

ЕКОЛОГІЧНИЙ ОНЛАЙН-МАРАФОН

7 ДНІВ З ЖИТТЯ РІЧКИ

ПРАКТИЧНИЙ ПОСІБНИК З ОРГАНІЗАЦІЇ ТА ПРОВЕДЕННЯ

На основі досвіду проведення
онлайн-марафону з можливістю
адаптації завдань і формату
під власні потреби



ОНЛАЙН-
ФОРМАТ



ТРИВАЛІСТЬ:
7 ДНІВ



АУДИТОРІЯ:
ДІТИ 7 - 14 РОКІВ



7 ГОТОВИХ
ЗАВДАНЬ

ГНУЧКИЙ
ФОРМАТ

7 ДНІВ З ЖИТТЯ РІЧКИ

Практичний посібник з організації
екологічного онлайн-марафону



EU4GREEN
RECOVERY
EAST



МІНІСТЕРСТВО ЕКОНОМІКИ,
ІНФРАСТРУКТУРИ ТА СІЛЬСЬКОГО ГОСПОДАРСТВА
УКРАЇНИ



Державне агентство
водних ресурсів України



Практичний посібник підготовлено на основі досвіду проведення онлайн-марафону «7 днів з життя річки», реалізованого в рамках проекту **EU4Green Recovery East** за підтримки Міністерства економіки, інфраструктури та сільського господарства України, Державного агентства водних ресурсів України, WWF-Україна та Закарпатської обласної організації Всеукраїнської екологічної ліги.

Макетування, дизайн та концепція: Катерина Сурай

Київ 2026

Зміст

Розділ 1. Про марафон.....	4
Розділ 2. Технічна організація марафону.....	9
Розділ 3. Завдання марафону.....	13
На завершення.....	21
Чекліст організатора.....	22

Розділ 1. Про марафон

Що таке екологічний онлайн-марафон?

Це формат неформальної освіти, який поєднує щоденні невеликі практичні завдання з дослідженням природи. Його головна особливість полягає в тому, що учасники не просто отримують нові знання, а засвоюють їх самостійно — через власні спостереження, прогулянки, творчість і взаємодію з довкіллям.

На відміну від занять чи лекцій, марафон не вимагає тривалого перебування за комп'ютером. Навпаки, він спонукає дітей вийти на вулицю, уважніше придивитися до природи навколо себе, помітити те, що часто залишається непоміченим, та поділитися своїми відкриттями з іншими.

Онлайн-платформа використовується не як основне середовище навчання, а як простір для спілкування, підтримки та обміну результатами.

Для кого цей марафон?

Марафон розрахований насамперед для дітей віком приблизно від 7 до 14 років.

Саме в цьому віці діти із захопленням досліджують навколишній світ, легко сприймають навчання через гру та із задоволенням виконують короткі практичні завдання.

Однак запропоновану структуру можна адаптовувати і для інших вікових груп. Для молодших учасників — спростити завдання та виконувати їх разом із батьками чи вчителями. Для підлітків або дорослих — навпаки, додати більше дослідницьких елементів, спостережень чи мініпроектів.

Головна мета

Головна мета марафону — допомогти учасникам відчутися особистий зв'язок із природою.

Більшість дітей знають, що природу потрібно берегти. Проте справжнє дбайливе ставлення виникає не після прочитаної інформації, а після власного досвіду. Коли дитина знаходить на березі маленького равлика, спостерігає за польотом бабки чи вперше уважно розглядає воду в найближчій річці, вона починає сприймати природу як щось близьке і цінне.

Саме тому в основі марафону — не перевірка знань, а формування цікавості, уважності та емоційного зв'язку з довкіллям.

Принцип навчання

Усі завдання марафону побудовані за принципом «від спостереження — до усвідомлення».

У перші дні учасники знайомляться з природою навколо себе, вчать помічати деталі, яких раніше могли не бачити.

Поступово вони переходять до дослідження живих організмів, взаємодії з природою, творчого осмислення власних вражень, а фінальне завдання допомагає підсумувати отриманий досвід і замислитися над власною роллю у збереженні довкілля.

Таким чином кожен новий день логічно продовжує попередній і стає наступним кроком марафону.

