
(назва закладу освіти)

Навчальна програма
інтегрованого курсу «Здоров'я, безпека та добробут» 9 клас
для закладів загальної середньої освіти, розроблена на основі модельної
навчальної програми «Здоров'я, безпека та добробут. 7-9 класи
(інтегрований курс)» для закладів загальної середньої освіти
(авт. Шиян О. І., Дяків В. Г., Седоченко А. Б., Страшко С. В.)

Інтегрований курс «Здоров'я, безпека та добробут»
II цикл – базове предметне навчання
2026-2027 навчальний рік

Вступна частина

Навчальна програма інтегрованого курсу «Здоров'я, безпека та добробут» для 9 класу спрямована на завершення циклу базового середнього навчання із застосуванням **холістичного підходу** до уявлень про здоров'я, безпеку та добробут. Програма ґрунтується на ідеях концепції «Нова українська школа» та забезпечує наступність між циклами навчання. Її особливістю у 9 класі є фокус на самореалізації особистості, професійному самовизначенні та здатності учнів діяти ефективно в умовах невизначеності.

Навчальна програма забезпечує реалізацію **соціальної і здоров'язбережувальної освітньої галузі**.

Метою інтегрованого курсу є розвиток особистості учня / учениці, здатної до самоусвідомлення та гармонійної соціальної взаємодії, що спрямована на збереження здоров'я, дбання про безпеку та виявлення підприємливості для забезпечення власного і суспільного добробуту. У 9 класі особлива увага приділяється формуванню **самозарадності** через активну громадянську позицію та відповідальність за планування майбутнього.

Завдання:

- формування цілісного уявлення про добробут, безпеку та здоров'я через системний аналіз соціальних явищ;
- розвиток умінь прогнозувати наслідки дій для здоров'я та безпеки в різних середовищах;
- навчання ефективним стратегіям подолання стресу та надання домедичної допомоги;
- формування підприємливості та етичної поведінки для поліпшення добробуту громади;
- підтримка у виборі освітньо-професійного шляху та плануванні власного майбутнього.

Програма базується на принципах поваги до гідності особистості, академічної доброчесності, патріотизму та відповідального ставлення до довкілля. Вона забезпечує атмосферу довіри та відсутність будь-яких форм дискримінації.

Освітній процес будується на засадах **дитиноцентризму**, діяльнісного та компетентнісного підходів. Пріоритет надається інтерактивним методам навчання:

- проєктній та дослідницькій діяльності;

- моделюванню життєвих ситуацій (наприклад, алгоритмів дій під час надзвичайних ситуацій);
- використанню цифрових ресурсів для критичного аналізу інформації.

Зміст програми у 9 класі структуровано за чотирма ключовими модулями:

1. Модуль 1. Планую майбутнє.
2. Модуль 2. Безпека в соціумі. Безпека — чинник добробуту
3. Модуль 3. Піклуюсь про здоров'я.
4. Модуль 4. Дбаємо про добробут.

Основна частина
9 клас
18 год (0,5 год / тиж)

Пропонований зміст інтегрованого курсу	Очікувані результати навчання	Види навчальної діяльності
Модуль 1. Планую майбутнє (3 год)		
Самореалізація особистості в суспільстві.	Удосконалює (розвиває) власні розумові, емоційні, соціальні вміння для побудови власної освітньої траєкторії без шкоди для власного здоров'я і добробуту [9 СЗО 4.1.1] Критично оцінює інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема, й цифрових [9 СЗО 4.2.1] Діє ефективно й самостійно, виявляючи наполегливість у досягненні цілей для реалізації своїх потреб, бажань та інтересів у законний спосіб [9 СЗО 4.3.1] Критично оцінює свої вміння і компетентності, виявляє наполегливість у досягненні мети [9 СЗО 4.6.1] Аналізує та оцінює власні особливості й здібності для майбутнього професійного зростання, вибудовує його модель [9 СЗО 4.6.2] Дотримується норм етики та моралі під час ухвалення рішень щодо безпеки, здоров'я та	Практикум «Самореалізація особистості в суспільстві».
Самореалізація в професійному житті.		Практикум «Самореалізація в професійному житті».
Самопрезентація «Починаю свою історію успіху».		Практикум «Самопрезентація «Починаю свою історію успіху».

