ОСВІТОРІЯ

EDUCATION CANNOT WAIT

АБЕТКА ПРОФЕСІЙНОГО ЗРОСТАННЯ МАЙБУТНЬОГО ПЕДАГОГА



КИЇВ - 2026

ЗМІСТ

Кілька слів про Абетку
Як використовувати Абетку під час практики
Формат роботи студента з абеткою
Поради, щоб Абетка працювала максимально ефективно
А – Аналіз уроку
Б – Багаж досвіду
В – Взаємодія
Г – Гнучкість
Д – Доброчесність
Е – Емпатія
Є – Єдність цінностей
Ж – Життєвість уроку
З – Зворотний зв’язок
И – Ініціативність
І – Індивідуальна траєкторія
Ї – Їжа для педагога
К – Комунікація
Л – Лідерство
М – Мотивація
Н – Наставництво
О – Оцінювання
П – Партнерство
Р – Рефлексія
С – Саморозвиток

ЗМІСТ

Т – Турбота про себе

У – Урок як мистецтво

Ф – Фокус на учнях

Х – Харизма вчителя

Ц – Цілісність

Ч – Чесність із собою

Ш – Школа як ресурс

Щ – Щоденні маленькі кроки

Ю – Юність професії

Я – Я-педагог у становленні

Дослідження проводиться у межах Багаторічної програми стійкості 2024-2026 (MYRP) та фінансується Education Cannot Wait (ECW), глобальним фондом ООН, що підтримує розвиток освіти в надзвичайних ситуаціях і тривалих кризах. MYRP в Україні впроваджується за підтримки Міністерства освіти і науки України.

КІЛЬКА СЛІВ ПРО АБЕТКУ

Педагогічна практика – це не просто виконання завдань університету. Це простір, у якому майбутній учитель вперше відчуває себе в професії, а не поруч із нею. Тут народжується голос педагога, формується стиль взаємодії, з'являються перші професійні рішення, сумніви, відкриття, помилки і – що найцінніше – маленькі перемоги, які стають фундаментом становлення.

Ця Абетка створена як провідник у щоденну діяльність студента-практиканта. Кожна літера – це педагогічний сенс, дія або якість, які «оживають» саме під час практики. Абетка не вимагає бути ідеальним – вона допомагає стати справжнім: уважним, етичним, чуйним, гнучким, творчим і здатним вчитися в кожній ситуації.

Вона буде корисною, коли студент:

- проводить свої перші уроки;
- спостерігає за роботою наставника;
- відчуває натхнення або занепокоєння;
- шукає педагогічні ідеї;
- аналізує помилки й фіксує свій прогрес;
- вчиться партнерству і комунікації;
- формує власну траєкторію професійного зростання.

Абетка – це одночасно про перші професійні кроки і подальше професійне зростання. Вона проста у використанні, але глибока за змістом. Це інструмент рефлексії, самопідтримки, творчого пошуку та професійного зміцнення.

Учитель починається не з диплома – він починається з дії. І ця Абетка – про дії, які створюють майбутнього педагога.

ЯК ВИКОРИСТОВУВАТИ АБЕТКУ ПІД ЧАС ПРАКТИКИ

Абетку можна відкривати на будь-якій літері й працювати з нею як із «точкою входу» в професійні роздуми чи дію.

Ось кілька способів, які точно спрацюють під час практики:

1. **Почни з літери свого імені:** відкрий сторінку з першою літерою свого імені й виконай вправу.
2. **Обрери літеру настрою або стану.** Якщо відчуваєш втому – обери Т. Якщо шукаєш ідею – І або И. Якщо хочеш підтримки – Е чи П.
3. **Попроси наставника або одногрупника назвати літеру.** І працюй з нею спонтанно як з мікрозавданням або вправою-викликом.
4. **Визнач 1 літеру як фокус дня** і виконуй вправи, занотовуючи результат у щоденнику практики.
5. **Надішли собі або іншим своїм одногрупникам "літеру-підтримку".** Коли певна літера особливо відгукнулась, випиши її як нагадування чи меседж.
6. **Створи "абеткову гірлянду практики" в кінці тижня**. Випиши 7 літер, які найкраще описують твій педагогічний тиждень і коротко підсумуй, чому саме вони.
7. **Використовуй як інструмент аналізу і самооцінювання.** Після кожного уроку або важливої події відкривай 2 літери:

- 1 – що проявилось найсильніше;
- 1 – над чим хочеш працювати.

