошук матеріалів. Та водночас саме в інтернеті на нас чекає чи не найбільше загроз: від фішингових листів і підозрілих покликань до шахрайських сайтів. Безпечна поведінка в мережі має стати щоденною звичкою кожного користувача: критично ставтеся до повідомлень, перевіряйте джерела, не діліться зайвим і обережно працюйте з покликаннями та файлами.

НОТАТКИ ДЛЯ ТРЕНЕРА

Розпочніть з інтерактиву: покажіть кілька прикладів листів / сайтів (справжніх і підроблених), нехай учасники визначать, що безпечно, а що ні.

Мережа дає нам безліч можливостей, але водночас у ній діють і ті, хто намагається скористатися нашою довірою. Учителі отримують десятки листів на електронну пошту, повідомлень у месенджерах, покликань на освітні ресурси, і серед них можуть бути підробки, створені для крадіжки паролів, грошей чи персональних даних. Такі методи мають загальну назву кібершахрайство, і знати їхні форми важливо, щоб вчасно розпізнати небезпеку.

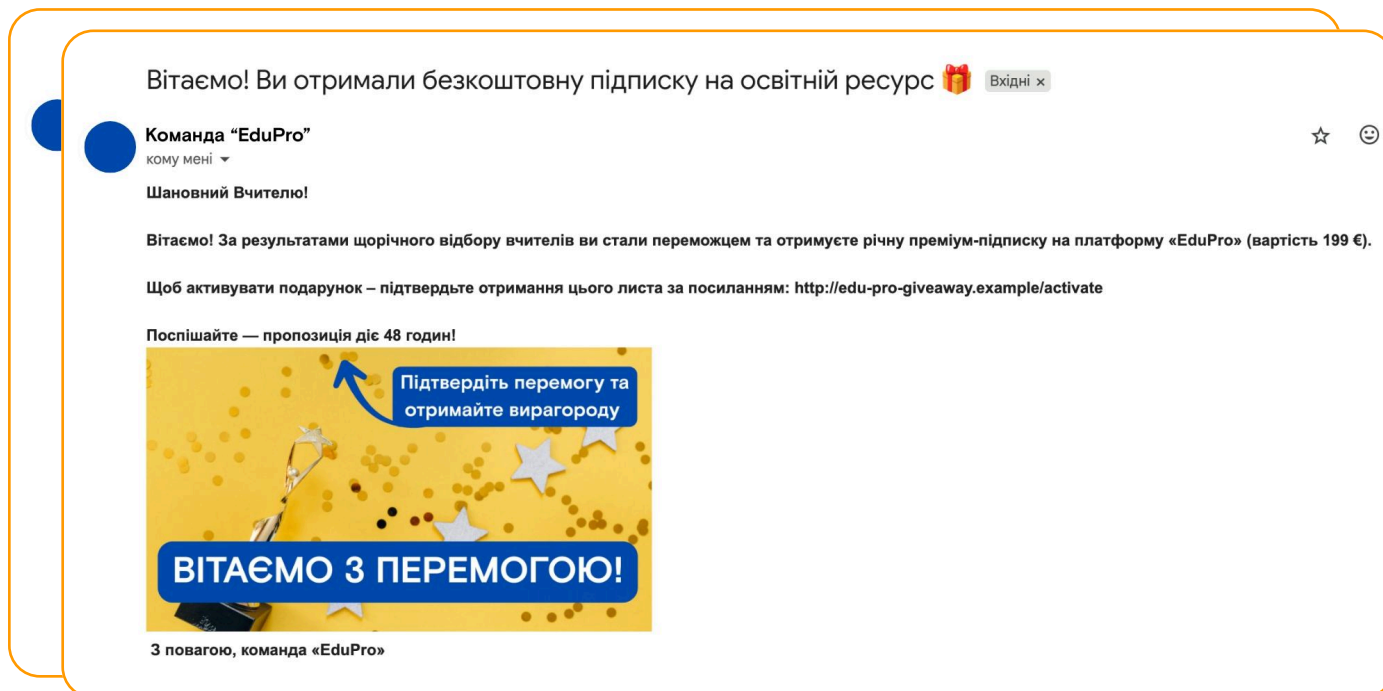
Основні види кібершахрайства:

1. **Фішинг (Fishing)** – це спроба отримати персональні дані користувача (логіни, паролі, номери банківських карток) через підроблені листи, повідомлення чи сайти. Наприклад, лист «від банку» з вимогою негайно ввести пароль.
2. **Смішинг (SMS-phishing)** – різновид фішингу, що відбувається через SMS. Зазвичай у повідомленні є покликання або прохання передзвонити.
3. **Вішинг (Voice-phishing)** – різновид фішингу у формі телефонних дзвінків від шахраїв, які представляються працівниками банку, поліції чи сервісу підтримки, щоб отримати ваші дані.
4. **Фармінг (Pharming)** – кібератака, суть якої полягає в перенаправленні користувача на підроблений сайт навіть тоді, коли він вводить правильну адресу. Користувач думає, що на сайті банку чи пошти, а насправді – на шахрайському ресурсі.
5. **Спуфінг (Spoofing)** – кібератака, суть якої полягає в підробці електронної адреси, номера телефону чи навіть сайту, щоб повідомлення здавалося справжнім.
6. **Псевдоантивірус (Scareware)** – це тип шахрайського програмного забезпечення, який за допомогою фальшивих попереджень і повідомлень намагається налякати користувача, змусивши його повірити, що пристрій заражений вірусами чи перебуває під загрозою. Мета зломисників – змусити жертву завантажити небезпечну «програму-захист» або заплатити за «видалення проблем». Насправді жодної реальної загрози може не існувати, а встановлений «захист» часто сам є шкідливим програмним забезпеченням.

Визначити шахрайські повідомлення часом непросто, вони часто виглядають цілком переконливо: логотипи банків чи відомих сервісів, правильні кольори й навіть офіційний стиль. Проте всі вони мають спільну рису – сильний емоційний вплив на користувача. Такі повідомлення змушують відчувати страх, кваплять вас або, навпаки, обіцяють вигоду, яку не хочеться втратити. Саме тиск на емоції є головним інструментом кібершахраїв.

Подивимося на приклад фішингу та виокремимо основні прийоми, які використовують кібершахраї.

Приклад шахрайського повідомлення, що викликає позитивні емоції в користувача:



У таких повідомленнях шахраї зазвичай використовують такі маніпулятивні техніки:

1. ПОВІДОМЛЕННЯ ВИКЛИКАЄ ІНТЕНСИВНІ ПОЗИТИВНІ ЕМОЦІЇ, БЛОКУЮЧИ КРИТИЧНІСТЬ.

Шахрайський лист пропонує «подарунок» або «виграш», викликає радість і бажання діяти негайно, бо через емоційне піднесення людина частіше пропускає перевірку деталей. Перевіряйте джерело і не переходьте за покликанням, поки не переконались у безпечності.

2. ВІДСУТНІСТЬ ПЕРСОНАЛІЗАЦІЇ.

Загальні звертання («Шановний вчителю!») або брак конкретних деталей про участь є тривожним знаком, справжні повідомлення зазвичай містять індивідуальні дані або покликання на ваш обліковий запис. Перевіряйте, чи лист містить унікальну інформацію або офіційні контакти.

3. ПОВІДОМЛЕННЯ ВИКЛИКАЄ ПОСПІХ – КЛАСИЧНИЙ ПРИЙОМ ЗМУСИТИ ПРИЙНЯТИ РІШЕННЯ.

Термінові дедлайни («діє 48 годин», «30 хвилин») створюють тиск, щоб у жертви не було часу на аналіз. Якщо вимагають термінової дії, зупиніться, зв'яжіться з офіційним джерелом і перевірте інформацію.

4. ЧІТКИЙ ЗАКЛИК ДО ДІЇ.

Великі кнопки та явні покликання скеровані перевести користувача на фішинговий сайт або змусити завантажити файл. У жодному випадку не переходьте за покликанням, доки не впевнились, що це безпечно.

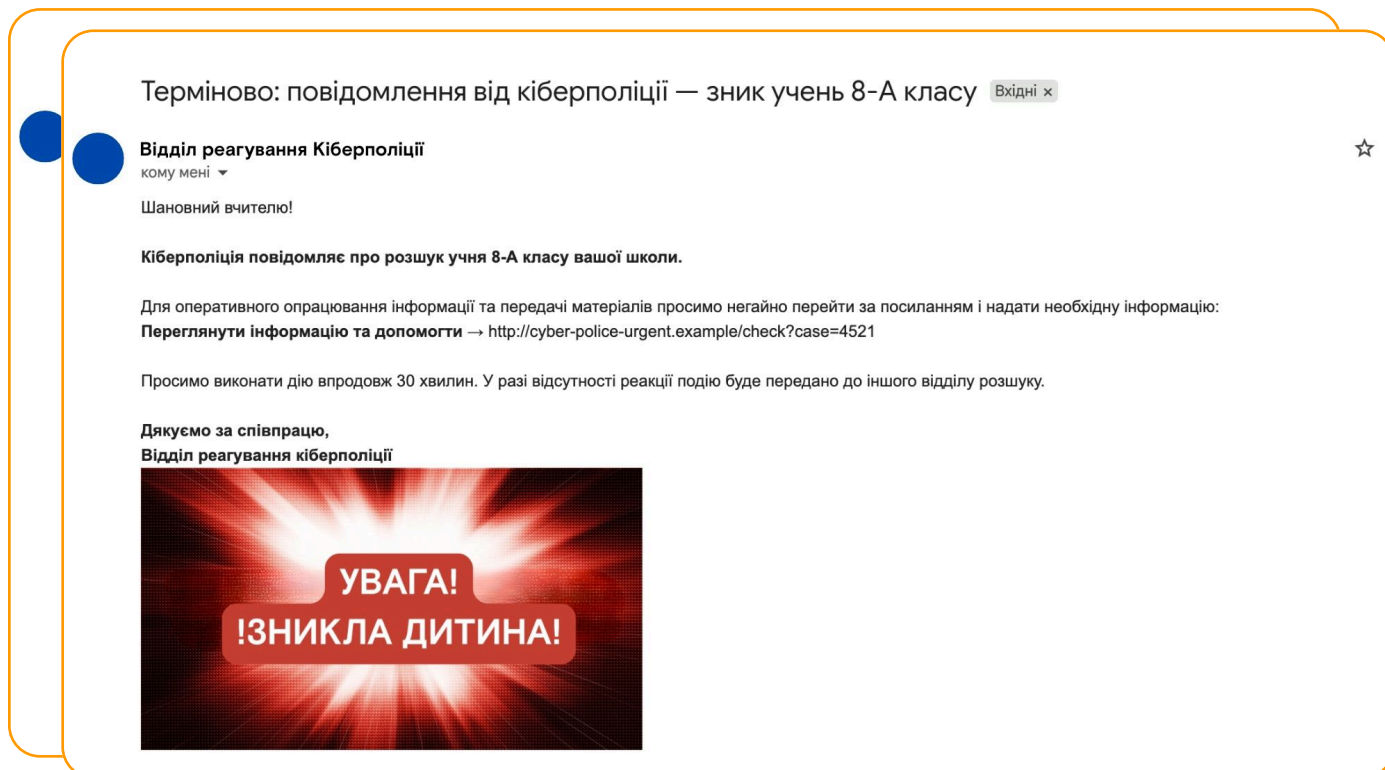
5. ОБІЦЯНКА ЦІННІСНОЇ ВИГОДИ.

Вказівка на конкретну вартість чи суму робить пропозицію привабливою і «серйознішою». Будьте уважні до несподіваних виграшів, перевірте інформацію.

6. ЯСКРАВИЙ ПОКАЗОВИЙ БАНЕР, ЯКИЙ НЕ ГАРАНТУЄ ЛЕГІТИМНОСТІ.

Професійна графіка створює ілюзію довіри, але її легко підробити. Дизайн сам по собі не підтверджує правдивість повідомлення, шукайте інші ознаки автентичності (домени, контакти, персоналізацію тощо).

Приклад фішингового повідомлення, що викликає негативні емоції в користувача:



У таких повідомленнях шахраї зазвичай використовують такі маніпулятивні техніки:

1. ПОВІДОМЛЕННЯ ВИКЛИКАЄ СИЛЬНІ НЕГАТИВНІ ЕМОЦІЇ.

Тема повідомлення апелює до страху й тривоги, змушує одразу реагувати, блокуючи критичне мислення.

2. ВІДСУТНІСТЬ ДЕТАЛЕЙ.

У листі немає конкретних контактів чи реальних процедур, якими зазвичай користуються офіційні органи. Це вказує на фіктивність повідомлення.

3. СТВОРЕННЯ ШТУЧНОЇ ТЕРМІНОВОСТІ.

Встановлено дуже короткий термін («30 хвилин»), що змушує діяти поспіхом, не перевіряючи джерело.

4. ПРЯМИЙ ЗАКЛИК ДО ДІЇ.

Чітке формулювання – «перейдіть за посиланням і надайте інформацію» – підштовхує користувача виконати інструкцію без роздумів, не вмикаючи критичне сприйняття.

5. ВИКОРИСТАННЯ ОФІЦІЙНОГО СТИЛЮ ПОВІДОМЛЕННЯ.

Зловмисники підробляють стиль державної установи, щоб викликати довіру, але не надають реальні контакти чи підтвердження.

6. ПОКАЗОВИЙ БАНЕР ДЛЯ ПОСИЛЕННЯ ЕМОЦІЙ.

Велике яскраве зображення з текстом «ІЗНИКЛА ДИТИНА!» посилює драматичність ситуації та паніку.

Кібершахраї розраховують не на нашу уважність, а на автоматичні реакції – клікнути на привабливе покликання, відкрити вкладення чи поспіхом ввести дані. Вони добре знають, що люди у стресі або в емоційному піднесенні менше аналізують і швидше погоджуються виконати «просту інструкцію». Саме на цьому ґрунтується більшість фішингових атак.

Найкращий спосіб зірвати їхній план – мати наперед продуманий сценарій дій. Це схоже на правила безпеки у школі: коли пролунає сигнал тривоги, учні й вчителі не починають вигадувати, що робити, а рухаються за відпрацьованим маршрутом евакуації. Так само і з підозрілими повідомленнями: важливо не піддаватися імпульсу, а спокійно пройти перевірені кроки, які допоможуть убезпечити себе та свої дані.

Алгоритм дій у разі підозрілого повідомлення:

1. Зупиніться й не панікуйте.
Дайте собі 5 хвилин спокою без повідомлення.
Не переходьте за покликанням, не відкривайте вкладення, не відповідайте відправнику.
2. Перевірте адресу відправника.
Подивіться на повну email-адресу, а не лише на ім'я. Справжні установи мають офіційні домени (наприклад, *.gov.ua), шахраї – дивні або схожі на справжні.
3. Оцініть зміст повідомлення:
1) чи є там емоційний тиск (страх, паніка, виграш);
2) чи вимагають негайних дій;
3) чи просять передати паролі, карткові дані або іншу конфіденційну інформацію.
4. Перевірте покликання без кліку.
Наведіть курсор і подивіться реальну адресу. Якщо вона відрізняється від офіційного сайту або виглядає дивно, не відкривайте.
5. Зв'яжіться з офіційним джерелом.
Зателефонуйте в установу або заклад освіти за відомим номером та перевірте інформацію.
6. Повідомте про підозрілий лист IT-відділ чи адміністратора вашого закладу освіти. За потреби зверніться до кіберполіції.
7. Після перевірки й інформування видаліть його, щоб випадково не перейти за шкідливим покликанням.
8. Змініть паролі, якщо вже перейшли за покликанням чи ввели дані.
Використовуйте нові, унікальні паролі й увімкніть двофакторну автентифікацію.

ОТЖЕ, БЕЗПЕЧНА РОБОТА В ІНТЕРНЕТІ ҐРУНТУЄТЬСЯ НЕ НА СКЛАДНИХ ТЕХНІЧНИХ ЗНАННЯХ, А НА УВАЖНОСТІ ТА ЗДОРОВОМУ ГЛУЗДІ.

Критичне ставлення до повідомлень, перевірка джерел і дотримання простих правил допомагають учителю зберегти свої дані, захистити учнів і почуватися впевнено в цифровому середовищі.

ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ

1. Перегляньте свою електронну скриньку, месенджери й знайдіть хоча б один лист, який здається підозрілим. Коротко опишіть, які сигнали безпеки ви помітили.
2. Згадайте останнє повідомлення, яке змусило вас занепокоїтись або зрадіти настільки, що ви хотіли одразу клікнути. Опишіть, яка емоція була головною (страх, цікавість, вигода) і чи могли це використати шахраї.
3. Опишіть три ситуації, у яких ви потенційно можете «потрапити на гачок» (наприклад, лист із виграшем, дивне повідомлення в месенджері, фальшивий сайт). Поруч запишіть, як ви маєте діяти в кожному випадку.
4. Сформулюйте три найважливіші поради з безпеки в інтернеті. Поділіться ними з учнями чи колегами.

1.6. ЩО РОБИТИ, ЯКЩО ВАШ АКАУНТ «ЗЛАМАЛИ» ШАХРАЇ?

Уявіть: одного дня ви відкриваєте свій улюблений месенджер чи електронну пошту і замість звичних повідомлень бачите: «Пароль неправильний». А друзі телефонують і кажуть, що від вашого імені надходять дивні прохання про гроші чи покликання на «важливі документи». Це не сюжет фільму, це типовий сценарій, коли акаунт опиняється в руках шахраїв.

Що робити в такій ситуації? Панікувати – найгірше рішення. Натомість варто знати чітку послідовність дій, яка допоможе повернути контроль над акаунтом і мінімізувати наслідки.

У цьому підрозділі ми наведемо алгоритми, які допоможуть відновити контроль над обліковими записами у випадку злому популярних застосунків та сервісів «Фейсбук», «Інстаграм», «Вайбер», «Телеграм», «Джимейл» та «Укрнет». Інструкції міститимуть конкретні дії та підказки, як захистити свої дані й закрити можливості повторного доступу для зловмисників. Зверніть увагу, що назви розділів та кнопок у ваших налаштуваннях можуть мінімально відрізнятися через використання автоматичного перекладу в інтерфейсі.

1.6.1. ДІЇ ПРИ ЗЛАМІ АКАУНТУ МЕРЕЖІ «ФЕЙСБУК» (ТА ЗАСТОСУНКУ «МЕСЕНДЖЕР»)

1 КРОК 1. НЕГАЙНО ЗМІНІТЬ ПАРОЛЬ

Спробуйте увійти у фейсбук. Якщо ви змогли увійти в профіль з комп'ютера, негайно перейдіть у «Налаштування та конфіденційність» > «Налаштування» > «Центр облікових записів» > «Пароль і безпека» та змініть пароль. Оберіть необхідний обліковий запис та замініть пароль. При зміні пароля встановіть прапорець «Вийти з інших пристроїв». Це вижене зловмисника.

Якщо вам не вдається зайти в акаунт, натисніть «Забули пароль». Дотримуйтесь інструкцій, щоб відновити доступ за допомогою електронної пошти або номера телефону, прив'язаного до акаунту. Створіть новий, надійний і унікальний пароль. Він не повинен використовуватися на жодному іншому сайті.

2 КРОК 2. ПЕРЕВІРТЕ ТА ЗАВЕРШІТЬ НЕВІДОМІ СЕАНСИ

Після зміни пароля потрібно переконатися, що зловмисник не має доступу через інші активні сеанси. Для цього перейдіть до «Налаштування та конфіденційність» > «Налаштування» > «Центр облікових записів» > «Пароль і безпека» > «Активні сеанси». Перегляньте список пристроїв і розташувань. Якщо ви бачите невідомий пристрій, браузер чи місцеположення (наприклад, чужа країна), оберіть його та натисніть «Вийти».

3 КРОК 3. ПЕРЕВІРТЕ ОБЛІКОВИЙ ЗАПИС НА ПРЕДМЕТ ПІДОЗРІЛИХ ДІЙ

Зловмисник міг змінити ваші дані або надіслати повідомлення. Насамперед перевірте контактну інформацію: переконайтеся, що не було додано або змінено невідомих адрес електронної пошти чи номерів телефонів. Для цього перейдіть у «Центр облікових записів» > «Особиста інформація». Видаліть усе, що ви не додавали.

Щоб переглянути «Журнал дій», перейдіть до «Налаштувань» та знайдіть «Журнал дій». Перевірте, чи не було зроблено зловмисником публікацій, лайків, коментарів чи запитів у друзі. Видаліть підозрілі дії.

Обов'язково перевірте месенджер – перегляньте ваші чати, щоб впевнитись, що не було розіслано шахрайських повідомлень вашим друзям.

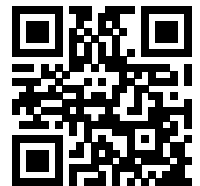
4 КРОК 4. УВІМКНІТЬ ДВОФАКТОРНУ АВТЕНТИФІКАЦІЮ (якщо ще не увімкнули)

Як ми і повідомляли вище, це найважливіший крок для запобігання майбутнім зламам. Навіть якщо зловмисник дізнається ваш пароль, він не зможе увійти без другого чинника. Для цього перейдіть у «Центр облікових записів» > «Пароль і безпека» > «Двоетапна перевірка». Оберіть необхідний обліковий запис та активуйте функцію.

5 КРОК 5. ПОВІДОМТЕ ФЕЙСБУК ПРО ЗЛОМ

У випадку, якщо ви не можете відновити доступ самостійно, або якщо зловмисник використовував ваш акаунт для фішингу, повідомте про це команді фейсбук.

Якщо ви все ще не можете увійти у свій акаунт, скористайтесь сторінкою фейсбук для повідомлення про скомпрометований обліковий запис (зазвичай це facebook.com/hacked). Дотримуйтесь інструкцій, щоб розпочати процес відновлення.



6 КРОК 6. ПОВІДОМТЕ КОНТАКТИ

Зловмисники часто використовують зламані акаунти для шахрайства. Зробіть публікацію або напишіть повідомлення друзям і родичам (через інший канал зв'язку, як-от ватсап чи вайбер), що ваш акаунт був зламаний. Попросіть їх ігнорувати будь-які дивні запити на гроші, покликання чи повідомлення, які вони могли отримати від вашого імені.

Зверніть увагу, оскільки фейсбук месенджер є частиною екосистеми «Meta», його безпека та відновлення невіддільні від самого акаунту фейсбук. Злом месенджера означає злом вашого фейсбук-профілю. Саме тому інструкції для месенджера будуть майже ідентичними алгоритму для фейсбук, але з акцентом на ті кроки, які стосуються безпосередньо повідомлень і чатів.

1.6.2. ДІЇ ПРИ ЗЛАМІ АКАУНТУ МЕРЕЖІ «ІНСТАГРАМ»

1 КРОК 1. ВІДНОВІТЬ ДОСТУП ТА ЗАМІНІТЬ ПАРОЛЬ

Якщо ви можете увійти в акаунт, перейдіть у «Налаштування» (три горизонтальні риски у правому верхньому кутку) > «Центр облікових записів» > «Пароль і безпека» > «Зміна пароля». Оберіть необхідний обліковий запис для зміни пароля і негайно встановіть новий, надійний та унікальний пароль. Переконайтесь, що ви також змінили пароль у пов'язаному акаунті фейсбук, якщо він підключений.

Якщо ви не можете увійти в акаунт (наприклад, зловмисник змінив пароль), на екрані входу в інстаграм натисніть «Забули пароль», введіть свою електронну пошту, номер телефону або ім'я користувача, які були прив'язані до акаунту. Інстаграм надішле вам покликання для відновлення. Якщо зловмисник змінив вашу пошту, шукайте в поштової скриньці оригінальний лист від інстаграму про зміну адреси та використовуйте посилання «захистити мій акаунт» (secure my account) або «скасувати цю зміну». Дотримуйтесь інструкцій, щоб скинути пароль.

2 КРОК 2. ПЕРЕВІРТЕ ТА ВИДАЛІТЬ НЕВІДОМІ ПРИСТРОЇ ТА ПОШТИ

Після відновлення доступу та зміни пароля потрібно забрати доступ до вашого акаунту в зловмисника, який міг залишитися в системі.

Перейдіть в «Налаштування» > «Центр облікових записів» > «Пароль і безпека» > «Активні сеанси». Перегляньте список активних сеансів. Якщо бачите невідомий пристрій, браузер чи місцеположення (особливо з іншої країни), виберіть його та натисніть «Вийти».

Зловмисник міг змінити ваші дані або надіслати повідомлення. Передусім перевірте контактну інформацію: переконайтеся, що не було додано або змінено неведомих адрес електронної пошти чи номерів телефонів. Для цього перейдіть у «Центр облікових записів» > «Особиста інформація». Видаліть усе, що ви не додавали.

3 КРОК 3. УВІМКНІТЬ ДВОФАКТОРНУ АВТЕНТИФІКАЦІЮ (якщо ще не увімкнули)

Це критично важливий крок, який не дасть змогу зловмиснику знову увійти, навіть якщо він дізнається новий пароль. Для цього перейдіть у «Центр облікових записів» > «Пароль і безпека» > «Двоетапна перевірка». Оберіть необхідний обліковий запис та активуйте функцію.

4 КРОК 4. ПОВІДОМТЕ КОНТАКТИ

Зловмисники часто використовують зламані акаунти для шахрайства. Зробіть публікацію або напишіть повідомлення друзям і родичам (через інший канал зв'язку, як-от ватсап чи вайбер), що ваш акаунт був зламаний. Попросіть їх ігнорувати будь-які дивні запити на гроші, покликання чи повідомлення, які вони могли отримати від вашого імені.

1.6.3. ДІЇ ПРИ ЗЛАМІ АКАУНТУ ЗАСТОСУНКУ «ВАЙБЕР»

1 КРОК 1. НЕГАЙНО ДЕАКТИВУЙТЕ АКАУНТ НА ВСІХ ПРИСТРОЯХ

Вайбер дає змогу бути активним лише на одному мобільному пристрої, але на багатьох комп'ютерах чи планшетах. Найшвидший спосіб відновити контроль – перевстановити програму або повторно активувати її на вашому основному мобільному телефоні. Видаліть застосунок «Вайбер» зі свого основного мобільного пристрою. Завантажте його знову з офіційного магазину. Активуйте обліковий запис, увівши свій номер телефону. Вам надійде унікальний код активації (зазвичай через SMS або автовідповідь). Уведіть код. Це автоматично деактивує ваш акаунт на всіх інших пристроях (включно з пристроєм зловмисника).

Зверніть увагу, якщо ви використовуєте вайбер на комп'ютері (Viber Desktop), вам доведеться повторно синхронізувати його.

2 КРОК 2. ПЕРЕВІРТЕ ТА ВІДКЛЮЧІТЬ ДОВІРЕНІ ПРИСТРОЇ (якщо злом відбувся через ПК)

Якщо зловмисник отримав доступ через ваш ПК чи планшет (де вайбер встановлено як додатковий пристрій), відкрийте вайбер на вашому мобільному пристрої, перейдіть у «Додатково» > «Параметри» > «Обліковий запис» > «Комп'ютери та планшети». Ви побачите список усіх пристроїв, на яких активна ваша сесія вайбер. Натисніть «Відключити» поруч із будь-яким невідомим або підозрілим пристроєм.

3 КРОК 3. ЗМІНІТЬ ПІН-КОД ДВОЕТАПНОЇ ПЕРЕВІРКИ (якщо встановлено)

Якщо у вас встановлено функцію двоетапної перевірки, змініть свій ПІН-код. Перейдіть у «Додатково» > «Параметри» > «Конфіденційність» > «Двоетапна перевірка». Натисніть «Змінити ПІН-код» і встановіть новий, надійний і унікальний код.

Якщо двоетапна перевірка не була встановлена, негайно встановіть її! Так ніхто не зможе активувати ваш акаунт на новому пристрої, навіть маючи доступ до ваших SMS. Переконайтеся, що ваша адреса електронної пошти для відновлення є актуальною та безпечною.

4 КРОК 4. ПОВІДОМТЕ КОНТАКТИ ТА ПЕРЕВІРТЕ ЧАТИ

Зловмисник, ймовірно, використовував ваш акаунт для розсилання фішингу чи шахрайства. Надішліть повідомлення друзям (бажано через інший канал, наприклад, телефонний дзвінок або SMS) про те, що ваш акаунт був скомпрометований. Попросіть їх ігнорувати будь-які дивні повідомлення, покликання чи запити на гроші, отримані від вас. Перевірте свої останні чати, чи не було надіслано будь-яких підозрілих повідомлень.

Додаткові поради для підвищення безпеки у вайбер:

- ніколи не переходьте за підозрілими покликаннями, які пропонують «безкоштовні стікери» чи «додаткові функції» для вайберу;
- ніколи не вводьте свій код активації вайберу на сторонніх вебсайтах;
- увімкніть функцію «Приховані чати» для найбільш конфіденційних розмов (за необхідності): «Додатково» > «Параметри» > «Конфіденційність» > «Приховані чати». Натисніть «Змінити ПІН-код» і встановіть новий, надійний і унікальний код.

1.6.4. ДІЇ ПРИ ЗЛАМІ АКАУНТУ ЗАСТОСУНКУ «ТЕЛЕГРАМ»

1 КРОК 1. НЕГАЙНО ЗАВЕРШІТЬ УСІ ІНШІ СЕАНСИ

Ваше перше завдання – «викинути» з акаунту зловмисника. Для цього відкрийте телеграм на своєму пристрої. Перейдіть у «Налаштування» > «Активні сеанси» або «Керування сеансами». Натисніть «Завершити всі інші сеанси». Це вижене з вашого облікового запису будь-кого, хто в ньому зараз авторизований, крім вашого поточного пристрою. Якщо ви бачите невідомий пристрій, але не можете завершити всі, завершіть саме цей невідомий сеанс.

2 КРОК 2. ЗМІНІТЬ ПАРОЛЬ І ДОДАЙТЕ ДВОФАКТОРНУ АВТЕНТИФІКАЦІЮ

Зловмисник, ймовірно, знає ваш поточний пароль або отримав доступ через разовий код. Необхідно змінити пароль і посилити захист. Знову перейдіть у «Налаштування» > «Приватність і безпека» > «Двоетапна перевірка». Якщо двофакторна автентифікація була встановлена, змініть поточний пароль на новий, надійний і унікальний. Якщо ні, негайно її встановіть. Придумайте новий надійний пароль. Обов'язково вкажіть електронну пошту для відновлення. Це критично важливо, щоб ви могли відновити доступ, якщо забудете пароль.

3 КРОК 3. ПЕРЕВІРТЕ НАЛАШТУВАННЯ ДЗВІНКІВ І ПОВІДОМЛЕНЬ

Зловмисники можуть змінювати налаштування, щоб контролювати ваш акаунт або приховувати свою активність. Щоб цього уникнути, перевірте налаштування вхідних дзвінків. Для цього перейдіть у «Налаштування» > «Приватність і безпека» > «Виклики». Переконайтеся, що там не встановлено дозвіл «Усі» або «Мої контакти» для вхідних дзвінків, якщо ви не хочете, щоб вам могли дзвонити незнайомці. Зловмисники іноді використовують дзвінки для отримання коду підтвердження.

Щоб перевірити налаштування пересилань повідомлень, перейдіть у «Налаштування» > «Приватність і безпека» > «Пересилання повідомлень». Переконайтеся, що ви не дозволяєте пересилати повідомлення без покликання на ваш обліковий запис, щоб захистити себе від фішингу чи видавання себе за вас.

Аби перевірити налаштування можливості отримати повідомлення, перейдіть у «Налаштування» > «Приватність і безпека» > «Повідомлення». Переконайтеся, що там не встановлено дозвіл «Усі» або «Контакти та Premium» для вхідних повідомлень, якщо ви не хочете, щоб вам могли писати незнайомці.

4 КРОК 4. ПЕРЕВІРТЕ ДОЗВОЛИ ДЛЯ БОТІВ

Якщо ви використовували боти, вони могли отримати дозвіл на надсилання вам повідомлень. Просто перегляньте список ваших чатів і заблокуйте чи видаліть усі підозрілі або невідомі боти.

5 КРОК 5. ПОВІДОМТЕ КОНТАКТИ ТА ПЕРЕВІРТЕ ЧАТИ

Зловмисник, ймовірно, використовував ваш акаунт для розсилання фішингу чи шахрайства. Надішліть повідомлення друзям (бажано через інший канал, наприклад, телефонний дзвінок або SMS) про те, що ваш акаунт був скомпрометований. Попросіть їх ігнорувати будь-які дивні повідомлення, покликання чи запити на гроші, отримані від вас. Перевірте свої останні чати, чи не було надіслано будь-які підозрілі повідомлення.

Додаткові поради для запобігання майбутнім зламам:

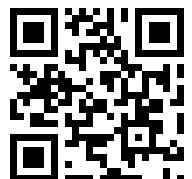
- ніколи не вводьте свій код авторизації телеграм або пароль двофакторної автентифікації на сторонніх вебсайтах або в застосунках;
- ніколи не надсилайте код авторизації, отриманий в телеграм, нікому, хто просить його, навіть якщо вони представляються службою підтримки телеграм (телеграм ніколи не просить ваш код);
- регулярно перевіряйте список активних сеансів;
- використовуйте унікальний і надійний пароль для двофакторної автентифікації.

1.6.5. ДІЇ ПРИ ЗЛАМІ АКАУНТУ ЕЛЕКТРОННОЇ ПОШТИ «ДЖИМЕЙЛ»

Якщо ви виявили, що ваш обліковий запис гугл зламано (ви не можете увійти, бачите невідомі листи або вам прийшло сповіщення про несанкціонований доступ), дійте негайно. Ваш обліковий запис керує всіма іншими сервісами, тому це критично важливо.

I КРОК I. НЕГАЙНО ПЕРЕВІРТЕ МОЖЛИВІСТЬ ДОСТУПУ ДО АКАУНТУ

Спроба відновлення залежить від того, чи можете ви ще увійти у свій акаунт. Якщо ви не можете увійти, перейдіть на сторінку відновлення облікового запису гугл: g.co/recover. Уведіть свою адресу джимейл або номер телефону. Дотримуйтесь інструкцій системи. Гугл спробує підтвердити вашу особу одним зі способів:



- надсилання коду на резервну електронну пошту;
- надсилання коду на ваш номер телефону;
- запит останнього пароля, який ви пам'ятаєте;
- запит підтвердження на довіреному пристрої (наприклад, на вашому телефоні).