Формат проведення

Марафон поєднує офлайн-активності з онлайн-спілкуванням.

Основна частина завдань виконується поза екраном — під час прогулянок, відпочинку на природі або у дворі, парку чи біля водойми.

Виконані завдання учасники публікують на онлайн-платформі марафону у вигляді фотографій, відео, малюнків, текстових повідомлень тощо.

Такий формат має кілька переваг:

- мотивує більше часу проводити на природі;
- розвиває самостійність;
- дозволяє дітям навчатися один в одного;
- формує спільноту учасників, які підтримують та надихають одне одного.

Чому саме сім днів?

Сім днів — достатній час, щоб сформувати звичку уважніше ставитися до природи, але це не настільки довго, щоб учасники втратили інтерес чи мотивацію.

Кожен день має власну тему, тому завдання не повторюються й підтримують відчуття новизни.

За потреби марафон можна адаптувати до коротшого або довшого терміну. Але рекомендується зберігати головну логіку: від знайомства з природою — до її глибшого розуміння та усвідомлення власної відповідальності.

Головні принципи марафону

Природа поруч. Учасникам не потрібно їхати до заповідника чи національного парку. Більшість завдань можна виконати біля найближчої водойми, у міському парку, дворі або навіть у своєму подвір'ї.

Кожен учасник успішний. Завдання не мають єдиної правильної відповіді. Організатор оцінює насамперед залученість, уважність і бажання досліджувати.

Власний досвід важливіший за готові знання. Набагато цінніше, коли дитина самостійно помітила цікаву деталь або поставила запитання, ніж просто знайшла відповідь в інтернеті.

Творчість без оцінювання. Малюнки, фотографії чи вироби не порівнюються між собою. Кожна робота є унікальним способом побачити природу.

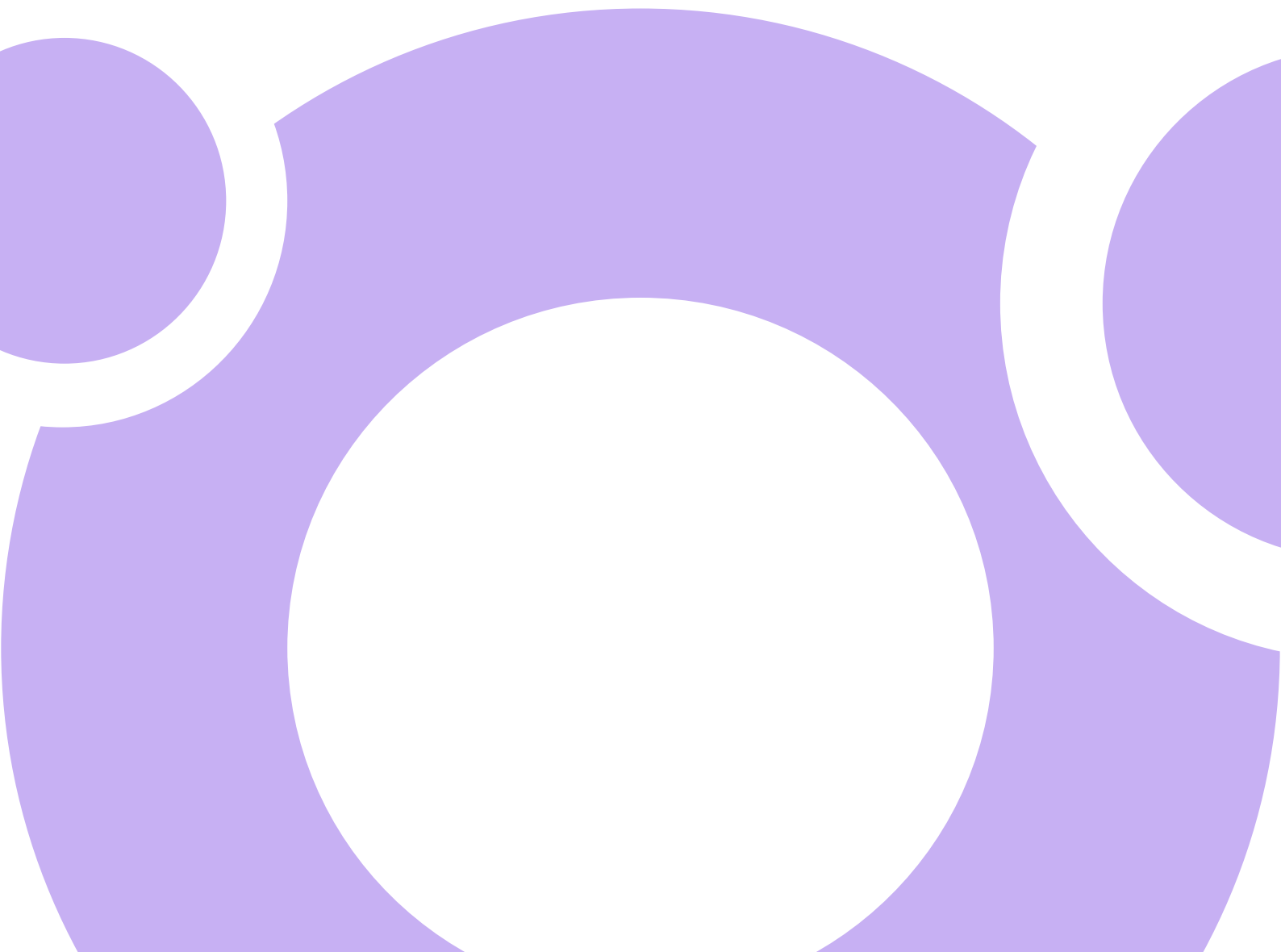
Підтримка замість контролю. Завдання не повинні створювати відчуття шкільної перевірки. Організатор виступає радше наставником і співрозмовником, який допомагає учасникам помічати більше, а не оцінює їхні знання.

