

Дружелюбівська філія Добровеличківського ліцею «Інтелект»

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Добровеличківського ліцею «Інтелект»

_____ Ковальська К.Б.

«_____» _____ 2024р.

ПОГОДЖУЮ

Завідуючий філії

_____ Брага Т.Л.

«_____» _____ 2024 р.

Схвалено

Керівник ШМО вчителів

Природничо-математичного циклу

_____ Калашник О. А.

«_____» _____ 2024р.

КАЛЕНДАРНЕ ПЛАНУВАННЯ
навчального матеріалу
з курсу «Здоров'я, безпека та добробут»
в 5,6 класах, з ОЗ в 8 класах
на 2023/2024 н.р.

Вчитель: Борщевська Л.В.

Календарне планування з **ЗДОРОВ'Я, БЕЗПЕКА ТА ДОБРОБУТ** для **5 класу** відповідає навчальним програмам, що затверджені педагогічною радою(протокол №1 від 29.08.2023р), складеним на основі Модельної програми інтегрованого курсу «Здоров'я, безпека, добробут 5-6 класи» для закладів загальної середньої освіти(авт. Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко, І. В. Лаврентьєва, О. Л. Хомич, що рекомендовано Міністерством освіти і науки України)(наказ Міністерства освіти і науки України від 12.07.2021 № 795)

Рекомендована кількість годин за програмою(5клас) - 1,5год. на тиждень

Кількість годин за навчальним планом(5клас) - 1,5год на тиждень

Навчально-методичне забезпечення : Здоров'я, безпека, добробут: підручник для 5 класу закладів загальної середньої освіти / Воронцова Т.В., Пономаренко В.С., Лаврентьєва І.В., Хомич О.Л. . – Київ:видаництво «Алатон», 2022.

№ з/п	Дата	Зміст уроку	Очікувані результати навчання	Види навчальної діяльності	Д/з	Дата
ВСТУП. БАЗОВІ ПОНЯТТЯ, 6 годин						
1.		Здоров'я і здоровий спосіб життя. Сучасне уявлення про здоров'я. Вплив способу життя на здоров'я. Ознаки погіршеного самопочуття. Алгоритм дій у разі погіршення самопочуття.	Пояснює наслідки недотримання здорового способу життя. - Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях	Дослідження складових здорового способу життя. Моделювання поведінки в разі погіршення самопочуття.	§1завд. в зош.3ст. 8	
2.		Здоров'я і здоровий спосіб життя. Як виміряти температуру. Джерела інформації про здоров'я	- Знаходить інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту в різних джерелах і перевіряє її достовірність. - Оцінює надійність різних джерел інформації (засоби масової інформації, реклама, соціальні мережі тощо).	Дослідження різних джерел інформації про здоров'я та оцінювання їх надійності. Вимірювання температури тіла.	§1завд. в зош.4,ст .9	
3.		Принципи безпечної життєдіяльності. Безпека і небезпека. Небезпечні ситуації. Порядок дій при	- Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях. - Аналізує негативний вплив	Дослідження прикладів небезпечних ситуацій. Відпрацювання алгоритму дій під час потрапляння у небезпечну ситуацію.	§2завд. в зош.2	

		потраплянні у небезпечну ситуацію. Взаємодія з аварійними та рятувальними службами	недотримання правил/інструкцій безпечної поведінки на збереження життя і здоров'я			
4.		Принципи безпечної життєдіяльності. Взаємодія з аварійними та рятувальними службами	- Здатний викликати необхідні рятувальні служби, повідомляючи відповідно до ситуації необхідну інформацію.	Дослідження телефонних місцевих екстрених та аварійних служб. Створення повідомлень про виклик рятувальників.	§2 завд. в зош.3	
5.		Добробут. Поняття і складники добробуту: уміння вчитися, підприємливість, фінансова грамотність, доброчинність, співпраця. Успішне майбутнє. Потреби, бажання, інтереси, цілі. Довгострокові й короткострокові цілі. Життєві навички для здоров'я, безпеки і добробуту	- Самостійно створює та реалізовує короткострокові плани щодо досягнення успіху, зокрема в навчанні, спорті, побуті. - Доводить, що здоров'я, безпека й добробут є підґрунтям успішного майбутнього	Дослідження складових добробуту. Вправа на групову взаємодію. Мозковий штурм: «Наші правила». Створення мапи мрій і цілей, плану досягнення мети.	§3 завд. в зош.2	
6.		Добробут. Потреби, бажання, інтереси, цілі. Підприємливість.	- Визначає свої потреби, бажання, інтереси й цілі.	Дослідження піраміди потреб Маслоу. Хто такі соціальні підприємці, що таке соціальне підприємництво.	§3 завд. в зош.3	
РОЗДІЛ 1. БЕЗПЕКА НА ДОРОГАХ, 6 годин						
7		Правила для пішохода. Безпека пішохода. Види пішохідних переходів. Дорожня розмітка. Перехід багатосмугової дороги. Засоби безпеки пішохода. Зважені рішення щодо переходу дороги	- Демонструє модель безпечної поведінки згідно інструкцій і правил у соціальному і природному довкіллі. - Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях	Відпрацювання умінь аналізувати дорожні ситуації, у тому числі в умовах обмеженої видимості та оглядовості. Грентінг прийняття зважених рішень щодо переходу дороги	§4 завд. в зош.2	

8		Правила для пішохода. Засоби безпеки пішохода.	Демонструє модель безпечної поведінки згідно інструкцій і правил у соціальному і природному довкіллі.	Виготовлення світловідбивних елементів (флікерів).	§4 завд. в зош.3	
9.		Безпека на зупинках громадського транспорту. Дорожні знаки, якими позначають зупинки громадського транспорту. Небезпеки переходу дороги на зупинці. Правила безпечної поведінки на зупинках.	Обґрунтовує необхідність власної відповідальності за поведінку в побуті та в громадських місцях. Визначає потенційні небезпеки навколишнього середовища для здоров'я й безпеки людини (дорожній рух, забруднення, хімічні речовини, ультрафіолетове випромінювання тощо)	Аналіз небезпек переходу дороги на зупинці. Моделювання алгоритму безпечної поведінки на зупинці громадського транспорту.	§5 завд. в зош.2	
10		Безпека у громадському транспорті. Правила поведінки пасажирів у автобусі, тролейбусі, трамваї. Поїздки у переповненому транспорті.	Протидіє проявам тиску, агресії, маніпуляції й неповаги щодо себе та інших осіб. Звертається до фахівців у небезпечних ситуаціях, наслідкам яких не може зарадити власними силами	Дослідження переваг і недоліків різних видів громадського транспорту. Складання пам'ятки безпечної та етичної поведінки у громадському транспорті (за потреби, у шкільному автобусі).	§6 завд. в зош.2	
11		Безпека у громадському транспорті. Салон громадського транспорту. Безпека у метрополітені	Звертається до фахівців у небезпечних ситуаціях, наслідкам яких не може зарадити власними силами	Дослідження безпечних місць салону транспорту. Аналіз правил поведінки у вестибюлі та на ескалаторі метрополітену.	§6 завд. в зош.3	
12.		Засоби безпеки у транспорті. Засоби безпеки в автомобілі та громадському транспорті. Поведінка пасажирів при ДТП. Безпечні положення при аварії в громадському транспорті. Дії при пожежі в салоні транспорту	Моделює послідовність дій у небезпечних ситуаціях природного, техногенного, соціального і побутового походження. Аналізує негативний вплив недотримання правил/інструкцій безпечної поведінки на збереження життя і здоров'я	Знайомство з засобами безпеки у транспорті. Моделювання поведінки пасажирів при аварії в транспорті. Моделювання алгоритму дій під час пожежі у салоні.	§7 завд. в зош.2	
РОЗДІЛ 2. УМІННЯ ВЧИТИСЯ, 5 годин						