Після успішного підтвердження негайно створіть новий, надійний та унікальний пароль.

Якщо ви можете увійти у свій акаунт джимейл (з браузера), негайно перейдіть у «Налаштування» (піктограма шестерні у верхньому правому куті) > «Переглянути всі налаштування» > «Облікові записи й імпорт» > «Змінити пароль». Негайно змініть його на новий, надійний і унікальний.

Або перейдіть у налаштування вашого профілю гугл (натисніть на зображення у правому верхньому куті) > «Керувати обліковими записами Google» > «Безпека» > «Пароль». Негайно змініть його на новий, надійний і унікальний.

2 КРОК 2. ПЕРЕВІРТЕ АКТИВНІ ПРИСТРОЇ ТА ЗАВЕРШІТЬ НЕПОТРІБНІ СЕАНСИ

Зловмисник може досі мати активний сеанс на одному зі своїх пристроїв. Щоб цього уникнути, перейдіть до розділу «Безпека» у вашому обліковому записі гугл. Знайдіть розділ «Ваші пристрої». Натисніть «Керувати всіма пристроями». Оберіть несанкціоновані активності та вийдіть з усіх пристроїв, які вам не належать або виглядають підозріло (невідоме місце, невідомий пристрій).

3 КРОК 3. ПЕРЕВІРТЕ РІВЕНЬ БЕЗПЕКИ ТА ПОСИЛЕНОГО ЗАХИСТУ

Зловмисник міг змінити ваші налаштування безпеки, щоб мати можливість повернутися. По-перше, перевірте параметри відновлення. У розділі «Безпека» переконайтеся, що номер телефону для відновлення та резервна електронна пошта належать лише вам. Видаліть / виправте все, що виглядає підозріло.

Негайно увімкніть двофакторну автентифікацію, якщо вона не була активна: «Безпека» > «Двоетапна перевірка». Це найбільш ефективний захист. Якщо вона вже була увімкнена, перевірте, чи не додав зловмисник власні резервні коди, додатки-автентифікатори чи резервні ключі безпеки. Видаліть невідомі методи.

Також перевірте доступ сторонніх застосунків. Перейдіть до розділу «Безпека» > «Зв'язки зі сторонніми додатками та сервісами». Видаліть доступ для всіх програм, які ви не впізнаєте або які не використовуєте. Злом часто відбувається саме через надання дозволів шахрайським застосункам.

4 КРОК 4. ПЕРЕВІРТЕ НАЛАШТУВАННЯ ДЖИМЕЙЛ

Зловмисники можуть налаштувати пересилання вашої пошти або приховати сліди своєї активності. Відкрийте джимейл у браузері. Перейдіть у «Налаштування» (значок шестерні) > «Переглянути всі налаштування». Оберіть вкладку «Пересилання й POP / IMAP» (Forwarding and POP / IMAP). Перевірте, чи не встановлено пересилання листів на невідому електронну адресу. Видаліть підозрілі адреси.

Там же оберіть вкладку «Фільтри й заблоковані адреси» (Filters and Blocked Addresses). Перевірте, чи немає фільтрів, які автоматично видаляють, архівують або пересилають вхідні листи, особливо ті, що стосуються безпеки. Видаліть підозрілі фільтри.

5 КРОК 5. ПОВІДОМТЕ КОНТАКТИ ТА ПЕРЕВІРТЕ ЛИСТИ

Зловмисник, ймовірно, використовував ваш акаунт для розсилання фішингу чи шахрайства. Надішліть повідомлення друзям (бажано через інший канал, наприклад, телефонний дзвінок або SMS) про те, що ваш акаунт був скомпрометований. Попросіть їх ігнорувати будь-які дивні повідомлення, покликання чи прохання про гроші, отримані від вас. Перевірте свої останні чати, чи не було надіслано будь-яких підозрілих повідомлень.

1.6.6. ДІЇ ПРИ ЗЛАМІ АКАУНТУ ЕЛЕКТРОННОЇ ПОШТИ «УКРНЕТ»

1

КРОК 1. ТЕРМІНОВО ВІДНОВІТЬ АБО ЗМІНІТЬ ПАРОЛЬ

Ваше перше завдання – повернути контроль над обліковим записом. Якщо ви можете увійти у свою пошту «Укрнет», перейдіть до розділу «Меню» або «Допомога» (у лівому нижньому куті) та виберіть розділ «Зміна пароля». негайно змініть пароль на новий, надійний та унікальний, який ви не використовуєте ніде. Праворуч від поля для вводу ви можете побачити рекомендації щодо створення надійного пароля, дотримуйтесь їх, аби захистити вашу скриньку від доступу сторонніх. Пароль вводиться в прихованому вигляді, тобто відображається крапками. Щоб побачити пароль, натисніть на піктограму у вигляді ока. Під час введення нового пароля з'являється індикатор надійності пароля. Зверніть увагу, що приймаються паролі лише з надійністю рівня «прийнятна» і «висока».

Якщо ви не можете увійти в обліковий запис укрнет (найімовірніше, зловмисник вже змінив пароль), то на сторінці входу в профіль натисніть «Забув пароль». Система запропонує вам кілька варіантів відновлення:

- відновлення через резервну електронну адресу (якщо була встановлена);
- відновлення за допомогою номера телефону (якщо прив'язаний).

Дотримуйтесь інструкцій. Після успішного підтвердження особи встановіть новий надійний пароль за алгоритмом, який був наведений вище. У розділі «Меню» обов'язково увімкніть «Двофакторна автентифікація».

2

КРОК 2. ПЕРЕВІРТЕ ТА ОЧИСТЬТЕ НАЛАШТУВАННЯ БЕЗПЕКИ

Цей крок потрібен для того, щоб переконатися, що зловмисники не залишили лазівку для повторного доступу до вашого акаунта після злому. Хакери часто додають свій номер телефону або іншу електронну пошту як резервні контакти, це дає їм змогу знову отримати доступ, навіть якщо ви змінили пароль. Щоб цього уникнути, у «Меню» пошти укрнет перейдіть до розділу «Журнал безпеки». Далі перевірте резервні дані: переконайтеся, що резервна електронна пошта та номер телефону належать саме вам. Видаліть або виправте будь-які невідомі чи підозрілі дані.

Також обов'язково перевірте налаштування «Відкриті сесії», адже зловмисник може досі мати активний сеанс на одному зі своїх пристроїв. Для цього перегляньте «Список подій», пов'язаних з безпекою. Оберіть несанкціоновані активності та вийдіть з усіх пристроїв, які вам не належать або виглядають підозріло (невідоме місце, невідомий пристрій). Оновіть там дані.

3

КРОК 3. ПЕРЕВІРТЕ ІНШІ СЕРВІСИ ТА ПОВІДОМТЕ КОНТАКТИ

Перевірте інші акаунти: згадайте, які важливі сервіси (банки, платіжні системи, соцмережі) були прив'язані до цієї пошти. негайно змініть паролі до цих акаунтів, щоб унеможливити доступ через функцію «Забув пароль».

Оскільки зловмисник, ймовірно, використовував вашу пошту для фішингу чи шахрайства, необхідно попередити інших. Повідомте важливі контакти (через інший канал зв'язку), що вашу пошту було зламано. Попросіть їх ігнорувати будь-які дивні листи, які вони могли отримати від вас.

ПРАКТИЧНІ
ЗАВДАННЯ

1. Уявіть, що ваш акаунт у пошті або соціальній мережі був зламаний. Оберіть один із сервісів та ознайомтеся з алгоритмом дій, наведеним у ³² розділі. Перевірте у власному акаунті розділ безпеки: знайдіть історію входів, резервні контакти та налаштування двофакторної автентифікації.

Запишіть, які параметри безпеки у вас налаштовані правильно, а які потребують змін.

2. Сформулюйте короткий план дій на випадок злому вашого акаунту у всіх вказаних сервісах (3–4 кроки).
3. Увімкніть двофакторну автентифікацію у всіх своїх акаунтах фейсбук, інстаграм, вайбер, телеграм, джимейл, укрнет, обравши зручний спосіб підтвердження, щоб суттєво посилити захист своїх облікових записів та унеможливити несанкціонований доступ.

ТОЧКА КОНТРОЛЮ: КОРОТКА ПЕРЕВІРКА ЗНАНЬ

Теза

Ні, маю сумніви

Частково

Добре розумію

Володію
досконало і можу
навчити інших

Я розумію, що таке цифрова безпека і чому вона критично важлива для роботи вчителя

Я можу визначити основні загрози та ризики у своїй цифровій діяльності

Я знаю, що належить до персональних даних і як закон їх захищає

Я вмію безпечно ділитися документами та коригувати доступ конкретних осіб до цих документів

Я створюю унікальні та складні паролі для різних сервісів

Я використовую двофакторну автентифікацію для важливих акаунтів

Я регулярно оновлюю програмне забезпечення й користуюся лише ліцензійними програмами

Я вмію забезпечити фізичний захист своїх пристроїв (паролі, блокування екрана, шифрування диска)

Я можу розпізнати фішингове повідомлення та інші види онлайн-шахрайства

Я знаю алгоритм дій, якщо мій акаунт потрапив у чужі руки



БЛОК 2. ШТУЧНИЙ ІНТЕЛЕКТ В РОБОТІ ВЧИТЕЛЯ

Хто з нас не мріяв про особистого асистента, який ніколи не втомлюється, не забуває завдання і готовий допомогти будь-якої миті? Це не фантастика, а сучасна реальність. Штучний інтелект (ШІ) уже став частиною нашого повсякденного життя: він допомагає нам у смартфонах, підказує найкоротший маршрут у дорозі, перекладає тексти, створює зображення і навіть пише музику.

Для вчителя ШІ – це не заміна, а розширення можливостей. Погодьтеся, він не здатен передати тепло живого спілкування чи надихнути дитину власним прикладом, але може стати вашим цифровим напарником. Уявіть, що ви готуєте урок історії: ШІ допоможе швидко підібрати інтерактивні матеріали, згенерувати завдання різного рівня складності чи навіть змодельовати альтернативний перебіг історичних подій для дискусії в класі. Приміром, ви втомилися від монотонної перевірки тестів – і тут на допомогу приходять інструменти, які зроблять цю роботу автоматично, залишивши вам час для справжнього педагогічного мистецтва.

ШІ в роботі вчителя – це, перш за все, про баланс: як взяти від технологій максимум користі, не втрачаючи при цьому людського виміру освіти. У цьому блоці ми розглянемо, як ШІ може підтримати вас у плануванні уроків, створенні навчальних матеріалів, оцінюванні знань учнів, а також у власному професійному розвитку. Ви дізнаєтеся, як безпечно та ефективно інтегрувати ці інструменти у свою практику, щоб стати вчителем майбутнього вже сьогодні.

НОТАТКИ ДЛЯ ТРЕНЕРА

Почніть із запитання:

«Хто з вас уже користувався штучним інтелектом у роботі або особистому житті?» або «Як ви вважаєте, чи зможе ШІ замінити реального вчителя?»

Це активізує групу та покаже рівень досвіду учасників. Наведіть практичні приклади: генерація тестів, підбір ідей для уроку, перевірка граматики, створення ілюстрацій, це «приземлює» тему на щоденну роботу вчителя. Підкресліть, що використання ШІ не повинно витісняти творчість і педагогічну майстерність. Нагадайте, що ШІ – це лише інструмент. Головна цінність у школі – особистість учителя.

НАВЧАЛЬНІ ЦІЛІ БЛОКУ:

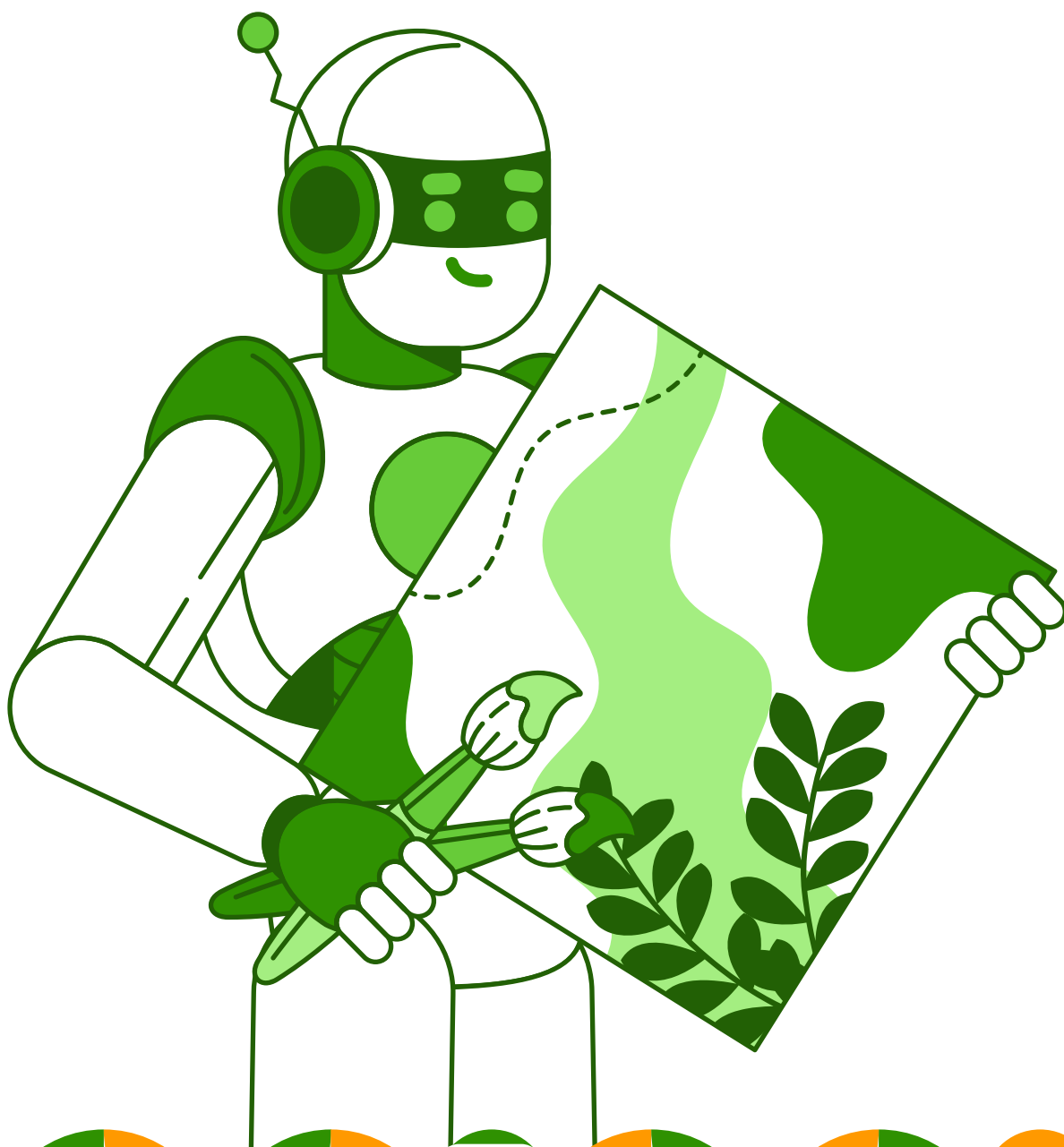
1.
сформувати уявлення про основні принципи роботи ШІ, його можливості й обмеження;

2.
ознайомити з базовими правилами формулювання промтів, сформувати навичку складання різних типів промтів та аналізу отриманих результатів;

3.
здобути досвід роботи з основними
доступними ШІ-сервісами для
генерації текстів, ілюстрацій,
презентацій;

4.
навчити використовувати ШІ-сервіси
для створення матеріалів до уроків,
планувати уроки з урахуванням
можливостей ШІ;

5.
визначити головні педагогічні
сценарії інтеграції ШІ в освітній
процес.



2.1. ЯК ПРАЦЮЄ ШІ ТА ЩО ТАКЕ ЕФЕКТИВНИЙ ПРОМТИНГ?

Сьогодні термін «штучний інтелект» ми чуємо всюди: від новин і соціальних мереж до уроків у школі. Але за яскравими прикладами на кшталт «робот малює картину» чи «комп'ютер пише текст» стоїть цілком зрозуміла ідея: навчити машину наслідувати певні людські здібності.

ШТУЧНИЙ ІНТЕЛЕКТ (ШІ)

– це радше метафоричне поняття, що описує набір технологій і алгоритмів, здатних виконувати завдання, які зазвичай потребують людського інтелекту: аналізувати дані, розпізнавати мову й зображення, перекладати тексти, робити висновки або генерувати новий зміст.

ШІ не «думає» самостійно, а працює з великим обсягом даних, шукає закономірності й на основі цього прогнозує, яка відповідь або дія буде найбільш ймовірною. Для його позначення використали слово «інтелект» тому, що йшлося про спробу відтворити здатність людини мислити, аналізувати, робити висновки та приймати рішення. А слово «штучний» підкреслює, що ці здібності не природні, а створені людиною за допомогою машин та алгоритмів. Іншими словами, це спроба навчити комп'ютери робити те, що зазвичай робить людський розум, при цьому цей «інтелект» не є справжнім мисленням, він лише наслідує окремі його прояви.

Але як вченим вдалося створити ШІ? Уявіть, що ви навчаєте учня: показуєте йому багато прикладів, пояснюєте правила, виправляєте помилки. З часом він починає розуміти закономірності й застосовувати знання у нових ситуаціях. Саме за цим принципом працює ШІ:

1. Спочатку вчені «годують» комп'ютер величезною кількістю даних: тексти, фото, відео, звуки. Це мільярди прикладів з усього світу.
2. Програми аналізують ці дані й помічають певні закономірності (повтори): які слова найчастіше стоять разом, як виглядає котик, чим лист від спаму відрізняється від звичайного тощо.
3. Коли ШІ робить неправильний висновок, система отримує «підказку» й поступово вдосконалюється. Це як учень, якого коригує вчитель.
4. Після тривалого навчання комп'ютер може сам створювати відповіді, писати тексти, малювати картинки чи навіть пропонувати розв'язання задач.

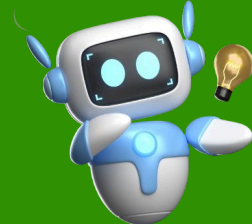
ЯК ПРАЦЮЄ ШІ



ЗАВАНТАЖЕННЯ
ВЕЛИКОГО ОБСЯГУ
ДАНИХ



АЛГОРИТМИ АНАЛІЗУЮТЬ
ДАНІ ТА ВИЯВЛЯЮТЬ
ЗАКОНОМІРНОСТІ



МОДЕЛЬ УХВАЛЮЄ
ВІДПОВІДНІ РІШЕННЯ

ВАЖЛИВО: ШІ не «думає» і не «відчуває», він лише дуже добре навчився знаходити закономірності у величезних масивах інформації.

НОТАТКИ ДЛЯ ТРЕНЕРА

Поясніть учасникам, що ШІ навчається на різних типах даних:

- текстах (книги, статті, блоги),
- зображеннях (фото, малюнки),
- аудіо (мовлення, музика),
- відео та цифрових слідах діяльності людей (пошукові запити, кліки тощо).

Наголосіть, що алгоритми шукають закономірності: у текстах – слова й мовні конструкції, в зображеннях – форми й кольори, в аудіо – ритми й інтонації, у поведінці – повторювані дії. Поясніть метафорою: ШІ, як учень, котрий бачив мільйони прикладів і може відтворити подібне, але не розуміє сенсу. Завжди підкреслюйте: результати треба перевіряти критично, адже ШІ може відтворювати помилки та упередження.

Завжди перевіряйте результати роботи ШІ критично, оскільки він може відтворювати помилки та упередження з даних, на яких навчався

ШІ варто сприймати як уважного, але дуже буквального помічника. Він здатен швидко підготувати матеріали, згенерувати ідеї чи підібрати приклади, проте результат залежить від того, наскільки чітко ми пояснимо йому завдання. Якщо дати розмиту інструкцію, відповідь буде загальною й поверхневою, а якщо сформулювати запит точно, з деталями та контекстом, ШІ видасть корисний і максимально релевантний результат. Такий запит називається промтом.

ПРОМТ

– це текстова інструкція або завдання для ШІ. Від того, наскільки чітко та конкретно сформульовано промт, залежить точність результату. Якісний промт – це не просто питання, а детальне пояснення: для кого створюється відповідь, у якому стилі та з якою метою.

Аби сформулювати якісний промт, дотримуйтесь таких принципів:

КОНКРЕТНІСТЬ

Формулюйте завдання чітко, уникайте загальних фраз, уточнюйте тему, обсяг і формат відповіді. Наприклад, замість «Напиши про природу» краще написати «Створи короткий опис весни для учнів 5 класу у формі вірша з чотирьох рядків».

КОНТЕКСТ

Додавайте пояснення, для кого і з якою метою потрібна відповідь, це допомагає ШІ «пристосувати» результат під ваші потреби. Наприклад, «Підготуй три запитання для дискусії на уроці історії в 8 класі про Русь».

СТИЛЬ І ТОН

Визначаєте бажаний стиль відповіді. Наприклад, «Напиши пояснення дробів для учня 6 класу простими словами у дружньому стилі».

ПОКРОКОВІСТЬ

Якщо завдання складне, розбийте його на етапи, це дозволить отримати більш структурований результат. Наприклад, «Спочатку склади план уроку, а потім підбери приклади завдань до кожного пункту».

ПРИКЛАДИ

Наводьте зразки, які допоможуть ШІ зрозуміти ваші очікування. Наприклад, «Створи завдання у форматі тесту, як у прикладі: 4 варіанти відповідей, лише один правильний».

ЗВОРОТНИЙ ЗВ'ЯЗОК

Сприймайте роботу з ШІ як діалог: уточнюйте, переформулюйте, просіть покращити. Наприклад, «Скороти цей текст до 100 слів» або «Додай приклади з української літератури».

Щоб отримати від ШІ зрозумілу та корисну відповідь, важливо не лише знати тему запиту, а й правильно його структурувати.

Якісний промт зазвичай містить кілька послідовних елементів:

1. РОЛЬ (ЗА ПОТРЕБИ)

Ви можете надати ШІ певну роль, щоб він краще зорієнтувався в завданні. Приклад: «Уяви, що ти вчитель історії» або «Будь тренером із цифрової грамотності».

2. ЧІТКЕ ЗАВДАННЯ ТА КОНКРЕТНІ КРОКИ ДЛЯ ЙОГО ВИКОНАННЯ

Приклад: «Поясни, що таке екосистема. Спочатку дай визначення, потім приклади, а наприкінці – коротке завдання».

3. КОНТЕКСТ, ДОДАТКОВА ІНФОРМАЦІЯ

Додайте пояснення, для кого створюється матеріал, яка мета, які особливості необхідно врахувати. Приклад: «Матеріал має бути зрозумілим дітям 10–11 років, без складної термінології».

4. ФОРМАТ РЕЗУЛЬТАТУ

Уточніть, як саме ШІ має подати відповідь: текст, список, таблиця, інструкція, завдання тощо. Приклад: «Напиши у формі списку з трьох пунктів» або «Створи коротку розповідь на 120 слів».

Неефективний промт:

«Напиши план уроку про вулкани», «Створи завдання про культуру», «Створи тест про козаків»

Ефективний промт:

«Уяви себе вчителем. Створи план уроку з теми “Як стати мільйонером” для учнів 7 класу. Для цього розпиши таймінг уроку на 45 хвилин. Використай практичні завдання для учнів, а також криголами. Врахуй, що діти перебувають у стані стресу. Оформ результат у формі таблиці»

НОТАТКИ ДЛЯ ТРЕНЕРА

Запропонуйте учасникам проаналізувати, у чому різниця між поданими промтами (перший промт занадто загальний і не містить жодних уточнень, тоді як другий має чітку аудиторію, тему, стиль і формат). Поставте групі запитання:

«Що саме зробило другий приклад більш зрозумілим для ШІ та яку інформацію можна було б ще додати?»».

Підкресліть: що більше деталей у промті, то ближчим до очікуваного буде результат.

Отже, ШІ відкриває для вчителя нові можливості: швидка підготовка матеріалів, створення креативних завдань, адаптація навчального контенту під рівень учнів, автоматизація рутинних процесів (перевірка тестів, складання списків, підбір прикладів), а також генерація ідей для уроків і позакласних заходів. Він допомагає економити час, зосереджуватися на педагогічній творчості та налагоджувати індивідуальний підхід до навчання. Водночас ШІ не є «чарівною паличкою», яка все зробить сама: якість результату напряду залежить від того, як ми формулюємо запит, тому ключ до ефективної роботи з цими технологіями полягає у вмінні ставити завдання точно й критично оцінювати отриманий результат.

У наступних підпунктах ми розглянемо конкретні сервіси й крок за кроком навчимося працювати з ними, аби кожен вчитель зміг одразу застосувати інструменти ШІ у своїй практиці. Тема ШІ з'являтиметься й в наступних блоках посібника, адже сьогодні ШІ інтегровано майже в усі освітні платформи та сервіси.

ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ

1. Складіть промт нашвидкуруч (короткий і загальний) із завданням, що стосується вашої професійної діяльності (план уроку, інтерактивне завдання, сценарій свята тощо). Вставте промт у чат-бот з ШІ, яким ви користуєтесь. Використовуйте офіційні версії чат-ботів, адже саме вони гарантують безпеку даних, стабільність сервісу та доступ до актуальних функцій. Найпопулярніші чат-боти з ШІ:

- Chat GPT: <https://chatgpt.com>
- Gemini (від гугл): <https://gemini.google.com/>
- Microsoft Copilot: <https://copilot.microsoft.com/>
- Perplexity AI: <https://www.perplexity.ai/>

Оцініть результат. Далі сформулюйте його більш чітко: уточніть для кого, в якому стилі та в якому форматі необхідно виконати завдання. Порівняйте результати й запишіть, які відмінності ви помітили.

2. Складіть «покроковий промт» для чат-боту з ШІ: спочатку попросіть створити план уроку з вашого предмета, далі уточніть – додати інтерактивне завдання, а потім – коротке вступне слово для вчителя. Опишіть, як результат змінювався після кожного уточнення.
3. За допомогою чат-бота з ШІ згенеруйте завдання з теми вашого предмета за допомогою ШІ. Перевірте, чи немає помилок, чи відповідає рівню учнів, чи потрібні уточнення. Запишіть, які зміни ви б внесли перед тим, як використати матеріал на уроці.

2.2. ВЕЛИКІ МОВНІ МОДЕЛІ: ЧАТ-БОТИ В РОБОТІ ВЧИТЕЛЯ

ШІ охоплює багато напрямів: від розпізнавання зображень до генерації музики. Але саме робота з текстом стала найбільш поширеною й доступною для освітян. У центрі цієї технології – великі мовні моделі, які лежать в основі чат-ботів, знайомих багатьом користувачам (наприклад, ChatGPT, Gemini, Copilot).

Завдяки таким моделям вчитель може отримати швидкі пояснення, підібрати матеріали для уроку, згенерувати тести чи навіть створити сценарій навчальної гри. Це значно економить час, але водночас вимагає розуміння принципів роботи моделей і вміння правильно формулювати запити (тобто проми, майстерності створення яких ми вже вчилися у попередньому підрозділі).

ВЕЛИКІ МОВНІ МОДЕЛІ

– це тип ШІ, здатний обробляти й створювати тексти, навчаючись на мільярдах прикладів із різних джерел (книги, статті, сайти). Вони прогнозують слова у реченні, спираючись на попередні, і завдяки цьому можуть формулювати відповіді, писати тексти, перекладати, пояснювати чи навіть моделювати діалог.

Іншими словами, велика мовна модель – це потужний «мовний помічник», який не мислить, як людина, але може дуже вправно імітувати мовлення, створюючи відчуття живого спілкування.

НОТАТКИ ДЛЯ ТРЕНЕРА

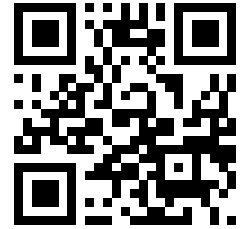
Під час тренінгу діліться власним досвідом використання ШІ: наводьте приклади конкретних завдань, які ви вже розв'язували за допомогою цих інструментів (створення тестів, написання інструкцій, формування планів уроків тощо). Це допоможе учасникам краще зрозуміти практичну користь. Заохочуйте учасників одразу пробувати виконувати вправи у чат-ботах: ставити запитання, давати завдання на створення навчальних матеріалів, експериментувати з формулюванням запитів. Наголошуйте, що ШІ може помилятися або давати неповні відповіді, тому завжди потрібна критична перевірка інформації. Порадьте ставитися до ШІ як до «асистента», а не «вчителя»: він допомагає зекономити час і надати ідеї, але педагогічну відповідальність завжди несе вчитель.

2.2.1. CHATGPT

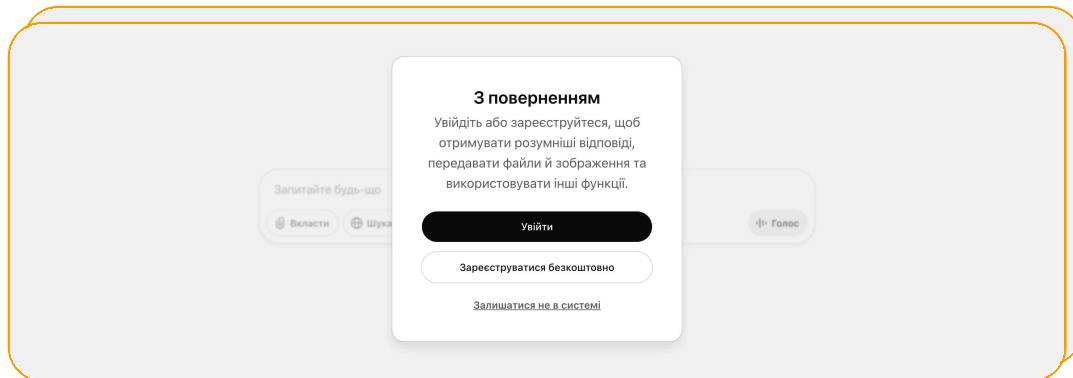
Найбільш відомою великою мовною моделлю є ChatGPT, який працює у форматі чат-бота. Його особливість у тому, що користувач спілкується з моделлю «людською» мовою, ставить запитання або формулює завдання, а ChatGPT створює відповіді у вигляді текстів, списків, пояснень чи навіть коду.

Для вчителя ChatGPT може стати універсальним асистентом: допомогти скласти план уроку, підготувати тестові завдання, пояснити складну тему простими словами або запропонувати креативні ідеї для навчальних активностей.

Щоб почати роботу, перейдіть на офіційний сайт chat.openai.com. Важливо користуватися саме офіційною версією, щоб забезпечити безпеку даних.

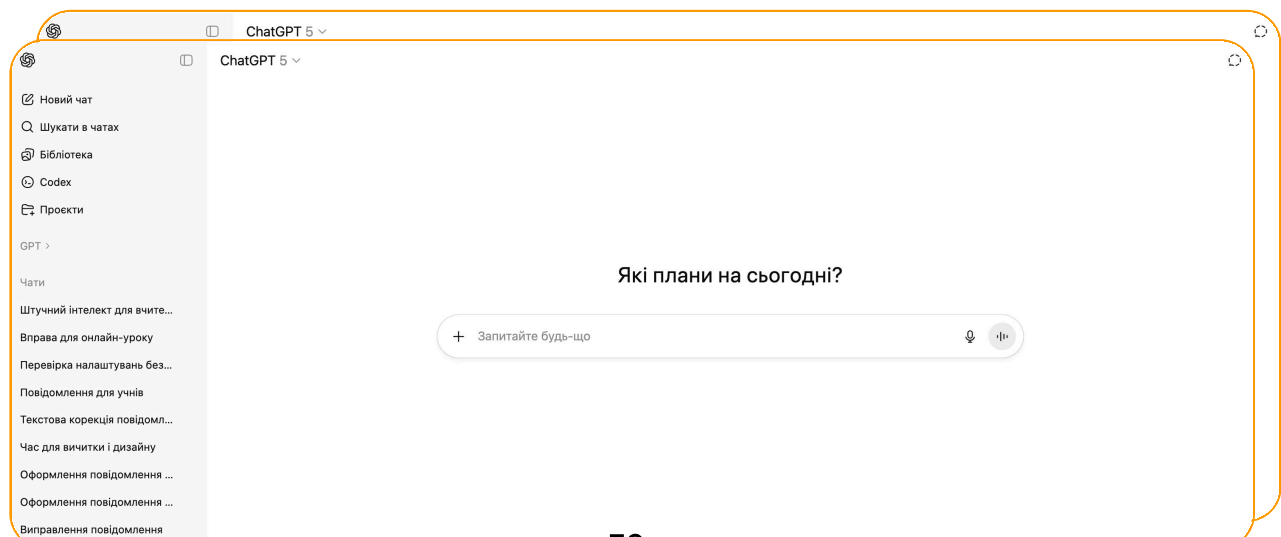


Зверніть увагу, користуватись ChatGPT можна в два способи: зареєструвавшись (для цього натисніть кнопку «Зареєструватися безкоштовно») або не реєструючись в системі (для цього натисніть кнопку «Залишитися не в системі»). З реєстрацією зберігається історія чатів, можна повертатися до попередніх запитів, доступні розширені функції та оновлення, це зручніше для постійної роботи вчителя. Без реєстрації ви матимете швидкий доступ, так зручно «спробувати» сервіс або використати одноразово, але історія запитів не зберігається.



Інтерфейс ChatGPT простий і зрозумілий, нагадує звичайний месенджер:

- поле для введення запиту розташоване внизу екрана. Саме сюди ви вводите своє запитання або завдання (промпт). Натиснувши клавішу «Enter», ви надсилаєте його моделі;
- діалог розташований в центральній частині. Тут відображаються ваші повідомлення й відповіді ШІ у вигляді чату, тобто як листування з віртуальним співрозмовником;
- ліва панель (меню) містить перелік чатів (якщо ви зареєстровані). Тут можна почати нову розмову, повернутися до попередніх або керувати налаштуваннями;
- кнопка «Новий чат» дає змогу почати новий чат із чистого аркуша, щоб попередні контексти не впливали на відповідь;
- налаштування профілю розташовані в правому верхньому куті (для зареєстрованих користувачів). Тут можна змінювати мову інтерфейсу, керувати підпискою чи вийти з акаунта;
- у верхній частині інтерфейсу також можна обирати доступні версії ChatGPT. Це дає змогу переходити між різними моделями (наприклад, безплатною базовою та більш потужними версіями для підписників) і використовувати ті можливості, які найкраще відповідають вашим завданням.