Адаптація марафону

Попри те, що цей посібник створений на основі марафону **«7 днів з життя річки»**, його структура є універсальною.

Зберігши загальну логіку, його можна адаптувати до будь-якої природничої теми: лісів, гір, степів, морського узбережжя, міської природи, заповідних територій або навіть окремих видів тварин чи рослин.

Так само легко змінюються персонажі, легенда марафону, формат творчих завдань і система мотивації учасників. Незмінною залишається лише головна ідея — допомогти людині відчувати особистий зв'язок із природою через власний досвід.



Розділ 2. Технічна організація марафону

Платформа для проведення

Для проведення марафону рекомендується використовувати **Telegram-канал** із підключеними коментарями. Такий формат дозволяє:

- публікувати всі завдання в одному впорядкованому просторі;
- закріплювати важливі повідомлення;
- додавати до завдань фотографії, відео та інші матеріали;
- збирати відповіді безпосередньо в коментарях під відповідним дописом;
- створити відчуття спільноти, у якій учасники можуть бачити роботи одне одного.

Посилання на пов'язану з каналом групу (для коментування) краще окремо не поширювати. Учасників варто просити відповідати саме під дописами із завданнями, щоб усі матеріали залишалися впорядкованими.

До початку марафону необхідно перевірити, чи відкриваються коментарі, чи можуть учасники додавати фотографії та відео і чи зрозуміло, під яким саме дописом потрібно залишати відповідь.

Реєстрація учасників

Реєстрацію зручно проводити за допомогою [Google-форми](#). У ній можна зібрати:

- ім'я та вік учасника;
- населений пункт;
- контактні дані одного з батьків або законного представника;
- ім'я користувача в Telegram;
- згоду з умовами участі та обробкою наданої інформації.

Після реєстрації учаснику варто надіслати коротку інструкцію з посиланням на Telegram-канал, розкладом марафону та правилами подання робіт.

Графік виконання завдань

У марафоні «7 днів з життя річки» нове завдання публікувалося щодня о 08:00.

На його виконання учасники мали час до 12:00 наступного дня. Такий графік дає змогу виконати завдання після навчання, під час вечірньої прогулянки або наступного ранку.

Результати перевірки оновлювалися до 20:00. Важливо заздалегідь повідомити цей розклад учасникам і дотримуватися його протягом усього марафону.

За потреби час публікації та дедлайни можна змінити, однак між отриманням завдання і завершенням його приймання бажано залишати щонайменше одну добу.