13	Адаптуємося до основної школи. Адаптація до основної школи. Вначення навчання для успішного майбутнього. Вроджені здібності і схильності.	- Визначає, ідентифікує та обговорює фізичні, психічні (в т.ч. емоційні) й соціальні зміни, які відбуваються під час переходу в основну школу.	Дослідження змін, які відбулися при переході до основної школи. З'ясування очікувань від навчання. Самооцінювання здібностей і схильностей.	§8 завд. в зош.2	
14	Керуємо часом. Час – обмежений ресурс. Як запобігти марнуванню часу. Розпорядок дня школяра.	- Організовує власний освітній простір, раціонально розподіляє час.	Розпізнавання «крадіїв часу». Створення розпорядку робочого і вихідного дня.	§9 завд. в зош.2	
15	Учимося самостійно. Освітній простір школяра. Способи перепочинку під час занять.	- Організовує власний освітній простір, раціонально розподіляє час.	Облаштування свого освітнього простору. Моделювання вправ і прийомів для відпочинку під час занять.	§10 завд. в зош.2	
16	Учимося самостійно. Чинники, які допомагають і заважають навчанню. Допоміжні засоби для навчання, включно з цифровими пристроями.	- Використовує допоміжні засоби для навчання, зокрема цифрові пристрої, без шкоди для здоров'я.	Перегляд мультфільму «Учись учитися» (на домашнє опрацювання) Аналіз тверджень про виконання домашнього завдання.	§10 завд. в зош.3	
17.	Учимося вчитися. Типи сприйняття інформації. Активне слухання. Прийоми для кращого запам'ятовування. Підготовка до контрольної. Навчальний поступ.	- Визначає ефективні способи засвоєння навчальної інформації. Аналізує власний навчальний поступ, вказуючи на причини успіхів та невдач	Дослідження домінантних каналів сприйняття інформації. Відпрацювання прийомів ефективного запам'ятовування. Самооцінювання навчального поступу.	§11 завд. в зош.2	
РОЗДІЛ 3. ФІЗИЧНЕ ЗДОРОВ'Я, 6 годин					
18.	Рухова активність. Види рухової активності. Попередження спортивних травм.	- Виявляє зацікавлення до тривалої систематичної діяльності (хобі, спорт, мистецтво, навчання тощо) й наполегливість у досягненні мети.	Порівняння різних видів спорту. Моделювання ситуацій надання допомоги і самодопомоги при спортивних травмах.	§12 завд. в зош.2	
19	Рухова активність. Переваги активного способу життя. Яку спортивну секцію	- Виявляє зацікавлення до тривалої систематичної діяльності (хобі, спорт, мистецтво, навчання тощо) й	Дослідження наслідків малорухливого способу життя. Виконання вправ «7 днів руху».	§12 завд. в зош.3	

		обрати. Допінги та здоров'я. Порухення принципів чесного змагання внаслідок вживання допінгів.	наполегливість у досягненні мети. - Бере участь у груповій роботі, враховуючи індивідуальні особливості й потреби.	Яку спортивну секцію обрати. Обговорення принципів чесного змагання та наслідків їх порушення.		
20.		Корисний відпочинок. Стрес і здоров'я. Активний і пасивний відпочинок. Ознаки перевтоми. Умови здорового сну. Наслідки недосипання для здоров'я і навчання. Вплив медіа на здоров'я.	- Визначає форми поведінки, які приносять задоволення без нанесення шкоди власному здоров'ю й здоров'ю інших осіб	Робота в групах: «Активний і пасивний відпочинок». Обговорення наслідків недосипання та умов здорового сну. Дослідження впливу медіа на здоров'я.	§13 завд. в зош.2	
21.		Профілактика «шкільних» хвороб Постава і здоров'я. Вправи для профілактики порушень постави, збереження гостроти зору. Як обирати рюкзак. Безпечна маса рюкзака.	- Аналізує вибір свій та інших осіб з позиції користі й задоволення (радість) для здорового, безпечного життя.	Виконання вправ для формування правильної постави, гімнастики для очей, руханок для зняття м'язової та емоційної напруги. Розрахунок максимально допустимої маси рюкзака.	§14 завд. в зош.2	
22.		Профілактика інфекційних захворювань. Симптоми інфекційних захворювань. Шляхи зараження і способи захисту від респіраторних інфекцій (ОРВІ, грип, ковід-19, туберкульоз).	- Досліджує та обговорює чинники, котрі впливають на стан здоров'я і розвиток організму, зокрема профілактичні заходи щодо інфекційних і неінфекційних захворювань.	Створення пам'ятки «Карантин». Моделювання алгоритмів миття рук, носіння захисної маски, дотримання соціальної дистанції під час поширення респіраторних інфекцій.	§15 завд. в зош.2	
23		Профілактика інфекційних захворювань. Інфекції, що передаються через кров. ВІЛ-інфекція і СНІД. Як ВІЛ НЕ передається.	- Досліджує та обговорює чинники, котрі впливають на стан здоров'я і розвиток організму, зокрема профілактичні заходи щодо інфекційних і неінфекційних захворювань.	Обговорення дій, які допоможуть запобігти зараженню інфекціями, що передаються через кров. Створення пам'ятки: «ВІЛ НЕ передається через спілкування».	§15 завд. в зош.3	
24		Контрольна робота	Узагальнює, повторює		Повторм атеріалу	
РОЗДІЛ 4. ПСИХІЧНЕ І ДУХОВНЕ ЗДОРОВ'Я,						