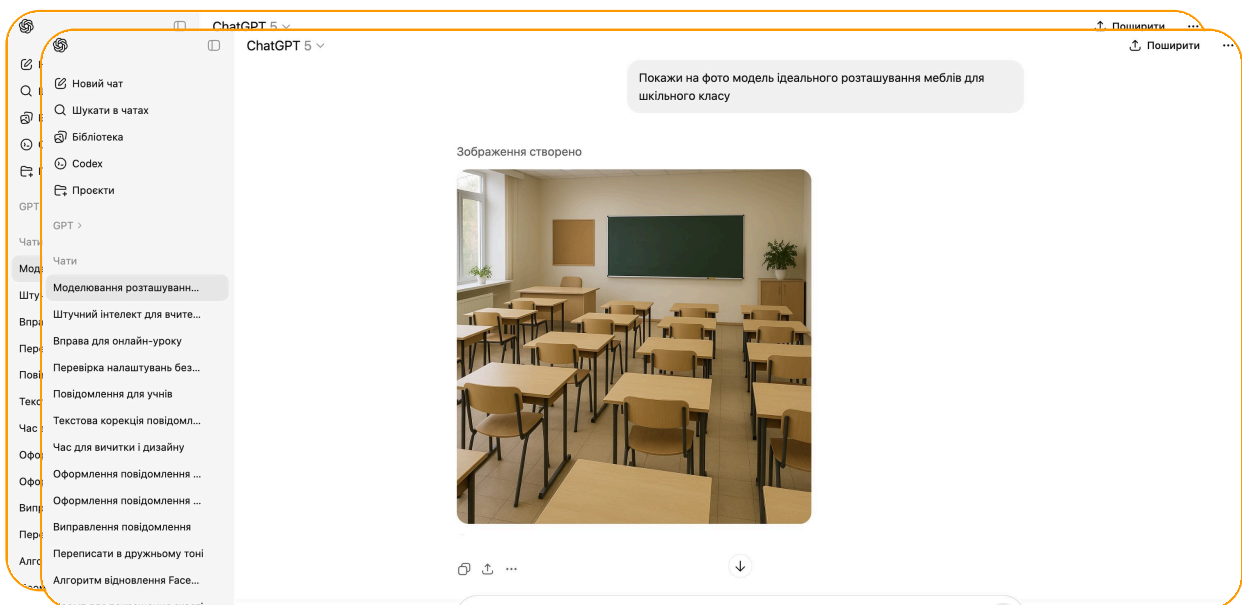


У ChatGPT є можливість вводити промт не лише текстом. Ви можете натиснути на піктограму мікрофона й надати завдання голосом.

Також сервіс дає змогу додавати файли різних форматів (тексти, таблиці, презентації, зображення тощо), щоб працювати з ними безпосередньо в чаті. Завантаження файлів уможливорює аналіз конкретних матеріалів: текстових документів, таблиць, презентацій, зображень. Учитель може, наприклад, завантажити контрольну роботу й попросити допомогти перевірити її, завантажити таблицю з результатами тестів і отримати статистику чи завантажити презентацію для доопрацювання.

Зверніть увагу: ChatGPT може відповідати не лише текстом, а й створювати різні файли в потрібних вам форматах. Наприклад, учитель може попросити його згенерувати зображення для уроку чи презентації (однак у безплатній версії ця функція час від часу може обмежуватися на кілька годин, якщо надто багато таких запитів). У платній версії таких обмежень немає.

Також ChatGPT може формувати документи у різних форматах: Excel (xlsx), PDF, Word (docx) та інших. Важливо, що функції можуть доповнюватись та розширюватись.



10 універсальних промтів для вчителя:

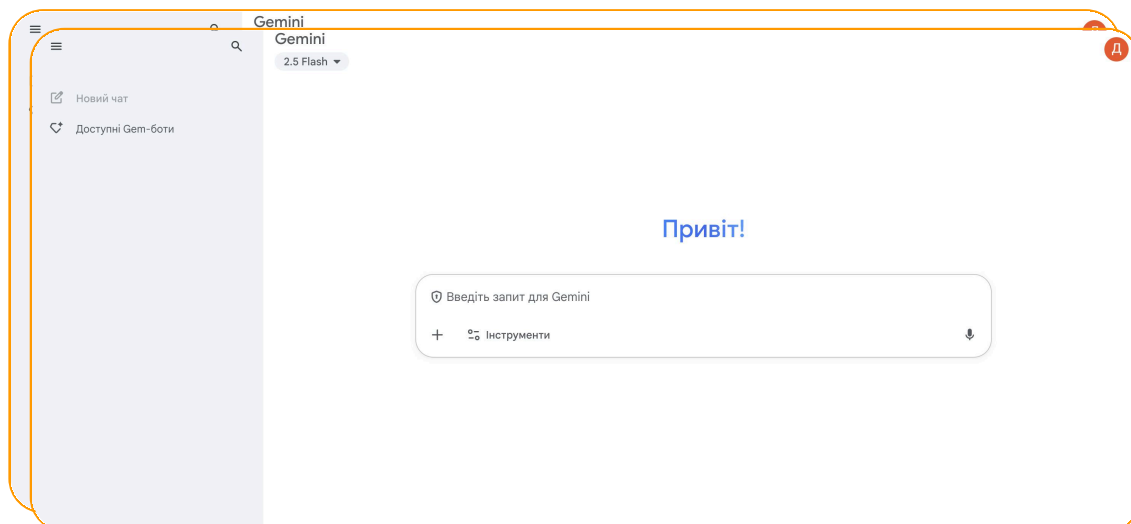
- 1 Склади детальний план уроку з теми [назва теми] для учнів [клас]. Укажи мету, завдання, етапи уроку (криголам, мотивація, пояснення нового матеріалу, закріплення, рефлексія), орієнтовний розподіл часу на кожен етап, форми роботи (індивідуальна, групова, фронтальна) та інтерактивну активність для учнів;
- 2 Поясни тему [назва теми] простими словами для учнів [клас]. Використай приклад із життя, метафору або порівняння, які допоможуть зрозуміти суть. Заверши текст 2–3 запитаннями, щоб перевірити, чи учні зрозуміли пояснення;
- 3 Створи 5 тестових завдань з теми [назва теми] для учнів [клас]. Формат: 4 варіанти відповідей, лише один правильний. Додай пояснення до правильної відповіді, щоб учень міг зрозуміти логіку. Розташуй завдання від простого до складного;
- 4 Запропонуй 3 творчі завдання з теми [назва теми] для учнів [клас]. Одне завдання має бути індивідуальним, друге – для роботи в парах, третє – для малої групи. Завдання повинні розвивати креативність та вміння застосовувати знання на практиці;

- 5 Склади цікаве домашнє завдання з теми [назва теми] для учнів [клас]. Завдання має поєднувати відтворення знань (наприклад, коротке пояснення терміну) та творче застосування (наприклад, створення прикладу з власного життя). Додай орієнтовний час виконання та рівень складності;
- 6 Перепиши цей текст [вставте текст] у спрощеному варіанті для учнів [клас]. Забезпеч просту лексику, короткі речення, приклади з повсякденного життя. Вкажи нові терміни та додай пояснення до них;
- 7 Створи інфографіку / схему / ілюстрацію з теми [назва теми] для учнів [клас]. Зроби її простою, зрозумілою та яскравою, щоб пояснити головні поняття. Додай короткі підписи до кожного елементу. Подай результат так, щоб його можна було використати на уроці як слайд або роздатковий матеріал. Для цього використай цей матеріал: [вставте матеріал];
- 8 Запропонуй коротку інтерактивну вправу на 5 хвилин для початку уроку з теми [назва теми] у [клас]. Вправа має зацікавити учнів, викликати емоцію й плавно підвести до теми. Додай інструкції для вчителя та прогнозований результат;
- 9 Створи 3 відкриті запитання для дискусії з теми [назва теми] у [клас]. Запитання мають спонукати до аргументування та порівняння різних поглядів. Додай короткі підказки для вчителя, як можна модерувати дискусію;
- 10 Запропонуй 3 методи підсумку уроку з теми [назва теми] для учнів [клас]. Один метод має бути письмовим (коротке речення чи фраза), другий – усним (коротке коло думок), третій – творчим (малюнок, символ, асоціація). Опиши, скільки часу потрібно та що саме вчитель зможе побачити у відповідях.

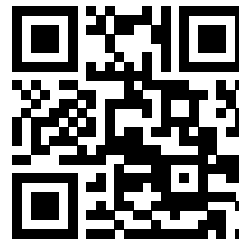
Ці промти є універсальними прикладами, які допомагають учителю швидко отримати корисні результати від ШІ. Водночас їх можна і потрібно змінювати, доповнювати чи уточнювати залежно від теми уроку, віку учнів та педагогічних цілей. **Варто пам'ятати, що відповідальність за навчальний процес і зміст матеріалів завжди залишається на вчителів.** Штучний інтелект – лише асистент, який може зекономити час і запропонувати ідеї, але результати його роботи необхідно перевіряти критично та адаптувати під потреби конкретного класу.

2.2.2. GEMINI

Світ великих мовних моделей не обмежується лише ChatGPT. Різні компанії створюють власні рішення, і кожне з них має свої особливості та сильні сторони. Для вчителя це означає ширший вибір інструментів, які можна використовувати в навчанні та підготовці матеріалів. Одним із таких сервісів є Gemini.



Щоб розпочати роботу із Gemini, зайдіть на офіційний сайт gemini.google.com або в мобільний застосунок. У Gemini немає обов'язкової реєстрації для ознайомлення: деякі функції можна протестувати без входу в акаунт. Проте для повноцінної роботи збереження історії чатів і доступу до розширених можливостей потрібен обліковий запис Google.

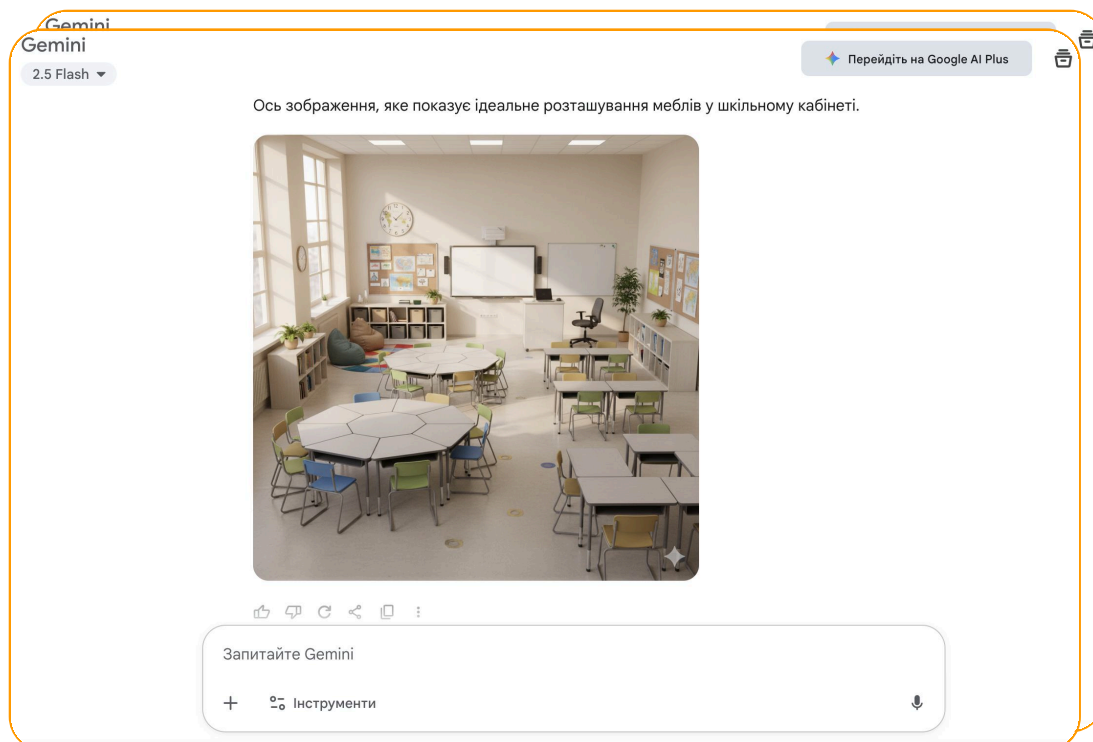


Gemini має безплатну версію, яка надає базові можливості для роботи з текстом та зображеннями. Для вчителя безплатної версії зазвичай достатньо, щоб створювати матеріали до уроків, тестові завдання чи пояснення. Платна ж буде корисною тоді, коли потрібна стабільна робота з великими обсягами інформації.

Інтерфейс Gemini нагадує звичайний чат і є простим та інтуїтивно зрозумілим. Поле для введення запиту розташоване внизу екрана. Сюди вводиться текстовий промт або завантажуються зображення й файли для аналізу. Діалог займає центральну частину екрана, тут відображаються як ваші запити, так і відповіді від ШІ. Ліва панель меню (у вебверсії) дає змогу створювати нові чати, переглядати попередні та перемикається між різними діалогами. Кнопки форматування результату іноді з'являються під відповіддю: можна попросити подати її у вигляді списку, таблиці чи іншого формату. Верхня панель містить налаштування профілю, вибір моделі (у безплатній чи платній версії) та довідкові матеріали.

Gemini може працювати в унісон з іншими продуктами Google (Docs, Slides, Gmail тощо), що полегшує інтеграцію у вже наявні робочі процеси вчителя. Важливо, що Gemini має покращені функції для роботи з мультимодальними даними: текст + зображення.

Gemini також надає можливість створювати зображення за текстовим описом, а в деяких випадках ще й редагувати їх (наприклад, змінювати окремі елементи чи стиль), що робить його більш універсальним інструментом: учитель може не лише отримати текстове пояснення чи план уроку, а й одразу створити візуальний матеріал.



Варто пам'ятати, що можливості таких сервісів постійно розвиваються. З кожним оновленням з'являються нові функції, тому з часом їхня роль в освітньому процесі лише зростатиме, а вчителі отримуватимуть ще більше інструментів для креативної роботи.

ЯК НЕ МОЖНА ВИКОРИСТОВУВАТИ ВЕЛИКІ МОВНІ МОДЕЛІ:

1. для пошуку, перевірки новин (тобто як пошуковик);
2. для розрахунків (без перевірки);
3. для конфіденційної інформації;
4. для досліджень (без фактчекінгу).

ІДЕЇ ДЛЯ ВИКОРИСТАННЯ ВЕЛИКИХ МОВНИХ МОДЕЛЕЙ У РОБОТІ ВЧИТЕЛЯ:

- швидке створення планів, конспектів і сценаріїв занять із чіткою структурою;
- спрощення або ускладнення одного й того самого матеріалу для різних вікових груп чи рівня учнів;
- генерація відкритих запитань, кросвордів чи інтерактивних вправ, вигадкування ігор, дискусійних питань, творчих завдань;
- створення варіативних завдань, які учні можуть виконувати індивідуально чи в групах;
- моделювання проблемних ситуацій, щоб учні шукали рішення;
- підготовка схем, таблиць, інфографіки або малюнків для пояснення матеріалу;
- переклад текстів, створення словників, тренування діалогів іноземною мовою;
- підготовка рефлексивних запитань для учнів або порад для покращення власного уроку;
- пошук нових форматів для формувального оцінювання;
- відтворення розмов у різних навчальних ситуаціях (інтерв'ю з історичною постаттю, носієм певної мови, представником певної професії тощо).

ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ

1. Спробуйте ввести однаковий запит у ChatGPT та Gemini (або інший чат-бот). Порівняйте результати: які сильні та слабкі сторони ви помітили? Надайте чат-боту зворотний зв'язок, простежте, як змінюється відповідь.
2. Попросіть чат-бот пояснити тему [ваша тема] двома різними способами: для учнів молодших класів і для старшокласників. Порівняйте відповіді та визначте, як змінюється мова й рівень складності. Надайте чат-боту зворотний зв'язок, простежте, як змінюється відповідь.
3. Сформулюйте промт для генерації зображення, простої схеми чи інфографіки. Проаналізуйте, наскільки результат можна використати на уроці.
4. Перевірте чат-бот на помилки: попросіть його скласти 5 фактів на вашу тему, а потім самостійно перевірте їх у підручнику чи іншому надійному джерелі. Запишіть, чи були неточності.

2.3. ГЕНЕРАЦІЯ ЗОБРАЖЕНЬ: ВІД ТЕКСТУ ДО КАРТИНКИ

Ми давно вже звикли до яскравих ілюстрацій та візуальних образів, тому навіть складні теми легше пояснювати за допомогою картинок. Раніше для цього потрібно було шукати готові зображення або витратити час на малювання й редагування. Тепер учителю допомагає ШІ: достатньо кількох рядків опису. Система швидко створить нову картинку спеціально під ваш запит: зображення історичної події, героя твору, природного явища чи будь-якого іншого об'єкта, який ви хочете показати учням.

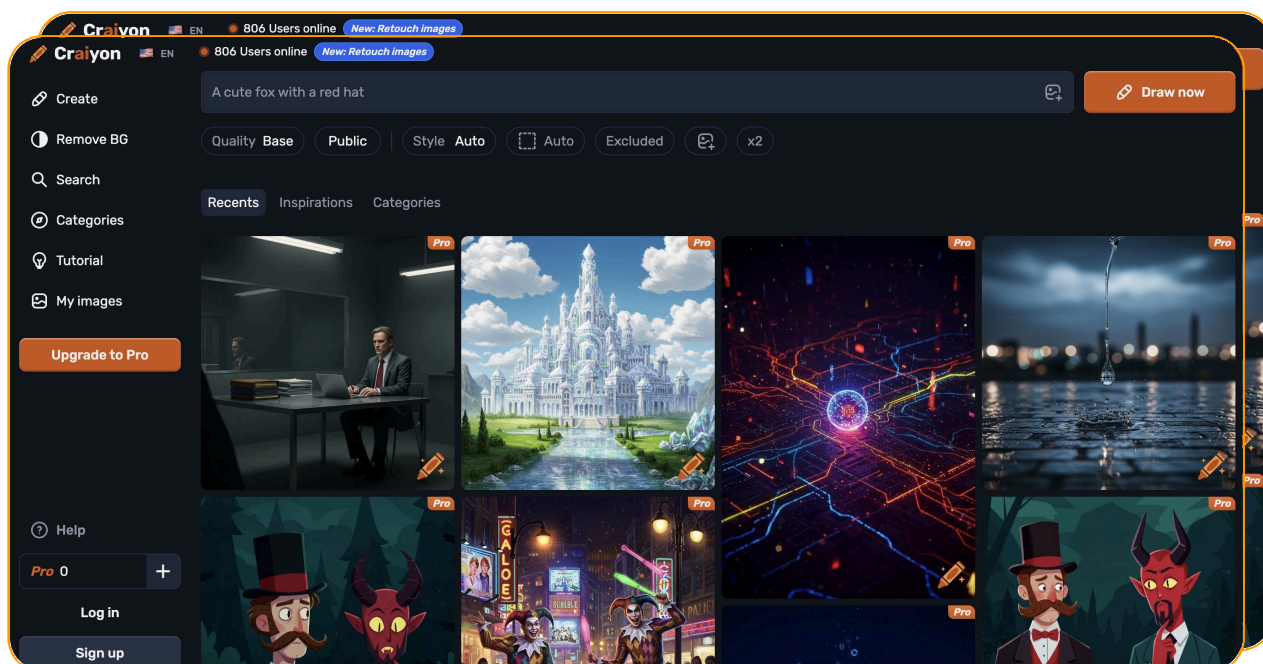
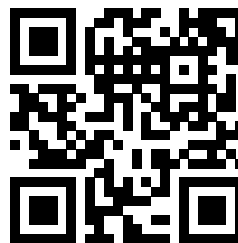
Існує дуже чимало сервісів для генерації зображень, і кожен із них пропонує свої можливості, тарифи та переваги. Деякі пропонують більше стилів чи швидший час обробки, інші – кращу якість чи відсутність водяних знаків у безплатних версіях. У цьому посібнику ми розглянемо лише два приклади, щоб показати, як це працює на практиці. Водночас варто пам'ятати, що принцип роботи в усіх подібних сервісах дуже схожий: користувач описує бажане зображення словами, а ШІ створює картинку за цим описом.

ЗВЕРНІТЬ УВАГУ: функціонал застосунків для генерації зображень може змінюватися з часом. Так само може змінюватися й політика доступу: те, що сьогодні доступно безкоштовно, завтра може вимагати підписки або мати обмеження за кількістю запитів, тому важливо завжди перевіряти актуальні умови використання сервісу перед тим, як планувати роботу з ним.

2.3.1. CRAIYON

Застосунок Craiyon є зручним інструментом для вчителя, адже дає змогу без спеціальних навичок швидко створювати візуальні матеріали. Він може допомогти як під час підготовки до уроку, так і безпосередньо на занятті, коли потрібно проілюструвати нову тему або урізноманітнити навчальний процес. Craiyon працює повністю онлайн, не потребує встановлення на комп'ютер і є безкоштовним.

Для того, щоб почати роботу, перейдіть на офіційний сайт <https://www.craiyon.com>. Інтерфейс застосунку Craiyon дуже простий та інтуїтивно зрозумілий, тому вчитель зможе швидко розібратися навіть без знання англійської мови. У разі потреби можна скористатися вбудованим у Google Chrome перекладачем, який автоматично зробить меню та кнопки українською.



У Craiyon можна працювати як зареєструвавшись, так і без реєстрації. Щоб генерувати без реєстрації, достатньо зайти на сайт і відразу почати створювати картинки, однак історія пошуків і налаштувань не зберігається, а можливості залишаються базовими. З реєстрацією відкривається доступ до додаткових функцій: збереження історії ваших запитів, можливість швидко повертатися до попередніх результатів, налаштування стилю зображень, а також іноді швидший час генерації.

Щоб згенерувати зображення, на головному екрані знайдіть велике поле для введення тексту. Уведіть детальний опис вашого зображення: що детальнішим буде опис, то точнішим буде результат.

Структура промту для генерації зображень:

ОБ'ЄКТ

що зображено

(кіт, будинок, людина тощо)

ДІЯ / ПОЛОЖЕННЯ

що він робить

(біжить, летить, сидить тощо)

СТИЛЬ

який ви хочете стиль

(фото, олійний живопис,
акварель, аніме, вектор тощо)

ХУДОЖНИК / ТЕХНІКА

можна додати ім'я художника

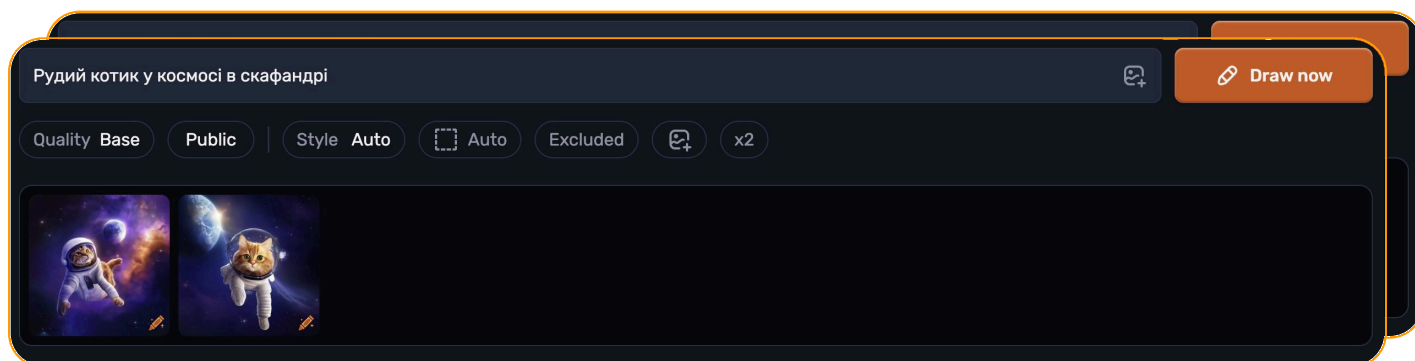
(наприклад, «у стилі Ван Гога»)

або технічні терміни

(«4K», «висока деталізація»)

Після цього натисніть велику кнопку «Draw now» (Намалювати зараз), далі починається генерація. У безкоштовній версії це може зайняти від 30 секунд до кількох хвилин, залежно від завантаженості сервера – ви побачите індикатор прогресу.

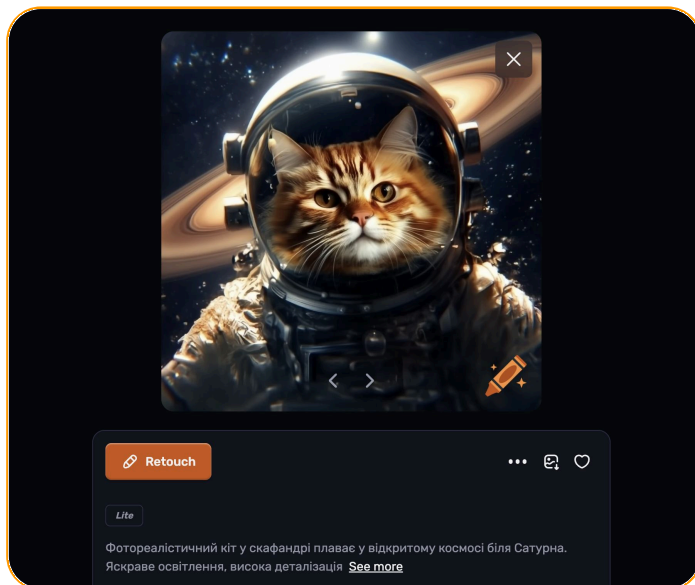
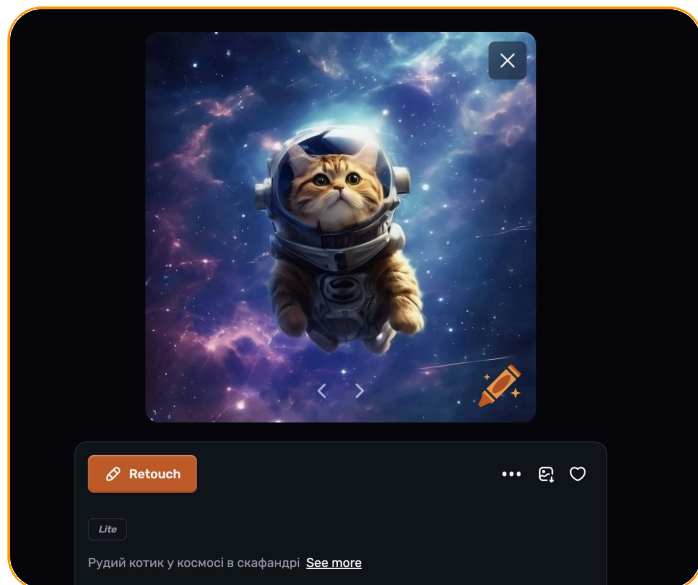
Під час роботи ШІ інтерпретує введений текст і генерує сітку з двох варіантів (у безкоштовній версії) та з дев'яти різних варіантів зображення (версія PRO). Craiyon може генерувати зображення в різних стилях: від фотореалістичного до абстрактних малюнків.



Хоч якість зображень у безкоштовній версії може бути нижчою, порівняно з деякими платними професійними інструментами, однак постійні оновлення покращують модель.

Наприклад, ми написали такий найпростіший промт: «Рудий котик у космосі в скафандрі».

Після цього ми згенерували зображення на основі більш детального промту: «Фотореалістичний кіт у скафандрі плаває у відкритому космосі біля Сатурна. Яскраве освітлення, висока деталізація».



Отже, після завершення генерації на екрані з'явиться сітка з двох унікальних зображень. Перегляньте результати та оцініть, наскільки точно ШІ «зрозумів» вашу ідею. Оберіть найкраще зображення, натисніть на нього, щоб відкрити його у більшому розмірі. Після цього натисніть кнопку «Download» (Завантажити) під обраним зображенням, щоб зберегти його на свій пристрій.

Застосунок Craiyon містить посібник із детальними поясненнями та прикладами щодо користування. Для ознайомлення з ним необхідно у правому верхньому куті обрати підрозділ «Tutorial».

Зверніть увагу: зображення, згенеровані за допомогою Craiyon, можна використовувати і в комерційних цілях, проте безкоштовні користувачі повинні вказувати авторство «Generated by Craiyon (craiyon.com)». Крім того, на безоплатно згенерованих зображеннях автоматично розташовуватиметься «водяний знак». У платних версіях цієї вимоги немає.

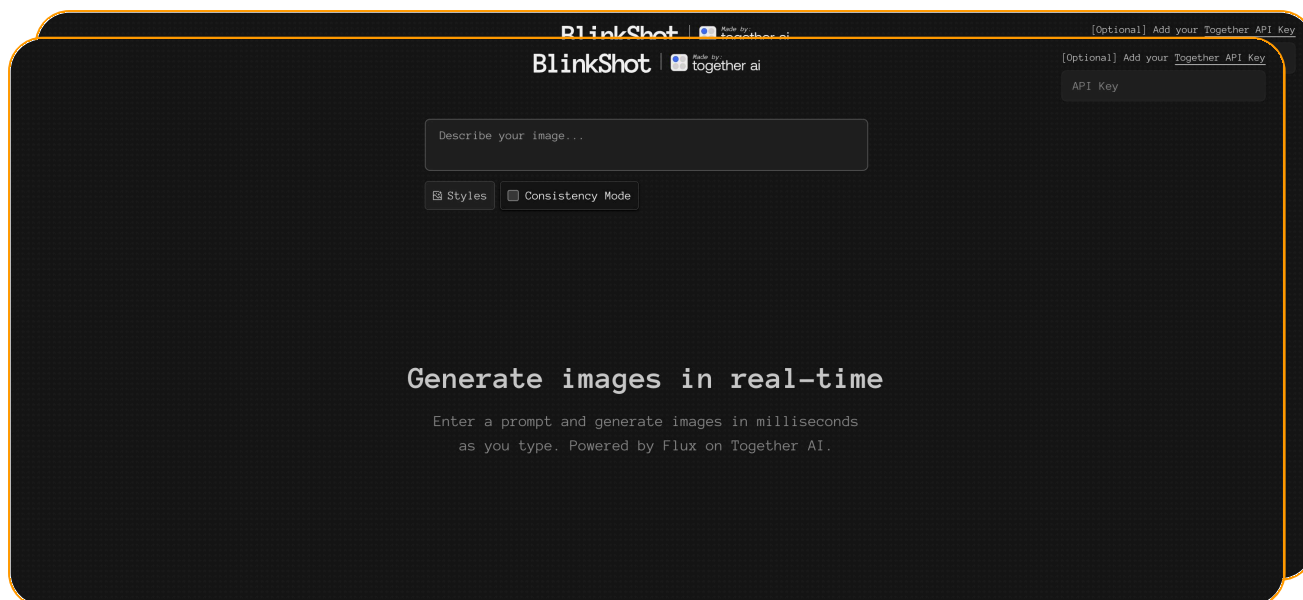
2.3.2. BLINKSHOT

Ще один безплатний сервіс для генерації зображень за текстовим описом в режимі реального часу – Blinkshot. Його можна використовувати без реєстрації, однак для більш зручної роботи передбачена можливість створення акаунта.

Аби почати роботу, перейдіть на офіційний сайт <https://www.blinkshot.io>. Інтерфейс Blinkshot дуже простий і мінімалістичний. У центрі сторінки розташоване поле для введення текстового опису (саме сюди потрібно вписати промт); поруч є кнопка для запуску генерації зображення. Нижче відображаються результати у вигляді картинок, які можна переглянути чи завантажити; додаткових меню чи складних налаштувань майже немає, що робить сервіс зручним навіть для новачків.

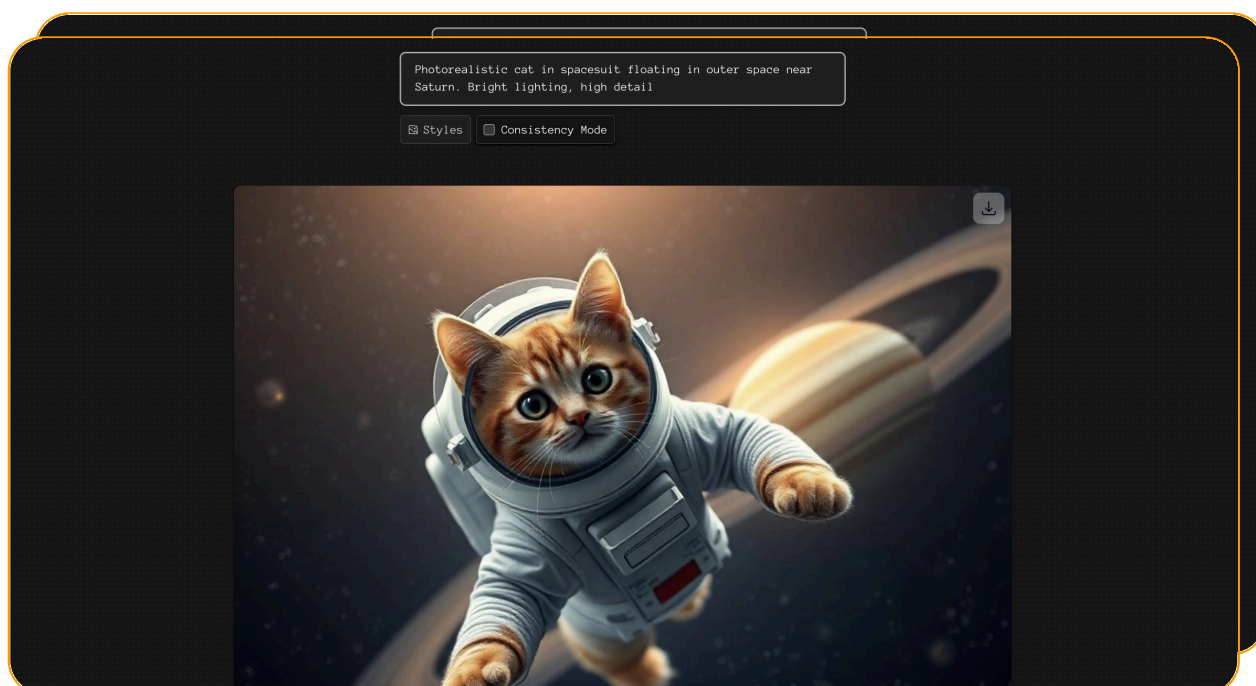


Мова інтерфейсу – англійська, проте вона настільки проста, що розібратися можна й без знання мови. За потреби завжди можна скористатися вбудованим перекладачем у браузері Google Chrome, щоб отримати підказки українською.