	добробуту [9 СЗО 4.8.1]	
Модуль 2. Безпека в соціумі. Безпека — чинник добробуту (6 год)		
Життя і здоров'я людини у воєнний час. Виклики та рішення.	Демонструє відповідальне ставлення до безпеки, здоров'я, добробуту власного та інших осіб [9 СЗО 1.1.1] Надає долікарську допомогу собі та іншим особам у межах своїх можливостей [9 СЗО 1.3.1] Критично оцінює інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема, й цифрових [9 СЗО 4.2.1]	Обговорення «Види техногенних аварій, які виникли внаслідок воєнних дій». Створення інтелект-карт «Вибухонебезпечні предмети та правила поведінки з ними».
Перша допомога в надзвичайних ситуаціях.		Відпрацювання протоколів визначення ступеня фізичного травмування та надання домедичної допомоги відповідно до вікових особливостей.
Психологічна самодопомога.		Відпрацювання деяких технік психологічної самодопомоги.
Глобальна безпека.		Аналіз глобальних цілей сталого розвитку та організацій, які сприяють їхній реалізації.
Держава на захисті життя та здоров'я людини. Національна безпека.		Аналіз окремих положень безпекового законодавства України. Створення блок-схеми функцій держави.
Модуль 3. Піклуюсь про здоров'я (5 год)		
Цілісність уявлень про здоров'я. Стратегії здорового способу життя.	Ухвалює рішення з користю для безпеки, здоров'я та добробуту в різних життєвих ситуаціях [9 СЗО 2.3.1] Демонструє безпечну поведінку в побуті, закладі освіти, на вулиці, у громадських місцях і в разі потреби звертається по допомогу до дорослих [9 СЗО 2.4.1]	Моделювання власної стратегії здорового способу життя. Створення моделі власної стратегії здорового способу життя.
Репродуктивне здоров'я молоді. Цілісне уявлення про вплив психоактивних речовин на особисту безпеку, здоров'я та добробут. Профілактика ППСШ.	Вибирає альтернативні дії та ухвалює рішення на користь здорового способу життя і зниження ризиків [9 СЗО 3.1.1]	Обговорення питання «Що перешкоджає забезпеченню репродуктивного здоров'я молоді?». Вправа на визначення установ, які надають соціально-психологічні та медичні послуги за місцем

		проживання.
Уплив соціальних стереотипів поведінки на громадське та особисте здоров'я. Культура, мистецтво і народні традиції як чинники здоров'я, безпеки й добробуту.	Сприймає та аналізує різні вікові зміни організму у взаємозв'язку [9 СЗО 3.2.1] Визначає основні характерні ознаки безпечних і небезпечних для життя, здоров'я та добробуту моделей поведінки [9 СЗО 3.3.1] Свідомо обирає з урахуванням безпеки, збереження власного здоров'я і добробуту та здоров'я і добробуту інших осіб, моделі поведінки, що приносять користь і задоволення [9 СЗО 3.4.1] Критично оцінює інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема, і цифрових [9 СЗО 4.2.1]	Обговорення впливу культури, мистецтва, народних традицій на формування безпеки, здоров'я, добробуту власної та інших осіб.
Моделі поведінки, безпечної для здоров'я і добробуту, що приносять користь і задоволення.		Створення моделі власної стратегії здорового способу життя. Розрахунок калорійності харчового раціону відповідно до енергозатрат організму.

Модуль 4. Дбаємо про добробут (4 год)

Принципи формування міжособистісних і родинних стосунків. Стосунки з дорослими й однолітками.	Вибирає альтернативні дії та приймає рішення на користь здорового способу життя і зниження ризиків [9 СЗО 3.1.1] Діє ефективно та самостійно, виявляючи наполегливість у досягненні цілей для реалізації своїх потреб, бажань та інтересів у законний спосіб [9 СЗО 4.3.1] Критично оцінює свої вміння і компетентності, виявляє наполегливість у досягненні мети [9 СЗО 4.6.1] Співпрацює з іншими особами для здобуття підтримки, досягнення результату діяльності, спрямованої на збереження безпеки, здоров'я і добробуту [9 СЗО 4.7.1]	Відпрацювання прийомів ефективного спілкування з дорослими та однолітками.
Цілісність уявлень щодо добробуту.		Обговорення в загальному колі проблемних запитань щодо впливу соціальних явищ на добробут. Застосування, графічних і статистичних методів для пояснення впливу соціальних явищ на добробут. Аналіз варіантів рішень із позиції їхнього впливу на формування власного і суспільного добробуту. Аналіз використання свого й чужого позитивного досвіду для міркувань щодо вироблення власних рішень щодо добробуту.
Задоволення життям і		Обговорення в загальному