25		Культура емоцій. Емоційний інтелект.	- Бере участь у груповій роботі, враховуючи індивідуальні особливості й потреби.	Моделювання невербального висловлювання і розпізнавання емоцій.	§17	
26		Культура емоцій. Почуття та емоції. Розпізнавання емоцій.	- Бере участь у груповій роботі, враховуючи індивідуальні особливості й потреби.	Тренінг висловлювання емоцій за допомогою «Я-повідомлення», емотиконів, тощо.	§17	
27		Культура емоцій. Як висловити емоції. Культура висловлення емоцій у віртуальному спілкуванні.	- Вирізняє ознаки доброчинності виявляє чуйність до осіб, які потребують допомоги.	Аналіз повідомлення з емотиконами.	§17	
28.		Бути людиною. Людяність і співчуття. Доброчинність і волонтерство.	- Пояснює значення волонтерства.	Моделювання умінь надавати допомогу іншим людям, тваринам,	§18	
29		Бути людиною. Турбота про живих істот. Протидія жорстокому поводженню з тваринами. Джерела допомоги для тварин.	- Виявляє ризики неналежного поводження із тваринами (домашні, бездомні, дикі). - Поводиться безпечно під час спілкування, зокрема з тваринами.	Ознайомлення з переліком заборонених продуктів для собак і котів. Дослідження сайту фонду Happy Paw.	§18	
РОЗДІЛ 5. СОЦІАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я.						
30		Суспільні норми Для чого потрібні правила. Конвенція ООН про права дитини.	- Демонструє модель безпечної поведінки згідно з інструкціями і правилами в соціальному і природному середовищі.	Аналіз шкільних правил. Мозковий штурм: «Права дитини». Аналіз понять «правило», «право», «права».	§19	
31		Умови ефективного спілкування. Чинники, що впливають на порозуміння між людьми. Вербальні та невербальні способи спілкування Уміння слухати і говорити	- Застосовує вербальні й невербальні засоби спілкування для конструктивної комунікації. - Пояснює вплив спілкування на складники здоров'я, безпеки і добробуту.	Відпрацювання навичок вербального і невербального спілкування, уміння слухати і говорити. Моделювання ситуацій щодо уникання непорозумінь. Дослідження інформації «Щирість і тактовність», «Добррозичливість і гарні манери».	§20	

32		Як відстояти себе. Стилі спілкування. Ознаки і наслідки пасивної і агресивної поведінки у спілкуванні. Переваги упевненої поведінки.	- Протидіє проявам тиску, агресії, маніпуляції й неповаги щодо себе та інших осіб.	Робота в групах: «Дослідження ознак і наслідків пасивної, агресивної та упевненої поведінки». Відпрацювання навичок упевненої поведінки.	§21 пита ння с. 168	
33		Спілкування з дорослими. Особистий простір. Кола спілкування. Взаємодопомога у родині. Дорослі, яким я довіряю.	- Розрізняє складники особистого простору. (інтимний, соціальний, публічний), поважає свій і чужий особистий простір під час спілкування.	Моделювання ситуацій звернення до батьків, учителів, психолога за телефонами довіри.	§22	
34		Спілкування з дорослими. Особистий простір. Кола спілкування. Дорослі, яким я довіряю.	- Розрізняє складники особистого простору. (інтимний, соціальний, публічний), поважає свій і чужий особистий простір під час спілкування.	Виконання тесту «Чи порушую я особисті кордони інших людей?» Створення міні-лепбука кола спілкування. Складання інтелект-карти: «Кола підтримки».	§22	
35		Спілкування з однолітками. Дружний клас. Конфлікти між однолітками. Ознаки булінгу і кібербулінгу.	- Виокремлює інформацію та обговорює ситуації булінгу, зокрема кібербулінгу.	Мозковий штурм: «Справжній друг». Моделювання ситуацій протидії булінгу/кібербулінгу.	§23	
36		Спілкування з однолітками. Дружба в житті людини. Конфлікти між однолітками. Ознаки булінгу і кібербулінгу.	- Виокремлює інформацію та обговорює ситуації булінгу, зокрема кібербулінгу.	Виконання тесту «Який я друг/подруга?» Читання та обговорення переваг дружби. Вправа «Рука допомоги». Виконання тесту «Кібербулінг».	§23	
РОЗДІЛ 6. БЕЗПЕКА В ПОБУТІ І ДОВКІЛЛІ						
37		Профілактика пожеж. Умови горіння. Джерело запалювання. Кисень.	- Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях.	Проведення досліду зі свічкою. Створення інтелект-карти «Трикутник вогню».	§24	
38		Профілактика пожеж. Пожежна безпека оселі. Горючі речовини. Пожежа на природі.	- Обґрунтовує необхідність власної відповідальності за поведінку в побуті та в громадських місцях.	Обстеження пожежної безпеки своєї оселі (разом з дорослими).	§24	

39	Дії під час пожежі. Причини виникнення побутових пожеж. Способи гасіння невеликих пожеж.	- Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях.	Аналіз причин виникнення пожеж у побуті. Моделювання захисту органів дихання від отруйних газів.	§25 питання с. 202	
40	Дії під час пожежі. Особливості гасіння електроприладів. Захист органів дихання під час пожежі. Безпечна евакуація з оселі і приміщення школи.	- Розпізнає ймовірні небезпеки природного, техногенного, соціального характеру й побутового походження	Відпрацювання навичок евакуації з оселі і приміщення школи.	§25	
41	Безпека вдома. Ризики побутового травмування. Правила поведінки у ліфті.	- Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях. - Моделює послідовність дій у небезпечних ситуаціях природного, техногенного, соціального і побутового походження.	Обстеження безпеки своєї оселі разом із дорослими членами родини. Створення пам'ятки на випадок небезпечної ситуації з контактними телефонами батьків (опікунів), родичів, сусідів.	§26	
42	Безпека вдома. Захист оселі від зловмисників. Ризики телефонного, телевізійного та інтернет шахрайства.			§26	
43.	Безпека надворі. Перебування надворі без дорослих. До кого звертатися на допомогу. Місця підвищеної небезпеки (надворі, населеному пункті, мікрорайоні).	- Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях. - Моделює послідовність дій у небезпечних ситуаціях природного, техногенного, соціального і побутового походження.	Дослідження місць підвищеної небезпеки у своєму населеному пункті (мікрорайоні). Відпрацювання навичок відмови від ігор у небезпечних місцях.	§27	
44	Безпека надворі. Правило п'яти «НЕ». Правила безпечної поведінки із незнайомцями.	- Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях. - Моделює послідовність дій у небезпечних ситуаціях природного, техногенного, соціального і побутового походження.	Обговорення правил спілкування із незнайомцями. Аналіз поведінки героїв казок, коли порушення правил п'яти «НЕ» призвело до негативних наслідків.	§27	
45	Стихійні лиха. Стихійні лиха. Правила поведінки під час сильного вітру, грози. Засоби порятунку.	- Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях.	Моделювання навичок безпечної поведінки під час сильного вітру, грози.	§28	