У сервісі Blinkshot запит потрібно вводити англійською мовою. Для цього можна скористатися будь-яким онлайн-перекладачем. Коли ви вставили промт у поле введення, нічого додатково натискати не потрібно, адже сервіс автоматично згенерує один результат. Щоб завантажити створене зображення, достатньо натиснути на відповідну кнопку в правому верхньому куті картинки.

Щоб оцінити роботу сервісів, ми ввели той самий промт, який і використовували в попередньому застосунку: «Фотореалістичний кіт у скафандрі плаває у відкритому космосі біля Сатурна. Яскраве освітлення, висока деталізація».



Зверніть увагу: на зображеннях, створених у Blinkshot, немає водяних знаків. Це є додатковою перевагою сервісу для використання в освітніх цілях.

Ідеї для використання генерації зображень у роботі вчителя:

1. створення унікальних картинок для пояснення складних понять (наприклад, будова клітини, схема вулкана, історичні події)
2. генерація образів персонажів чи сцен із художніх текстів для кращого занурення учнів у сюжет;

4. генерація образів історичних постатей чи подій, яких немає у фотографіях, для оживлення уроків історії;
5. Зверніть увагу: якщо ви просите ШІ намалювати відомого героя, він може мати недостатньо точних даних і створити зображення з помилками. Тому важливо формулювати промт максимально описово, додаючи якомога більше деталей.
Наприклад, замість загального запиту «Намалюй Богдана Хмельницького» краще написати: «Намалюй Богдана Хмельницького: чоловіка років 50 у шапці з двома пір'ями, у великому червоному кожусі». Що більше деталей ви зазначите у запиті, то точніше буде зображення. Варто пам'ятати, що технології швидко розвиваються, і з часом точність відтворення історичних образів ставатиме вищою.
6. підготовка візуальних матеріалів для квестів, настільних ігор або інтерактивних вправ у класі;
7. підготовка візуального оформлення для шкільних заходів, класних куточків чи інформаційних стендів;
8. використання зображень як візуального матеріалу для вправ на асоціації, відображення емоцій чи підбиття підсумків уроку;
9. генерація зображень для креативних способів формувального оцінювання.

ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ

1. Уведіть один і той самий промт у два різні сервіси (Craiyon та Blinkshot). Порівняйте отримані картинки за якістю, стилем і точністю відтворення. Запишіть свої спостереження.
2. Спробуйте згенерувати зображення історичної постаті. Спочатку введіть простий запит, а потім деталізований. Зробіть висновок, який варіант вийшов більш вдалим.
3. Створіть одне й те саме зображення у різних стилях: «реалістичний», «мультяшний», «акварель» тощо. Порівняйте, який варіант краще підходить для роботи з вашими учнями.
4. Оберіть згенероване зображення та перевірте його на відповідність реальності (наприклад, на уроці біології – чи правильно зображена будова клітини, на історії – чи достовірно виглядають деталі одягу). Визначте, які моменти потребують уточнення.

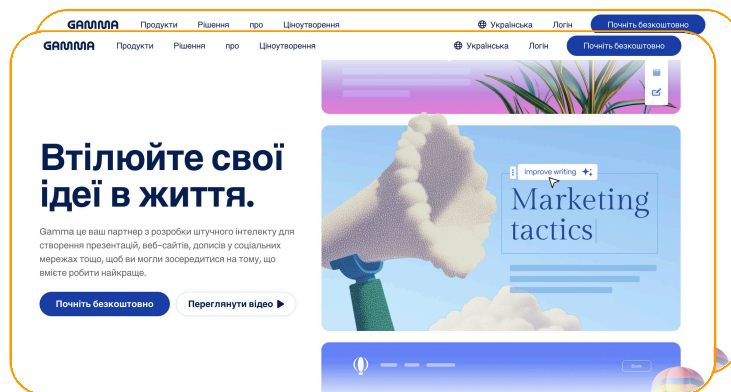
2.4. ПРЕЗЕНТАЦІЇ ТА ІНФОГРАФІКА В ОДИН КЛІК: МОЖЛИВОСТІ ШІ

У сучасному освітньому процесі презентації та інфографіка стали невіддільними інструментами вчителя. Вони допомагають структурувати матеріал, роблять його більш наочним та зрозумілим для учнів, а також підтримують увагу під час пояснення складних тем. Створення таких матеріалів зазвичай потребує часу й певних технічних навичок, проте за допомогою ШІ цей процес можна значно спростити. Сервіси ШІ дають змогу швидко підготувати презентацію чи інфографіку на основі короткого опису теми або на основі вашого готового текстового матеріалу, надаючи вчителю більше часу для роботи з учнями та творчої реалізації. У цьому підрозділі ми розглянемо кілька ШІ-сервісів, які дають змогу виконувати подібні задачі в один клік.

2.4.1. GAMMA

Gamma – це сучасна, інноваційна платформа для швидкого створення презентацій, документів та інфографіки за допомогою ШІ. Вона особливо зручна для вчителів, адже дає змогу за кілька хвилин отримати готовий набір слайдів без потреби працювати в складних графічних редакторах. Gamma трансформує текстові ідеї у візуально привабливі та динамічні формати: презентація, сайт, документ.

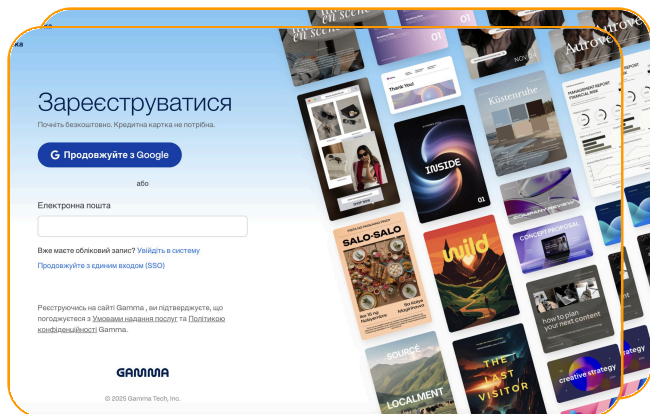
Щоб використати Gamma, перейдіть на офіційний сайт <https://gamma.app>. Робота в Gamma потребує обов'язкової реєстрації. Це необхідно для того, щоб зберігати створені презентації та мати можливість редагувати їх у майбутньому.



Зареєструватися можна двома способами:

1. використавши свій профіль Google (швидкий варіант, зручний для вчителів, які вже працюють із сервісами Google);
2. за допомогою будь-якої іншої електронної пошти.

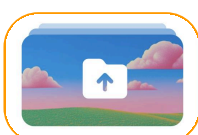
Після реєстрації користувач отримує доступ до повного функціоналу застосунку та можливість організовувати свої роботи в особистому кабінеті.



У Gamma можна створювати презентації трьома способами:



на основі власних текстових нотаток. Користувач вставляє підготовлений матеріал (ключові тези чи план уроку), а система автоматично формує з нього слайди;

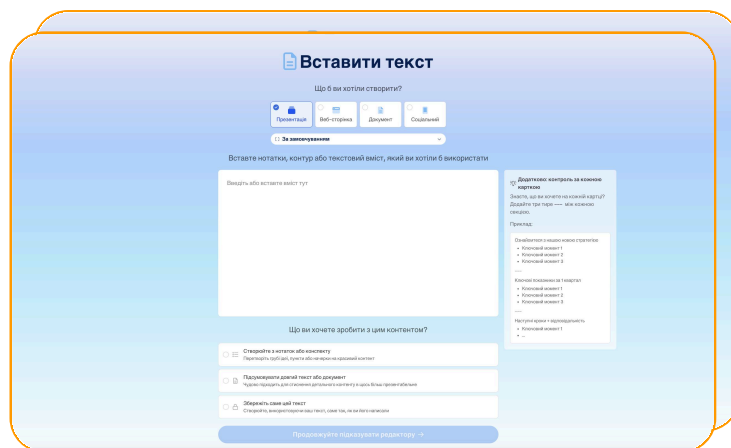


на основі готового файлу чи URL-адреси. Ви завантажуєте документ (наприклад, Word чи PDF) або вставляєте покликання на матеріал, а застосунок перетворює його на презентацію.



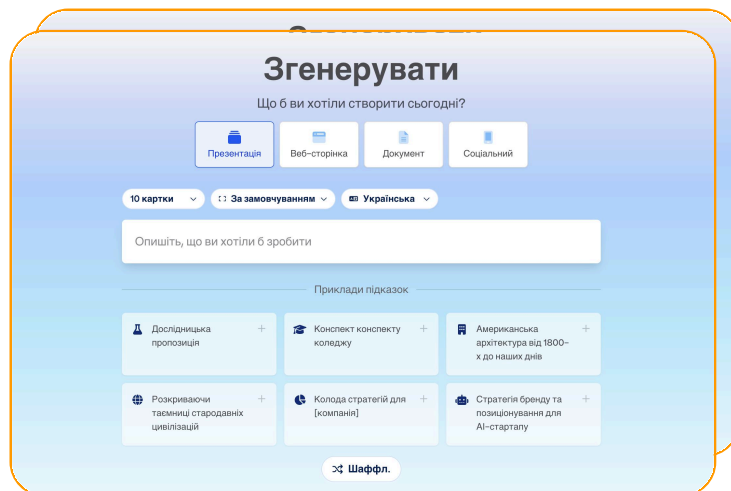
повністю на основі ШІ. Достатньо ввести тему або короткий опис, і Gamma самостійно згенерує структуру та наповнення презентації;

Перший спосіб створення презентації в Gamma – це робота на основі власних нотаток. Для цього потрібно вставити текст у велике поле на головній сторінці (праворуч від нього є підказка з поясненням, як правильно це зробити). Далі оберіть, який саме вид контенту ви хочете згенерувати: презентацію, вебсторінку, документ чи контент для соцмереж. Нижче визначте формат сторінки, а під вставленим текстом оберіть опцію, яка визначає, яким чином ваші нотатки будуть оброблені під час створення контенту.

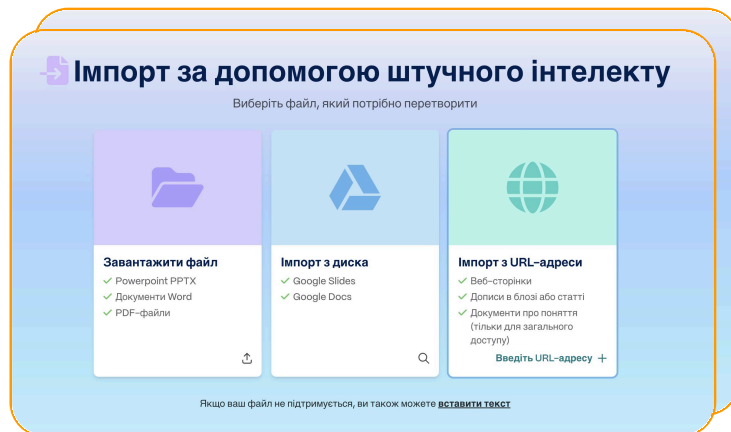


Це дасть змогу навіть із коротких чернеткових записів отримати повноцінну презентацію для уроку. Натисніть «Продовжуйте підказувати редактору».

Другий спосіб створення презентації в Gamma полягає в тому, щоб згенерувати все повністю на основі ШІ. Спочатку потрібно обрати вид контенту, який ви хочете створити: презентацію, вебсторінку, документ чи контент для соцмереж. Далі визначається кількість карток у презентації – у безплатній версії максимум 10. Після цього оберіть формат сторінки та мову. У текстовому полі коротко впишіть свій запит, а потім натисніть кнопку «Створити контур». Сервіс автоматично сформує структуру майбутньої презентації, яку далі можна деталізувати та редагувати.



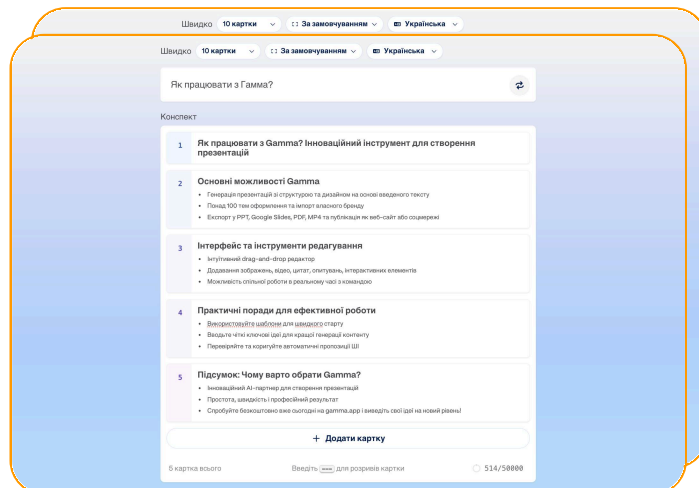
Третій спосіб у Gamma дає змогу створити презентацію на основі готового файлу або покликання. Для цього потрібно обрати, який варіант ви використовуєте: завантаження файлу з комп'ютера, імпорт із Google Диска чи вставлення URL-адреси. Після цього вставте файл або покликання та натисніть кнопку «Імпорт». Сервіс автоматично проаналізує матеріал і перетворить його на структуру презентації, яку ви зможете редагувати та доповнювати.



Кожен із трьох способів у Gamma призводить до створення короткої структури презентації, яку можна редагувати:

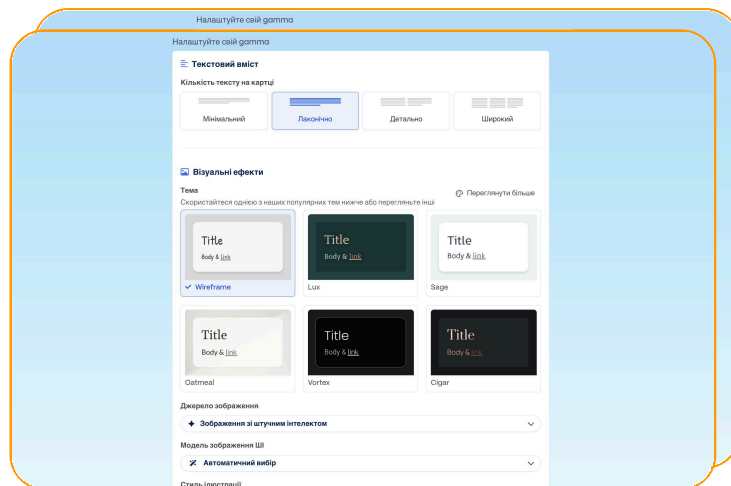
- змінювати текст
- додавати або вилучати слайди
- коригувати оформлення
- візуальні елементи.

Це дає змогу швидко отримати базовий варіант і підлаштувати його під власні потреби та конкретний урок.

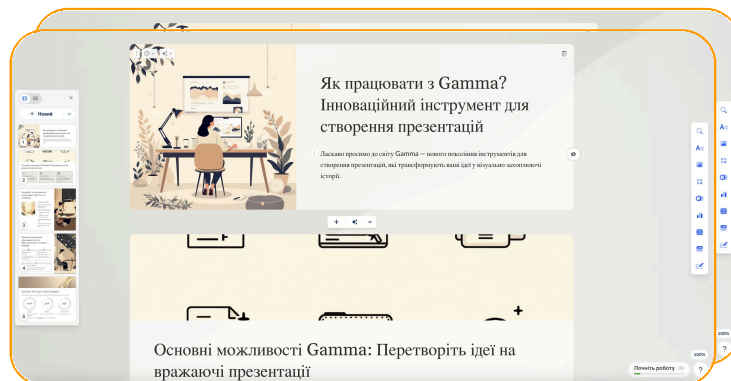


Після створення контуру презентації в Gamma нижче потрібно обрати параметри оформлення: кількість тексту на слайдах (короткі тези чи розгорнуті пояснення), стиль презентації (наприклад, стриманий діловий або яскравий креативний), а також варіанти зображень, які будуть використані.

Коли всі налаштування задані, достатньо натиснути кнопку «Згенерувати» – і система створить готову презентацію, яку можна редагувати й доповнювати.

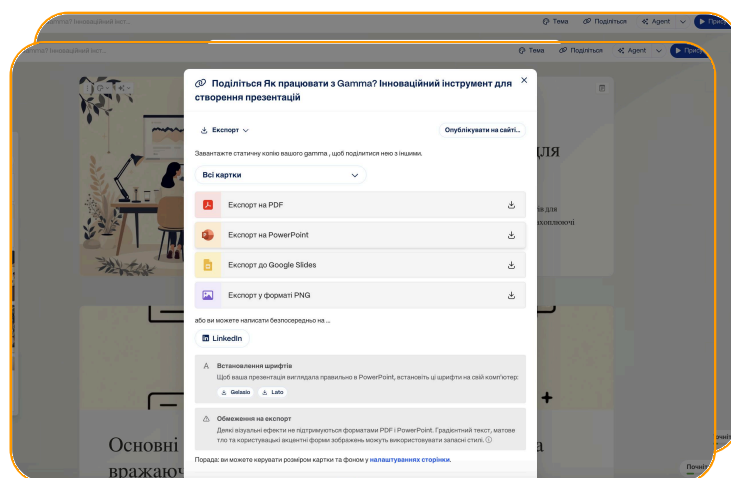


Далі система буквально на ваших очах за одну-дві хвилини згенерує нову презентацію, яку ви одразу зможете редагувати: змінювати текст, додавати зображення, коригувати стиль чи структуру. У створенні матеріали легко інтегрувати зовнішні медіаелементи: відео з YouTube, GIF-файли, живі інтерактивні графіки, а також контент із професійних інструментів, таких як Figma чи Miro, що робить презентації більш сучасними, наочними та привабливими для учнів.



Коли робота над презентацією буде завершена, готовий файл можна завантажити для подальшого використання на уроці або зберегти у своєму акаунті.

Щоб завантажити готову презентацію в Gamma, потрібно натиснути на три крапки у верхньому правому куті екрана, обрати пункт «Експорт», а потім визначити необхідний формат файлу (наприклад, PDF чи PowerPoint). Це дасть змогу зручно зберегти матеріал і використовувати його офлайн під час уроку.

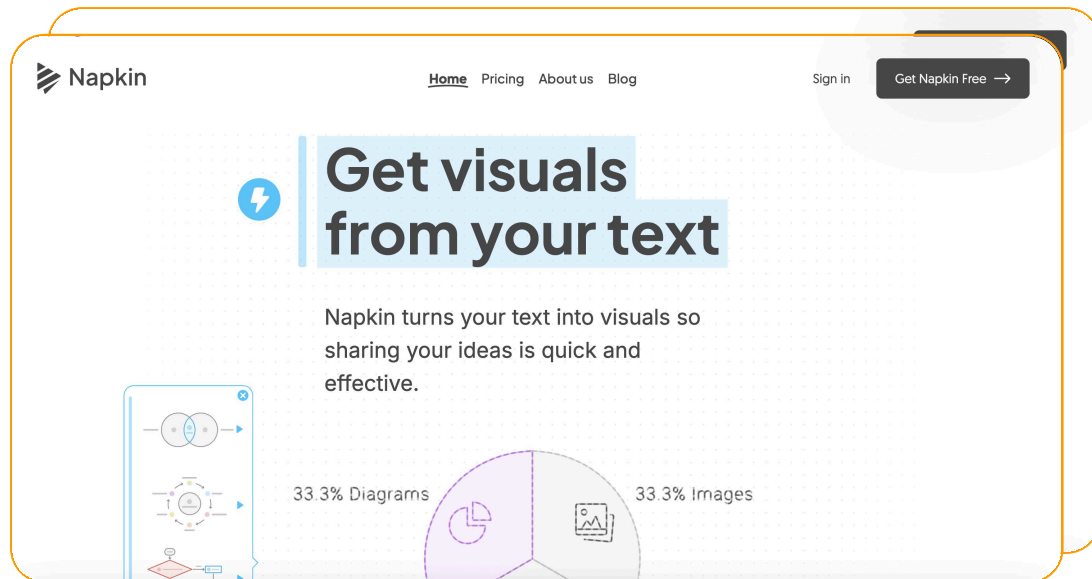


Платформа також підтримує спільне редагування в реальному часі, що зручно для командної роботи вчителів або створення навчальних матеріалів разом зі старшокласниками. Готові матеріали можна публікувати за покликанням. Для цього у правому верхньому куті натисніть на кнопку «Поділіться» > «Скопіювати посилання».

У безкоштовній версії для освітян надається **400 кредитів**, які можна поновлювати. Для цього достатньо запросити нових користувачів доєднатися до платформи: автоматично і ви, і запрошена людина отримує по **200 додаткових кредитів**. Орієнтовно одна презентація вартуватиме **50 кредитів**.

2.4.2. NAPKIN

Napkin – це онлайн-застосунок, який на основі ШІ допомагає створювати прості та зрозумілі інфографіки, діаграми й візуальні нотатки. Його основна ідея – швидко перетворювати складні ідеї на наочні схеми, що робить навчальний матеріал більш доступним для учнів. Користувач вводить опис процесу, ідеї чи структури, а ШІ аналізує контекст і взаємозв'язки, щоб згенерувати відповідну графіку (наприклад, блок-схему, діаграму Венна або часову шкалу).



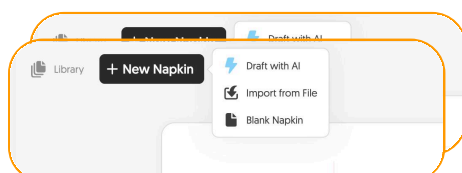
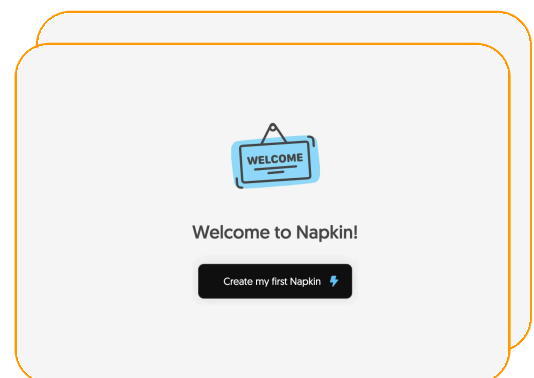
Щоб розпочати роботу, перейдіть на офіційний сайт <https://www.napkin.ai>. Інтерфейс Napkin простий і орієнтований на швидку роботу, однак він доступний лише англійською мовою. Це не має стати перешкодою: за потреби можна скористатися вбудованим перекладачем у Google Chrome, який автоматично зробить усі елементи інтерфейсу зрозумілими українською.

Важливо, що користуватися Napkin можна лише після реєстрації. Це необхідно для того, щоб зберігати створені презентації та інфографіку, а також мати можливість редагувати їх у майбутньому. Реєстрація відбувається двома способами:

1. через профіль Google (швидкий і зручний варіант для вчителів, які вже користуються сервісами Google);
2. за допомогою будь-якої іншої електронної пошти.

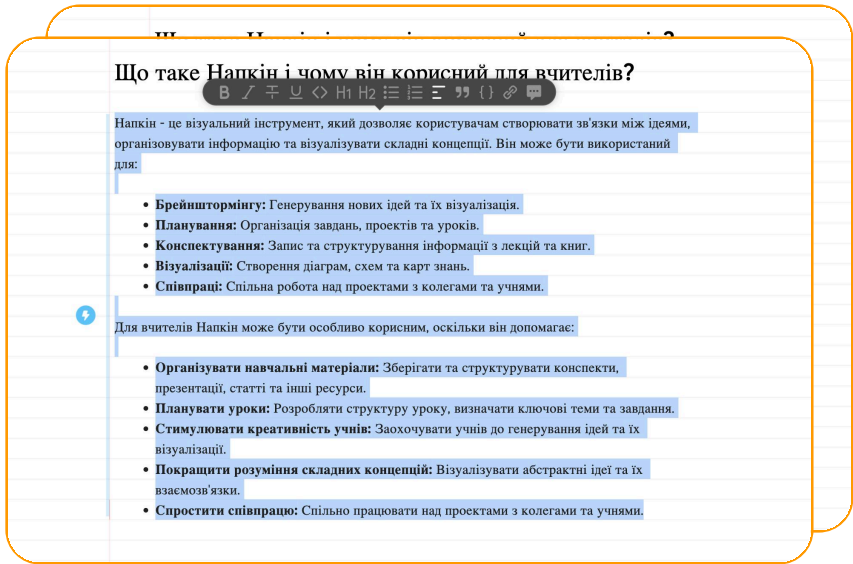
Після успішної реєстрації користувач отримує доступ до повного функціоналу Napkin і може організовувати свої роботи в особистому кабінеті.

Після реєстрації та проходження короткого опитування можна розпочати роботу з сервісом. Якщо ви зареєструвалися вперше, натисніть кнопку «Create my first Napkin». Якщо ж ви вже користувалися платформою раніше, достатньо натиснути кнопку «New Napkin», щоб створити новий проект.



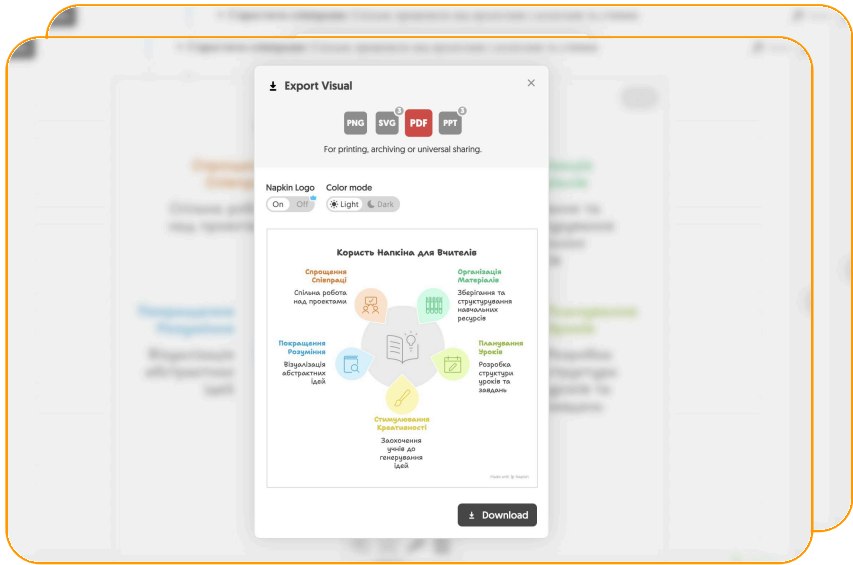
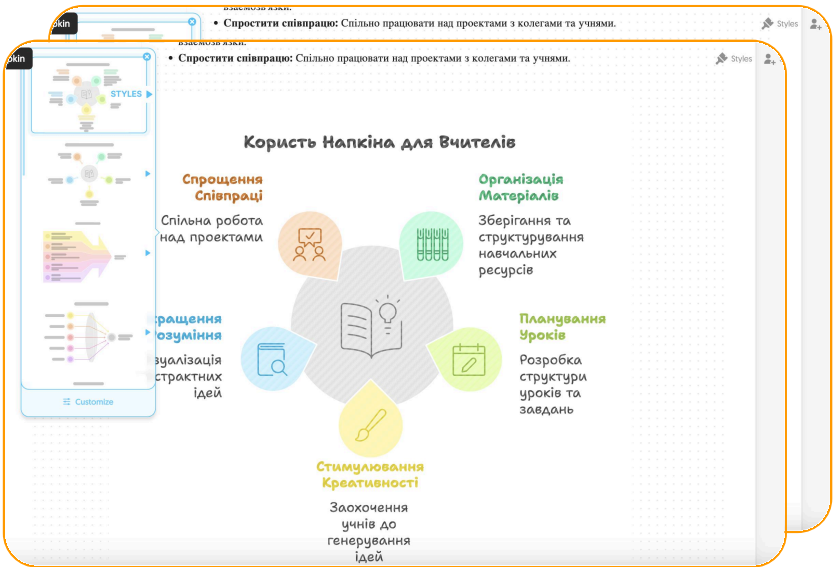
У Napkin є кілька способів створення інфографіки. Ви можете згенерувати її повністю на основі ШІ (для цього потрібно натиснути кнопку «Draft from AI» і ввести короткий опис теми). Якщо у вас є готовий матеріал, можна обрати варіант «Import from file» та завантажити документ для автоматичної обробки. Третій варіант – створити інфографіку на основі власних нотаток: для цього достатньо натиснути кнопку «Blank Napkin» і почати роботу з чистого аркуша.

Після цього відкриється текстовий редактор із уже вставленим згенерованим або завантаженим текстом. Саме з цього тексту ви зможете створювати інфографіку: редагувати зміст, структурувати його, додавати ключові пункти та перетворювати на наочні візуальні блоки. Порада: для найкращих результатів використовуйте марковані списки, нумеровані послідовності або чітко структуровані абзаци, які описують процес, компоненти.



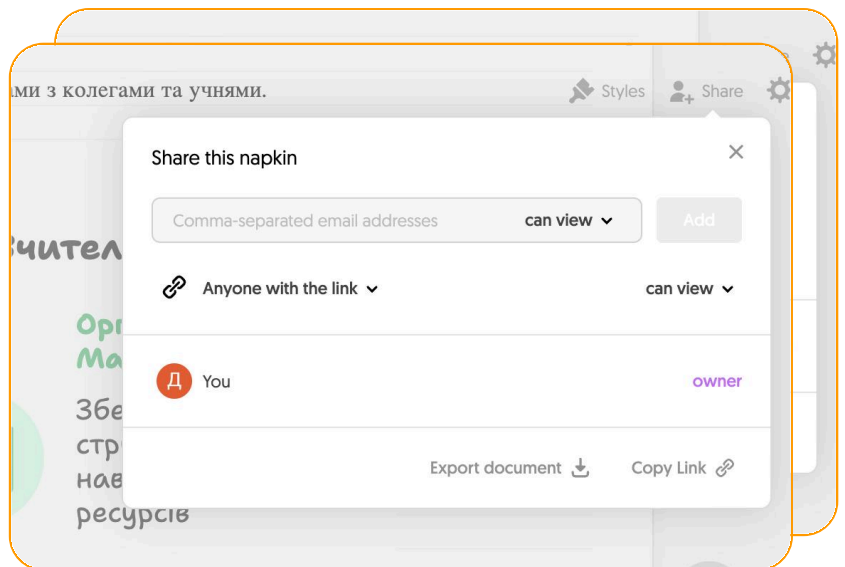
Щоб перетворити текст на інфографіку, потрібно захопити весь текст, який ви хочете використати для візуалізації, а потім натиснути на блакитне коло ліворуч. Це запустить процес генерації, і за кілька секунд система створить інфографіку на основі вибраного матеріалу.

Після створення інфографіки ліворуч з'явиться меню, де можна обрати відповідний стиль та форму візуалізації – наприклад, діаграму, блок-схему чи іншу структуру. Далі ви зможете редагувати кожен елемент інфографіки окремо: змінювати текст, колір, розташування чи додавати нові блоки.



Щоб завантажити готову інфографіку, потрібно навести на неї курсор миші. У правому верхньому куті з'явиться сіра стрілочка «Export». Натисніть на неї, а далі оберіть потрібний формат для завантаження. Після цього натисніть кнопку «Download».

Ви також можете надати спільний доступ до документа для роботи в команді. Для цього в правому верхньому куті сторінки потрібно натиснути кнопку «Share», після чого можна ввести конкретні електронні адреси тих, кому ви хочете надати доступ. Інший варіант – просто скопіювати покликання із загальним доступом, щоб будь-хто за цим покликанням міг відкрити документ.



Ідеї для використання генерації інфографіки в роботі вчителя:

1. швидко перетворити текстові конспекти на інфографіку (наприклад, «етапи фотосинтезу» чи «структура українського парламенту»);
2. створювати ментальні карти, що показують зв'язки між темами: наприклад, «основні жанри літератури» або «система права»;
3. генерація покрокових схем, котрі допоможуть пояснити алгоритм дій, наприклад, як розв'язати задачу чи як діяти під час евакуації;
4. створення коротких візуальних нагадувань, наприклад, «порядок виконання лабораторної роботи» чи «ключові формули з математики»
5. учні можуть самі створювати інфографіку на основі прочитаного тексту, виступу чи дослідження;
6. підготовка схем з ключовими висновками, яку зручно використати для повторення та рефлексії.

ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ

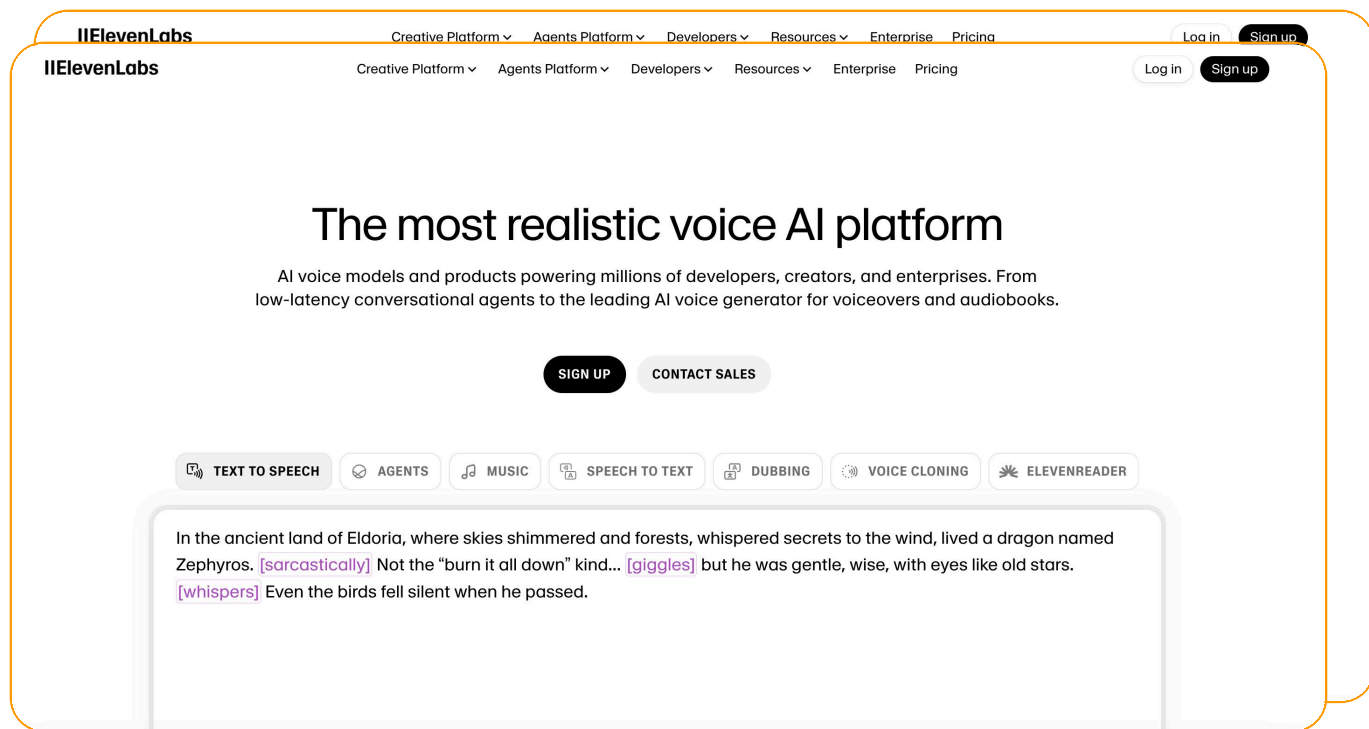
1. Створіть презентацію на основі нотаток. Візьміть свій план уроку або конспект і вставте його у сервіс (Gamma чи Napkin). Згенеруйте презентацію та порівняйте її структуру з власною. Які елементи варто відредагувати?
2. Візьміть уривок з підручника і перетворіть його на інфографіку в Napkin. Проаналізуйте, чи стала інформація зрозумілішою у візуальному форматі?
3. Поділіться згенерованою презентацією чи інфографікою через покликання і дайте колегам можливість внести правки. Обговоріть, наскільки зручно працювати у спільному режимі.

2.5. ГОЛОС ШІ: ОЗВУЧУВАННЯ ТЕКСТІВ ДЛЯ НАВЧАННЯ

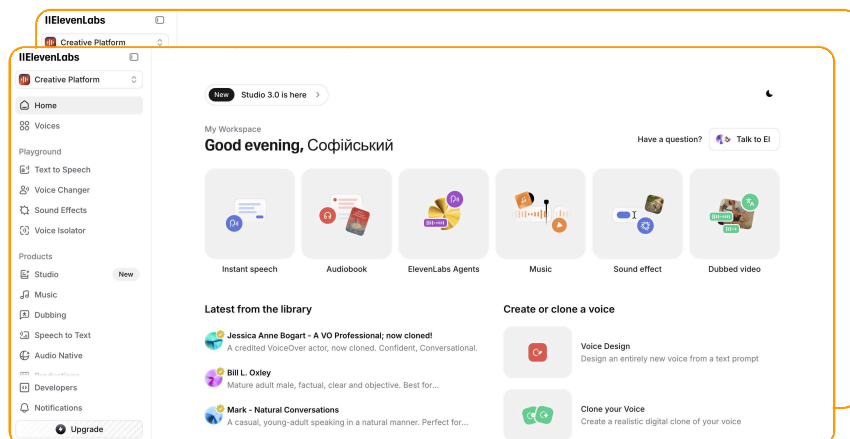
У навчальному процесі важливу роль відіграє не лише текстовий, а й аудіальний контент. Завдяки сучасним сервісам з ШІ учитель може швидко перетворювати будь-який текст на озвучене аудіо. Це відкриває нові можливості: створення аудіоматеріалів для учнів із порушеннями зору, підготовка навчальних подкастів чи додаткових матеріалів для повторення вдома, озвучування інструкцій до практичних завдань або інтерактивних вправ. Озвучування тексту дає змогу урізноманітнити формат подачі матеріалу та зробити навчання більш доступним і захопливим.

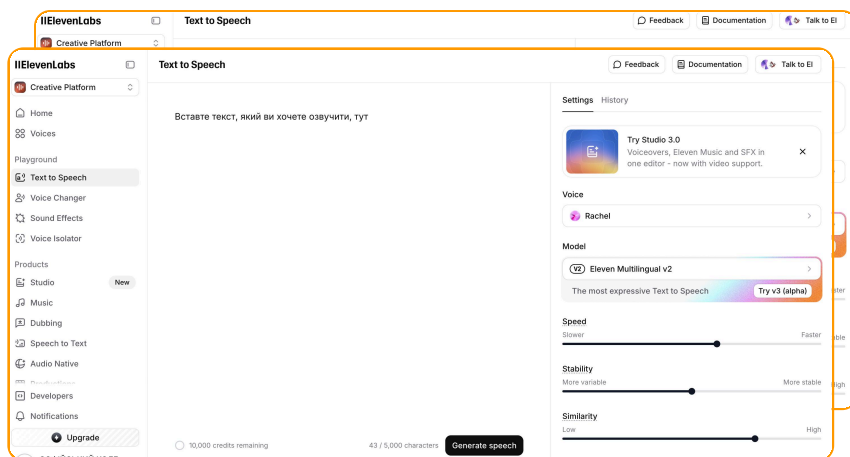
Найпопулярнішим застосунком для озвучування тексту є ElevenLabs. Це сервіс, який використовує ШІ для створення реалістичних голосів різними мовами, у тому числі й українською. У ньому є безплатна версія, якої цілком достатньо для освітніх потреб: вчитель може завантажити або ввести текст і отримати аудіофайл, який можна використати на уроці, у презентації чи як додатковий навчальний матеріал для учнів.

Щоб почати роботу з ElevenLabs, потрібно перейти за покликанням <https://elevenlabs.io/>. Далі слід пройти коротку реєстрацію, натиснувши на кнопку «Sing up», після якої відкриється доступ до сервісу. Інтерфейс програми англійською мовою, однак за потреби можна скористатися вбудованим перекладачем у Google Chrome, щоб зробити роботу більш зручною.

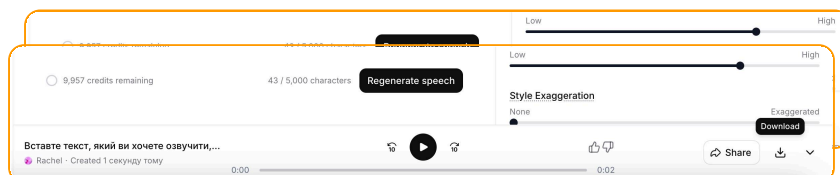


Після реєстрації відкриється доступ до роботи в ElevenLabs. Для озвучування тексту потрібно на правій стороні інтерфейсу знайти кнопку «Text to Speech». Саме тут ви зможете вставити свій текст, обрати мову, голос та запустити процес озвучування.





Далі вставте у поле текст, який ви хочете озвучити (у безплатній версії доступно максимум 5000 знаків за один раз). Праворуч від текстового поля можна обрати голос (опція «Voice»), швидкість проговорювання тексту (опція «Speed»), а також налаштувати деякі інші параметри. Коли все готово, натисніть кнопку «Generate Speech», і сервіс згенерує аудіофайл з озвучуванням вашого тексту.



Після озвучування внизу сторінки з'явиться згенероване аудіо. Щоб його завантажити, з правої сторони натисніть на стрілку з функцією «Download». Аудіофайл автоматично завантажиться на ваш комп'ютер і буде готовий до використання.

У безплатній версії ElevenLabs користувачеві надається 10 тисяч кредитів. Вони час від часу оновлюються автоматично. Орієнтовно кожен знак тексту відповідає одному кредиту, тому варто планувати використання з урахуванням обмежень.

Ідеї для використання озвучування тексту в роботі вчителя:

1. створення озвучених конспектів або підсумків тем, щоб учні могли слухати матеріал удома;
2. використання озвучування іншими мовами для тренування вимови та аудіювання. Учні зможуть слухати тексти англійською, німецькою чи іншими мовами у правильному звучанні;
3. фрагменти літературних текстів можна перетворювати на аудіо, щоб учні сприймали їх на слух, це урізноманітнює уроки літератури;
4. створення озвучені діалоги різними голосами для імітації реальних ситуацій;
5. озвучувати героїв книг чи історичних персонажів.

ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ

1. Озвучте цитату відомого науковця з вашого шкільного предмета. Прослухайте результат і перевірте, чи правильно відтворені наголоси, інтонація та паузи.
2. Виберіть той самий текст і спробуйте його озвучити кількома різними голосами (жіночим / чоловічим; офіційним / емоційним). Порівняйте, який варіант краще підходить для уроку, а який – для позакласного заходу.

ТОЧКА КОНТРОЛЮ: КОРОТКА ПЕРЕВІРКА ЗНАНЬ

Теза

Ні, маю сумніви

Частково

Добре розумію

Володію
досконало і можу
навчити інших

Я розумію, як працює ШІ і чому якість результату залежить від мого промту

Я можу сформулювати чіткий і якісний промт із зазначенням ролі, завдання, контексту та формату відповіді

Я знаю, що таке великі мовні моделі, і можу пояснити, чим вони відрізняються від пошукових систем

Я вмію використовувати чат-боти для створення навчальних матеріалів та планів уроків

Я знаю, як генерувати зображення за допомогою ШІ й можу застосовувати це для наочності на уроках

Я вмію створювати презентації та інфографіку за допомогою сервісів ШІ

Я знаю, як редагувати та адаптувати згенеровані презентації та інфографіку під потреби класу

Я можу перетворювати текст на аудіо за допомогою сервісів озвучування

Я розумію, як використання ШІ допомагає зробити навчання більш доступним

Я пам'ятаю, що результати роботи ШІ треба завжди перевіряти критично, адже він може містити помилки чи упередження

БЛОК 3.

ВІЗУАЛІЗАЦІЯ РОБОТИ ВЧИТЕЛЯ: ЯК ПОКАЗАТИ СКЛАДНЕ ПРОСТО

Візуалізація давно стала невіддільною частиною сучасної освіти, учителю важливо не лише передавати знання, а й робити їх зрозумілими та доступними. Саме візуальні інструменти допомагають пояснити складне простими засобами, структурувати матеріал і зробити уроки більш динамічними. Візуалізація – це не про «красиві картинки», а про ефективний спосіб мислити і навчати. Вона допомагає учням швидше засвоювати інформацію, бачити взаємозв'язки та запам'ятовувати ключові ідеї.

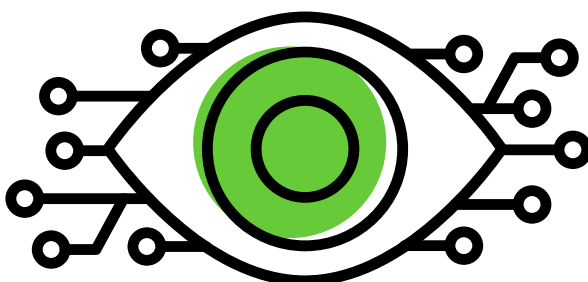
У попередніх блоках ми вже говорили про те, як ШІ може допомогти у створенні презентацій та інших візуальних матеріалів. Такі інструменти значно пришвидшують процес підготовки й економлять час учителя. Водночас вони мають певні обмеження: шаблони іноді стримують нашу креативність, а автоматична генерація не завжди дає змогу реалізувати власне бачення. У такі моменти нам хочеться творити щось самостійно, гнучко змінювати дизайн і повністю керувати візуальним стилем. Саме тут на допомогу приходять інші застосунки, які відкривають широкі можливості для творчості.

НОТАТКИ ДЛЯ ТРЕНЕРА

Почніть із запитання до аудиторії:

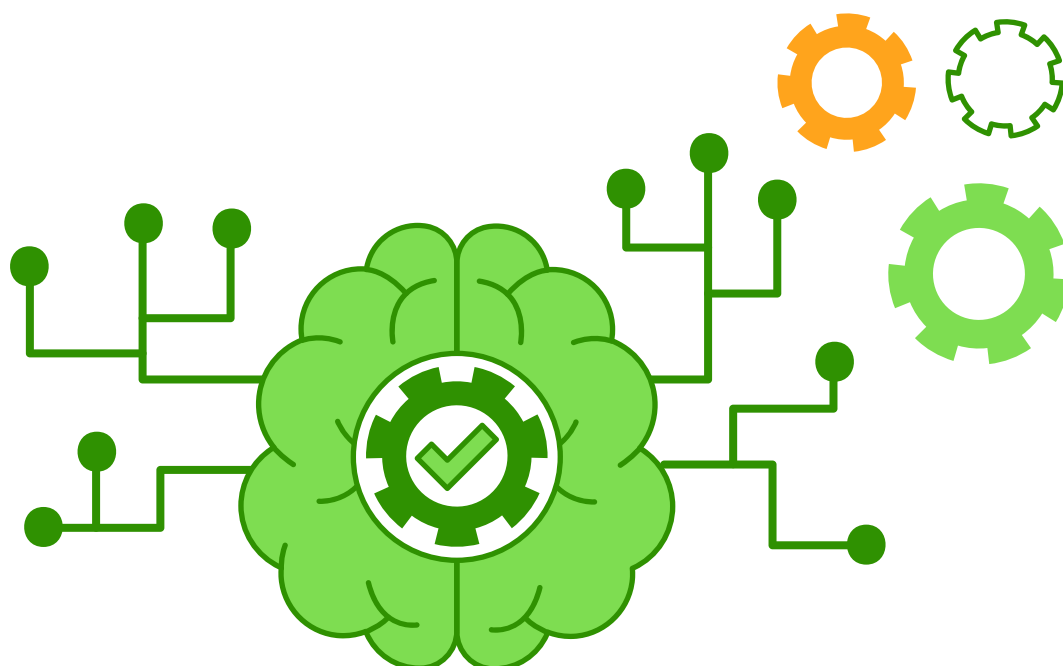
«Які візуальні інструменти ви вже використовували на уроках?»

Це дозволить зібрати попередній досвід учасників і зробити їх активними з перших хвилин. Можна провести коротке опитування в Mentimeter чи Google Forms. Нагадайте, що учасники вже знайомилися з можливостями ШІ для створення презентацій і візуальних матеріалів. Підкресліть, що ШІ пришвидшує процес, але інколи обмежує креативність. Звідси перехід: сьогодні говоримо про сервіси, де вчитель може бути повністю автором візуалізації. Важливо пам'ятати: щоб створювати якісні та привабливі візуалізації, зовсім не обов'язково бути професійним дизайнером. Сучасні сервіси розроблені так, щоб учитель міг зробити це власними силами – використовуючи прості інструменти, готові шаблони та елементи. Достатньо трохи практики – і будь-хто зможе перетворити звичайний текст чи таблицю на сучасну інфографіку, презентацію чи відео.

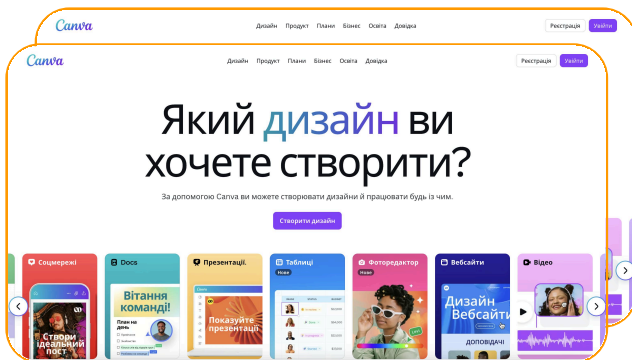


НАВЧАЛЬНІ ЦІЛІ БЛОКУ:

1. навчити вибирати оптимальний формат візуалізації залежно від навчальної мети (презентація, інфографіка, карта думок, відео)
2. ознайомити із застосунком «Canva» для створення презентацій, інфографік, робочих аркушів, афіш, сертифікатів та інших матеріалів, необхідних для навчальної діяльності;
3. продемонструвати, як підготувати резюме чи CV вчителя в сучасному та професійному форматі, використовуючи шаблони й онлайн-інструменти;
4. опанувати базові навички роботи з YouTube: створювати та завантажувати відеоуроки, правильно оформлювати їх (заголовок, опис, теги, обкладинка), а також налаштовувати доступність (публічне, обмежене чи приватне відео);
5. продемонструвати шляхи залучення учнів до створення візуальних матеріалів, розвиваючи їхню креативність і вміння працювати з цифровими інструментами.



3.1. CANVA В РОБОТІ ВЧИТЕЛЯ: ВІД ПРЕЗЕНТАЦІЙ ДО РЕЗЮМЕ



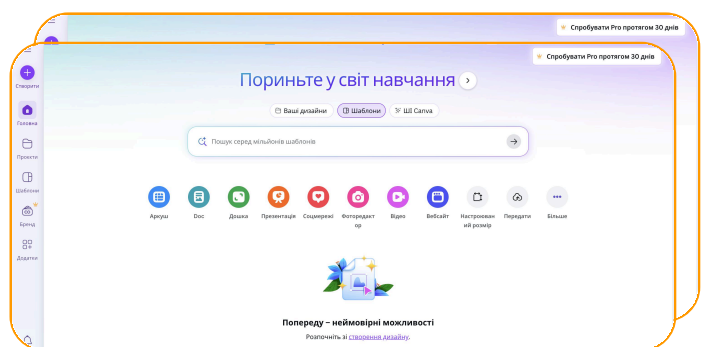
Найпопулярнішою серед учителів є платформа «Canva», яка відкриває доступ до тисяч шаблонів і дає змогу створювати презентації, інфографіку, постери, сертифікати, робочі аркуші та навіть відео. Головна її перевага – простота у використанні, бо навіть без дизайнерських навичок педагог може швидко зібрати якісний матеріал, а завдяки командному доступу можна залучати колег чи навіть учнів до спільної роботи.

Ключове питання для вчителя – як обрати правильний формат візуалізації. Презентації будуть доречними під час пояснення нового матеріалу, інфографіка – коли потрібно підсумувати або порівняти факти, діаграми та графіки – у процесі аналізу даних, карти думок – для структурування ідей, а відео чи анімація – аби емоційно залучити учнів. Правильний вибір інструменту дає змогу посилити навчальний ефект і зробити урок більш живим.

Переваги Canva для роботи освітян:

1. Canva має інтуїтивно зрозумілий інтерфейс, що дає змогу створювати професійні візуальні матеріали, не маючи жодних навичок графічного дизайну;
2. Платформа має величезну бібліотеку шаблонів – доступ до тисяч готових онлайн-презентацій, інтерактивних робочих аркушів, плакатів і навчальних карток, котрі значно економлять час підготовки;
3. Canva надає безкоштовний доступ до преміумверсії для закладів освіти (Canva for Education), тобто для вчителів, учнів, студентів.
4. Платформа надає можливість спільної роботи над проєктами в режимі реального часу, що ідеально підходить для групових завдань та інтерактивних занять в онлайні.

Робота в Canva потребує попередньої реєстрації: ви можете увійти за допомогою свого гугл-акаунту, акаунту фейсбук або будь-якої іншої електронної пошти. Після короткої реєстрації та невеликого опитування вам відкриється повний доступ до інструментів Canva. Уже з цього моменту ви зможете створювати презентації, постери, інфографіки та інші візуальні матеріали.



3.1.1. ПІДКЛЮЧЕННЯ ПРЕМІУМВЕРСІЇ CANVA «ДЛЯ НАВЧАННЯ»

Як ми вже зазначали вище, для вчителів Canva надає безплатний доступ до преміумверсії «Для навчання» (Canva for Education). Це означає, що ви можете користуватися всіма розширеними можливостями сервісу безкоштовно: відкриваються додаткові шаблони, елементи дизайну, можливість працювати з командами та організовувати навчальний процес ще зручніше. Ми рекомендуємо обов'язково підключити цю опцію, щоб розширити свої можливості у створенні навчальних матеріалів. Нижче ми опишемо кілька простих шляхів, як саме це можна зробити.

НОТАТКИ ДЛЯ ТРЕНЕРА

Поділіться з учасниками власним досвідом підключення преміумверсії «Для навчання». Поясніть, що цей процес є швидким і простим, а за потреби допоможіть учасникам під час тренінгу оформити заявку та отримати доступ.

Безплатну преміум-версію «Для навчання» можна підключити двома способами:

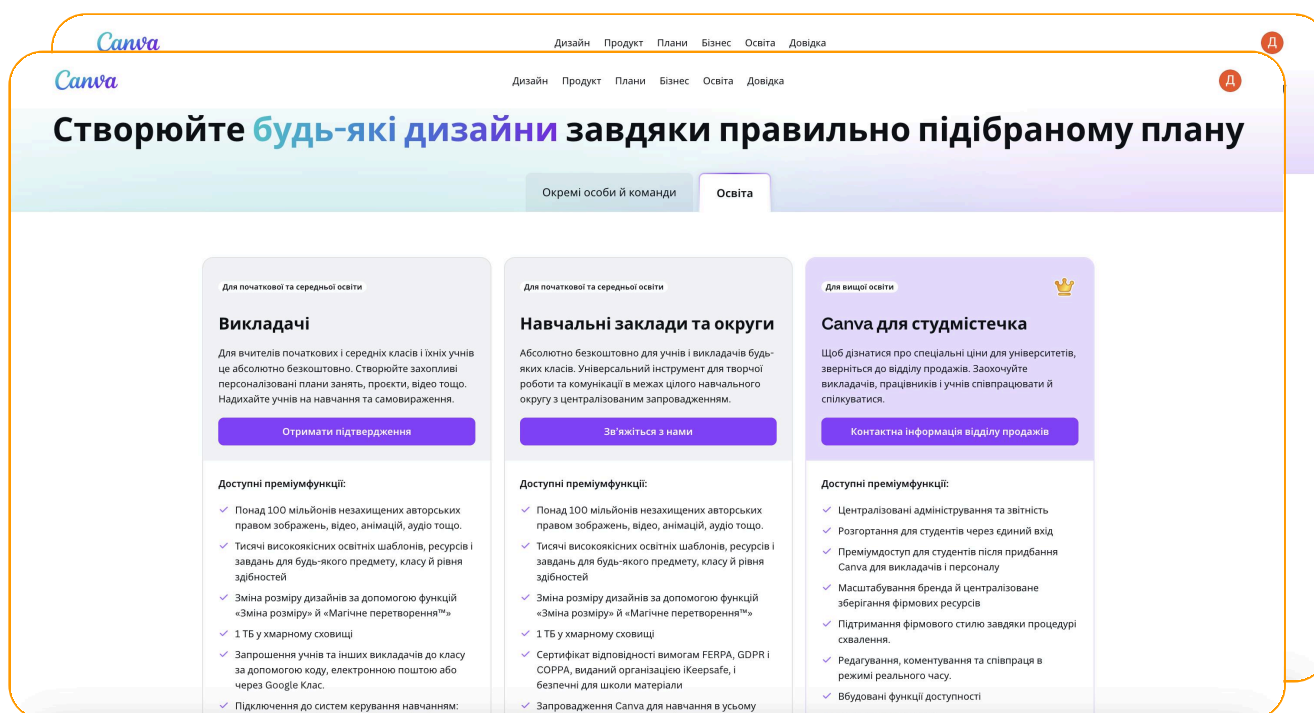
ЦЕНТРАЛІЗОВАНО ДЛЯ ВСІЄЇ ШКОЛИ

(адміністрація реєструє заклад освіти, і всі вчителі та учні автоматично отримують доступ до розширеного функціоналу)

ТА ІНДИВІДУАЛЬНО

(кожен учитель може самостійно підтвердити свій статус педагога та отримати безкоштовний доступ)

Окрім цього, у Canva є корисна функція створення віртуального класу. Учитель може додати своїх учнів у спільний простір і надавати їм завдання прямо в середовищі Canva: створювати постери, інфографіку чи презентації разом, коментувати роботи й давати зворотний зв'язок.



АЛГОРИТМ ПІДКЛЮЧЕННЯ ШКОЛИ (АДМІНІСТРАТОР / ДИРЕКТОР):



КРОК І. ПЕРЕВІРТЕ ВИМОГИ ТА ПОДАЙТЕ ЗАЯВКУ

Переконайтеся, що ваша школа є акредитованою та обслуговує учнів у віці K-12 (тобто до 18 років). Директор, завуч або IT-адміністратор повинен створити особистий обліковий запис адміністратора на сайті Canva.

Для подачі заявки перейдіть на сторінку «Для навчання» (розділ «Тарифні плани та ціни» або «Освіта» на головній сторінці) та оберіть «Зв'язатися з нами». Заповніть форму, вказавши назву школи, її адресу та деталі адміністратора.

2 КРОК 2. ПРОЙДІТЬ ВЕРИФІКАЦІЮ

Для підтвердження статусу вашого закладу освіти Canva вимагатиме завантажити документацію:

- офіційний документ, що підтверджує вашу посаду (наказ про призначення директором або заступником);
- офіційний документ школи, що містить логотип, акредитацію та вашу посаду;
- скриншот із системи обліку персоналу, де видно ваше ім'я та посаду.

3 КРОК 3. НАЛАШТУЙТЕ ШКІЛЬНИЙ ДОМЕН ТА ЗАПРОСІТЬ КОЛЕГ

Після схвалення заявки (це може зайняти до 48 годин) ви отримаєте доступ до адміністративної панелі «Для навчання». Як адміністратор ви можете запрошувати користувачів. Найефективніші способи:

- за допомогою покликання-запрошення;
- за допомогою імпорту файлу (завантажте перелік імен та електронних адрес у форматі CSV).

АЛГОРИТМ ПІДКЛЮЧЕННЯ ВЧИТЕЛЯ (ІНДИВІДУАЛЬНА ЗАЯВКА):

Якщо школа ще не підключена, кожен окремий вчитель може самостійно подати заявку на отримання преміумдоступу.

1 КРОК 1. ЗАРЕЄСТРУЙТЕСЬ ТА ПОДАЙТЕ ЗАЯВКУ

Створіть обліковий запис, використовуючи вашу робочу або особисту електронну адресу. Перейдіть на сторінку «Для навчання» і натисніть «Отримати підтвердження» як індивідуальний вчитель.

2 КРОК 2. ПІДТВЕРДЬТЕ СВІЙ СТАТУС ВЧИТЕЛЯ

Для цього вам потрібно буде завантажити документ, що підтверджує ваш активний статус вчителя – довідка з місця роботи (з печаткою, підписом директора та датою).

3 КРОК 3. АКТИВУЙТЕ ДОСТУП

Зачекайте, поки Canva перевірить ваші документи (зазвичай ця процедура триває 1–2 робочі дні). Після схвалення ви отримаєте електронний лист про активацію. Ваш обліковий запис буде автоматично оновлено до Canva «Для навчання» з усіма функціями, призначеними для освіти (у тому числі доступ для створення класів та запрошення учнів).

СТВОРЕННЯ КЛАСУ ТА ЗАПРОШЕННЯ УЧНІВ (УЧИТЕЛЬ)

Після отримання доступу «Для навчання», ви можете організувати роботу з учнями. Для цього:

1. Створіть свій клас. На інформаційній панелі Canva перейдіть до розділу «Класи» або «Створити клас».
2. Запросіть учнів. Для цього використовуйте один із методів:
 - надішліть учням покликання-запрошення;
 - надішліть їм унікальний код класу;
 - запросіть електронною поштою;
 - запросіть через Google Клас.
1. Учні, які приєднуються до вашого класу, також отримають безкоштовний доступ до функцій Canva «Для навчання» і зможуть виконувати завдання, які ви їм призначите безпосередньо в інтерфейсі платформи.

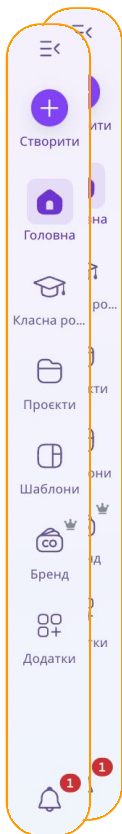
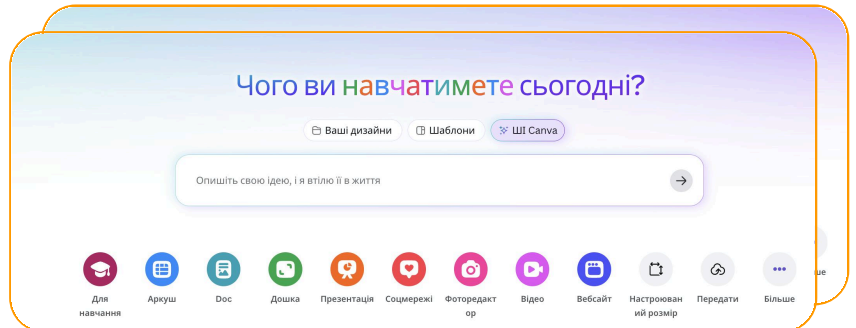
3.1.2. ЗАГАЛЬНИЙ ОГЛЯД ПЛАТФОРМИ

Головна сторінка Canva розроблена для швидкого початку роботи, пошуку натхнення та доступу до ваших проєктів. Інтерфейс Canva спеціально створений так, щоб навіть новачок міг легко розібратися.

Верхня частина екрана слугує для швидкого доступу до основних функцій. Поле пошуку домінує в центрі. Це ваш основний інструмент, де ви вводите, що саме хочете створити (наприклад, «Презентація», «Логотип», «Публікація Instagram» тощо). Canva одразу пропонує відповідні формати та шаблони.

У центрі головної сторінки відображатимуться популярні формати та ваші останні роботи (розділ «Нещодавні дизайни»), що дасть змогу швидко продовжити вже розпочаті дизайни або обрати шаблон.

Крім розділу «Чого ви навчатимете сьогодні?», де представлено найбільш популярні формати у вигляді великих іконок або плиток, на головній сторінці також розташовано розділ «Рекомендовано для вас». З часом тут з'являються формати, які ви використовуєте найчастіше, або нові функції, актуальні для вашої діяльності (наприклад, «Нові функції AI»).



Ліворуч розташоване меню навігації. Тут є кілька основних розділів:

ГОЛОВНА

– тут відображаються всі ваші проєкти та рекомендації;

ПРОЄКТИ

– збережені й створені вами матеріали;

ШАБЛони

– бібліотека готових макетів на різні теми;

КЛАСНА РОБОТА / КОМАНДИ (якщо підключена версія «Для навчання»)

– простір, де можна працювати з учнями або колегами;

БРЕНД (у преміумверсії)

– місце, де зберігаються ваші логотипи, шрифти та кольори для швидкого використання;

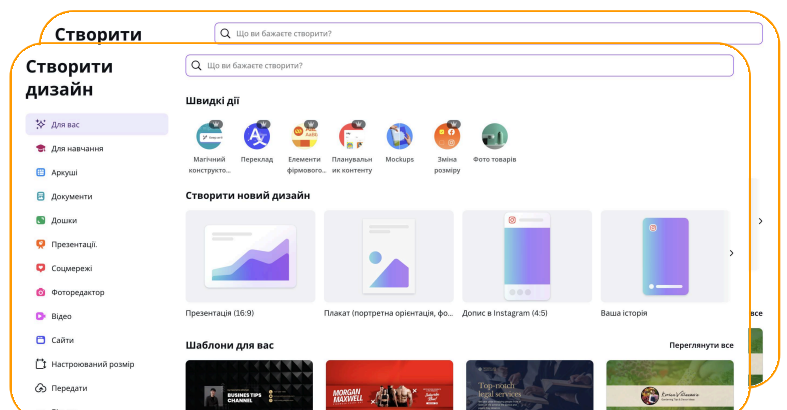
ДОДАТКИ

– розділ, де можна підключати зовнішні сервіси та розширювати можливості Canva;

СПОВІЩЕННЯ

– відображаються запити та новини.

Кнопка «Створити» розташована також у лівому верхньому куті. Після натискання з'являється меню з популярними форматами або опцією створення дизайну з власними розмірами.

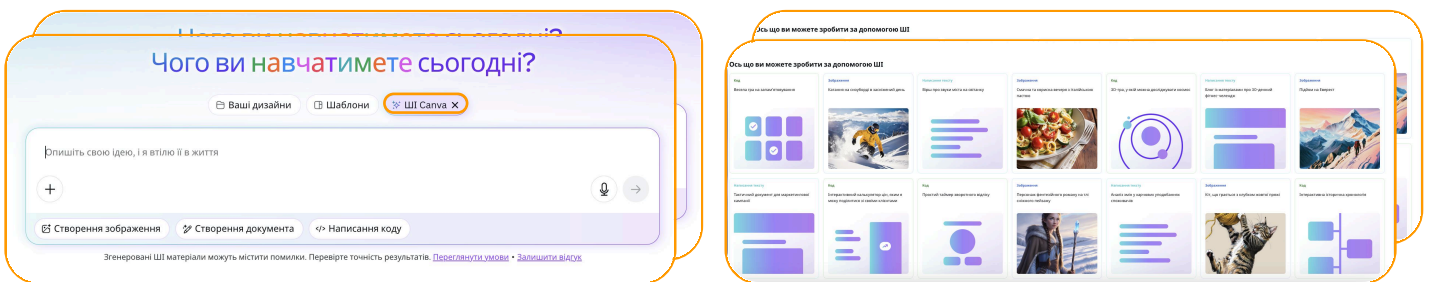


Canva активно інтегрує ШІ у свій редактор, об'єднавши ці інструменти під брендом «Magic Studio». ШІ-функції значно прискорюють процес дизайну, автоматизують складні завдання та допомагають у генерації контенту.

ШІ-Canva допомагає створювати:

1. зображення (містить 19 стилей). Для цього на робочому полотні оберіть «Елементи» > «Конструктор зображень на основі ШІ» > «Створити власний текст» > введіть необхідний промт > «Створити зображення»;
2. документи (допис у блозі, стислий виклад, план, допис у мережі, опис, стаття, стратегія, історія, сценарій, презентація, підпис, твіт, електронний лист, план маршруту);
3. написання коду.

Щоб скористатися 2 та 3 функцією потрібно на головній сторінці натиснути «ШІ Canva» та вибрати потрібний дизайн. Зверніть увагу: щомісяця за підпискою Canva «Для навчання» нараховується 500 кредитів. За кожен дизайн списується 1 кредит.



