

**ОРІЄНТОВНА НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА ДО МОДЕЛЬНОЇ ПРОГРАМИ ДЛЯ 6 КЛАСУ ІНТЕГРОВАНОГО КУРСУ
«ЗДОРОВ'Я, БЕЗПЕКА ТА ДОБРОБУТ» (17 ГОДИН) (http://autta.org.ua/ua/resources/Komplekt_ZBD/)**

(автори Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко, І. В. Лаврентьева, О. Л. Хомич)

ВСТУП. БАЗОВІ ПОНЯТТЯ (3 години)

<p>Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях. Бережливо ставиться до власного й чужого майна, обґрунтовує недоторканість чужого майна. Здатний викликати необхідні рятувальні служби, повідомляючи відповідно до ситуації необхідну інформацію. Визначає потенційні небезпеки навколишнього середовища для здоров'я й безпеки людини. Розпізнає ймовірні небезпеки природного, техногенного, соціального характеру й побутового походження. Прогнозує наслідки своїх дій в непередбачуваних і надзвичайних ситуаціях. Передбачає вплив на здоров'я, безпеку й добробут неналежного використання цифрових пристроїв.</p>	<p>Життя і здоров'я. Безпека життя і безпека життєдіяльності. Цінність здоров'я. Життєві навички.</p> <p>Безпека і ризику людини. Небезпека, ризику та безпека. Виправдані й не виправдані ризику. Екстремальні і надзвичайні ситуації. Алгоритм дій в екстремальних ситуаціях.</p> <p>Захист життя під час повітряних атак. Повітряна тривога. Укриття. Алгоритм дій за сигналом «повітряна тривога». Екстремний рюкзак.</p> <p>Правила безпеки під час воєнних дій. Правила поведінки під час війни. Види загроз в зоні бойових дій. Правила поведінки з озброєними</p>	<p>Мозковий штурм «Як можна подбати про кожну складову здоров'я».</p> <p>Моделювання алгоритму дій в екстремальних ситуаціях.</p> <p>Демонстрація алгоритму дій під час оголошення повітряної тривоги. Дослідження вмісту екстремного рюкзака.</p> <p>Записати номери служб екстремної допомоги. Дослідження алгоритму дій, якщо опинились під завалами.</p>
--	---	--

6 клас. Очікувані результати навчання	Пропонований зміст	Види навчальної діяльності
<p>Досліджує та обговорює чинники, котрі впливають на стан здоров'я і розвиток організму, зокрема профілактичні заходи щодо інфекційних і неінфекційних захворювань.</p> <p>Визначає форми поведінки, які приносять задоволення без нанесення шкоди власному здоров'ю й здоров'ю інших осіб.</p> <p>Обирає продукти харчування, способи проведення дозвілля, відповідний одяг тощо, які приносять задоволення й користь для здоров'я, безпеки й добробуту</p> <p>Обстоює потребу ощадливого використання ресурсів і повторної переробки вторинної сировини.</p> <p>Бере участь у груповій роботі, враховуючи індивідуальні особливості й потреби.</p> <p>Безпечно поводить себе при спілкуванні з незнайомими людьми.</p> <p>Демонструє способи самоконтролю та алгоритм дій в екстремальній ситуаціях.</p> <p>Називає правила спілкування з озброєними людьми.</p>	<p>людьми. Як діяти під час обстрілів. Як діяти в разі загрози обвалів. Що робити, якщо опинилися під завалами?</p> <p>Мінна безпека. Вибухонебезпечні предмети. Мінна безпека. Ознаки небезпечної території. Правила поведінки в ситуаціях, пов'язаних із вибухонебезпечними предметами.</p> <p>Навколишнє середовище і безпека. Види довілля. Складові соціального середовища. Безпеки соціального середовища. Захист від кримінальних небезпек.</p> <p>Природа і технічний прогрес. Природне середовище і здоров'я. Природне середовище і безпека. Розвиток технологій і безпека. Добробут наступних поколінь.</p>	<p>Перегляд і обговорення відео про вибухонебезпечні предмети. Дослідження сайту «Суперкоманда проти мін».</p> <p>Дослідження впливу соціального середовища на життя і здоров'я.</p> <p>Обговорення небезпек природного походження у своєму населеному пункті.</p> <p><i>Домашнє опрацювання</i></p>