46		Стихійні лиха. Правила поведінки в разі потрапляння у зону підтоплення. Засоби порятунку.	- Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях.	Аналіз малюнка «Хто наражається на небезпеку під час грози?» Ознайомлення з інформацією про повені і паводки.	§28	
47		Відпочинок на природі. Правила купання у водоймах. Ознаки безпечного пляжу. Коли варто утримуватися від купання. Перша допомога потерпілим на воді, у разі теплового або сонячного удару.	- Обирає продукти харчування, способи проведення дозвілля, відповідний одяг тощо, які приносять задоволення й користь для здоров'я, безпеки й добробуту.	Відпрацювання умінь надання допомоги постраждалому у разі теплового або сонячного удару. Створення пам'ятки «Безпечна поведінка на воді».	§29	
48					§29	
РОЗДІЛ 7. РАЦІОНАЛЬНЕ ВИКОРИСТАННЯ РЕСУРСІВ,						
49		Земля – наш спільний дім. Земля як екологічна система. Довкілля і технічний прогрес. Наслідки забруднення довкілля для життя і здоров'я людини. Способи збереження природного середовища.	- Обґрунтовує необхідність власної відповідальності за поведінку в побуті та в громадських місцях. - Розпізнає ймовірні небезпеки природного, техногенного, соціального характеру й побутового походження.	Аналіз інфографіки про вплив технічного прогресу на забруднення довкілля. Дослідження термінів розкладання сміття та шляхів зменшення забруднення довкілля.	§30	
50					§30	
51		Культура споживання. Потреби людини та обмеженість ресурсів. Поведінка відповідального споживача.	- Аналізує взаємозв'язок між потребами людини та обмеженістю ресурсів	Дослідження способів повторного використання речей.	§31	
52		Контрольна робота	- Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях	Складання пам'ятки, як сортувати сміття для утилізації і переробки.	Повт	

Календарне планування з здоров'я, безпека та добробут для 6 класу

Відповідає навчальним програмам, що затверджені педагогічною радою(протокол №1 від 29.08.2023р), складеним на основі Модельної програми інтегрованого курсу «Здоров'я, безпека, добробут 5-6 класи» для закладів загальної середньої освіти(авт. Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко, І. В. Лаврентьєва, О. Л. Хомич, що рекомендовано Міністерством освіти і науки України)(наказ Міністерства освіти і науки України від 12.07.2021 № 795)

Рекомендована кількість годин за програмою(6клас) - 1,5год. на тиждень

Кількість годин за навчальним планом(6клас) - 1,5год на тиждень

Навчально-методичне забезпечення :

Здоров'я, безпека, добробут: підручник для 6 класу закладів загальної середньої освіти / Воронцова Т.В., Пономаренко В.С., Лаврентьєва І.В., Хомич О.Л. . – Київ:видаництво «Алатон», 2023.

№ з/п	Дата	Зміст уроку	Очікувані результати навчання	Види навчальної діяльності	Д/З	Прим-ка
ВСТУП. БАЗОВІ ПОНЯТТЯ (6 годин)						
1.		Життя і здоров'я людини. Цінність життя і здоров'я. Безпечна життєдіяльність. Цілісність здоров'я. Складники здоров'я. Рівні здоров'я. Навички XXI століття.	Досліджує та обговорює чинники, котрі впливають на стан здоров'я і розвиток організму, зокрема профілактичні заходи щодо інфекційних і неінфекційних захворювань	Вправа «Один щасливий день» З'ясування очікувань від свого життя. Самооцінювання рівня здоров'я.	§1, завд. в зош. 5	
2.		Безпека і ризики. Ознаки безпеки і небезпеки. Ризики. Види і рівні ризику. Щоденні ризики. Причини й наслідки небезпечних ситуацій Виправдані і невиправдані ризики. Оцінка ризиків у щоденному житті	Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях. Здатний викликати необхідні рятувальні служби, повідомляючи відповідно до ситуації необхідну інформацію	Оцінка рівня ризику у щоденних ситуаціях. Розпізнавання виправданих і невиправданих ризиків.	§2 завд. в зош.2	
3		Безпека і ризики. Екстремальні і надзвичайні ситуації. Алгоритм дій в екстремальних ситуаціях.	Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях.	Моделювання способів самоконтролю емоцій та алгоритму дій в екстремальних ситуаціях.	§2 скласти ребус	

4		Захист життя під час повітряних тривог Повітряна тривога. Укриття. Екстрений рюкзак.	Визначає потенційні небезпеки навколишнього середовища для здоров'я й безпеки людини.	Дослідження впливу соціального середовища на життя і здоров'я.	§3 завд. в зош.4	
5		Правила безпеки під час воєнних дій Правила безпеки під час війни. Види загроз у зоні бойових дій	Бережливо ставиться до власного й чужого майна, обґрунтовує недоторканість чужого майна.	Дослідження впливу соціального середовища на життя і здоров'я.	§4 завд. в зош.2	
6		Мінна безпека Вибухонебезпечні предмети. Обережно, міни. Мінна безпека	Розпізнає ймовірні небезпеки вибухонебезпечної ситуації	Відпарювання поведінки в ситуаціях, пов'язаних із вибухонебезпечними предметами	§5 завд. в зош.3	
7.		Навколишнє середовище. Види довкілля. Складові соціального довкілля. Соціальне середовище і здоров'я. Захист від кримінальних небезпек. Захист особистого майна.	Розпізнає ймовірні небезпеки природного, техногенного, соціального характеру й побутового походження.	<u>Домашнє опрацювання.</u> Складання пам'яток запобігання кримінальних небезпек, безпечної поведінки у школі, вдома, надворі, захисту особистого майна (квартири, велосипеда, мобільного телефону).	§6 завд. в зош.2	
8		Природа і здоров'я. Вплив природних чинників на здоров'я людини. Небезпеки природного середовища. Акліматизація. Погодні умови і одяг.	Досліджує та обговорює чинники, котрі впливають на стан здоров'я і розвиток організму, зокрема профілактичні заходи щодо інфекційних і неінфекційних захворювань.	Дослідження інформації з різних джерел про небезпеки природного походження. <u>Домашнє опрацювання.</u> Створення колекції одягу та взуття для несприятливих погодних умов.	§6 завд. в зош.2	
9.		Технічний прогрес і здоров'я. Розвиток технологій. Вплив техногенного середовища на здоров'я людей. Екологічні проблеми довкілля. Як подбати про добробут наступних поколінь. Екологічні проблеми довкілля. Як подбати про добробут наступних поколінь.	Передбачає вплив на здоров'я, безпеку й добробут неналежного використання цифрових пристроїв.Обстоює потребу ощадливого використання ресурсів і повторної переробки вторинної сировини.	Створення стрічки часу про технічний прогрес. Дослідження переваг і недоліків технічного прогресу. <u>Домашнє опрацювання.</u> Груповий проєкт: «Світ через 50 років»	§7 завд. в зош.2	