Інструменти Magic Studio

(відображаються безпосередньо під час роботи із зображенням):

- видалення фону з фото та відео;
- BG Generator – заміна наявного фону з зображення;
- магічна гумка – видалення елементів та об'єктів з зображення;
- магічний захват – редагування кольорів;
- захоплення тексту – видалення та редагування тексту на зображенні;
- магічне редагування – додавання об'єктів на зображення за промптом.

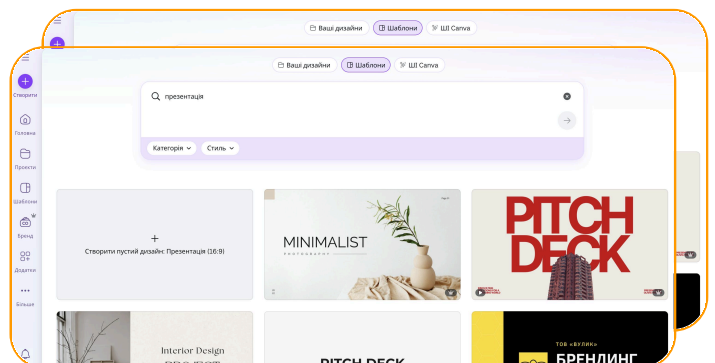
Головна перевага Canva в її універсальності: незалежно від того, чи створюєте ви презентацію, відео, робочий аркуш або дошку, алгоритм роботи залишається однаковим (вибір шаблону, додавання елементів, редагування). Змінюється лише початковий розмір полотна та кінцевий формат завантаження.

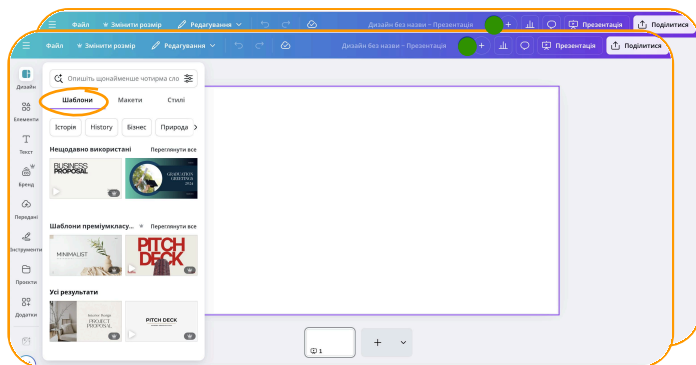
3.1.3. СТВОРЕННЯ ПРЕЗЕНТАЦІЇ В CANVA

На головній сторінці в полі пошуку введіть слово «презентація» і натисніть «Enter».

Виберіть шаблон або почніть з чистого аркуша.

Після відкриття робочої області, на панелі зліва (вкладка «Дизайн» > «Шаблони») ви побачите чимало професійно оформлених шаблонів на різні теми та в різних стилях (ділові, навчальні, креативні тощо).

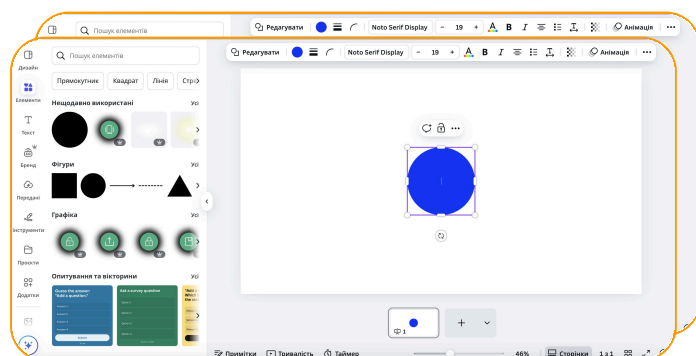




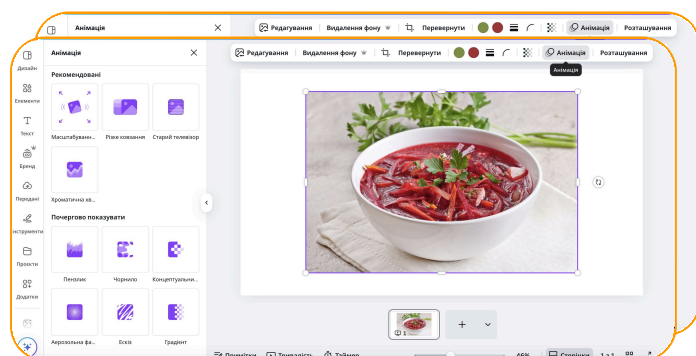
Додайте тест, натиснувши на «Текст» > «Додати текстове поле». Натисніть на текстове поле, щоб змінити текст, шрифт, розмір, колір та ін.

Додайте зображення та інші графічні елементи. Для цього відкрийте вкладку «Елементи» у лівій панелі.

Тут ви знайдете велику бібліотеку об'єктів: від простих геометричних фігур і ліній до іконок, наліпок, рамок і навіть готових ілюстрацій. У преміум-версії доступна ще ширша добірка фотографій, графіки та 3D-елементів.

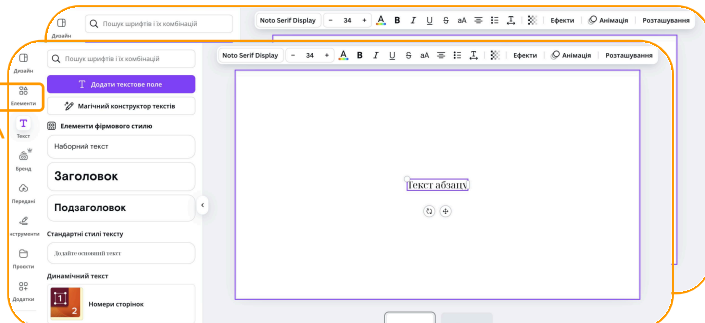


У Canva легко завантажувати й власні файли (фото, картинки, логотипи чи навіть відео). Для цього використовуйте вкладку «Передані». Перетягніть туди зі свого девайса необхідні матеріали та використовуйте після цього на робочій сторінці.

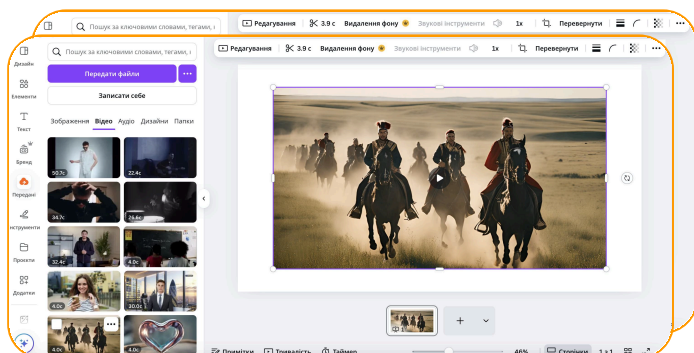


Обравши потрібний ефект, ви одразу побачите, який вигляд він матиме в готовій презентації чи відео.

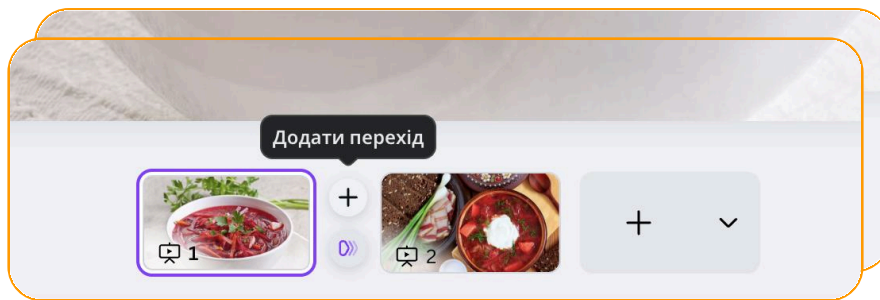
Просто натисніть на шаблон, щоб застосувати його до першого слайду. Ви можете застосувати всі сторінки шаблону або вибрати лише потрібні.



Щоб скористатися елементом, достатньо натиснути на нього – і він одразу з'явиться на полотні. Далі ви можете змінювати його розмір, колір, прозорість або розташування. Наприклад, можна додати іконку «лампочка», щоб позначити ідею, або рамку для фотографії учнівського проекту. Для зручності елементи згруповані за категоріями (фігури, графіка, фотографії, відео, таблиці, діаграми), а також можна скористатися пошуком.



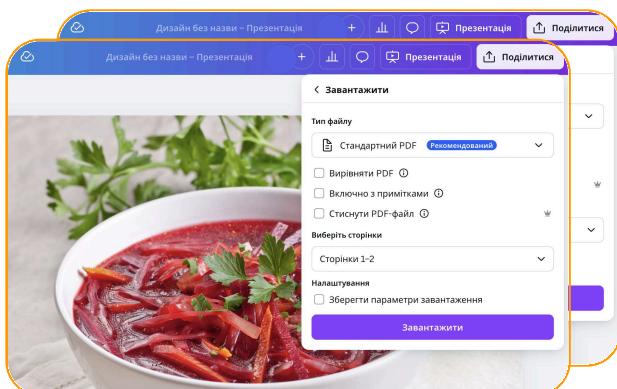
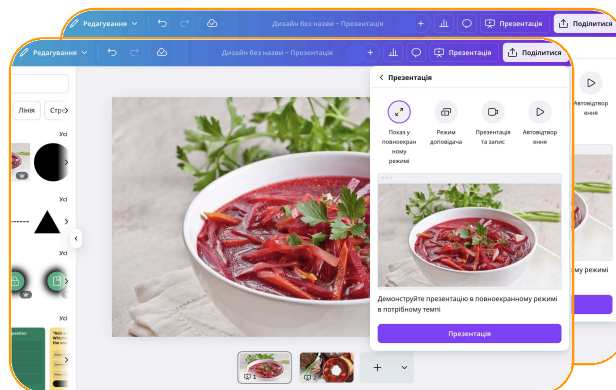
Щоб зробити ваші матеріали більш динамічними та привернути увагу учнів, у Canva можна додавати анімацію. Для цього натисніть на будь-який елемент або текст на полотні. У верхній панелі інструментів з'явиться кнопка «Анімація». Після натискання відкриється меню з різними варіантами руху: наприклад, текст може «вилітати», «розчинятися», «з'являтися по літерах», а графічні елементи – «підстрибувати» чи «ковзати».



Ви можете легко працювати зі слайдами. Щоб додати новий, достатньо натиснути кнопку «Додати сторінку» або значок «+» біля поточного слайда. Також за потреби ви можете урізноманітнити сам перехід між слайдами: для цього натисніть на простір між ними та виберіть потрібний ефект. Так ваші навчальні матеріали набудуть більш професійного вигляду й стануть привабливішими для учнів.

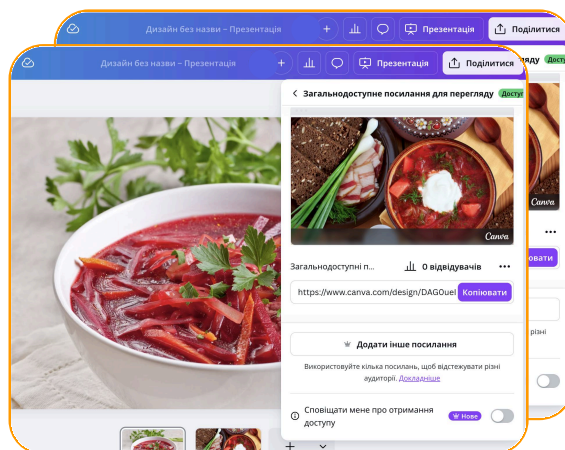
Коли ваша робота буде готова, ви можете одразу запустити її показ.

Для цього достатньо натиснути кнопку «Презентація» у верхньому правому куті – і слайди відкриються в режимі демонстрації.



Якщо ж ви хочете зберегти матеріали, натисніть «Поділитися», а потім оберіть опцію «Завантажити». У Canva доступно кілька форматів експорту: презентації можна завантажити як PPTX для подальшої роботи у PowerPoint, як PDF-стандарт для друку, як MP4-відео, якщо ви додали анімацію, або ж у форматі JPG/PNG, якщо потрібні окремі зображення.

Крім того, ви можете поділитися проєктом онлайн: створити посилання для перегляду, редагування чи спільної роботи. Для цього натисніть «Поділитися» > «Загальнодоступне посилання для перегляду» > «Копіювати посилання». При цьому важливо правильно налаштувати рівень доступу: надати відкритий перегляд «будь-кому за посиланням» або додати конкретних учасників, вказавши їхні електронні адреси.



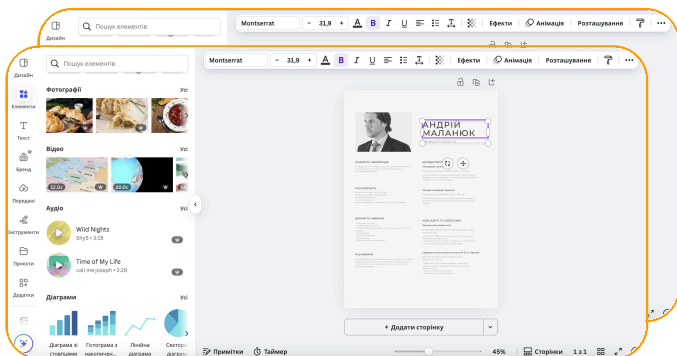
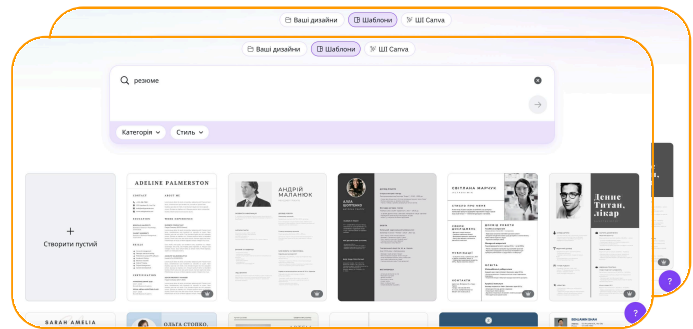
Робота з Canva не обмежується лише створенням кількох презентацій чи плакатів. Сервіс постійно оновлюється й додає нові можливості, тому вчитель завжди може відкривати для себе свіжі інструменти: інтерактивні елементи, нові стилі анімації, готові шаблони або додатки, які інтегруються з іншими освітніми платформами, тощо. Важливо не зупинятися на базових кроках: шукайте нові функції, експериментуйте з оформленням і поступово вдосконалюйте власні презентації. Так ви зможете зробити свої уроки ще більш сучасними, динамічними та привабливими для учнів.

3.1.4. СТВОРЕННЯ РЕЗЮМЕ В CANVA

У професійній діяльності вчителю часто потрібно презентувати себе для участі в конкурсах, проходження тренінгів, подання на гранти, стажування або ж під час співбесід у новий заклад освіти. У таких випадках важливо мати правильно оформлене резюме, CV або навіть портфоліо з прикладами власних робіт.

Багато педагогів вважають, що скласти ці документи складно, але сучасні цифрові інструменти значно спрощують цей процес. Використовуючи Canva, можна легко й швидко створити резюме чи портфоліо, не маючи дизайнерських навичок. Платформа пропонує десятки готових шаблонів: від лаконічних офіційних до яскравих креативних, які можна підлаштувати під власний стиль.

Щоб створити резюме в Canva, на головній сторінці натисніть «Створити дизайн», у рядку пошуку введіть «Резюме» й оберіть чіткий, лаконічний, професійно орієнтований шаблон. Натисніть «Налаштувати шаблон».



Замініть текст шаблону на власну актуальну інформацію, за потреби скористайтеся верхньою панеллю інструментів, щоб налаштувати кольори й шрифти, та додайте якісне професійне фото.

Уважно перевірте текст на граматичні й стилістичні помилки та збережіть готовий документ у форматі PDF для друку.

На цьому створення резюме можна вважати завершеним. Однак Canva не обмежується лише цим видом документів. У ній ви знайдете величезну кількість шаблонів для створення різноманітних матеріалів: яскраві постери, презентації, наліпки, буклети чи сертифікати. Кожен із них можна швидко адаптувати під свої потреби (змінити текст, кольори, шрифти чи додати власні фото). Таким чином, Canva стає універсальним середовищем для професійної діяльності педагога, де все необхідне для роботи та самопрезентації можна зробити власними силами.

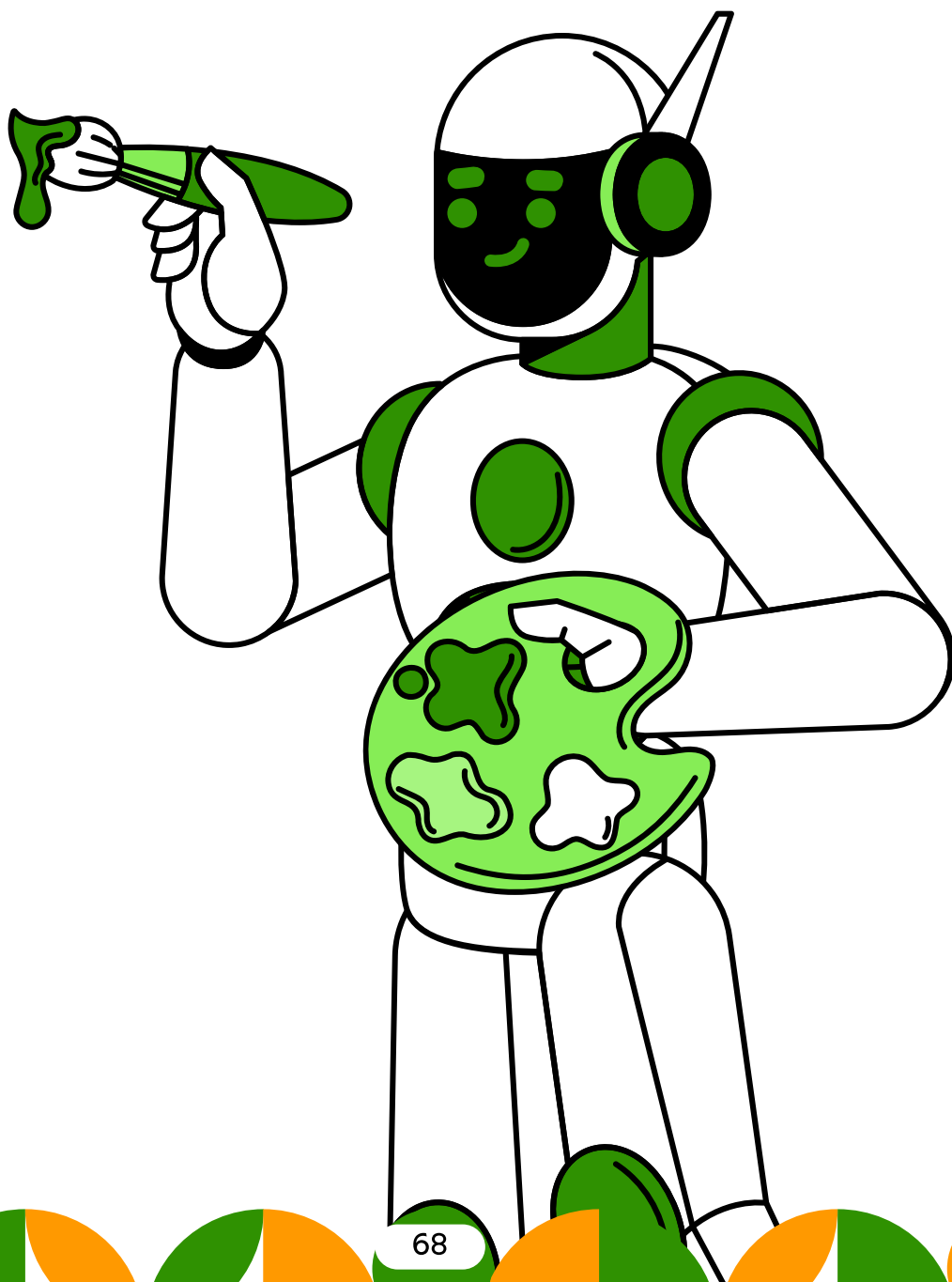
Ідеї для використання Canva в роботі вчителя:

1. створення яскравих презентацій з анімованими елементами;
2. розробка тематичних інфографік для візуалізації складних процесів;
3. оформлення робочих аркушів та карток для уроків;
4. створення мотиваційних постерів для тематичних тижнів;
5. розробка грамот та сертифікатів для нагородження учнів і колег;
6. використання Canva Whiteboards для групового мозкового штурму;
7. створення банерів та обкладинок для віртуального класу (Google Classroom, YouTube тощо);
8. призначення учням завдання на створення коміксів;
9. розробка відеозапрошень або оголошень про шкільні події;

10. підготовка схем та діаграм для діагностичних робіт;
11. оформлення резюме, CV та професійного портфоліо вчителя;
12. дизайн публікацій для шкільних соцмереж або електронної газети.

ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ

1. Створіть коротку презентацію (3–5 слайдів), яка демонструє бачення вчителем використання ШІ під час викладання свого предмета, акцентуючи на конкретних завданнях та можливостях, які він відкриває для учнів.
2. Створіть візитівку ютуб-каналу (YouTube-банер).
3. Використайте функцію ШІ Canva та створіть інтерактивний компонент – флешкартки для закріплення знань.
4. Використайте шаблони в Canva та створіть своє професійне резюме.



3.2. СТВОРЕННЯ ТА ПУБЛІКАЦІЯ ВІДЕОУРОКУ

Соціальні медіа навчили нас сприймати інформацію у форматі відео. Короткі ролики, лекції чи пояснення в ютуб і тік-ток часто є більш звичними для сучасних учнів, ніж традиційний підручник. Тому відеоурок стає не просто додатковим ресурсом, а ефективним інструментом навчання. Він допомагає учителю донести матеріал у зручному та динамічному форматі, а учням – повернутися до нього в будь-який час.

Створити власний відеоурок сьогодні значно простіше, ніж здається. Для цього не потрібна професійна студія чи спеціальна камера, достатньо комп'ютера, смартфона та базових цифрових інструментів. Підготовлений ролик можна швидко опублікувати в ютуб чи на іншій платформі, зробивши його доступним як для свого класу, так і для ширшої аудиторії.

Алгоритм підготовки та запису відеоуроку:

- Складіть детальний план із ключовими тезами уроку.
- Підготуйте лаконічну презентацію з ілюстраціями та інфографікою.
- Оберіть програму для запису екрана.
- Увімкніть мікрофон і зробіть тестовий запис звуку.
- Сядьте обличчям до світла та підготуйте нейтральний фон.
- Вимкніть сповіщення й закрийте зайві програми на вашому девайсі.
- Починайте запис, говоріть чітко й трохи повільніше, ніж зазвичай.
- На етапі редагування виріжте помилки й довгі паузи.
- Додайте текстові підказки чи графічні акценти.
- Збережіть відео у форматі MP4 з роздільною здатністю 1080p.
- Завантажте готовий урок на Google Диск, YouTube чи інший відеохостинг.
- Поділіться ним з учнями чи колегами.

Для створення **сучасного, інтерактивного та візуально насиченого** відеоуроку доцільно використовувати спеціальні програми для запису екрана – так звані скринкастери. Вони надають учителю повний контроль над візуальним контентом.

Завдяки скринкастерам ви можете демонструвати презентації, відкривати різні вкладки браузера, показувати навчальні ресурси та плавно перемикаватися між ними в реальному часі, що особливо зручно, коли потрібно розпочати роботу з іншими інтерактивними сервісами або показати можливості віртуальних лабораторій і онлайн-дошок. Такий формат дає змогу учням одразу бачити, як працює інструмент, і водночас слухати пояснення.

Використання скринкастерів значно підвищує якість сприйняття матеріалу. Більшість із них (наприклад, OBS Studio), мають додаткові функції: підсвічування курсора, малювання стрілок, обведення важливих елементів, що допомагає звертати увагу на ключові моменти.

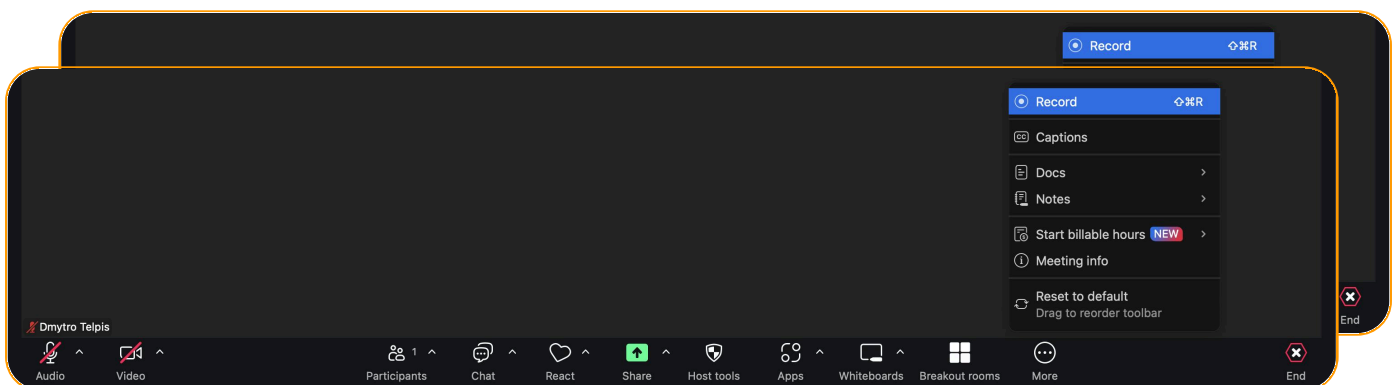
3.2.1. ЗАПИС ВІДЕОУРОКУ

Для створення якісного відеоуроку вчитель може обирати різні інструменти, що залежать від власних потреб та рівня підготовки. Найпопулярнішими серед педагогів є Zoom, Canva та OBS Studio.

Zoom – зручний варіант для тих, хто вже користується цією платформою для проведення онлайн-уроків. У Zoom можна увімкнути запис зустрічі, демонструвати презентацію, дошку чи інші матеріали, а потім зберегти урок у відеоформаті. Це простий спосіб швидко створити відео, яке можна використати повторно або поділитися з учнями, які не змогли бути присутніми.

ЩОБ ЗАПИСАТИ ВІДЕОУРОК спершу запустіть нову зустріч у Zoom. Перед початком переконайтеся, що ваш мікрофон і камера працюють коректно. Далі відкрийте презентацію чи інші матеріали, які плануєте показувати, та натисніть кнопку «Демонстрація екрана». Це дасть змогу учням (і майбутньому запису) бачити всі ваші пояснення на слайдах або онлайн-дошках.

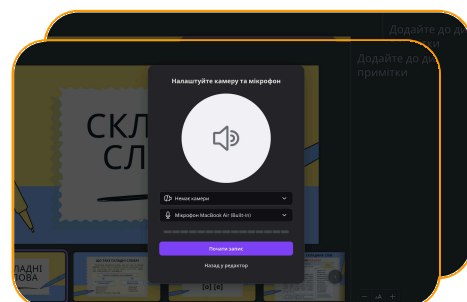
Коли все готово, натисніть кнопку «Більше» («More») > «Запис» («Record») на нижній панелі управління Zoom. Залежно від налаштувань, відео може зберігатися на вашому комп'ютері (локальний запис) або в хмарному сховищі Zoom (якщо у вас платна версія). Під час запису ви можете вільно перемикаватися між слайдами, показувати вкладки браузера, вмикати чи вимикати камеру.



Після завершення уроку натисніть «Зупинити запис» («Stop record»), а потім закрийте зустріч. Якщо ви обрали локальний запис, Zoom автоматично збереже файл у форматі MP4 на вашому комп'ютері в спеціальній папці. Якщо ж використовується хмарний запис, ви отримаєте покликання для перегляду та завантаження відео.

Canva також має вбудовану функцію запису. Тут можна підготувати презентацію і паралельно записати до неї пояснення як із камерою, так і лише з голосовим супроводом. Використання Canva поєднає створення візуалу та відео в одному середовищі, що значно спрощує процес.

Щоб скористатися цією функцією, відкрийте свою презентацію й у верхньому правому куті натисніть кнопку «Поділитися» > «Презентація та запис» > «Перейти в студію запису». Перед початком запису система запропонує перевірити камеру та мікрофон.



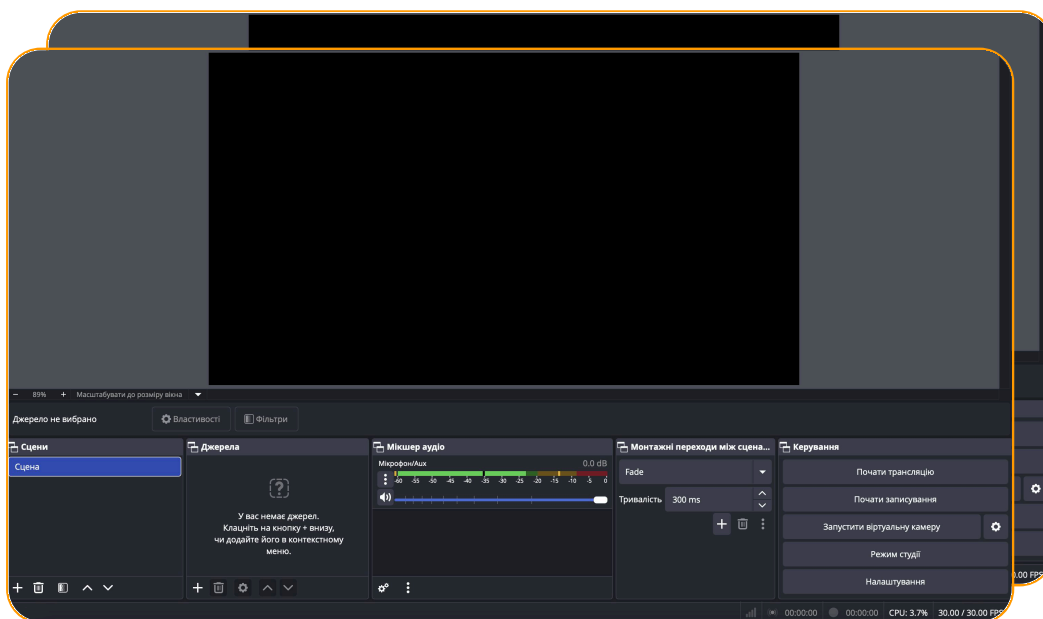
Ви можете обрати один із двох режимів: із відео (де ваше обличчя відображається в маленькому віконці) або лише з голосовим коментарем.

Після цього натисніть «Почати запис» – і ваша презентація почне відтворюватися слайд за слайдом. Ви можете перемикаєти їх у потрібний момент, коментувати та пояснювати матеріал. Коли запис буде завершено (для цього натисніть «Зупинити запис»), Canva збереже його у вигляді відеофайлу. Ви отримаєте покликання, яким можна поділитися з учнями, або зможете завантажити готовий ролик у форматі MP4.

OBS Studio – це ще одна безкоштовна програма для запису та трансляцій. Вона дає змогу поєднувати демонстрацію екрана, презентацію та зображення з вебкамери. Учитель може створити відео у високій якості, додати власні коментарі й акценти, а також налаштувати різні сцени для плавного переходу між матеріалами. OBS підходить для тих, хто хоче мати більше контролю над записом та отримати професійний результат.

ЩОБ РОЗПОЧАТИ
РОБОТУ З OBS STUDIO,

програму необхідно попередньо завантажити та встановити на свій комп'ютер. Це безкоштовне програмне забезпечення, яке доступне для Windows, macOS та Linux. Завантажити останню версію OBS Studio можна на офіційному сайті: <https://obsproject.com>.



В основі роботи OBS Studio лежать два ключові поняття: сцени та джерела. Сцена – це набір екранів, які ви готуєте для уроку. Наприклад, одна сцена може містити презентацію, інша – зображення з камери. Джерела – це елементи, які ви додаєте до сцени: екран комп'ютера, конкретне вікно програми, камера, мікрофон, зображення чи відео.

ЩОБ ПОЧАТИ ЗАПИС

після налаштування сцени натисніть кнопку «Start Recording» (Почати записування) у правому нижньому куті вікна OBS. Коли урок завершено, натисніть «Stop Recording» (Зупинити запис). Готове відео автоматично зберігається на вашому комп'ютері. За замовчуванням OBS створює папку Videos (Відео), куди й зберігається запис у форматі MP4 або MKV (залежно від налаштувань)

Після завершення запису ви можете відредагувати відео у зручному для себе редакторі: вирізати паузи, додати титри, вставити текстові підказки чи зображення, щоб зробити урок більш динамічним і зрозумілим для учнів.

Коли редагування завершено, готовий файл слід завантажити на обраний відеохостинг, наприклад, ютуб, гугл-диск чи іншу освітню платформу, яку використовує ваша школа. Після цього ви зможете поділитися покликанням з учнями або колегами, щоб вони мали зручний доступ до уроку в будь-який час.

3.2.2. ПУБЛІКАЦІЯ ЗАПИСАНОГО ВІДЕОУРОКУ

СТВОРЕННЯ ВІДЕОУРОКУ – ЦЕ ЛИШЕ ПЕРШИЙ КРОК

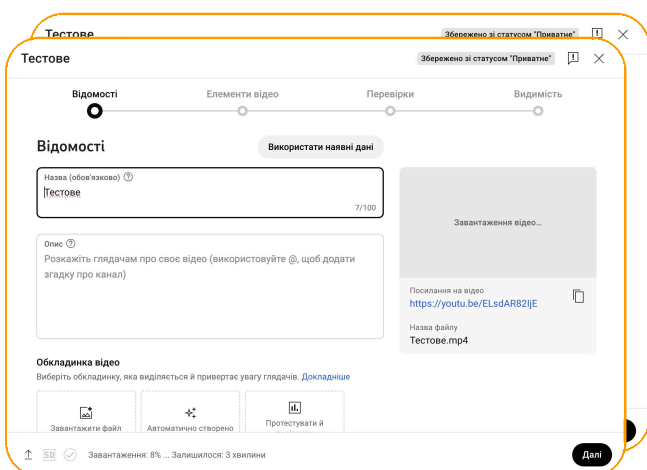
Не менш важливо зробити його доступним для учнів чи колег, адже головна цінність запису полягає в можливості переглядати його знову і знову в будь-який зручний час. Публікація відео дає змогу забезпечити цей доступ, а також поширювати матеріал серед ширшої аудиторії.