8. **Не тільки читай, а й дій.** Абетка працює лише тоді, коли знання переходять у практику. 2 хв. дії важливіші за 20 хв. читання без застосування.

ФОРМАТ РОБОТИ СТУДЕНТА З АБЕТКОЮ

Коли використовувати	Що робити
Перед проведенням уроком	Обрати літеру-намір (наприклад, Ж, Л, П, Ф) і прочитати підказку
Після уроку	Зробити вправу до літери «А» + ще 1 на вибір
Наприкінці тижня	Виписати 5 літер прогресу + 1 літеру виклику
У складні моменти	Обрати літеру самопідтримки (Д, Е, Т, Ч) і виконати вправу
Для діалогу з наставником	Обрати літеру-запитання (Н або И) і обговорити
Для фіксації росту	Записати 3 «літери-медалі» тижня

ПОРАДИ, ЩОБ АБЕТКА ПРАЦЮВАЛА МАКСИМАЛЬНО ЕФЕКТИВНО

- Пиши коротко і щиро, без страху помилитись.
- Перетворюй підказки на дії вже сьогодні.
- Збирай «літери прогресу» як доказ свого становлення.
- Дозволяй собі починати знову – стільки разів, скільки потрібно.

Пам'ятай: практика – це не про досконалість, а про зростання у професії.



А – АНАЛІЗ УРОКУ

Здійснюю самоаналіз проведеного уроку за структурою: мета → діяльність → результат → труднощі → рішення.

Практичний кейс А

Вправа: запиши 3 сильні моменти уроку і 2, які хочеш покращити.

Підказка: «Які мої дії найбільше вплинули на залученість учнів під час уроку?».

Б – БАГАЖ ДОСВІДУ



Фіксую всі професійні «знахідки» практики: методи, прийоми, діалоги, ситуації, які стали ресурсом для мого зростання.

Практичний кейс Б

Вправа: *створи список «10 професійних знахідок тижня».*

Підказка: *«Що я сьогодні додаю до свого педагогічного багажу?».*



В – ВЗАЄМОДІЯ

Будую конструктивну комунікацію з наставником, учнями, батьками, педагогічним колективом.

Практичний кейс В

Вправа: *обери 1 учня, з яким хочеш налагодити глибший контакт, і продумай спосіб психологічної підтримки.*

Підказка: *«Чи відчували учні довіру до мене сьогодні? Завдяки чому?».*

Г – ГНУЧКІСТЬ

Адаптуюсь до умов класу, розкладу, індивідуальних потреб учнів та непередбачуваних педагогічних ситуацій.



Практичний кейс Г

Вправа: *згадай непередбачувану ситуацію в класі й напиши 2 альтернативні реакції на її вирішення.*
Підказка: *«Як я можу бути «бамбуком», що гнеться, але не ламається?».*



Д – ДОБРОЧЕСНІСТЬ

Дотримуюсь академічної та професійної етики, чесності під час рефлексії та роботи з документацією.

Практичний кейс Д

Вправа: *перевір свій щоденник / матеріали за чеклістом етики: чесність, повага, конфіденційність, авторство ідей.*

Підказка: *«Чи є в моїх діях сьогодні те, за що я себе поважаю?».*

Е – ЕМПАТІЯ

Виявляю чуйність до емоційного стану учнів, педагогів і самого себе як майбутнього вчителя.



Практичний кейс Е

Вправа: *опиши емоційний стан класу одним реченням «Я відчуваю клас так..., тому що...».*

Підказка: *«Що я можу зробити для себе й учнів трохи краще?».*



Є – ЄДНІСТЬ ЦІННОСТЕЙ

Визначаю і звіряю власні педагогічні цінності з цінностями школи та класу.