Формат звітування

Кожна робота публікується в коментарях під відповідним завданням лише одним повідомленням від кожного учасника. Це спрощує перевірку та зменшує ризик втратити частину роботи серед інших коментарів.

Залежно від завдання звітом можуть бути:

- фотографія;
- коротке відео;
- малюнок або виріб;
- текстове спостереження;
- поєднання кількох форматів.

Якість зображення, монтаж відео чи художній рівень роботи не є критеріями оцінювання. Головне — самостійна участь дитини та виконання суті завдання.

Таблиця прогресу

Для відстеження результатів доцільно створити **Google-таблицю**, доступну учасникам лише для перегляду.

Для кожного учасника в таблиці передбачається окремий рядок, а для кожного дня — окрема колонка. За виконане завдання ставиться позначка, наприклад символ  (бажано уникати виставлення балів для уникнення оцінювання робіт).

Така таблиця допомагає учасникам бачити власний прогрес, своєчасно помічати пропущені завдання та розуміти, які роботи вже зараховані.

У відкритій таблиці не варто розміщувати контактні дані, повні адреси чи іншу приватну інформацію. Для ідентифікації достатньо імені та прізвища учасника.

Подарунки та сертифікати

Учасник, який виконав усі сім завдань, отримує сертифікат і подарунок.

Рекомендується, щоб подарунки були однаковими для всіх. Марафон не передбачає рейтингу і не має визначати найкращих або найсильніших. Усі учасники проходять однаковий шлях, докладають власних зусиль і заслуговують на однакове визнання.

Пропущені завдання та доопрацювання

Дедлайни потрібні для організації процесу, однак не повинні ставати причиною виключення дитини з марафону.

Якщо учасник не встиг виконати завдання через поважні обставини, йому варто дозволити надіслати роботу пізніше. Водночас, щоб не знецінювати старання дітей, які дотрималися встановленого терміну, можна запропонувати такому учаснику додаткове бонусне завдання. У марафоні не так важливо перевірити дисципліну, як підтримати інтерес до природи та допомогти учаснику пройти весь шлях.

Якщо робота не відповідає основним вимогам, учасника варто запросити її доопрацювати. Іноді замість повного перероблення вже виконаної роботи доцільніше також запропонувати бонусне завдання, яке допоможе доповнити або поглибити результат.

Бонусне завдання може бути простішим за основне, проте має вимагати певних зусиль: знайти інформацію в надійному джерелі, поміркувати над явищем чи процесом, провести додаткове спостереження або дати коротку обґрунтовану відповідь.

Бонусну роботу рекомендується публікувати в коментарях під відповідним завданням із короткою позначкою або поясненням від учасника. Це допоможе зберегти прозорість умов для всієї спільноти.

Розділ 3. Завдання марафону

В цьому розділі представлено стислий сценарій марафону «7 днів з життя річки». Для ознайомлення із повною версією марафону, будь ласка, завітайте до **Telegram-каналу** за посиланням:

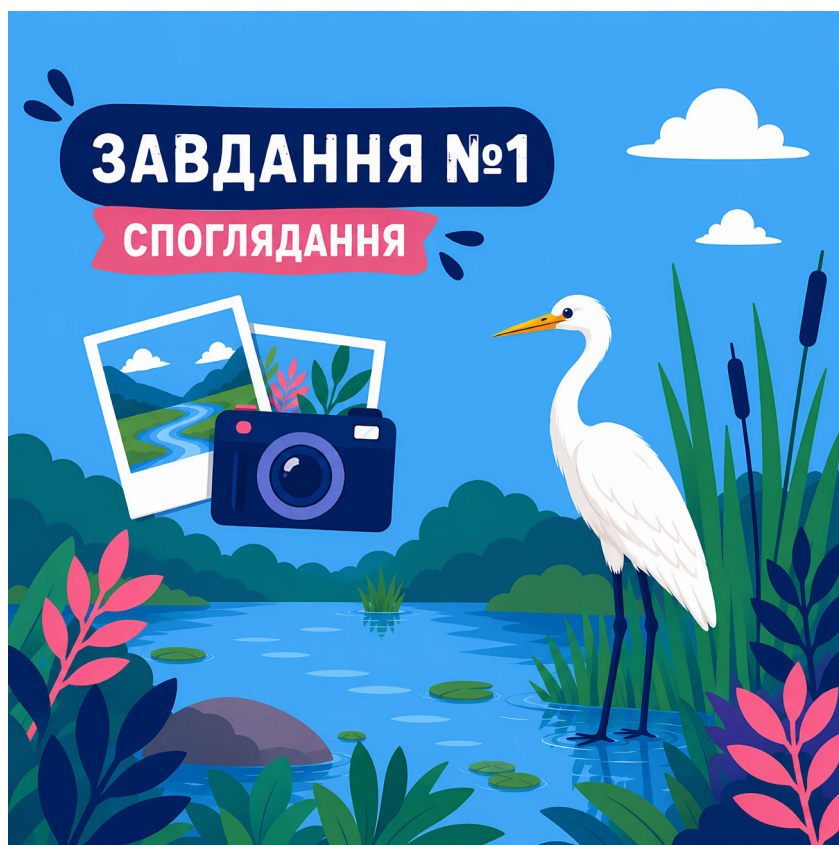


<https://t.me/+clb0e1cVb9tiZjYy>

Канал є закритим для сторонніх, тому для перегляду інформації необхідно приєднатися до нього. Такий підхід сприяє збереженню приватності учасників і створює безпечний простір для спілкування та виконання завдань.

Тексти публікацій, персонажів і формулювання можна адаптувати відповідно до тематики вашого марафону, віку учасників, сезону та природних умов регіону.

Зверніть увагу: Telegram-канал може бути зручним інструментом для проведення марафону, однак вибір залишається за вами. Це може бути будь-яка інша соціальна мережа, онлайн-платформа або офлайн-формат.



День 1. Споглядання | Персонаж: Біла чапля

Опис. Учасники знаходять найближчу водойму, уважно спостерігають за нею та роблять фотографію. Після цього вони діляться своїми першими враженнями, описують побачене та діляться цікавими знахідками / фактами про свою водойму.

Мета. Познакомити дітей із водоймою поблизу місця проживання, розвинути навички уважного спостереження та показати, що знайомство з природою починається зі звичайного вміння помічати її особливості.

Формат виконання. Фотографія водойми та короткий текстовий опис у коментарях

Поради щодо адаптації. Замість водойми учасники можуть досліджувати будь-який природний об'єкт, характерний для тематики марафону: парк, ліс, степ, міський сквер, море тощо.



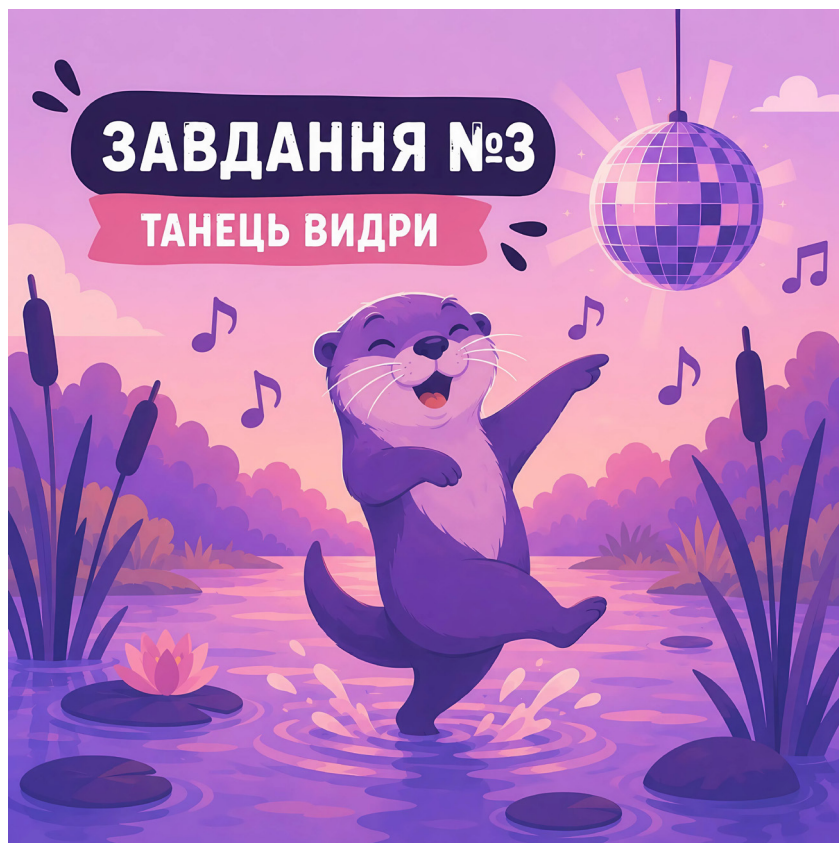
День 2. Полювання на малечу | Персонаж: Жаба