6 клас. Очікувані результати навчання	Пропонований зміст	Види навчальної діяльності
<p>Розпізнає ознаки безпеки і небезпеки. Розрізняє маркування небезпечних територій. Називає сигнали оповіщення про повітряну тривогу.</p>		<p>Читання притчі про щастя. Розпізнавання виправданих і не виправданих ризиків. Створення пам'ятки про захист майна. Заповнити бланк про технології в часи дитинства дідусів чи бабусь. Груповий проєкт: «Світ через 50 років».</p>
РОЗДІЛ 1. ФІЗИЧНЕ ЗДОРОВ'Я (3 години)		
<p>Моделює ситуацію надання елементарної долікарської допомоги в разі травматизму чи поганого самопочуття. Здатний викликати необхідні рятувальні служби, повідомляючи відповідно до ситуації необхідну інформацію. Пояснює наслідки недотримання здорового способу життя. Звертається до фахівців у небезпечних ситуаціях, наслідкам яких не може зарадити власними силами.</p>	<p>Харчування і здоров'я. Вплив харчування на здоров'я. Вода і поживні речовини. Поживність і калорійність продуктів харчування. Особливості харчування підлітків.</p> <p>Збалансоване харчування. Як формуються харчові звички. Ознаки раціонального харчування. Харчова піраміда. Калорійність харчування та енерговитрати залежно від фізичних навантажень.</p>	<p>Підрахунок калорійності своїх страв за допомогою таблиці калорійності і онлайн-калькулятора.</p> <p>Вправа «Корисні і шкідливі звички».</p> <p>Відпрацювання алгоритму надання допомоги при харчових отруєннях.</p>

6 клас. Очікувані результати навчання	Пропонований зміст	Види навчальної діяльності
<p>Досліджує та обговорює чинники, котрі впливають на стан здоров'я і розвиток організму, зокрема профілактичні заходи щодо інфекційних і неінфекційних захворювань.</p> <p>Обирає продукти харчування, способи проведення дозвілля, відповідний одяг тощо, які приносять задоволення й користь для здоров'я, безпеки й добробуту.</p> <p>Аналізує вибір свій та інших осіб з позиції користі й задоволення (радість) для здорового, безпечного життя</p> <p>Знаходить інформацію щодо здоров'я, безпеки й добробуту в різних джерелах і перевіряє її достовірність.</p> <p>Бере участь у груповій роботі, враховуючи індивідуальні особливості потреби.</p> <p>Вміє обирати продукти й товари за показниками якості, термінів придатності, складу.</p> <p>Правильно інтерпретує інформацію, наведену на маркувальних знаках, пакувальних матеріалах для безпечного</p>	<p>Наслідки неправильного харчування. Причини й профілактика цукрового діабету, йододефіциту, харчових отруєнь. Правила купівлі, обробки і зберігання харчових продуктів. Перша допомога при харчових отруєннях. Харчові добавки.</p> <p>Особиста гігієна. Складові особистої гігієни. Засоби гігієни. Догляд за руками. Догляд за шкірою. Гігієна ротової порожнини.</p> <p>Профілактика інфекційних захворювань Епідемії інфекційних захворювань в історії людства. Профілактичні щеплення. ВІЛ/СНІД. Туберкульоз. Коронавірусна хвороба.</p>	<p>Мозковий штурм «Засоби гігієни».</p> <p>Робота в парах «Гігієна ротової порожнини».</p> <p>Робота у групах «Вакцинація».</p> <p>Оцінка ризиків передачі ВІЛ у певних ситуаціях.</p> <p><u>Домашнє опрацювання</u> Визначення зміни харчового раціону залежно від фізичних навантажень. Дослідження складу продукту на наявність харчових добавок. Аналіз упаковки продукту на наявність всіх необхідних відомостей. Перегляд відео про туберкульоз і коронавірусну хворобу</p>