щастя.		колі проблемних запитань щодо того, чи впливаємо ми на наше життя і на наше щастя.
--------	--	--

Прикінцева частина

Реалізація програми ґрунтується на **компетентнісному, діяльнісному та особистісно зорієнтованому (дитиноцентристському) підходах**. Пріоритет надається розвитку наскрізних умінь: критичного мислення, здатності співпрацювати, конструктивного керування емоціями та оцінювання ризиків. Освітній процес у 9 класі спрямований на формування **самозарадності** учнівства через розв'язання проблемних питань та моделювання життєвих ситуацій.

Для досягнення очікуваних результатів навчання рекомендується використання таких методів:

- **Інтерактивні методи:** обговорення в загальному колі, дискусії (наприклад, щодо принципів ведення війни або впливу стереотипів на здоров'я), мозкові штурми.
- **Моделювання:** відпрацювання алгоритмів дій у надзвичайних ситуаціях, протоколів домедичної допомоги (серцево-легенева реанімація, зупинка кровотеч) та технік самодопомоги при стресі.
- **Проектна діяльність:** створення індивідуальних планів розвитку, волонтерських проєктів та «портфоліо» для планування майбутнього.
- **Цифрові технології:** критичний аналіз медіаконтенту та створення навчальних проєктів (зокрема, за імітаційною моделлю статей Вікіпедії).

Оцінювання є інструментом відстеження прогресу учня / учениці та корегування їхньої освітньої траєкторії. Орієнтирами для оцінювання є визначені програмою **очікувані результати навчання**.

1. **Формувальне оцінювання:** здійснюється систематично через спостереження, самооцінювання та взаємооцінювання.
2. **Поточне оцінювання:** включає виконання практичних робіт, есе, створення інтелект-карт та тестів.
3. **Підсумкове оцінювання (тематичне, семестрове, річне):** встановлює відповідність реальних результатів навчання обов'язковим вимогам Державного стандарту. *Інструментарій оцінювання:* портфоліо учня / учениці, щоденники спостережень, шкали оцінювання, діагностувальні роботи.

Для реалізації змісту програми необхідно забезпечити:

- **Навчально-методичні ресурси:**

- Здоров'я, безпека та добробут : підруч. інтегр. курсу для 9 кл. закл. загал. серед. освіти / О. І. Шиян, В. Г. Дяків, А. Б. Седоченко, О. В. Тагліна. — Харків : Вид-во «Ранок», 2026. — 144 с. : іл.
- Здоров'я, безпека та добробут. 9 клас : робочий зошит до підруч. інтегр. курсу Олени Шиян, Василя Дяківа, Алевтини Седоченко, Ольги Тагліної / О. І. Шиян, В. Г. Дяків, А. Б. Седоченко, О. В. Тагліна. — Київ : Харків : Вид-во «Ранок», 2026. — 48 с.
- Панасюк І.В. Здоров'я, безпека та добробут. 9 клас. Книга для вчителя : плани-конспекти до уроків за підручником «Здоров'я, безпека та добробут» (інтегрований курс) для 9 класу ЗЗСО (автори: Олена Шиян, Василь Дяків, Алевтина Седоченко, Ольга Тагліна / І. В. Панасюк. — Київ : Харків: Вид-во «Ранок», 2026. — 144 с.

- **Матеріально-технічне обладнання:** засоби для надання домедичної допомоги (тренажери для СЛР, джгути, бинти, шини), макети вибухонебезпечних предметів (для ідентифікації), засоби індивідуального захисту.
- **Цифрове середовище:** комп'ютерне обладнання з доступом до мережі Інтернет для роботи з інтерактивним електронним додатком на платформі іЗЗі; інтерактивними картами та реєстрації в онлайн-сервісах соціальних послуг.