Опис завдання. Учасники досліджують територію біля водойми та намагаються знайти її найменших мешканців: комах, моллюсків, павуків, пуголовків або інших дрібних тварин. Потрібно сфотографувати знахідку та, за можливості, визначити її вид.

Мета. Показати, що навіть найменші живі організми є важливою частиною екосистеми, навчити дітей уважніше ставитися до біорізноманіття та розвивати навички дослідження природи.

Формат виконання. Фотографія знайденої малечі та короткий опис.

Поради щодо адаптації. Завдання можна змінити відповідно до тематики марафону, запропонувавши пошук конкретних представників флори чи фауни екосистеми. Якщо немає можливості вийти до природи, пошук можна перенести в онлайн-площину або навіть влаштувати квест: знайти зображення живих істот в книжках, на картинах тощо – та дізнатись про них більше.



День 3. Танок видри | Персонаж: Видра

Опис завдання. Учасники мають відтворити рухи видри (чи іншого улюбленого мешканця) або вигадати власний тематичний танець чи руханку, натхненну поведінкою тварини. Учасникам пропонується спочатку уважно поспостерігати за твариною та подумати, чому природа наділила її саме такими рухами, аби було цікавіше вжитися в роль і підійти до виконання завдання більш усвідомлено.

Мета. Урізноманітнити марафон руховою активністю, підтримати інтерес дітей та показати, що екологічна освіта може поєднуватися з грою, творчістю й фізичною активністю.

Формат виконання. Коротке відео.

Поради щодо адаптації. Персонажа можна замінити будь-якою іншою твариною або запропонувати учасникам інший творчий чи руховий формат, що відповідає темі марафону.



День 4. Екодетектив | Персонаж: Бабка

Опис завдання. Учасники досліджують обрану природну ділянку та шукають приклади позитивного та негативного впливу людини на неї, фотографують їх і коротко пояснюють свої спостереження.

Мета. Розвинути критичне мислення, сформувати вміння аналізувати взаємодію людини з довкіллям та вчитися помічати екологічні проблеми й позитивні практики у повсякденному житті.

Формат виконання. Фотографії з короткими поясненнями.

Поради щодо адаптації. Тематику спостережень можна змінити відповідно до цілей марафону: енергоефективність, сортування відходів, доступність природних територій, охорона тварин тощо.



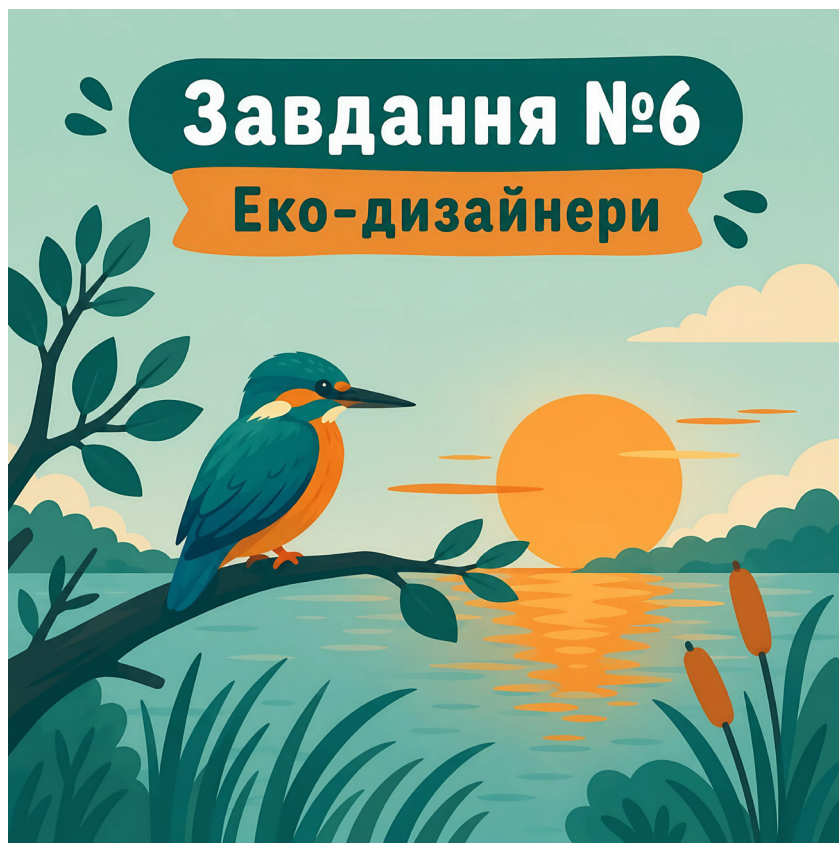
День 5. Життя на 1 м² | Персонаж: Равлик