Практичний кейс Є

Вправа: *запиши 5 своїх педагогічних цінностей і знайди, де вони проявились у школі/на практиці.*
Підказка: *«Які цінності школи сьогодні мені відгукнулися?».*

Ж – ЖИТТЄВІСТЬ УРОКУ

Створюю «живий» урок: з емоціями, залученням, інтерактивом, партнерством, без страху експериментувати.



Практичний кейс Ж

Вправа: *додай 1 маленький інтерактивний елемент до наступного уроку, який викличе усмішку або здивування учнів.*

Підказка: *«Де в моєму уроці було «дивовижно жваво»?».*



3 – ЗВОРОТНИЙ ЗВ'ЯЗОК

Приймаю і надаю конструктивний і позитивний зворотний зв'язок, використовую його для вдосконалення педагогічних дій.

Практичний кейс 3

Вправа: *попроси наставника дати 1 пораду, а ти запиши, як її реалізуєш на практиці.*

Підказка: *«Який зворотний зв'язок я даю собі зараз?».*

И – ІНІЦІАТИВНІСТЬ

Проявляю педагогічну ініціативу: пропоную ідеї, допомагаю, створюю освітні мікропроєкти.



Практичний кейс И

Вправа: *запропонуй 1 ідею наставнику (вправа, гра, матеріал) для надання вам зворотного зв'язку.*

Підказка: *«Що корисного я можу ініціювати завтра?»*.



І – ІНДИВІДУАЛЬНА ТРАЄКТОРІЯ

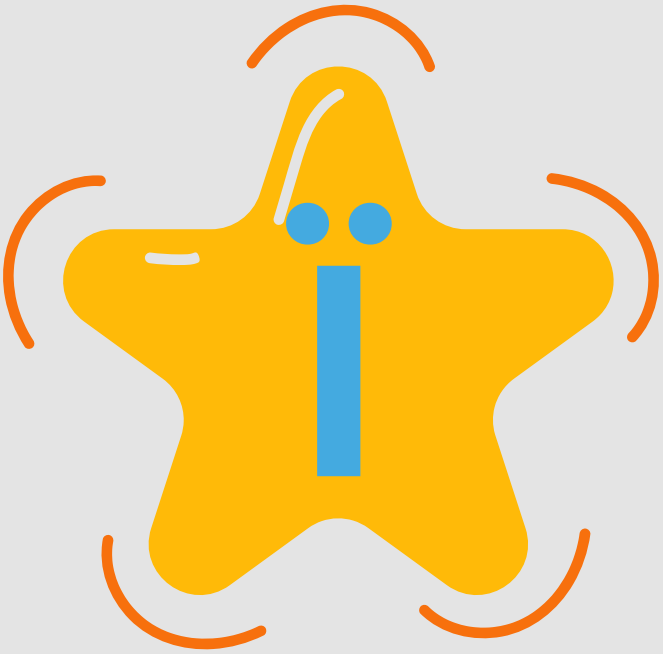
Планую особистий професійний розвиток на основі рефлексії та результатів практики.

Практичний кейс І

Вправа: *створи мініплан дій на 7 днів задля професійного зростання (по 1 пункту на день).*
Підказка: *«Який мій наступний крок у професійному становленні як педагога?».*

Ї – ЇЖА ДЛЯ ПЕДАГОГА

Знаю, що «живить» мене в професії: дитячі посмішки, вдалі пояснення, співпраця, маленькі перемоги.



Практичний кейс Ї

Вправа: *випий теплий напій і 2 хв. подумай про професійне «наповнення». Запиши 3 речі, що тебе живлять під час практики.*

Підказка: *«Що мене сьогодні професійно живило?».*



К – КОМУНІКАЦІЯ

Говорю зрозуміло, доброзичливо, впевнено; використовую різні канали спілкування в педагогічному середовищі.