10		Узагальнення і контроль знань	Оцінює свої досягнення за вступом	Тест перевірка	Повтори ти	
РОЗДІЛ 1. ФІЗИЧНЕ ЗДОРОВ'Я (6 годин)						
11		Харчування і здоров'я. Поживність і калорійність продуктів харчування.	Обирає продукти харчування, способи проведення дозвілля, відповідний одяг тощо, які приносять задоволення й користь для здоров'я, безпеки й добробуту.	Дослідження особливостей харчування у підлітковому віці.	§8 завд. в зош.2	
12		Харчування і здоров'я. Особливості харчування підлітків.	Обирає продукти харчування, яке приносить задоволення й користь для здоров'я	Дослідження особливостей харчування у підлітковому віці.	§8 завд. в зош.3	
13		Збалансоване харчування. Як формуються харчові звички. Ознаки збалансованого харчування. Харчова піраміда.	Обирає продукти харчування, способи проведення дозвілля, відповідний одяг тощо, які приносять задоволення й користь для здоров'я, безпеки й добробуту.	Створення денного меню за допомогою харчової піраміди. <u>Домашнє опрацювання.</u> Визначення калорійності за допомогою онлайн-калькуляторів.	§9 завд. в зош.3	
14		Збалансоване харчування. Калорійність харчування та енерговитрати залежно від фізичних навантажень	Обирає продукти харчування, яке приносить задоволення й користь для здоров'я	Зміни харчового раціону залежно від фізичних навантажень.	§9 завд. в зош. 4	
15		Наслідки неправильного харчування. Причини й профілактика цукрового діабету, йододефіциту, харчових отруєнь. Правила купівлі, обробки і зберігання харчових продуктів.	Моделює ситуацію надання елементарної долікарської допомоги в разі травматизму чи поганого самопочуття.	Складання пам'ятки «Профілактика йододефіциту». <u>Домашнє опрацювання.</u> Аналіз маркування харчових продуктів. Вибір за показниками якості та безпечності.	§10 завд. в зош. 2	
16		Наслідки неправильного	Звертається до фахівців у небезпечних ситуаціях,	Відпрацювання алгоритму надання допомоги при	§10 завд.	

		харчування. Перша допомога при харчових отруєннях. Харчові добавки вплив на здоров'я.	наслідкам яких не може зарадити власними силами.	харчових отруєннях.	в зош.3	
17		Особиста гігієна. Складові особистої гігієни. Засоби гігієни. Догляд за шкірою. Особиста гігієна під час занять спортом. Гігієна ротової порожнини.	– Пояснює наслідки недотримання здорового способу життя. – Досліджує та обговорює чинники, котрі впливають на стан здоров'я і розвиток організму	Вибір засобів особистої гігієни за показниками ціни та якості. Відпрацювання навичок миття рук у громадському місці.	§11 завд. в зош.2	
18		Особиста гігієна. Особиста гігієна під час занять спортом. Гігієна ротової порожнини.	– Пояснює наслідки недотримання здорового способу життя.	Створення інфографіки (плаката, пам'ятки) про догляд за шкірою, гігієну ротової порожнини.	§11 завд. в зош.3	
19		Профілактика інфекційних захворювань Епідемії інфекційних захворювань в історії людства. Епідемії нашого часу: ВІЛ-інфекція, туберкульоз, ковід-19. Шляхи інфікування та методи захисту. Профілактичні щеплення. Шляхи інфікування та методи захисту. Профілактичні щеплення	– Здатний викликати необхідні рятувальні служби, повідомляючи відповідно до ситуації необхідну інформацію. – Пояснює наслідки недотримання здорового способу життя	Критичний аналіз джерел інформації про інфекційні захворювання, вакцини тощо. <u>Домашнє опрацювання.</u> Створення стрічки часу про епідемії інфекційних захворювань.	§12 завд. в зош.3	
20		Узагальнення і контроль знань	Оцінює свої досягнення за вступом	Тест перевірка	Повтори ти	
РОЗДІЛ 2. ПСИХІЧНЕ І ДУХОВНЕ ЗДОРОВ'Я (7 годин)						
21		Розвиток підлітка. Фізичний і психічний розвиток підлітка. Ознаки гармонійного розвитку. Потреби людини, розвиток	– Приймає індивідуальні темпи вікових змін в організмі як вияв норми.	Обговорення етапів і ознак фізичного психічного і соціального розвитку підлітків.	§11 завд. в зош.2	

		потреб.	– Визначає причини вікових змін в організмі, зокрема в період статевого дозрівання. –	<u>Домашнє опрацювання.</u> Дослідження піраміди людських потреб.		
22		Самооцінка і здоров'я. Поняття самооцінки. Види самооцінки. Вплив самооцінки на поведінку і здоров'я людини. Формування адекватної самооцінки.	– Самостійно створює й реалізовує короткострокові плани щодо досягнення успіху, зокрема в навчанні, спорті, побуті тощо.	Визначення переваг адекватної самооцінки. <u>Домашнє опрацювання.</u> Проект самовдосконалення (вибір, планування і досягнення мети).	§12 завд. в зош.3	
23		Ухвалення рішень. Види рішень. Алгоритм ухвалення зважених рішень. Рішення, важливі для здоров'я.	– Визначає наслідки соціальних впливів на прийняття рішення щодо здоров'я, безпеки й добробуту (реклама, вплив інших осіб, медійна інформація).	Аналіз алгоритму ухвалення зважених рішень. Моделювання ситуації прийняття зважених рішень.	§13 завд. в зош.2	
24		Протидія соціальному тиску. Позитивні й негативні впливи засобів інформації. Вплив реклами на рішення людини. Рекламні хитрощі і маніпуляції. Соціальна і комерційна реклами. Рекламні стратегії тютюнових і алкогольних компаній.	– Визначає форми поведінки, які приносять задоволення без нанесення шкоди власному здоров'ю й здоров'ю інших осіб. – Оцінює надійність різних джерел інформації (ЗМІ, реклама, соцмережі тощо).	Аналіз джерел інформації, які впливають на наші рішення. Дослідження соціальної і комерційної реклами. <u>Домашнє опрацювання.</u> Аналіз рекламних стратегій тютюнових і алкогольних компаній.	§14 завд. в зош.2	

РОЗДІЛ 2. ПСИХІЧНЕ І ДУХОВНЕ ЗДОРОВ'Я (7 годин)

25		Розвиток підлітка Фізичний розвиток підлітка.	Пояснює вибір власних альтернатив і рішень з огляду на вплив зовнішніх чинників.	Дослідження домінантних каналів сприйняття інформації. Відпрацювання прийомів ефективного запам'ятовування.	§13	
----	--	---	--	---	-----	--

26.		Розвиток підлітка Психічний розвиток підлітка	Визначте свій зріст і масу тіла. перейдіть за QR-кодом і вирахуйте ваш індекс маси тіла	Аналіз потреб задовольняєте у такий спосіб	§13	
27		Самооцінка і здоров'я З чого складається і формується самооцінка	Обирає те, що хочете в собі змінити в найближчому майбутньому, а не взагалі й колись	Вправа на розпізнавання короткострокових і довгострокових цілей	§14	
28		Прийняття рішення Які бувають рішення. Як люди приймають рішення	Наводить приклади рішень, які можуть вплинути на здоров'я і долю людей	Наведення прикладів ситуацій, коли людина вчинила необдуманого	§15	
29		Протидія соціальному тиску Позитивні і негативні впливи	Наводить приклади, коли інформація з цих джерел вплинула на вас позитивно і негативно.	Гра «Можливі варіанти розвитку подій і обговоріть їхні наслідки.	§16	
30		Тютюн і здоров'я. Міфи і факти про тютюн. Негайні наслідки куріння. Середньострокові і віддалені наслідки куріння. Нікотинова залежність.	Визначає форми поведінки, які приносять задоволення без нанесення шкоди власному здоров'ю й здоров'ю інших осіб	Аналіз міфів і фактів про тютюн. Дослідження наслідків куріння для здоров'я. Обчислення грошових витрат, пов'язаних з курінням.	§17	
31		Небезпека алкоголю і наркотиків. Психоактивні речовини і здоров'я. Міфи і факти про алкоголь і наркотики.	Аналізує причини вибору нездорової поведінки.	Аналіз міфів і фактів про алкоголь і наркотики. Дослідження впливу алкоголю на організм, наслідків зловживання алкоголем.	§17	
32		Контроль і узагальнення знань	Оцінює свої досягнення	Контроль знань	Повт	
РОЗДІЛ 3. СОЦІАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я						
33		Спілкування і здоров'я.	Пояснює вплив спілкування на складники здоров'я, безпеки й добробуту.	Дослідження ознак вербального і невербального спілкування. Аналіз переваг і недоліків	§18	