6 клас. Очікувані результати навчання	Пропонований зміст	Види навчальної діяльності
й раціонального використання харчових і промислових продуктів.		
РОЗДІЛ 2. ПСИХІЧНЕ І ДУХОВНЕ ЗДОРОВ'Я (3 години)		
<p>Приймає індивідуальні темпи вікових змін в організмі як вияв норми. Визначає причини вікових змін в організмі, зокрема в період статевого дозрівання.</p> <p>Виявляє ризики невідповідності власних потреб і можливостей. Моделює кроки задоволення власних потреб з урахуванням можливостей своїх та інших осіб</p> <p>Визначає форми поведінки, які приносять задоволення без нанесення шкоди власному здоров'ю й здоров'ю інших осіб.</p> <p>Визначає наслідки соціальних впливів на прийняття рішення щодо здоров'я, безпеки й добробуту (реклама, вплив інших осіб, медійна інформація).</p> <p>Оцінює надійність різних джерел інформації (ЗМІ, реклама, соцмережі тощо)</p> <p>Використовує перевірену інформацію для ухвалення рішення щодо вибору</p>	<p>Розвиток підлітка. Фізичний і психічний розвиток підлітка. Ознаки гармонійного розвитку. Потреби людини, розвиток потреб.</p> <p>Самооцінка і здоров'я. Поняття самооцінки. Види самооцінки. Вплив самооцінки на поведінку і здоров'я людини. Формування адекватної самооцінки. Як підвищити самооцінку.</p> <p>Прийняття рішень. Види рішень. Як люди приймають рішення. Алгоритм прийняття зважених рішень. Рішення, важливі для здоров'я.</p> <p>Протидія соціальному тиску. Позитивні й негативні впливи засобів інформації. Як працює реклама. Соціальна і комерційна реклами.</p>	<p>Обговорення етапів і ознак фізичного психічного і соціального розвитку підлітків.</p> <p>Вправа на визначення короткострокових і довгострокових цілей.</p> <p>Моделювання ситуації прийняття зважених рішень.</p> <p>Вправа на розпізнавання фактів, суджень і фейків.</p>

6 клас. Очікувані результати навчання	Пропонований зміст	Види навчальної діяльності
<p>повсякденної поведінки на користь здоров'я, безпеки й добробуту. Пояснює вибір власних альтернатив і рішень з огляду на вплив зовнішніх чинників.</p> <p>Аналізує причини вибору нездорової поведінки.</p> <p>Визначає свої потреби, бажання, інтереси й цілі.</p> <p>Визначає форми поведінки, які приносять задоволення без нанесення шкоди власному здоров'ю й здоров'ю інших осіб.</p> <p>Аналізує вибір свій та інших осіб з позиції користі й задоволення (радість) для здорового, безпечного життя.</p> <p>Самостійно створює й реалізовує короткострокові плани щодо досягнення успіху, зокрема в навчанні, спорті, побуті тощо.</p> <p>Виявляє наполегливість у досягненні мети.</p>	<p>Тютюн, алкоголь і здоров'я.</p> <p>Міфи і факти про тютюн. Миттєві наслідки куріння. Середньострокові і віддалені наслідки куріння.</p> <p>Нікотинова залежність. Вартість шкідливої звички. Міфи і факти про алкоголь і наркотики. Наслідки зловживання алкоголем</p>	<p>Мозковий штурм «Чому деякі люди курять, а інші – ні?».</p> <p>Презентація «Вплив алкоголю на організм».</p> <p><i>Домашнє опрацювання</i></p> <p>Створення стрічки часу про ключові події свого життя. Обчислення грошових витрат, пов'язаних з курінням.</p> <p>Презентація «Вплив алкоголю на організм».</p> <p>Створення соціальної реклами у формі плаката чи листівки.</p> <p>Дослідження інформації про вплив алкоголю, тютюну, наркотиків на організм.</p>
<p>РОЗДІЛ 3. СОЦІАЛЬНЕ ЗДОРОВ'Я (3 години)</p>		