Практичний кейс К

Вправа: *запиши діалог, який був складним. Перепиши його у 2 нових, більш партнерських варіантах.*
Підказка: *«Як звучить моя мова, коли вона доброзичлива і впевнена?».*

Л – ЛІДЕРСТВО

Пробую себе в ролі лідера навчання: керую класом під час уроків / виховних заходах, але з повагою і партнерством.



Практичний кейс Л

Вправа: *проведи 2-хв «мікро-управління класом» на перерві або під час уроку.*

Підказка: *«Як я тримаю кермо класу: тиском чи партнерством?».*



М – МОТИВАЦІЯ

Підтримую навчальну мотивацію учнів і свою професійну мотивацію бути педагогом.

Практичний кейс М

Вправа: *запиши 3 фрази, що підтримують мотивацію дітей, і 3, що підтримують твою мотивацію бути вчителем.*

Підказка: *«Який момент сьогодні зміцнив мою мотивацію бути педагогом?».*

Н – НАСТАВНИЦТВО



Активно співпрацюю з наставником: запитую, уточнюю, пробую, коригую, рефлексую.

Практичний кейс Н

Вправа: *5 хв. поспостерігай за уроком наставника, запиши 5 його / її професійних рішень.*

Підказка: *«Що б я сьогодні запитав(ла) у наставника, щоб професійно вдосконалитися?».*



О – ОЦІНЮВАННЯ

Практикую оцінювально-аналітичні дії: аналізую навчальні досягнення, використовую критерії, не боюсь аналізувати помилки.

Практичний кейс О

Вправа: *проаналізуй 1 учнівську роботу за критеріями й без оцінки «добре/погано» опиши, що бачиш.*
Підказка: *«Яку помилку я сьогодні можу перетворити на медаль розвитку?».*

П – ПАРТНЕРСТВО

Будую педагогічне партнерство з учнями та вчителями: слухаю, пропоную, підтримую, співтворю.



Практичний кейс П

Вправа: *запиши 1 ситуацію партнерства в класі й 1 – де його бракувало. Додай варіант, як це змінити.*

Підказка: *«Чи було в моїх діях сьогодні партнерство?».*



Р – РЕФЛЕКСІЯ

Щодня рефлексую: що відчув(ла) → що вдалося → що потребує змін → як зробити краще завтра.

Практичний кейс Р

Вправа: *З запитання до себе: «Що сталося на уроці? Що відчув? Чого навчився?».*

Підказка: *«Який мій педагогічний ритм сьогодні?».*

С – САМОРОЗВИТОК



Вчуся впродовж практики: читаю, спостерігаю, аналізую, вдосконалюю педагогічну майстерність.

Практичний кейс С

Вправа: *обери 1 якість/навичку/уміння і «тренуй» її 5 днів поспіль (голос, дисципліна, пауза, гумор...).*

Підказка: *«Що я хочу тренувати завтра?».*



Т – ТУРБОТА ПРО СЕБЕ

Плекаю здоров’язбережувальні навички, зберігаю емоційний баланс, планую відпочинок і відновлення.

Практичний кейс Т

Вправа: *створи «рецепт відновлення студента-практиканта» з 5 інгредієнтів як я дбаю про себе і застосуй 1 сьогодні.*

Підказка: *«Яку маленьку турботу можу проявити до себе зараз?».*

У – УРОК ЯК МИСТЕЦТВО

Сприймаю урок як простір творчості, сміливості й любові до професії.



Практичний кейс У

Вправа: *придумай «сценарій» свого наступного уроку як сцену з фільму: жанр, настрій, фінал.*

Підказка: *«Який жанр мого педагогічного дня сьогодні?».*



Ф – ФОКУС НА УЧНЯХ

Тримаю увагу на потребах і можливостях учнів, а не лише на формальному виконанні завдань практики.

Практичний кейс Ф

Вправа: *впродовж дня 3 рази став собі дзвіночок-нагадування: «Де зараз моя увага?»*

Підказка: *«Що зараз найважливіше для учнів у класі?».*

Х – ХАРИЗМА ВЧИТЕЛЯ

Треную педагогічний голос, впевненість, мову тіла, доброзичливість.