		Засоби комунікації. Ефективне спілкування. Вербальне і невербальне спілкування.		різних стилів спілкування.		
34		Навички ефективного спілкування. Активне слухання. Способи уникнення непорозумінь. Як спілкуватися у незнайомій компанії. Як робити компліменти.	Визначає наслідки соціальних впливів на прийняття рішення щодо здоров'я, безпеки й добробуту (реклама, вплив інших осіб, медійна інформація).	Відпрацювання навичок активного слухання, початку розмови, уникання непорозумінь. Моделювання спілкування у незнайомій компанії.	§19	
35		Стосунки і здоров'я. Види стосунків. Ознаки здорових стосунків. Як стати командою. Способи покращення стосунків.	Бере участь у груповій роботі, враховуючи індивідуальні особливості й потреби.	Самооцінка стосунків. Читання і обговорення притчі: «Уроки гусей» Складання плану покращення стосунків.	§20	
36		Стосунки з однолітками. Позитивні й негативні впливи однолітків. Способи маніпуляцій.	Протидіє проявам тиску, агресії, маніпуляції й неповаги щодо себе та інших осіб.	Мозковий штурм: «Вплив друзів». Тренінг навичок відмови від небезпечних пропозицій	§21	
37		Стосунки з однолітками. Попередження булінгу та кібербулінгу. Протидія булінгу. Допомога жертвам булінгу.	Розрізняє складники особистого простору (інтимний, соціальний, публічний), поважає свій і чужий особистий простір під час спілкування.	Тренінг навичок відмови від небезпечних пропозицій. Прогноз ризиків комунікації у віртуальному середовищі. Розробка стратегії подолання булінгу	§21	
38		Види і наслідки конфліктів. Поняття конфлікту. Види і способи розв'язання конфліктів. Запобігання ескалації конфліктів. Конфліктогени.	Ідентифікує причини й наслідки виникнення конфліктів у різних ситуаціях. Моделює ситуацію з конструктивним залагодженням конфліктів.	Тренінг розпізнавання конфліктних ситуацій. Аналіз способів розв'язання конфліктів. Тренінг навичок самоконтролю у конфліктних ситуаціях.	§22	
39		Контроль і узагальнення знань	Оцінює свої досягнення	Контроль знань	Повт	
РОЗДІЛ 4. БЕЗПЕКА В ПОБУТІ І ДОВКІЛЛІ (7 годин)						
40.		Безпека оселі. Правила користування газовими приладами, електроприладами, водогоном, тепловими мережами. Безпека при користуванні засобами побутової	Обґрунтовує необхідність власної відповідальності за поведінку в побуті	Складання пам'ятки безпечного зберігання ліків і препаратів побутової хімії.	§23	

		хімії.	Бережливо ставиться до власного й чужого майна.	Обстеження безпеки своєї оселі (разом з дорослими).		
41.		Пожежна безпека оселі. Умови і причини виникнення пожеж. Пожежна охорона. Профілактика пожеж. План евакуації з будинку.	Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях. Обґрунтовує необхідність власної відповідальності	Створення плану евакуації із приміщення. Відпрацювання навичок організованої евакуації.	§24	
42.		Поведінка під час пожежі. Стадії розвитку пожежі. Гасіння пожежі на початковій стадії. Засоби пожежогасіння. Захист органів дихання в зоні пожежі. Дії в разі загоряння одягу.	Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях. Моделює ситуацію надання елементарної долікарської допомоги	Моделювання захисту органів дихання на пожежі. Відпрацювання алгоритму правильних дій у разі загоряння одягу.	§24	
43.		Аварії на підприємствах. Види небезпечних промислових об'єктів. Дії учнівства під час виникнення аварійної ситуації на підприємстві.	Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях. Здатний викликати необхідні рятувальні служби,	Моделювання алгоритму дій під час аварії на промисловому підприємстві.	§25	
44.		Безпека велосипедиста. Історія велосипеда. Елементи конструкції велосипеда, що впливають на безпеку руху. Одяг для велосипедиста.	Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях. Обґрунтовує необхідність власної відповідальності	Визначення безпечних місць для велосипедних прогулянок у своєму населеному пункті. Моделювання безпечного виконання маневрів на велосипеді.	§26	
45		Перша до медична допомога Аварійні служби. Як повідомити рятувальникам	За наведеним зразком складає і записує приклад повідомлення про пожежу в багатоповерховому будинку.	Надання першої допомоги в разі ураження електричним струмом	§27	
46.		Дорожня безпека велосипедиста. Безпечні місця для прогулянок велосипедом. Правила дорожнього руху для велосипедистів. Правила перевезення вантажів і виконання маневрів на велосипеді.	Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях. Обґрунтовує необхідність власної відповідальності за поведінку в побуті та в громадських місцях.	Визначення безпечних місць для велосипедних прогулянок у своєму населеному пункті. Моделювання безпечного виконання маневрів на велосипеді.	§27	

47.		Джерела допомоги. Правила взаємодії з рятувальниками. Допомога потерпілим. Перша допомога при ураженні електричним струмом, попаданні хімічних речовин на шкіру, отруєнні, ДТП.	Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях. Моделює ситуацію надання елементарної долікарської допомоги в разі травматизму чи поганого самопочуття.	Моделювання взаємодії з рятувальниками. Відпрацювання навичок надання допомоги при ураженні електричним струмом, попаданні на тіло речовин побутової хімії та при отруєнні ними.	§27	
48.		Джерела допомоги. Перша допомога при ураженні електричним струмом, попаданні хімічних речовин на шкіру, отруєнні, ДТП. Вміст домашньої аптечки.	Моделює ситуацію надання елементарної долікарської допомоги в разі травматизму чи поганого самопочуття.	Моделювання взаємодії з рятувальниками. Відпрацювання навичок надання допомоги при ураженні електричним струмом, попаданні на тіло речовин побутової хімії та при отруєнні ними.	§27	
РОЗДІЛ 5. ДОБРОБУТ (3 години)						
49.		Фінансова грамотність. Економічна діяльність. Потреби та ресурси. Гроші. Ринок товарів і послуг. Доходи й витрати. Законні джерела доходів. Сплата податків.	Доводить, що здоров'я, безпека й добробут є підґрунтям успішного майбутнього.	Створення опорної схеми базових понять.Аналіз видів економічної діяльності та ресурсів для здійснення соціального проєкту.	§28	
50.		Підприємливість і волонтерство. Ознаки добробуту. Складники підприємливості. Творчість і власна діяльність для успішного майбутнього.	Доводить, що здоров'я, безпека й добробут є підґрунтям успішного майбутнього.Розуміє перспективність своєї діяльності для успішного майбутнього.	Створення хмари слів, пов'язаних із ключовими поняттями теми. Мозковий штурм «Розвиваємо креативність».	§29	
51.		Підприємливість і волонтерство. Життєві навички для розвитку підприємливості.	Доводить, що здоров'я, безпека й добробут є підґрунтям успішного майбутнього.	Моделювання етичної поведінки у підприємницькій діяльності. Виконання волонтерського проєкту.	§29	
52		Контрольна робота	Оцінює свої досягнення	Контроль і узагальнення знань	Повто	