Існує кілька варіантів розміщення готового уроку. Найпопулярнішим є ютуб – відкрита платформа, де можна створити власний освітній канал і ділитися уроками з учнями. Крім того, відео можна завантажити на Google Диск, OneDrive, Dropbox чи інші хмарні сервіси й поширювати доступ лише за покликанням. Якщо ваша школа використовує Google Classroom, Moodle чи іншу електронну систему навчання, то відеоурок легко інтегрувати туди.

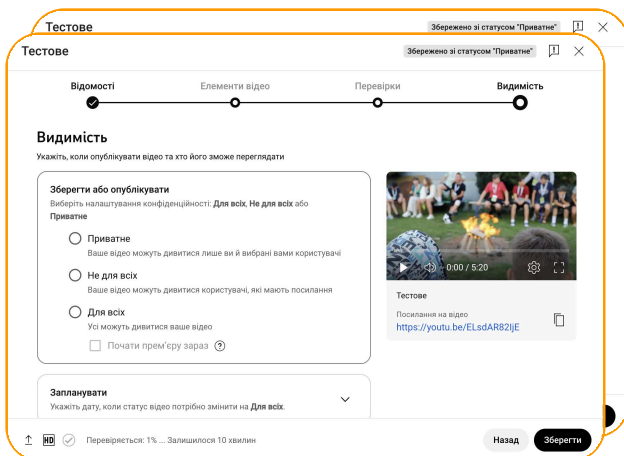
Перш ніж публікувати матеріал, варто визначити рівень доступу: чи буде це відкритий перегляд для всіх, чи лише для вашого класу або колег. Саме це дасть змогу зберегти контроль над тим, хто саме бачитиме урок.

Алгоритм: як додати відео на YouTube

1. Увійдіть у свій обліковий запис YouTube та відкрийте YouTube Studio через значок профілю (у правому верхньому куті).
2. На новій сторінці у верхньому правому куті натисніть кнопку «Створити» (камера з «плюсом») і оберіть «Завантажити відео».
3. Натисніть «Вибрати файли» і знайдіть MP4-файл вашого відеоуроку на комп'ютері чи іншому пристрої.



4. Уведіть назву. Вона має бути чіткою та інформативною (наприклад: «Математика, 8 клас: Теорема Піфагора (Відеоурок)»).
5. Додайте опис – короткий зміст уроку, ключові слова, а за потреби і тайм-коди для навігації.
6. Завантажте мініатюру (обкладинку), щоб зробити відео більш привабливим, та вкажіть, чи призначене воно для дітей.
7. Дочекайтеся автоматичної перевірки контенту на наявність можливих порушень авторських прав.



8. Налаштуйте конфіденційність відео (рівень видимості). Для освітніх матеріалів рекомендується обрати «Не для всіх», тоді доступ отримають лише ті, хто матиме пряме покликання.
9. Натисніть «Зберегти», дочекайтеся завершення обробки та скопіюйте покликання на відео.
10. Поділіться цим покликанням з учнями чи колегами через електронний щоденник, Google Classroom, месенджери чи електронну пошту.

Зверніть увагу: для завантаження відео обов'язково потрібно пройти автентифікацію, тобто увійти у свій обліковий запис Google / YouTube. Це гарантує безпеку та підтверджує, що ви є реальним користувачем.

ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ

1. Створіть короткий відеоурок (2–3 хвилини). Оберіть тему зі свого предмета та підготуйте презентацію (3–4 слайди). Використайте OBS Studio, Zoom або Canva для запису відео з поясненням.
2. Додайте голосовий супровід до презентації в Canva або Zoom. Перевірте, чи ваш голос звучить чітко, чи правильно розставлені паузи.
3. Завантажте свій відеоурок на ютуб чи Google Диск. Встановіть доступ «за посиланням» і поділіться цим покликанням із колегами чи учнями.
4. Перегляньте своє відео вже в завантаженому вигляді. Оцініть, наскільки легко знайти потрібний момент (за описом чи тайм-кодами), чи добре читається текст на слайдах і чи чітко чути звук.

ТОЧКА КОНТРОЛЮ: КОРОТКА ПЕРЕВІРКА ЗНАНЬ

Теза

Ні, маю сумніви

Частково

Добре розумію

Володію
досконало і можу
навчити інших

Я розумію, як вчителю отримати безкоштовний доступ до Canva «Для навчання»

Я ознайомлений із можливостями Canva для створення різних навчальних матеріалів (робочі аркуші, афіші, сертифікати тощо).

Я можу швидко створити нову презентацію та обрати відповідний шаблон у Canva

Я вмію додавати, редагувати та групувати різні елементи (фото, іконки, лінії)

Я можу підготувати власне сучасне та професійне резюме (CV) в Canva, використовуючи готові шаблони

Я знаю, як правильно завантажувати готову роботу (презентацію, інфографіку тощо) у різних форматах (PDF, PNG, MP4)

Я знаю, як записати свій відеоурок за допомогою інструментів Zoom, Canva та OBS Studio

Я знаю, як правильно завантажити відеоурок на ютуб та налаштувати його доступність (публічна, обмежена)

Я вмію правильно оформлювати відео (заголовок, опис, теги) для кращої видимості на YouTube

Я вмію створювати привабливу обкладинку (мініатюру) для відео на YouTube, використовуючи Canva

Я можу використовувати спільні проєкти в Canva для розвитку креативності та вміння працювати в команді

БЛОК 4.

ЦИФРОВІ ПРОСТОРИ ДЛЯ ВЗАЄМОДІЇ: ОНЛАЙН-ДОШКИ ТА КОЛЕКТИВНА РОБОТА

Онлайн-дошки стали ключовими інструментами в організації проведення онлайн-уроку. Вони дають змогу вчителю зробити дистанційне заняття не пасивним переглядом матеріалу, а справжньою інтерактивною взаємодією. Завдяки таким цифровим просторам учні не лише слухають учителя, а й активно беруть участь у процесі: пишуть власні ідеї, створюють схеми, залишають коментарі, працюють разом над завданнями. Це перетворює онлайн-урок на живу співпрацю, максимально наближену до формату класної кімнати.

НОТАТКИ ДЛЯ ТРЕНЕРА

Запропонуйте учасникам поділитися, чи мали вони досвід роботи з онлайн-дошками, і якщо так, то в яких саме ситуаціях. Це допоможе відштовхнутися від їхнього досвіду. Розкажіть, як ви самі застосовували такі інструменти у своїй роботі, які завдання вдалося вирішити й які труднощі виникали. Покажіть приклад: створіть спільну дошку та дайте учасникам просте завдання (наприклад, написати асоціації до теми тренінгу), це одразу продемонструє переваги інструменту. Попросіть учасників під час тренінгу створити власну дошку або проєкт і спробувати залучити колег у спільну роботу.

НАВЧАЛЬНІ ЦІЛІ БЛОКУ:

1. розглянути роль та переваги онлайн-дошок як універсального інтерактивного інструменту в підвищенні ефективності будь-якого формату навчання (очне, змішане, дистанційне)

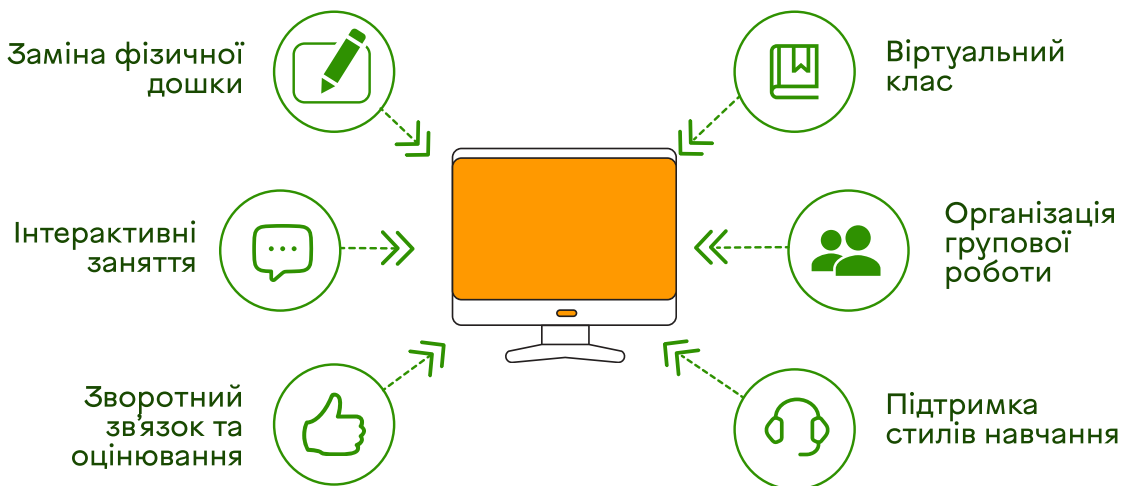
2. опанувати основні функції популярних онлайн-дошок для візуалізації та організації навчального матеріалу (схеми, карти думок, діаграми)

3. навчитися створювати та керувати спільними робочими просторами для забезпечення колективної роботи учнів у режимі реального часу;

4. розробити власні сценарії уроків із використанням онлайн-дошок, скеровані на розвиток навичок співпраці та критичного мислення учнів.

4.1. ФУНКЦІОНАЛЬНІСТЬ ОНЛАЙН-ДОШКИ ПІД ЧАС ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ

Основна функціональність онлайн-дошок полягає в можливості спільної роботи в реальному часі. Учитель і учні можуть одночасно писати, малювати, додавати нотатки, зображення, діаграми чи покликання, що перетворює урок на простір для колективного мислення, де кожен має можливість зробити свій внесок. Використання онлайн-дошки під час дистанційного навчання дозволяє суттєво трансформувати підходи до роботи



Деякі онлайн-дошки спеціально розроблені для забезпечення миттєвої взаємодії за мінімальних технічних вимог. Вони ідеально підходять для використання в умовах обмеженої потужності інтернету або під час роботи на менш продуктивних пристроях, оскільки не вимагають попередньої реєстрації для швидкого початку роботи чи участі. В умовах блекаутів та нестабільного зв'язку в Україні такі інструменти є важливою підтримкою для шкіл, які працюють в онлайн-форматі або розташовані у віддалених регіонах, де критично важлива економія трафіку та ресурсів.

Онлайн-дошки ефективні не лише під час дистанційного навчання, а й на звичайному офлайн-уроці. Використовуючи їх у класі, вчитель може вивести спільну дошку на інтерактивну панель чи проєктор і працювати з учнями так само, як у дистанційному форматі. Учні зі своїх смартфонів чи ноутбуків долучаються до спільної дошки за QR-кодом або покликанням, після чого всі разом виконують завдання в режимі реального часу.

Ідеї для використання онлайн-дошок в роботі вчителя:

1. «Галерея очікувань та рефлексії» (етап: початок / кінець уроку). Учні на початку уроку розміщують наліпки з очікуваннями від теми. Наприкінці – переміщують їх у зону «виконано» або «потрібно допрацювати» та додають наліпку з ключовим висновком.
2. «Хронологічна стрічка подій» (етап: вивчення нового матеріалу). Учитель створює шаблон стрічки часу, учні в групах додають картки з історичними датами (процесами), короткими описами подій, цитатами або портретами діячів, спільно вибудовуючи певну послідовність.
3. «Словниковий банк» (етап: актуалізація / закріплення). На дошці в центрі розміщується нове (або вже вивчене) слово. Учні додають наліпки з синонімами, антонімами, прикладами використання або зображеннями-асоціаціями.
4. «Асоціативні куші» (етап: актуалізація / закріплення). Учні спільно формують хмару слів чи асоціативну схему до нової теми.

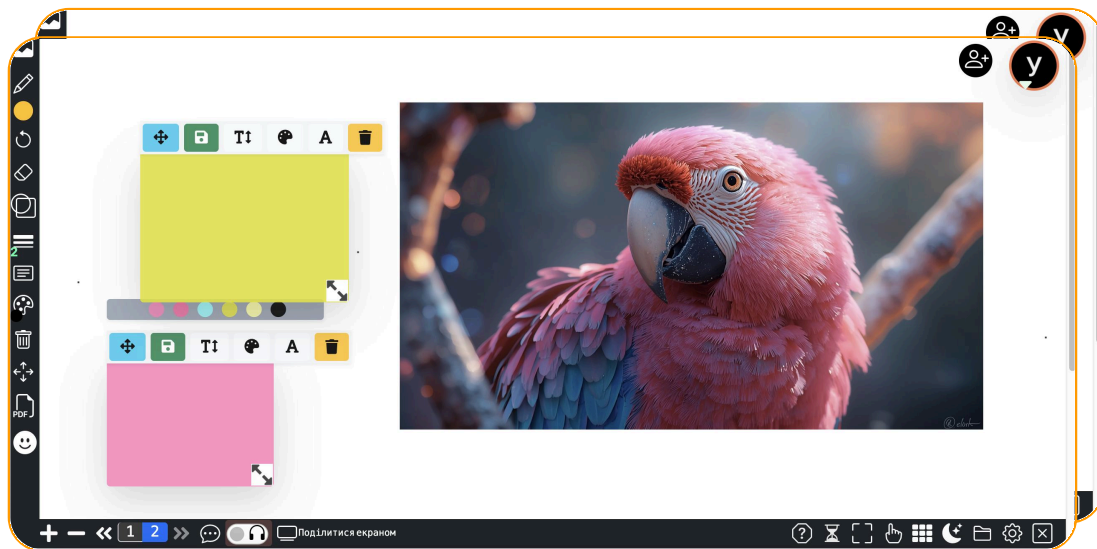
5. «Кластеризація» (етап: постановка проблеми). Учні у вільному форматі розміщують усі ідеї щодо розв'язання певної проблеми чи пояснення явища. Потім вони спільно групують ці наліпки за спільними ознаками, створюючи логічні кластери або карту думок.
6. «СЕНС-аналіз»* (етап: аналіз матеріалу). Дошка ділиться на секції: Сюжет (що сталося), Емоції (що відчули персонажі / читач / історичний діяч), Наслідки (до чого це призвело), СENS (головна ідея). Учні колективно заповнюють ці секції.
7. «Віртуальна екскурсія та маркування» (етап: вивчення нового матеріалу). Учитель розміщує на дошці велике зображення (мапа, фото екосистеми, зображення клітин тощо). Учні використовують наліпки-маркери для позначення об'єктів та додають короткі пояснення до кожного з них.
8. Проєктна діяльність. Учитель створює окремі аркуші на дошці та об'єднує учнів в групи. На аркушах сформовано завдання до тематичного проєкту. Далі відбувається презентація напрацювань.
9. Рефлексія після уроку. Учні залишають короткі коментарі або наліпки з відповідями на запитання: «Що було зрозумілим?», «Що ще хотів би дізнатися?» тощо.
10. Віртуальна виставка робіт. Учні розміщують на дошці фото своїх малюнків, проєктів, творів, а вся група може переглянути їх одночасно.
11. Планування подій. Учитель й учні можуть спільно організовувати шкільне свято, гурткову діяльність чи проєкт за допомогою дошки, де учні самостійно розподіляють ролі й завдання.

* Пометун О. І. Пироженко Л. В. Сучасний урок. Інтерактивні технології навчання: наук.-метод. посібн. / За ред. О. І. Пометун. Київ: Видавництво А.С.К., 2004. 194 с.

4.2. ОНЛАЙН-ДОШКИ, ЩО НЕ ПОТРЕБУЮТЬ РЕЄСТРАЦІЇ

Онлайн-дошки, які не потребують реєстрації, є особливо зручними для роботи вчителя. Вони дають змогу швидко залучати учнів до спільної діяльності: достатньо перейти за покликанням чи просканувати QR-код, і учні одразу можуть брати участь у завданні, що економить час на уроці й спрощує організацію роботи, адже не потрібно створювати додаткові акаунти або вводити паролі.

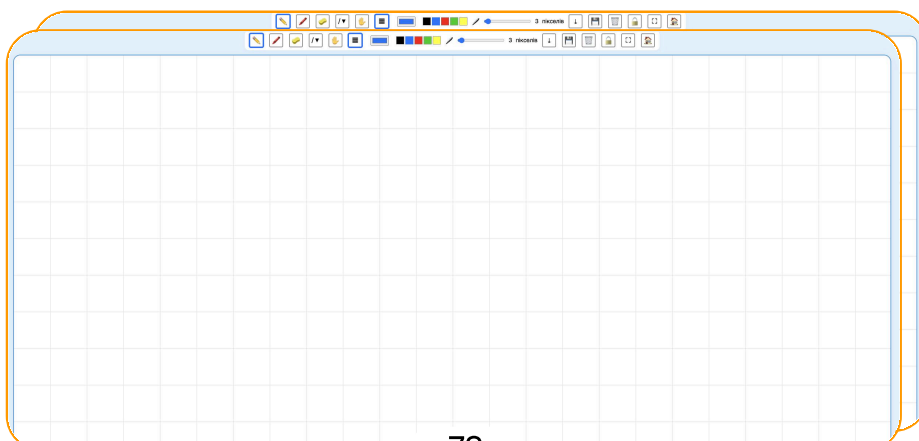
NoteBookCast – <https://www.notebookcast.com/> – зручна онлайн-дошка, яка працює безпосередньо в браузері й підходить для спільної роботи під час уроків чи тренінгів. Її перевага – простота доступу: учні можуть приєднатися до дошки за покликанням навіть без реєстрації. Для початку роботи натисніть кнопку «Create WhiteBoard», далі напишіть своє ім'я, назву дошки та виберіть необхідний формат. Після цього натисніть кнопку «Create».



Дошка має чимало інструментів для творчості: наліпки, фігури, текстові блоки, інструменти для малювання та лазерна указка для акцентів. Зручним є вбудований аудіозв'язок, за допомогою якого можна організувати обговорення прямо в дошці, без додаткових програм;

Щоб поділитися дошкою з учнями, натисніть на піктограму людини з плюсом у правому верхньому куті. Після цього використайте QR-код чи надішліть покликання учням.

Whiteboard-Online – <https://whiteboard-online.org/> – це проста у використанні браузерна дошка. Ви можете створити дошку, надіслати покликання учням або показати її на екрані.

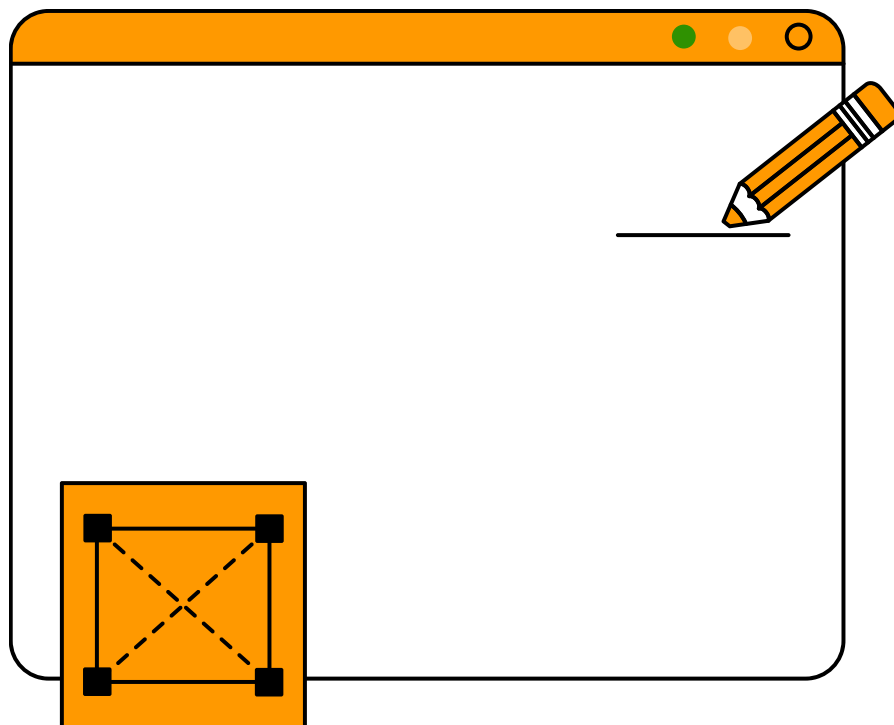


Щоб почати роботу, уведіть своє ім'я (обов'язково латинкою) в активному вікні та натисніть «Join Board». Щоб поділитись дошкою з учнями чи колегами, просто скопіюйте покликання з браузера та надішліть його.

На дошці доступні олівець, маркер, лінії, геометричні фігури, інструмент виділення та гумка. Також є можливість завантаження фото чи картинок для подальшого коментування або малювання.

ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ

1. Створіть віртуальну дошку з функцією швидкого доступу для знайомства. Забезпечте простір, де учні можуть розмістити 3 факти про себе або свої очікування від уроку, використовуючи лише наліпки (нотатки) та одне зображення.
2. На дошці підготуйте запитання з кількома варіантами відповідей. Нехай учні маркером позначають правильний варіант або малюють символ (галочку / зірочку).

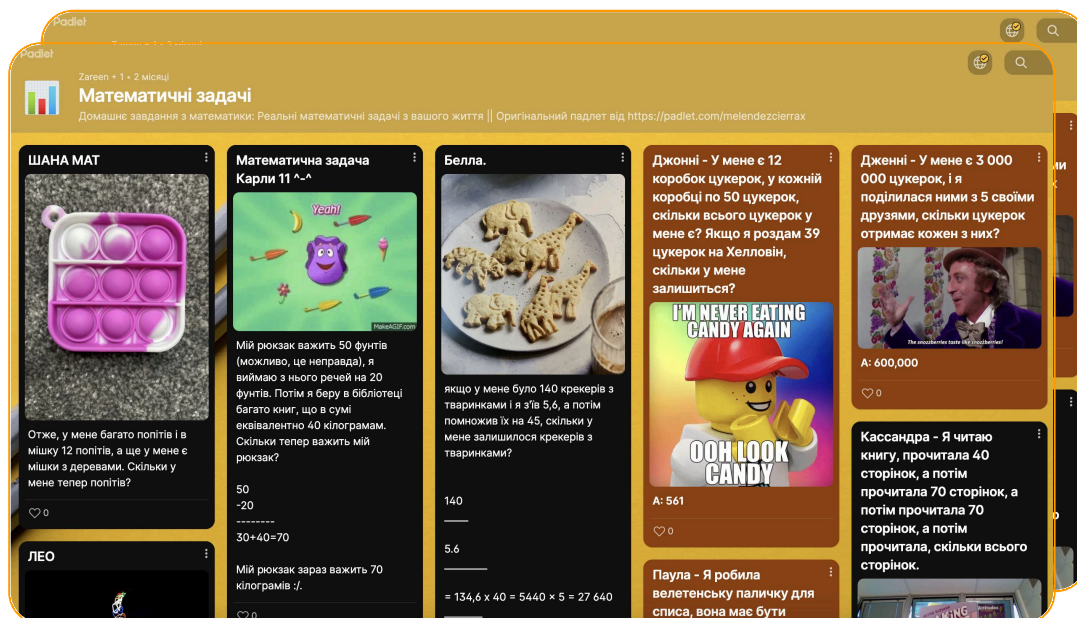


4.3. ОНЛАЙН-ДОШКИ З ФУНКЦІЄЮ ЗБЕРЕЖЕННЯ

У роботі вчителя часто виникає потреба не просто швидко використати дошку для однієї вправи, а вести більш тривалу роботу, яка охоплює кілька уроків або навіть цілу тему. У такому випадку важливо обирати сервіси, що дають змогу зберігати інформацію: після завершення заняття дошка не зникає, а зберігається у вигляді проекту чи файлу, щоб повертатися до неї пізніше, доповнювати новими матеріалами, коригувати та аналізувати разом з учнями вже напрацьовані результати.

Такі дошки з функцією збереження особливо корисні для групових проєктів, довготривалих досліджень чи підготовки до підсумкових уроків, коли вся робота поступово накопичується і стає доступною для подальшого використання.

Padlet – <https://padlet.com/> – це універсальна онлайн-дошка, що функціонує як інтерактивний простір для спільної роботи в реальному часі. Її головна перевага – гнучкість форматів. Ви можете організувати контент у вигляді стіни, стрічки, сітки, колонок, карти чи навіть хронологічної стрічки.



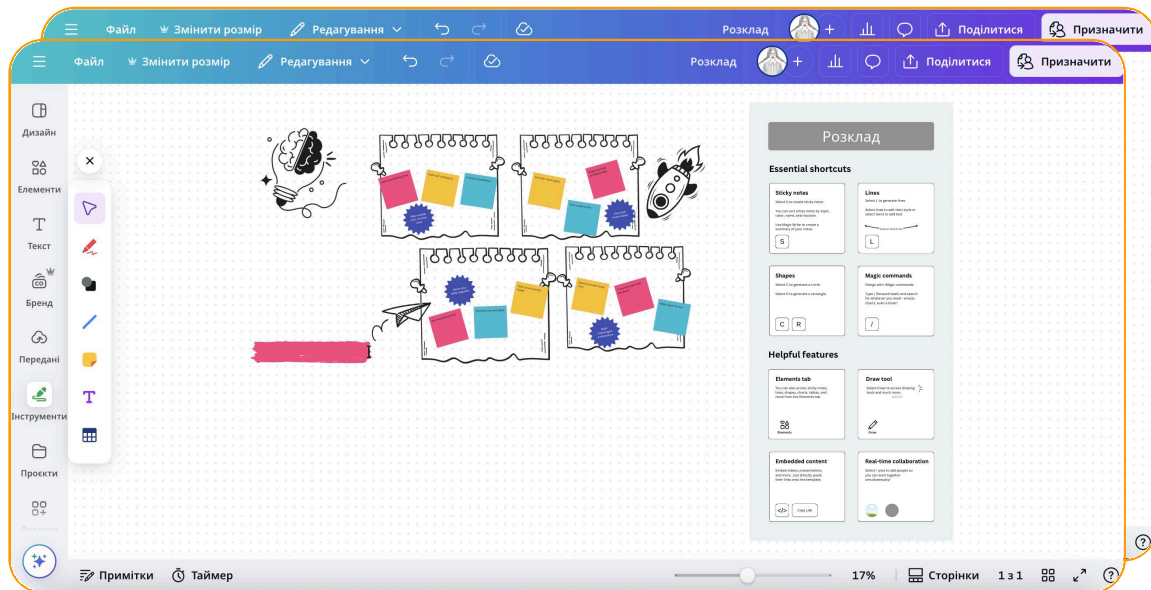
Щоб долучитися до роботи в Padlet, необхідно зареєструватися. Зробити це можна швидко й зручно: за допомогою вашого гугл-акаунту або ж через будь-який інший обліковий запис електронної пошти. Після реєстрації ви отримаєте доступ до створення власних дошок і можливість приєднуватися до спільних просторів колег чи учнів.

Щоб розпочати роботу, натисніть кнопку «Створити Padlet», оберіть потрібний формат (порожня дошка чи шаблон) і налаштуйте зовнішній вигляд та параметри дошки: назва, опис та права доступу.

Дошка пропонує широкий набір інструментів для розміщення контенту: можна додавати текстові нотатки, завантажувати зображення, документи, відео та аудіофайли, вставляти покликання, малювати, записувати свій голос чи навіть робити запис екрану. Зручною є функція коментування та виставлення оцінок до дописів, що дає змогу організувати ефективний зворотний зв'язок.

Щоб поділитися дошкою з іншими, натисніть на кнопку «Поділитися» у верхньому правому куті. Ви можете надіслати пряме покликання, згенерувати QR-код, вбудувати дошку на сайт або експортувати її у форматах PDF чи зображення.

Canva Whiteboard – <https://www.canva.com/> – це нескінченне онлайн-полотно для візуальної співпраці, інтегроване безпосередньо в ресурс «Canva». Воно ідеально підходить для планування проєктів, створення діаграм та проведення інтерактивних сесій. Його головна перевага – повна інтеграція з величезною бібліотекою Canva. Ви можете використовувати мільйони готових шаблонів, графічних елементів, фотографій, іконок та шрифтів, перетворюючи звичайну дошку на повноцінний дизайн-проєкт.



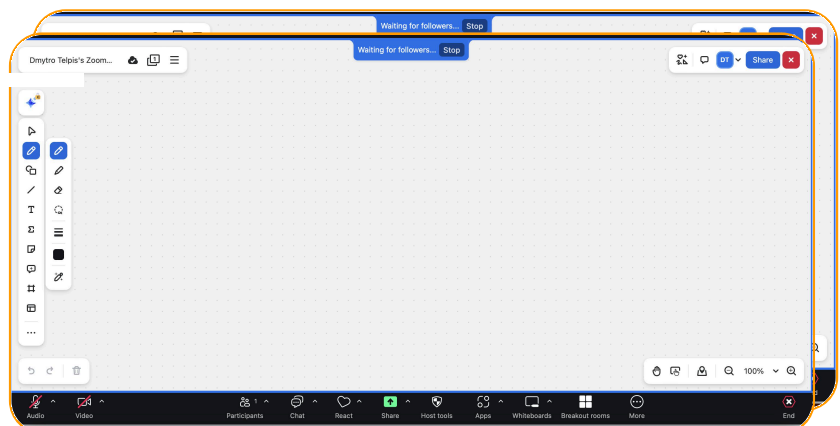
Щоб розпочати роботу, увійдіть у свій акаунт Canva, на головній сторінці оберіть «Створити» > «Дошки» (Whiteboards) і оберіть або порожній варіант, або один із тисяч професійних шаблонів для конкретної задачі.

Дошка пропонує як стандартні інструменти (наліпки, фігури, лінії, таймер для контролю часу та інструменти для малювання тощо), так і унікальні можливості Canva (додавання діаграм, графіків, відео та анімованих елементів тощо). Зручною є функція коментування та реакцій (емодзі), що дає змогу команді легко надавати зворотний зв'язок у реальному часі.

Щоб поділитися дошкою, натисніть кнопку «Поділитися» у правому верхньому куті. Після цього ви можете надіслати запрошення за покликанням, надавши доступ для перегляду, коментування чи редагування конкретному акаунту або всім, хто має покликання. Також ви можете завантажити дошку у форматі зображення (PNG, JPG) або документа (PDF).

Zoom Whiteboard – це вбудована в платформу «Zoom» віртуальна дошка для спільної роботи, яка ідеально підходить для мозкових штурмів, пояснень та інтерактивних завдань під час онлайн-зустрічей. Дошку можна створювати до, під час і після конференції, а доступ до неї зберігається в особистому кабінеті.

Для початку роботи під час зустрічі натисніть кнопку «Whiteboards» (Дошки) на панелі інструментів та оберіть «New whiteboard» (Створити нову дошку) чи оберіть уже створену «Existing whiteboards». Ви можете надати учасникам доступ для спільного редагування одразу або лише для перегляду.



Така дошка дає змогу малювати олівцем чи маркером, вставляти текстові блоки та коментарі, додавати геометричні фігури, стікери й зображення. Є можливість виокремлювати ключові елементи та підкреслювати важливі моменти під час пояснення. Усі учасники бачать зміни в режимі реального часу та можуть взаємодіяти між собою.

ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ

1. Створіть дошку в Padlet у форматі «стіни» й запропонуйте учням чи колегам зібрати матеріали з теми «Видатні постаті України». Кожен учасник додає короткий текст, фото чи покликання на джерело. Збережіть дошку як віртуальну виставку для повторного перегляду.
2. Використайте Padlet у режимі «Timeline» (стрічка часу). Нехай учасники спільно побудують хронологію подій певної історичної епохи або біографії письменника. Збережену дошку можна використовувати на наступних уроках як візуальний конспект.
3. На дошці в Canva Whiteboards створіть разом із учнями мапу понять до нової теми. Продовжуйте доповнювати її протягом кількох занять, щоб у підсумку отримати готову візуальну схему, яку можна використати для повторення.
4. Створіть спільну дошку в Zoom Whiteboard на тему «План нашого класного проєкту» й залиште її відкритою для редагування кілька днів. Учасники поступово доповнюють її новими ідеями, розподіляють завдання, додають схеми чи малюнки. Потім обговоріть підсумок на уроці.



ТОЧКА КОНТРОЛЮ: КОРОТКА ПЕРЕВІРКА ЗНАНЬ

Теза

Ні, маю сумніви

Частково

Добре розумію

Володію
досконало і можу
навчити інших

Я розумію роль та переваги онлайн-дошок для підвищення ефективності навчання в будь-якому форматі

Я вмію використовувати основні функції популярних онлайн-дошок для візуалізації та організації матеріалу

Я можу створювати та керувати спільними робочими просторами на онлайн-дошці для забезпечення колективної роботи учнів

Я вмію застосовувати онлайн-дошки для трансформації підходів до проведення динамічних занять у дистанційному форматі

Я можу обрати онлайн-дошку, яка не потребує реєстрації для роботи в умовах нестабільного інтернету чи економії трафіку

Я можу пояснити учням правила цифрового етикету та безпеки під час спільної роботи в онлайн-просторі дошки

Я вмію створювати та інтегрувати в онлайн-дошку різноманітні елементи (зображення, відео, посилання) для мультимедійного уроку

Я знаю, як зберегти або експортувати результати роботи з онлайн-дошки у формат, зручний для подальшого використання чи оцінювання

Я можу розробити власний сценарій уроку з використанням онлайн-дошки, спрямований на розвиток навичок співпраці та критичного мислення учнів

БЛОК 5.

ІНКЛЮЗИВНА ОСВІТА: ЦИФРОВІ ЗАСТОСУНКИ ДЛЯ РОБОТИ

Сучасна школа має бути доступною для кожної дитини. Інклюзивна освіта передбачає створення середовища, де всі учні можуть відчувати себе залученими, мати рівні можливості для навчання й розкривати свій потенціал. У цьому контексті цифрові технології стають не просто зручним інструментом, а важливою підтримкою для дітей з особливими освітніми потребами. Такі технології допомагають адаптувати навчальні матеріали, підтримувати комунікацію та створювати умови для індивідуального прогресу кожного учня.

