

**НАВЧАЛЬНІ ПРОГРАМИ ДЛЯ 5-9 (10) КЛАСІВ СПЕЦІАЛЬНИХ
ЗАГАЛЬНООСВІТНІХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ ДЛЯ ДІТЕЙ З
ПОРУШЕННЯМИ ОПОРНО-РУХОВОГО АПАРАТУ. КИЇВ 2016**
**УКЛАДАЧ: Марич І.А., вчитель основ здоров'я Бориславської спеціальної загальноосвітньої
школи-інтернату I-III ступенів**

(1 година на тиждень. 35 годин на рік)

Календарно-тематичне планування

Основи здоров'я, 8 клас

№	Тема розділу (уроку)	Дата проведення	Примітка
I семестр			
Життя і здоров'я людини (9 год)			
1	Здоров'я і спосіб життя. Цілісність здоров'я. Чинники впливу на здоров'я. Формування здорового способу життя. Переваги здорового способу життя.		
2	Формування корисних звичок. Навички, сприятливі для здоров'я. Значення життєвих принципів для здоров'я.		
3	Профілактика захворювань. Інфекційні та неінфекційні захворювання.		
4	Захисні реакції організму і бар'єри на шляху інфекцій. Заходи профілактики інфекційних захворювань.		
5	Принципи безпечної життєдіяльності. Природні, техногенні та соціальні небезпеки. Види і джерела ризику. Рівні ризику.		
6	Безпека на дорозі. Безпека пасажирів легкового і вантажного автомобіля. Засоби безпеки легкового автомобіля. Заходи безпеки під час поїздки на вантажному автомобілі. Небезпечні вантажі.		
7	Види ДТП. Положення тіла, які знижують ризики травмування під час ДТП. Дії свідків ДТП.		
8	Побутова безпека Безпека оселі. Правила безпеки при користуванні засобами побутової хімії, газовими приладами та пічним опаленням.		
9	Пожежна безпека у громадських приміщеннях Правила пожежної безпеки у школі. Оповіщення про пожежу. Первинні засоби пожежегасіння. Алгоритм дій під час пожежі в громадському приміщенні.		
Фізична складова здоров'я (4 год)			
10	Індивідуальний розвиток підлітків. Ознаки біологічного, психічного, соціального, духовного дозрівання.		
11	Показники фізичного розвитку підлітків. Способи покращення фізичної форми.		
12	Косметичні проблеми підлітків. Функції шкіри. Чинники, що впливають на здоров'я шкіри.		
13	Типи шкіри. Особливості функціонування шкіри у підлітковому віці. Догляд за шкірою і волоссям.		
Психічна й духовна складові здоров'я (9 год)			

14	Психічний і духовний розвиток Особливості психічного розвитку підлітків. Розвиток потреб. Духовний розвиток особистості. Життєві цінності і здоров'я.		
15	Уміння вчитися Умови успішного навчання.		
16	Розвиток сприйняття, уваги, пам'яті, творчих здібностей.		
17	Емоційне благополуччя Вплив емоцій на здоров'я і прийняття рішень. Культура вияву почуттів. Методи самоконтролю.		
18	Ознаки психологічної рівноваги. Поняття і види стресу. Реакція організму на стрес.		
19	Ефект самопідтримки стресу. Хронічний стрес і здоров'я.		
20	Чинники стресу в екстремальних ситуаціях. Чинники виживання в екстремальних ситуаціях. Позитивне мислення.		
21	Стресова стійкість. Оцінювання рівня стресу. Керування стресом. Самодопомога і допомога при стресі.		
22	Конфлікти і здоров'я. Причини виникнення і стадії розвитку конфліктів. Розпалювання конфліктів. Способи конструктивного розв'язання конфліктів.		
Соціальна складова здоров'я (9 год)			
23	Соціальні чинники здоров'я Соціальна безпека населеного пункту. Держава на захисті прав дитини.		
24	Клініки, дружні для молоді. Вплив засобів масової інформації на здоров'я.		
25	Найближче оточення дитини. Вплив родини і друзів.		
26	Принципи формування міжособистісних стосунків. Види підліткових компаній. Ознаки небезпечних компаній. Способи протидії негативному соціальному впливу.		
27	Хвороби цивілізації. Соціальні чинники ризику «хвороб цивілізації». Профілактика серцево-судинних, онкологічних захворювань, діабету, ожиріння. Вплив комерційної реклами на здоров'я.		
28	Профілактика захворювань, що набули соціального значення. Наслідки вживання наркотиків. Міфи і факти про наркотики.		
29	Наркотична залежність. Ознаки і механізми виникнення залежності.		
30	Положення кримінального законодавства у сфері боротьби з розповсюдженням наркотиків. Протидія залученню до вживання наркотиків.		
31	Особливості поширення ВІЛ-інфекції в Україні і світі. ВІЛ/СНІД і права людини. Причини і наслідки стигматизації і дискримінації.		
32	Законодавство України у сфері протидії епідемії ВІЛ-інфекції.		
33	Туберкульоз: умови інфікування і розвитку, ознаки захворювання. Заходи профілактики на державному і особистому рівнях.		
34	Повторення, узагальнення, резервний час.		
35	Повторення, узагальнення, резервний час.		