Календарно тематичне планування навчального матеріалу «Здоров'я, безпека та добробут» 7 клас

Відповідає навчальним програмам, що затверджені педагогічною радою(протокол №1 від 29.08.2024р), складеним на основі «Здоров'я, безпека та добробут». 7-9 класи (інтегрований курс) для закладів загальної середньої освіти (автори Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко, І. В. Лаврентьева, О. Л. Хомич.) що рекомендовано Міністерством освіти і науки України(наказ міністерства освіти і науки України від 24.07.2023 № 883)

Рекомендована кількість годин за програмою(7клас) - 1,5год. на тиждень

Кількість годин за навчальним планом(7клас) - 1,5год на тиждень

Навчально-методичне забезпечення :

Здоров'я, безпека, добробут: підручник для 6 класу закладів загальної середньої освіти / Воронцова Т.В., Пономаренко В.С., – Київ:видавництво «Алатон», 2024.

№	Дата пр	Зміст уроку	Очікувані результати навчання	Вид навчальної діяльності	Домашнє завдання	Прим .
РОЗДІЛ 1. БЕЗПЕКА ЛЮДИНИ						
1		Безпека життєдіяльності. Безпека, небезпека, ризики. . Природні, техногенні та соціальні небезпеки мирного часу.	складає алгоритм дій у небезпечних ситуаціях на основі знань і власного досвіду	Обстеження оселі на наявність небезпечних місць у разі надзвичайних ситуацій воєнного характері	Опрацювати §1, с.10	
2		Принципи безпечної життєдіяльності.	демонструє безпечну поведінку в побуті, закладі освіти, на вулиці, у громадських місцях	Оцінювання ризиків щоденного життя у мирний і воєнний час.	Опрацювати §1, с.17	

3		Небезпеки воєнного часу.	користується попередженнями та інструкціями про безпеку	Оцінювання ризиків щоденного життя у мирний і воєнний час.	Опрацювати §2, с.19	
4		Екологічні проблеми й техногенні аварії внаслідок воєнних дій	користується попередженнями та інструкціями про безпеку	розрізняє прийнятні чи неприйнятні ризики в небезпечних ситуаціях природного характеру	Опрацювати §2, с.22	
5		Дії населення у разі загрози або надзвичайних ситуацій воєнного характеру. Сигнали оповіщення населення: «Увага всім!», «Повітряна тривога», «Хімічна безпека». Шляхи і правила евакуації. Види укриттів. Ознаки надійного і ненадійного укриття.	оцінює ймовірність ризику виникнення небезпечної ситуації внаслідок власної діяльності	Моделювання взаємодії з рятувальними службами при виявленні незнайомих чи вибухонебезпечних предметів.	Опрацювати §2, с.27	
6		Попередження ризиків від вибухонебезпечних предметів.	Моделює взаємодії з рятувальними службами при виявленні незнайомих чи вибухонебезпечних предметів	Діє за стандартними моделями у разі виникнення безпеки певного характеру	Опрацювати §3, с.35	
7		Безпека на дорозі. Безпека пішохода, велосипедиста в місті та за містом, пасажир легкового і вантажного автомобіля, автобуса, поїзда.	Моделює поведінки свідків ДТП	Створення пам'яток безпеки для пішохода, велосипедиста	Опрацювати §4, с.40	
8		Заходи безпеки під час руху на велосипедах/ інших засобах індивідуальної мобільності (електросамокат, моноколесо	Визначає ступінь складності ушкоджень і травм, надає долікарську допомогу	Відпрацювання прийомів психологічної самопомогі в екстремальних ситуаціях.	Опрацювати §4, с.46	

		тощо). Рух через залізничні переїзди. Небезпечні вантажі.				
9		Дорожньо-транспортні пригоди. Перша допомога постраждалим у ДТП.	Моделює поведінки свідків ДТП.	Створення пам'яток безпеки для пішохода, велосипедиста в місті та за містом, пасажирів легкового і вантажного автомобіля, автобуса, поїзда	Опрацювати §5, с.48	
10		Дії свідків ДТП. Перша допомога постраждалим у ДТП.		Створення пам'яток безпеки для пішохода, велосипедиста в місті та за містом, пасажирів легкового і вантажного автомобіля, автобуса, поїзда	Опрацювати §5, с.57	
11		Пожежна безпека у громадських приміщеннях. Правила пожежної безпеки у закладі освіти. Оповіщення про пожежу.	Досліджує знаки пожежної безпеки у закладі освіти.	Відпрацювання умінь надавати першу домедичну допомогу при травмах, опіках	Опрацювати §6, с.64	
12		Первинні засоби пожежогасіння. Знаки пожежної безпеки.		Дослідження засобів пожежогасіння	Опрацювати §6, с.68	
13		Алгоритм дій під час пожежі в громадському приміщенні.		Відпрацювання алгоритму дій під час пожежі в громадському приміщенні.	Опрацювати §7, с.70	
14		Самодопомога і невідкладна допомога. Керування стресом в екстремальних ситуаціях.	визначає особливості поведінки у безпечних і небезпечних життєвих ситуаціях	Відпрацювання прийомів психологічної самопомоги в екстремальних ситуаціях	Опрацювати §7, с.75	
15		Перша домедична допомога при падіннях, травмах, опіках.	визначає ступінь складності ушкоджень і травм, надає долікарську	Відпрацювання умінь надавати першу домедичну допомогу при травмах, опіках	Опрацювати §8, с.85	