Опис завдання. Учасники обирають невелику ділянку природного середовища приблизно площею один квадратний метр та досліджують, скільки живих організмів і природних об'єктів можна знайти на такій території.

Мета. Показати, що навіть невелика ділянка природи є складною екосистемою, розвивати уважність, дослідницькі навички та повагу до біорізноманіття.

Формат виконання. Фотографія досліджуваної ділянки та перелік або опис знайдених об'єктів.

Поради щодо адаптації. Площу, об'єкт та складність дослідження можна змінювати залежно від віку учасників, місцевості чи тематики марафону.



День 6. Екодизайнери | Персонаж: Рибалочка

Опис завдання. Учасникам необхідно створити творчу роботу з природних матеріалів в обраному ними форматі. Робота має бути виконана на екологічну тематику, а матеріали взяті без завдання шкоди природі.

Мета. Розвинути творчі здібності, екологічне мислення та показати, що природне середовище може надихати без необхідності його пошкоджувати.

Формат виконання. Фотографії готової роботи та творчого процесу.

Поради щодо адаптації. Залежно від тематики марафону творче завдання може бути пов'язане з малюванням, дизайном, фотографією, відео, апсайклінгом чи іншими видами творчості. Це можуть бути не лише вироби з природних матеріалів, а й інша творчість про природу або задля неї.



День 7. Послання до Річки | Персонаж: Осетер

Опис завдання. Учасники підсумовують власний досвід участі в марафоні, діляться найяскравішими враженнями та висловлюють свої побажання водоймі, яку вивчали протягом марафону.

Мета. Закріпити отримані знання, допомогти учасникам усвідомити власний досвід, сформувати позитивне ставлення до природоохоронної діяльності та мотивувати застосовувати набуті знання у повсякденному житті.

Формат виконання. Відеозвернення.

Поради щодо адаптації. Підсумкове завдання може набувати будь-якої форми — від рефлексії до командного проєкту чи публічної презентації. Головне, щоб воно допомогло учасникам усвідомити власний шлях протягом марафону та підбити підсумки отриманого досвіду.

НА ЗАВЕРШЕННЯ

Кожен онлайн-марафон є унікальним і залежить від його тематики, аудиторії та поставлених цілей.

Запропонована структура не є універсальним шаблоном, а демонструє один із можливих підходів до організації екологічного марафону. Використовуйте окремі елементи, адаптуйте їх під власні потреби, поєднуйте різні формати та експериментуйте.

Найважливіше — не відтворити цей марафон буквально, а створити власний досвід, який буде цікавим, доступним і корисним саме для ваших учасників.

Чекліст організатора

- Визначити тему марафону
- Обрати платформу для проведення
- Підготувати персонажів
- Розробити завдання
- Анонсувати марафон та запросити учасників
- Продумати систему реєстрації
- Підготувати графік публікацій
- Визначити формат звітування учасниками
- Підготувати сертифікати та подарунки
- Продумати зворотний зв'язок
- Передбачити резервні варіанти на випадок змін