НОТАТКИ ДЛЯ ТРЕНЕРА

Почніть із залучення досвіду учасників. Запитайте, чи мають вони учнів з особливими освітніми потребами, які труднощі виникали та з якими інструментами працювали. Пам'ятайте, що під час обговорення теми інклюзивної освіти дуже важливо використовувати загальноприйняті терміни, котрі допомагають уникнути непорозумінь чи некоректних висловлювань. Сфера інклюзії є чутливою, тому слова мають значення: правильна термінологія демонструє повагу до учнів та їхніх батьків і формує культуру толерантності в класі. Поясніть, що цифрові інструменти – це не лише про допомогу учням з інвалідністю, а про створення гнучкого середовища, яке робить навчання комфортним і доступним для всіх. Нагадайте, що використання технологій має поєднуватися з повагою до учня, уникати стигматизації та підкреслювати сильні сторони дитини.

Цей блок присвячений цифровим застосункам та сервісам, які дозволяють персоналізувати навчальний процес, усунути бар'єри та зробити освітнє середовище по-справжньому доступним. Ми розглянемо, як ефективно використовувати технології: інструменти для альтернативної комунікації та застосунки, розроблені з урахуванням різних нозологій, для створення безбар'єрного та успішного навчання в умовах цифрового простору.

НАВЧАЛЬНІ ЦІЛІ БЛОКУ:

1.
ознайомити з основними
принципами інклюзивного навчання;

2.
розглянути, як цифрові технології
допомагають зробити навчання
доступнішим для учнів з
особливими освітніми потребами;

3.
пояснити, як створювати навчальні матеріали, що відповідають принципам доступності (чіткий шрифт, контрастність, підписи до відео тощо)

4.
навчити планувати урок, використовуючи цифрові інструменти, щоб зробити навчання більш персоналізованим для кожного учня в інклюзивному класі.



5.1. ІНКЛЮЗИВНА ОСВІТА: КОРОТКИЙ ОГЛЯД

Цифрові технології відіграють важливу роль у підтримці інклюзивного навчання: вони допомагають адаптувати матеріали, забезпечують індивідуалізацію освітнього процесу та відкривають нові способи взаємодії між учителем і учнями. Використання цифрових застосунків дає змогу подолати бар'єри, підвищити мотивацію учнів і сприяти їхній активній участі в освітньому процесі.

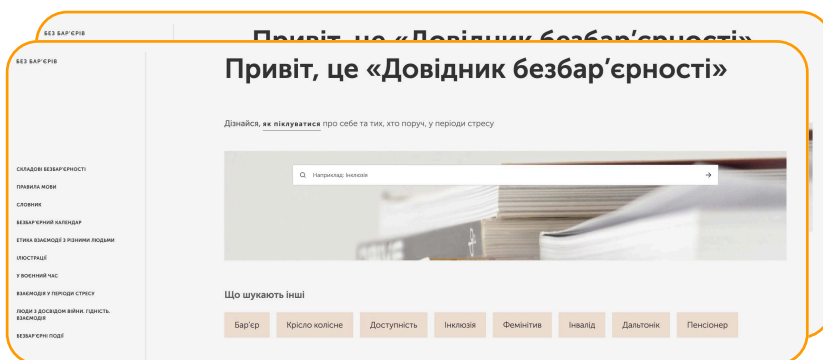
ІНКЛЮЗИВНА ОСВІТА

– це система заходів, яка забезпечує рівний доступ усіх дітей до навчання незалежно від їхніх особливих освітніх потреб, соціального чи культурного походження. Вона ґрунтується на принципах рівності та поваги, створюючи середовище, де кожен учень має можливість розвивати свої здібності.

В інклюзивній освіті важливо дотримуватися основоположних принципів, що забезпечують реальну інклюзію, рівність та врахування багатоманітності серед усіх учасників освітнього процесу. Їх заведено позначати аббревіатурою DIE (Diversity, Inclusion, Equity), яка звертає увагу не лише на повагу до відмінностей, а й загалом на створення безбар'єрного середовища, де кожен відчуває себе повноцінним членом освітньої спільноти*:

- 1 **БАГАТОМАНІТНІСТЬ (Diversity)** – визнання унікальних характеристик усіх учасників освітнього процесу – раса, стать, гендер, вік, сексуальна орієнтація, інвалідність, соціально-економічний статус, релігійні переконання та ін.;
- 2 **ІНКЛЮЗІЯ (Inclusion)** – створення середовища, в якому кожен відчуває себе частиною спільноти завдяки рівному доступу та активному залученню;
- 3 **РІВНІСТЬ (Equity)** – забезпечення справедливих умов і підтримки відповідно до потреб кожного, зокрема для вразливих категорій.

У темі інклюзивної освіти особливе значення має коректне використання термінології, адже від цього залежить точність та етичність спілкування. У роботі з поняттями та формулюваннями вчителям і викладачам може допомогти «Довідник безбар'єрності» – офіційний ресурс, який пояснює сучасні й прийнятні терміни, пов'язані з інклюзією, різноманітністю і рівністю: <https://bf.in.ua>.



Це онлайн-ресурс, який є своєрідним путівником з коректної комунікації та взаємодії з людьми, незалежно від їхніх особливостей. Його головна перевага – системне і доступне пояснення складних тем, пов'язаних з інклюзією, толерантністю та рівністю. Ресурс створений як онлайн-посібник, що постійно оновлюється й адаптується до сучасних реалій, допомагаючи формувати суспільство без обмежень.

* Лопатіна Г., Цибуляк Н., Мицик Г., Попова А., Нестеренко М. Дизайн інклюзивного освітнього середовища закладу вищої освіти / за заг. ред. проф. Ольги Гуренко. Запоріжжя: БДПУ, 2024, 15 с.

Інформація структурована за розділами, що охоплюють різні напрями: «Складові безбар'єрності», «Правила мови», «Словник», «Безбар'єрний календар», «Етика взаємодії з різними людьми», «Ілюстрації», «У воєнний час», «Взаємодія у періоди стресу», «Люди з досвідом війни. Гідність. Взаємодія», «Безбар'єрні події». Кожен розділ містить короткі, змістовні статті та практичні рекомендації.



«Довідник безбар'єрності» є практичним інструментом для підвищення обізнаності в темі інклюзії. Він містить чіткі визначення термінів, приклади коректного та некоректного вживання, а також поради щодо етикету спілкування з людьми з інвалідністю, представниками різних культур і гендерних спільнот. Зручна система пошуку за ключовими словами дає змогу швидко знаходити потрібну інформацію, а до кожного визначення додається переклад жестовою мовою.

Основні правила інклюзивного уроку:

1. Доступність матеріалів – використовуйте різні формати (текст, аудіо, візуальні матеріали, інтерактивні інструменти), щоб кожен учень міг сприймати інформацію в зручний для себе спосіб;
2. Зрозуміла мова – викладайте простими, чіткими реченнями, уникайте жаргону чи термінів без пояснень;
3. Поважне ставлення – використовуйте коректну термінологію та форму звертань, проявляйте повагу до індивідуальних особливостей і культурного різноманіття;
4. Індивідуалізація навчання – плануйте завдання різного рівня складності, передбачайте можливість вибору способу виконання.
5. Фізична та цифрова безбар'єрність – подбайте про комфортний доступ до класу, техніки чи онлайн-ресурсів (субтитри, контрастні матеріали, адаптовані презентації тощо);
6. Темп роботи – давайте достатньо часу на виконання завдань, дозволяйте учням працювати у власному темпі;
7. Зворотний зв'язок – підтримуйте учнів, заохочуйте до участі, використовуйте позитивне підкріплення;
8. Безпечне середовище – створюйте атмосферу довіри, де учні можуть висловлюватися без страху осуду чи дискримінації;
9. Використання цифрових інструментів – застосовуйте технології, які допомагають долати бар'єри (наприклад, програми для озвучування тексту, інтерактивні дошки, перекладачі жестової мови);
10. Співпраця – за потреби залучайте асистентів учителя, батьків чи психологів для додаткової підтримки дитини.

Ці правила надзвичайно важливі для якісної організації інклюзивного уроку. Вчителю слід пам'ятати, що інклюзивність – це не одноразова дія, а постійний процес.

Тому під час підготовки до кожного заняття потрібно уважно перевіряти всі матеріали (текстові, ілюстративні, мультимедійні, інтерактивні тощо), щоб вони були зрозумілими, доступними та безбар'єрними для всіх учнів.

Після перевірки складіть список пунктів, які потребують удосконалення, та внесіть відповідні зміни до своєї презентації.

ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ

1. Перейдіть на ресурс «Довідник безбар'єрності», на головній сторінці розміщено онлайн-тест з 7 запитань. Пройдіть його, щоб визначити свій поточний рівень обізнаності щодо інклюзії та безбар'єрності.
2. Відкрийте власну презентацію (наприклад, ту, яку ви створювали у попередніх розділах) та перевірте її за принципами безбар'єрності.

Зверніть увагу на такі аспекти:

- достатній контраст тексту і фону;
- читабельність шрифту (розмір, простота, відсутність декоративних надмірностей);
- наявність альтернативного тексту до зображень;
- використання зрозумілих схем, іконок та ілюстрацій;
- уникнення надмірного використання кольору як єдиного способу виокремлення інформації;
- послідовність та логічність структури слайдів.



5.2. ЗАСТОСУНКИ, ЩО ЗАБЕЗПЕЧУЮТЬ ІНКЛЮЗИВНІ ПІДХОДИ ПІД ЧАС ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ

Використання інклюзивних цифрових застосунків – таких як TippyTalk Mobile, Digital Inclusion та Lookout – відкриває нові можливості для повноцінної участі кожної дитини в освітньому процесі. Такі інструменти забезпечують автономність учнів на уроці, дають змогу діяти самостійно й не залежати постійно від допомоги дорослого. Вони підвищують самооцінку, впевненість у власних силах і сприяють формуванню відчуття успіху та залученості до спільної діяльності. Застосунки гарантують рівний доступ до інформації в різних формах: візуальній чи звуковій, що важливо для дітей з особливими освітніми потребами. Використання таких цифрових рішень також формує інклюзивну культуру в класі: учні бачать, як технології допомагають долати бар'єри, і вчаться поваги, емпатії та взаємопідтримки. Так формується середовище, в якому кожна дитина відчуває себе почутою, спроможною та рівноправною учасницею навчального процесу.

5.2.1. TIPPYTALK MOBILE

TippyTalk Mobile – це мобільний застосунок для альтернативної комунікації, створений для людей з порушеннями мовлення. Він перетворює зображення та піктограми на письмові й голосові повідомлення, що допомагає користувачам висловлювати свої потреби, бажання та думки. Застосунок містить понад 50 000 готових карток.

TippyTalk Mobile доступний для завантаження на Android:

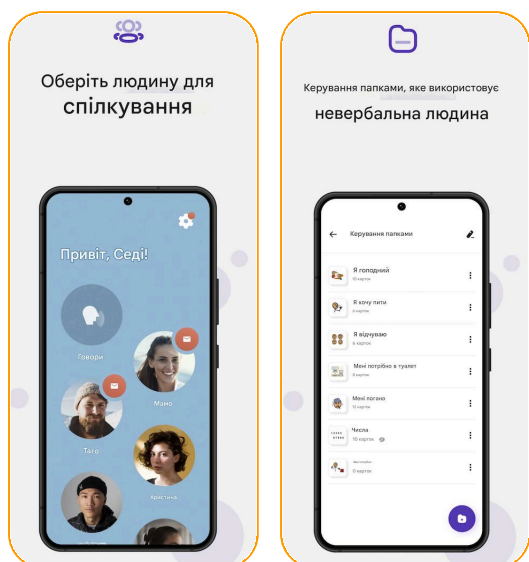
https://play.google.com/store/apps/details?id=io.tippytalk.community&pcampaignid=web_share

А також є версія для пристроїв Apple:

<https://apps.apple.com/ua/app/tippytalk-mobile/id1585240851?l=uk>

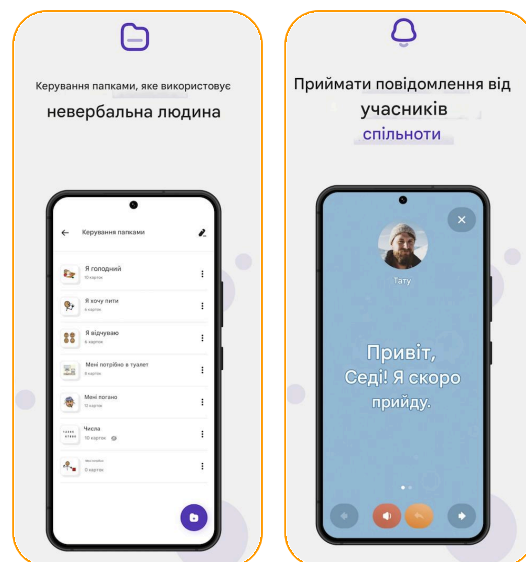


Цей застосунок потребує попередньої реєстрації користувача за допомогою електронної пошти. Під час створення облікового запису користувач (або його опікун / вчитель) вводить адресу e-mail, створює пароль та підтверджує реєстрацію через лист-підтвердження. Це забезпечує захист персональних даних і дає змогу зберігати індивідуальні налаштування профілю, зокрема власні набори ілюстрацій, контакти спільноти та історію повідомлень.



Інтерфейс TippyTalk Mobile є інтуїтивно зрозумілим і орієнтований на візуальне спілкування. Користувачі вибирають персоналізовані зображення або піктограми, які відповідають їхнім потребам, бажанням або діям. Ці зображення автоматично перетворюються на текстове або голосове повідомлення.

Застосунок також дає змогу членам спільноти відповідати за допомогою тексту, який перетворюється на голос, або через зображення та відео, які тіпінкер (тобто людина з порушенням мовлення) може зрозуміти. Сформоване повідомлення може бути надіслане у вигляді тексту або сповіщення членам приватної групи спілкування (наприклад, батькам, вчителям, друзям), які використовують застосунок. Члени цієї спільноти можуть відповідати тіпінкеру текстом, зображеннями або відео.



Таким чином, TippyTalk дає змогу учням з мовленнєвими порушеннями висловлювати свої думки, потреби та емоції, це суттєво знижує бар'єри в спілкуванні з учителем, однокласниками та родиною. Завдяки двосторонній комунікації користувач може брати участь у класних дискусіях, просити додаткові пояснення, ставити запитання навіть тоді, коли вербально поки що не здатен це зробити. Водночас учень отримує засіб для самовираження незалежно від того, чи присутній поряд хтось, хто може інтерпретувати його сигнали, що підвищує почуття гідності та самостійності.

Вчитель або асистент можуть долучитися до «ком'юніті» учня, налаштовувати картки з предметної термінології, улюблених тем, допомагаючи зробити матеріали доступнішими. Застосунок може використовуватися як у класі офлайн, так і дистанційно під час онлайн-уроків чи домашніх занять.

Ідеї для використання TippyTalk Mobile в роботі вчителя або асистента:

1. долучайте учня з порушенням мовлення до спільних завдань, обговорень чи ігор. Завдяки візуальним повідомленням і швидким реакціям (через піктограми «так», «ні», «допоможи», «ще раз») учень відчуватиме себе частиною команди;
2. учитель може додати власні набори ілюстрацій або піктограм, які відповідають темам уроків, що дасть змогу учням із мовленнєвими порушеннями брати участь у дискусіях, висловлювати відповіді або прохання в зручний для них спосіб;
3. учитель або асистент може створити набір карток, що відображають емоції («радію», «злюся», «втомився», «потрібна перерва» тощо). Використайте це, щоб допомогти дитині розповідати про свій стан і уникати перевантаження, сприяючи кращому розумінню її потреб;
4. учитель може використовувати застосунок для вивчення нових слів, додаючи зображення та відповідні підписи, що допоможуть учням розширювати свій лексикон у візуальній формі;
5. учитель може створити спеціальну групу для тіпінкера, де учень зможе спілкуватися з однокласниками. Це сприятиме його інтеграції в шкільну спільноту та формуванню нових дружніх зв'язків.

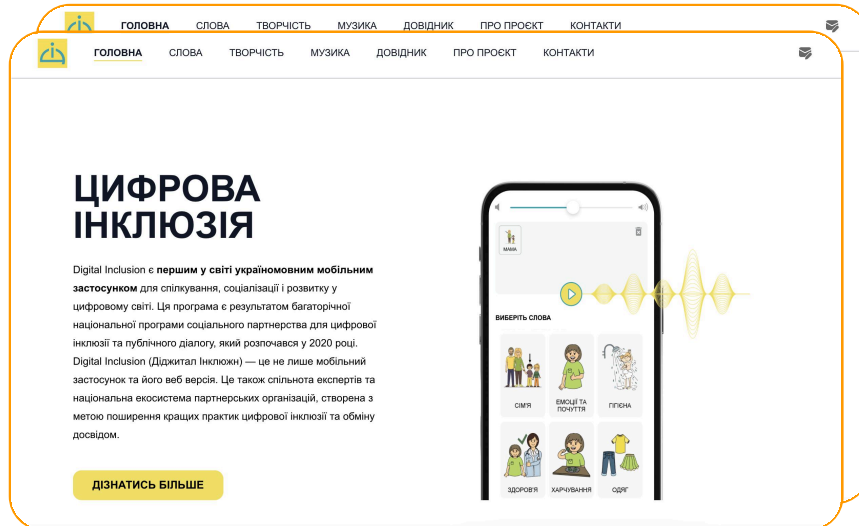
5.2.2. DIGITAL INCLUSION

Digital Inclusion – це перший безкоштовний українськомовний застосунок для розвитку мовлення, соціалізації та підтримки людей, які мають труднощі з вербальною комунікацією. Його мета – допомогти дітям і дорослим із розладами аутичного спектру, після інсультів або в будь-яких ситуаціях, коли усне мовлення є ускладненим або неможливим.

Digital Inclusion є безкоштовною програмою, яку можна завантажити у App Store
<https://apps.apple.com/ua/app/digital-inclusion/id1553766137?l=uk>



Також можна користуватися програмою на комп'ютері чи планшеті.
<http://dimobi.org.ua>



Програма має зручну структуру, що дає змогу адаптувати її до різних освітніх і реабілітаційних потреб користувачів:

1. Слова – розділ містить універсальний словник із картками-зображеннями та аудіосупроводом. Він дає змогу обирати, озвучувати та комбінувати слова для створення простих фраз, що сприяє розвитку мовлення, розуміння та комунікації;
2. Мої набори – персональний словник, який користувач або педагог може наповнювати власними фотографіями, піктограмами чи записами голосу. Такий індивідуальний підхід допомагає адаптувати додаток до конкретних потреб, тем занять або побутових ситуацій;
3. Творчість – інтерактивний розділ із цифровими розмальовками різного рівня складності, скерований на розвиток уваги, емоційної виразності, дрібної моторики та творчого мислення. Створені роботи можна зберігати або ділитися ними в соціальних мережах.



Ідеї для використання Digital Inclusion у роботі вчителя або асистента:

1. Використовуйте розділ «Слова» для допомоги учням, які мають труднощі у висловленні думок, почуттів чи потреб. Учні можуть обирати картки для відповіді на запитання («так / ні», «мені подобається / не подобається», «потрібна допомога» тощо). На уроках – добирати слова до зображень, складати прості речення. На перерві або під час адаптації – комунікувати з однокласниками за допомогою карток.
2. У розділі «Мої набори» створюйте тематичні словники під конкретні предмети або ситуації (наприклад, «Шкільний день», «Емоції», «Мої улюблені речі» тощо), набори для індивідуальних занять або знайомства в групі. Такий підхід допомагає дитині відчувати себе зрозумілою і впевненою під час спілкування.
3. Під час занять з української мови або логопедичних хвилинوک використовуйте картки для вправ на формування речень, закріплення лексики за темами, складання коротких історій за зображеннями тощо.
4. У розділі «Творчість» використовуйте цифрові розмальовки як частину занять із релаксації або після навантаження, роботи психолога або асистента в інклюзивному класі, тематичних уроків мистецтва, коли діти створюють малюнки за заданою темою й обговорюють їх.
5. Організуйте спільні завдання, де учень із порушеннями мовлення працює у парі з однокласником, використовуючи Digital Inclusion для пояснення дій. Це не лише допомагає комунікувати, а й розвиває емпатію та співпрацю між дітьми. Запропонуйте учням створювати спільні проєкти, наприклад, «розповідь у малюнках», де кожна дитина відповідає за свою частину історії, використовуючи різні категорії застосунку.

5.2.3. LOOKOUT

Lookout – це безкоштовний мобільний застосунок, створений для підтримки людей із порушенням зору. Він використовує можливості ШІ, щоб «озвучити» навколишній світ: камера телефону зчитує інформацію з оточення, а програма миттєво описує її голосом українською або іншими доступними мовами.

Застосунок допомагає користувачам виконувати повсякденні завдання: читати текст, розпізнавати об'єкти, визначати продукти, купюри, кольори та описувати сцени довкола. Його інтерфейс максимально спрощений і розроблений у співпраці зі спільнотою незрячих людей.

Працювати з Lookout можна з системою Android:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.google.android.apps.accessibility.reveal&hl=uk>



Основні режими роботи Lookout:

ТЕКСТ

– миттєво читає будь-який напис або короткий текст, який з'являється у полі зору камери;

ДОКУМЕНТ

– розпізнає сторінки тексту, вирівнює зображення й зачитує повний документ;

ДОВКІЛЛЯ

– описує навколишні об'єкти та людей, визначає просторове розташування предметів;

ПРОДУКТИ

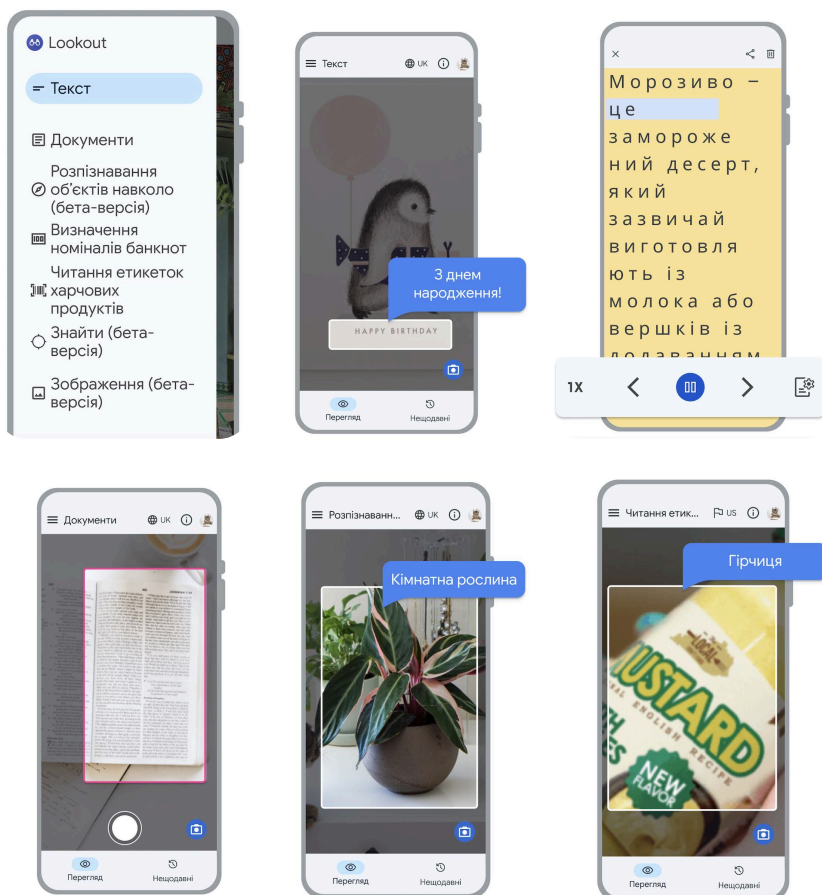
– допомагає зчитувати штрих-коди й розпізнавати товари за етикетками;

ГРОШІ

– визначає номінал купюри;

ЗОБРАЖЕННЯ

– створює опис фотографій або сцен і навіть може відповісти на уточнювальні запитання про зображення.



Наприклад, на заняттях у режимі «Текст» учень може використовувати коли обирає зошит, підручник чи посібник або отримує вітальну листівку від однокласників. Інструменти читання допомагають озвучувати учням текст в підручнику, а також налаштовувати шрифт, колір, інтервали.

За допомогою режиму «Документи» можна сканувати сторінки тексту. Це можуть бути нотатки чи сторінки підручника.

Розділ «Зображення» дає змогу учням дізнаватися більше про світ навколо: об'єкти в класній кімнаті, предмети побуту в приміщенні, особисті речі на парті.

Зверніть увагу: функція «Визначення номіналів» поки не розпізнає української гривні. Доступні – євро, долари та індійська рупія.

Ідеї для використання Lookout у роботі вчителя або асистента:

1. Використання режиму «Текст» Lookout, щоб швидко навести камеру на надруковане правило, невелике завдання або ключове слово на дошці чи картці. Lookout зчитує та озвучує цей текст. Це знімає бар'єр для учнів, даючи їм змогу самостійно отримати завдання чи правило;
2. Адаптація навчального матеріалу на етапі пояснення учням: учитель або асистент використовує режим «Текст» чи «Документи», щоб швидко просканувати робочий аркуш, інструкцію з виконання досліду або етикетку матеріалу;
3. У режимі «Довкілля» учень може дізнатися, де розташована дошка, стіл учителя, шафа з матеріалами чи вихід, що знижує тривожність і дає змогу бути активним під час групових завдань;
4. Долучення до групових вправ – учень у групі слухає озвучення назв предметів, які інші розкладають на столі (наприклад, картки з поняттями, геометричні фігури), і може активно брати участь у завданні.

1. У TippyTalk Mobile або Digital Inclusion створіть персональний набір із 10–15 карток для дитини, яка має труднощі з вербальною комунікацією. Зверніть увагу, як подається матеріал (пиктограма, текст, аудіо). Поміркуйте, як це може допомогти дитині краще сприймати й запам'ятовувати інформацію. Напишіть короткий висновок: як, на вашу думку, використання таких карток сприяє навчанню дітей з особливими освітніми потребами.
2. Виберіть тему уроку (наприклад, «Пори року», «Моя школа», «Професії») і створіть у Digital Inclusion або TippyTalk Mobile тематичний словник із 10–12 карток для цієї теми. Під час уроку використайте його для вправи «Назви та поясни», коли учні по черзі обирають картку та складають просте речення. Обговоріть, як така вправа може допомогти учням із різними освітніми потребами брати активну участь у навчанні.
3. У розділі «Творчість» застосунку Digital Inclusion оберіть розмальовку, розфарбуйте її самостійно або разом із дітьми, обговорюючи кольори та емоції, які вони викликають. Зробіть висновок, наскільки такі інструменти можуть бути корисними для розвитку дрібної моторики, креативності та естетичного сприйняття. Збережіть результат і поділіться ним у внутрішній групі школи або соціальних мережах із хештегом #ІнклюзивнаОсвіта.
4. На основі попередніх завдань розробіть короткий план уроку, активності або заняття (на 10–15 хвилин) із використанням одного з розділів TippyTalk Mobile або Digital Inclusion. Укажіть назву активності, цільову аудиторію, мету (наприклад, розвиток лексичного запасу, тренування пам'яті, розвиток творчих навичок тощо) і покроково опишіть, як саме ви будете використовувати цифровий ресурс.
5. Зберіть 3-4 об'єкти з різною текстурою (наприклад, шишка, гладкий камінь, зошит). Увімкніть режим «Довкілля» Lookout. Наведіть камеру на кожен об'єкт окремо. Зафіксуйте опис, який надає застосунок (наприклад, «це шишка», «це гладкий сірий камінь»).
6. Проскануйте сторінку підручника в застосунку Lookout в режимі «Текст» та «Документ». Зафіксуйте опис, який надає застосунок. Порівняйте роботу двох режимів та оберіть варіанти, який видається більш зручним.

ТОЧКА КОНТРОЛЮ: КОРОТКА ПЕРЕВІРКА ЗНАНЬ

Теза

Ні, маю сумніви

Частково

Добре розумію

Володію
досконало і можу
навчити інших

Я розумію, що таке інклюзивна освіта та як цифрові технології допомагають зробити освіту доступнішою

Я знаю, як використовувати «Довідник безбар'єрності» для коректної комунікації з учнями

Я можу пояснити, як застосунок TippryTalk допомагає в альтернативній комунікації та соціалізації

Я знаю, як використовувати Digital Inclusion для розвитку мовлення учнів

Я знаю, як використовувати Lookout, щоб інтегрувати учнів з порушенням зору в роботу на занятті

Я вмію розробляти короткий план уроку, використовуючи один із розглянутих застосунків для інклюзивного навчання

Я знаю, як створювати навчальні матеріали, що відповідають принципам доступності

Я розумію, що цифрові інструменти роблять навчання комфортним і доступним для всіх, а не лише для учнів з особливими освітніми потребами



ВИСНОВКИ ТА ДОДАТКОВІ МАТЕРІАЛИ

Цей посібник став дороговказом у світі цифрових технологій для учителя. Крок за кроком ми пройшли шлях від базових правил цифрової безпеки до застосування найсучасніших технологій, які відкривають нові горизонти в навчанні. Ми побачили, що цифрова грамотність – це не лише технічна навичка, а комплексне вміння поєднувати знання, педагогічну майстерність і технологічні інструменти, аби створювати якісний та інклюзивний освітній процес.

ОСНОВНІ ІДЕЇ, ЩО ВАРТО ВИНЕСТИ З ЦЬОГО ПОСІБНИКА:

- 1. Цифрова безпека** – фундамент усіх подальших кроків. Захист даних, безпечне користування інтернетом, надійні паролі та двофакторна автентифікація формують основу вашої впевненості у цифровому світі.
- 2. Штучний інтелект** – не загроза, а партнер учителя. Він допомагає зекономити час, урізноманітнити навчальні матеріали, зробити уроки цікавішими та доступнішими, але водночас потребує виваженого й критичного використання.
- 3. Візуалізація знань** – шлях від складного до простого. Інфографіка, презентації, відеоуроки допомагають зробити навчальний матеріал зрозумілим і привабливим для різних учнів.
- 4. Цифрові простори для взаємодії** – міст між учителем, учнями та колегами. Онлайн-дошки та платформи для колективної роботи створюють умови для співпраці й спільного пошуку рішень навіть на відстані.
- 5. Інклюзивність** – серце сучасної освіти. Використання цифрових застосунків допомагає враховувати потреби кожного учня, забезпечуючи рівний доступ до знань, підтримку та відчуття приналежності до спільноти.

Завершуючи роботу з цим посібником, важливо усвідомити: цифрова компетентність – це не разово набута навичка, а процес постійного розвитку. Технології настільки швидко змінюються, що завдання сучасного педагога – постійно залишатися відкритим до нових інструментів і підходів.

РЕКОМЕНДУЄМО СКЛАСТИ ВЛАСНИЙ ПЛАН ПРОФЕСІЙНОГО ЗРОСТАННЯ:

- оберіть кілька цифрових інструментів, які ви ще не використовували, та протестуйте їх на практиці;
- зробіть рефлексію, що з опанованого вам найбільше допомагає, а що потребує доопрацювання;
- поділіться своїми напрацюваннями з колегами, адже цифрова трансформація школи починається з колективного досвіду;
- пам'ятайте про баланс, використовуйте технології не заради самих технологій, а для розвитку учня та підвищення якості освіти.

КОРИСНІ РЕСУРСИ ДЛЯ ПОДАЛЬШОГО НАВЧАННЯ:

Prometheus,
EdEra,
Дія.Освіта,
EdWay

– безкоштовні
онлайн-курси
для педагогів;

Coursera,
FutureLearn

– міжнародні платформи,
що пропонують курси з
цифрових навичок,
педагогіки та інклюзії;

Google for
Education,
Microsoft
Educator Center

– сервіси, що
містять навчальні
модулі для
освітян;

YouTube-
канали
освітніх
спільнот

– приклади інтеграції
цифрових інструментів
на уроках (наприкла-
д Всеукраїнська школа
онлайн, Освіторія, Pi-
stacja UA)

ОНЛАЙН-ПОМІЧНИКИ ДЛЯ ВЧИТЕЛЯ:

- Bouncy Balls – <https://bouncyballs.org/> – безкоштовний ігровий інструмент для контролю шуму в класі. Кольорові кульки реагують на рівень звуку в приміщенні: що голосніше говорять учні, то активніше рухаються кульки. Такий візуальний сигнал допомагає дітям регулювати гучність голосу й розвиває самоконтроль.
- ClassroomZen – <https://classroomzen.com/> – інтерактивна платформа, що поєднує шумометр, дихальні вправи, «перерви для мозку» та тренажери для друку. Допомагає створити спокійну атмосферу, зробити короткі релаксаційні паузи або налаштувати учнів на концентрацію перед новим видом діяльності.
- Online Stopwatch – <https://www.online-stopwatch.com/> – простий та зручний онлайн-таймер із різними дизайнами. Використовується для відліку часу під час групових завдань, ігор, рефлексій або контрольних робіт. Дисциплінує дітей і допомагає організувати чітку структуру уроку.
- Story Dice – <https://davebirss.com/storydice/> – віртуальні «кубики історій» для розвитку мовлення, фантазії та креативного мислення. Учні кидають кубики, на яких випадають різні зображення, і складають за ними коротку історію. Такий інструмент особливо корисний для уроків літератури, мови, іноземних мов або для тренування навичок усного мовлення.



Вчителювання – це мистецтво виховувати серця й розум у час, коли світ стрімко трансформується. Саме ви, шановні вчителі, допомагаєте дітям орієнтуватися в інформаційному просторі, критично мислити, використовувати цифрові інструменти з користю і відповідальністю, відчувати себе частиною спільноти та не губитися у вирі інформаційних потоків.

Ми щиро вдячні вам за те, що ви робите сьогодні

У часи, коли світ змінюється, а виклики стають дедалі складнішими, ваша щоденна праця має неоціненне значення. Ви не лише навчаєте предметів, а й підтримуєте дітей у їхніх мріях і страхах, формуєте у них відчуття безпеки, гідності та віри в себе.

Іноколи нові технології можуть здаватися складними або навіть лякати. Але пам'ятайте: кожен ваш крок у напрямку розвитку цифрових компетентностей – це інвестиція у майбутнє ваших учнів. Це приклад для них, що навчатися й розвиватися можна у будь-якому віці, що знання – це сила, а технології – лише інструмент у руках тих, хто прагне творити добро і зміни.

Саме вчитель надихає дітей бути сміливими, креативними й відкритими до нового. Саме завдяки вам вони вчать не боятися помилок, шукати рішення, ставити запитання і рухатися вперед.