			допомогу			
16		Узагальнення та систематизація знань з розділу I «Безпека люди»	Узагальнює та систематизує знання	Тест	Повторити §1-8	
РОЗДІЛ 2 ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ						
17		Цілісність здоров'я. Сучасне уявлення про здоров'я.	демонструє модель безпечної поведінки	Самооцінювання рівня здоров'я.	Опрацювати §9, с.88	
18		Чинники впливу на здоров'я . здоров'я і потреби	вибирає доцільні (ефективні) стратегії прийняття рішень	Конкурс мотиваційних роликів про здоров'я	Опрацювати §9,с. 94	
19		Значення звичок і навичок для здоров'я.	розробляє план власних дій	Вправа «Хіт-парад звичок».	Опрацювати §10,с. 97	
20		Як формують звички. Як змінити небажану звичку.	формує корисні звички	Відпрацювання техніки формування корисних звичок	Опрацювати §10,с. 102	
21		Здоров'я і спосіб життя. Переваги здорового способу життя	визначає мотивацію, фіксує результати, адекватно оцінює свої сили	Складання плану здорового способу життя. Створення групової презентації до теми «Профілактика інфекційних захворювань».	Опрацювати §11,с. 105	
22		Користь рухової активності і здорового харчування для здоров'я. Навички, сприятливі для здоров'я.	переконливо презентує свої (спільні) ідеї іншим особам у різний спосіб,	Конкурс мотиваційних роликів для адвокації здорового способу життя.	Опрацювати §11,с. 111	
23		Профілактика захворювань.		Мозковий штурм: «Види захворювань». Груповою роботою: «Шляхи проникнення інфекції в організм людини»	Опрацювати §12,с. 122	

24		<i>Узагальнення та систематизація знань з розділу I «Здоров'я люди»</i>	Узагальнює вміння і знання	Тест	Повторити §9- 12	
РОЗДІЛ 3. ФІЗИЧНА СКЛАДОВА ЗДОРОВ'Я						
25		Складові і показники фізичного здоров'я	доводить переваги здорового способу життя для збереження здоров'я та особистого добробуту	Визначення індивідуальних показників фізичної складової здоров'я	Опрацювати §13,с. 127	
26		Практична робота Самооцінка фізичної форми	застосовує формули, графічні та статистичні методи, розрахунки, моделі для експрес-оцінки і моніторингу стану здоров'я	Ознайомлення з практиками покращення показників фізичного розвитку	Опрацювати §13 с.129	
27		Рухова активність. Рух і здоров'я	керує власною поведінкою для збереження здоров'я та добробуту	Створення режиму робочого і вихідного дня з урахуванням норм активного і пасивного відпочинку	Опрацювати §14,145	
28		Особиста гігієна підлітків. Гігієнічні процедури. Чинники, що впливають на здоров'я шкіри та її функції.	встановлює взаємозв'язок і пояснює взаємозумовленість фізичних, психічних змін в організмі в підлітковому віці	Визначення типу шкіри і волосся.	Опрацювати § 15 Підготуватися до проєкту	
29		ПРОЕКТ Вибір косметичних засобів із урахуванням віку та типу шкіри	Визначає тип шкіри і волосся	Визначення типу шкіри і волосся	Підготувати презентацію проєкту	
30		Біологічні ритми і здоров'я.	Вміє планувати свій час	Дослідження значення сну в юнацькому віці.	Опрацювати §16, 168	

		Працездатність, значення сну				
31		<i>Узагальнення та систематизація знань з розділу II «Здоров'я людини» та розділу III «Фізична складова здоров'я»</i>	Узагальнює знання	Тест	Повторити §14-16	
РОЗДІЛ 4. ПСИХІЧНА І ДУХОВНА СКЛАДОВІ ЗДОРОВ'Я (12 год)						
32		Психічний і духовний розвиток	аналізує вплив ставлення людей до власного тіла і його змін на їх здоров'я, самооцінку і поведінку	Дослідження особливостей психічного і духовного розвитку підлітків.	Опрацювати §17, 171	
33		Життєві цінності і здоров'я.	досліджує і пояснює зміни власного емоційного стану та емоційного стану інших осіб	Обговорення притчі про життєві цінності.	Опрацювати §17, с.175	
34		Психологічна рівновага і здоров'я	застосовує прийоми активного слухання, надання зворотного зв'язку	Відпрацювання навичок самоконтролю, планування часу.	Опрацювати §18, с.177	
35		Культура вияву почуттів.	застосовує прийоми активного слухання, надання зворотного зв'язку		Опрацювати §18, с.183	
36		Ознаки психологічної рівноваги.	Визначає ознаки рівноваги		Опрацювати §18, с.184	
37		Як реагувати на зміни та критику. Самооцінка і здоров'я	Досліджує особливості розвитку підлітка	Розробка плану щодо формування адекватної самооцінки.	Опрацювати §19, с.186	
38		Конструктивне сприймання критики.	застосовує прийоми підвищення самооцінки	Обговорення притчі про негативне мислення.	Опрацювати §19, с.193	

39		Стрес і здоров'я.	досліджує і пояснює зміни власного емоційного стан	Алгоритм вибору адекватних способів керування стресом.	Опрацювати §20, с.197	
40		Причини й наслідки емоційного вигорання.	дотримується правил комфортного співіснування, розробляє власні.	Алгоритм вибору адекватних способів керування стресом.	Опрацювати §20,с.201	
41		Способи керування стресом.	Фокусує увагу на ресурсах тощо для вирішення конфліктної ситуації	Алгоритм вибору адекватних способів керування стресом.	Опрацювати §20, с.205	
42		Конфлікти і здоров'я	поводиться впевнено, здійснюючи самоконтроль у конфлікти	Моделювання прийомів конструктивного розв'язання конфліктів.	Опрацювати §21, с.211	
43		Способи конструктивного розв'язання конфліктів.	виступає посередником у запобіганні чи вирішенні конфлікту		Опрацювати §21, с.212	
44		<i>Узагальнення та систематизація знань з розділу IV «Психологічна і духовна складові здоров'я».</i>	Узагальнює знання	Тест	Повторити §17-21	
РОЗДІЛ 5. СОЦІАЛЬНА СКЛАДОВА ЗДОРОВ'Я						
45		Соціальні чинники здоров'я	дотримується правил міжособистісного спілкування	Дослідження елементів соціального середовища свого населеного пункту.	Опрацювати §22, с.219	
46		Вплив цифрового середовища на здоров'я	виявляє ознаки булінгу, насилля, зокрема в цифровому середовищі	Створення пам'ятки з інформацією про екстрині телефони	Опрацювати §23,229	

47		Неінфекційні захворювання та їх профілактика	уникає небезпечного/шкідливого контенту	Критичний аналіз реклами	Опрацювати §24, с.237	
48		Інфекційні захворювання, що набули соціального значення.		Аналіз причин і наслідків «Хвороб цивілізації».	Опрацювати §25, с.247	
РОЗДІЛ 6. ДОБРОБУТ						
49		Громадський добробут.	отримується правил комфортного співіснування	Групові дискусії про екологічні проблеми	Опрацювати §26, с.255	
50		Особистий добробут	аналізує вплив науки, культури, мистецтва, народних традицій,	Створення інфографіки, що ілюструє взаємозв'язок між добробутом та якістю життя	Опрацювати §27, с.263	
51		Уміння вчитися	вибирає доцільні та ефективні навчальні засоби	Вправи для концентрації уваги, розвитку пам'яті, для критичного і креативного мислення.	Опрацювати §28, 274	
52		<i>Узагальнення та систематизація знань з розділу V «Психологічна і духовна складові здоров'я» та розділу VI «Добробут»</i>	Узагальнює знання	Тест	Повторити §22-27	