Практичний кейс Х

Вправа: *запиши 10-сек відео, коли пояснюєш правило або вітаєш клас (для самооцінки невербальної сили).*
Підказка: *«У чому моя сила присутності?».*



Ц – ЦІЛІСНІСТЬ

Інтегрую професійні ролі: педагог, психолог, партнер, комунікатор, дослідник та ін.

Практичний кейс Ц

Вправа: *намалюй «корону компетентностей» і впиши в неї 5, що найсильніше проявились у тебе під час практики.*

Підказка: *«Які мої ролі сьогодні звучали гармонійно?».*

Ч – ЧЕСНІСТЬ ІЗ СОБОЮ

Здатен(а) сказати: «Я спробував(ла) – і вчуся», «Я не знаю – і дізнаюся», «Я помилився(лась) – і виправлю».



Практичний кейс Ч

Вправа: *напиши 1 чесне речення про себе без прикрас і 1 – з підтримкою як другові.*
Підказка: *«Як би я підтримав(ла) себе, якби була наставником собі?».*



Ш – ШКОЛА ЯК РЕСУРС

Сприймаю практику як простір професійного становлення, підтримки, відкриттів і педагогічних сенсів.

Практичний кейс Ш

Вправа: *запиши 3 місця / людей / ситуації в школі, які стали для тебе внутрішнім ресурсом.*

Підказка: *«Як практика підтримує моє професійне становлення?».*

Щ – ЩОДЕННІ МАЛЕНЬКІ КРОКИ

Розумію: кожна маленька дія на практиці – це крок до великої професійної майстерності.



Практичний кейс Щ

Вправа: *створи «гірлянду розвитку» – 5 маленьких дій, що яскраво підсвітили твоє професійне зростання.*
Підказка: *«Який 1 маленький крок завтра стане великим?».*



Ю – ЮНІСТЬ ПРОФЕСІЇ

Дозволяю собі бути початківцем, але відповідальним, сміливим, відкритим до навчання і розвитку.

Практичний кейс Ю

Вправа: *спробуй завтра 1 новий педагогічний прийом як експеримент.*

Підказка: *«Що я сьогодні роблю вперше як педагог?»*

Я – Я-ПЕДАГОГ У СТАНОВЛЕННІ

Усвідомлюю: «Я формую себе як учителя щодня, у дії, у турботі, у рефлексії, у партнерстві».



Практичний кейс Я

Вправа: *склади собі лист у майбутнє.*
Підказка: *«Який я педагог сьогодні? Яким хочу бути у фіналі практики?».*

Абетка професійного зростання майбутнього педагога — це рефлексивно-діяльнісний інструмент супроводу студентів-практикантів під час педагогічної (виробничої) практики у закладах загальної середньої освіти. Кожна літера Абетки розкриває ключову педагогічну якість, професійну дію або ціннісний орієнтир, що сприяють формуванню цілісного образу майбутнього вчителя.

Абетка містить практичні вправи, підказки для самоаналізу, мікрозавдання для взаємодії з наставником та рефлексивні запитання, які допомагають студентові усвідомлено проєктувати та аналізувати власні уроки; розвивати професійні компетентності (їх складову) в реальних умовах шкільного середовища; формувати емоційно-етичну, партнерську та комунікаційну позицію педагога; перетворювати труднощі й помилки на точки професійного зростання; фіксувати індивідуальний прогрес та планувати траєкторію подальшого розвитку.

Матеріали Абетки спрямовані на щоденне застосування і можуть використовуватися як частина щоденника практики, постер для педагогічного кабінету або методична основа для обговорення з наставником. Інструмент підтримує концепцію педагогіки партнерства та навчання впродовж життя, допомагаючи студенту пройти шлях від перших професійних спроб до усвідомлення себе як педагога.

Лисогор Л.П., Новик І.М., Павлик О.А. Абетка професійного зростання майбутнього педагога; за заг.ред. І. М. Новик. Київ. 2026. 37 с.