6 клас. Очікувані результати навчання	Пропонований зміст	Види навчальної діяльності
<p>Пояснює вплив спілкування на складники здоров'я, безпеки й добробуту.</p> <p>Застосовує вербальні й невербальні засоби спілкування для конструктивної комунікації.</p> <p>Розрізняє ситуації, коли силу переконання використали з позитивними чи негативними намірами.</p> <p>Протидіє проявам тиску, агресії, маніпуляції й неповаги щодо себе та інших осіб.</p> <p>Визначає наслідки соціальних впливів на прийняття рішення щодо здоров'я, безпеки й добробуту (реклама, вплив інших осіб, медійна інформація).</p> <p>Пояснює вибір власних альтернатив і рішень з огляду на вплив зовнішніх чинників.</p> <p>Толерантно ставиться до поглядів, переконань, інтересів і потреб інших осіб, що не загрожують здоров'ю, безпеці й доброту.</p> <p>Ідентифікує причини й наслідки виникнення конфліктів у різних ситуаціях.</p>	<p>Спілкування і здоров'я. Засоби комунікації. Вербальне і невербальне спілкування. Переваги і недоліки різних стилів спілкування. Ознаки і наслідки різних стилів спілкування. Переваги упевненої поведінки.</p> <p>Навички ефективного спілкування. Активне слухання. Як спілкуватися у незнайомій компанії. Як робити та приймати компліменти. Уміння, необхідні для ефективного спілкування. Безпечне спілкування в інтернеті.</p> <p>Стосунки і здоров'я. Види стосунків. Ознаки здорових стосунків. Способи покращення стосунків.</p> <p>Стосунки з однолітками. Позитивні й негативні впливи однолітків. Способи маніпуляцій. Як сказати «НІ!». Підліткові компанії. Небезпечні компанії.</p>	<p>Розігрування ситуацій, в яких поведінка має бути асертивною.</p> <p>Моделювання спілкування у незнайомій компанії.</p> <p>Вправа на розпізнавання здорових і нездорових стосунків.</p> <p>Тренінг навичок відмови від небезпечних пропозицій.</p>

6 клас. Очікувані результати навчання	Пропонований зміст	Види навчальної діяльності
<p>Моделює ситуацію з конструктивним залагодженням конфліктів.</p> <p>Бере участь у груповій роботі, враховуючи індивідуальні особливості й потреби.</p> <p>Розуміє взаємовплив емоційного стану, переконань, поведінки всіх учасників спільної діяльності.</p> <p>Встановлює нові контакти й ефективно співпрацює для досягнення результату, використовує різні засоби зв'язку.</p>	<p>Види та наслідки конфліктів.</p> <p>Поняття конфлікту. Конфлікти поглядів і конфлікти інтересів. Види і способи розв'язання конфліктів.</p> <p>Запобігання ескалації конфліктів.</p>	<p>Моделювання ситуації із запобіганням ескалації конфлікту.</p> <p><i>Домашнє опрацювання</i></p> <p>Вправа на розпізнавання різних стилів спілкування. Самооцінка стосунків.</p> <p>Складання плану покращення стосунків.</p> <p>Заповнення бланку для аналізу груп, до яких належать учні.</p>
<p>РОЗДІЛ 4. БЕЗПЕКА В ПОБУТІ ТА ДОВКІЛЛІ (4 години)</p>		
<p>Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях.</p> <p>Обґрунтовує необхідність власної відповідальності за поведінку в побуті та в громадських місцях.</p>	<p>Безпека оселі.</p> <p>Комунальні вигоди. Правила користування газовими приладами, електроприладами, водогоном, тепловими мережами. Безпека при користуванні засобами побутової хімії.</p> <p>Пожежна безпека.</p>	<p>Обговорення правил безпечного користування електрикою, газом, водогоном і тепловою мережею.</p>

6 клас. Очікувані результати навчання	Пропонований зміст	Види навчальної діяльності
<p>Бережливо ставиться до власного й чужого майна, обґрунтовує недоторканість чужого майна. Моделює ситуацію надання елементарної долікарської допомоги в разі травматизму чи поганого самопочуття.</p> <p>Здатний викликати необхідні рятувальні служби, повідомляючи відповідно до ситуації необхідну інформацію.</p> <p>Визначає потенційні небезпеки навколишнього середовища для здоров'я й безпеки людини (дорожній рух, забруднення, хімічні речовини, ультрафіолетове випромінювання тощо).</p> <p>Вирізняє речовини, які становлять загрозу в разі неналежного використання. Прогнозує наслідки своїх дій в непередбачуваних і надзвичайних ситуаціях.</p> <p>Ухвалює рішення щодо надання самопомоги й допомоги іншим, звернення до інших осіб чи відповідних служб</p>	<p>Сучасна пожежна охорона. Причини виникнення пожеж. Вогнегасник. Користування вогнегасником. Захист органів дихання в зоні пожежі. Дії в разі загоряння одягу.</p> <p>Аварії на підприємствах. Види небезпечних промислових об'єктів. Аварії на підприємствах. Дії учнівства під час виникнення аварійної ситуації на підприємстві. Підручні засоби захисту. Захист шкіри та волосся.</p> <p>Дорожня безпека велосипедистів. Історія велосипеда. Елементи конструкції велосипеда, що впливають на безпеку руху. Одяг для велосипедиста/велосипедистки. Правила дорожнього руху для велосипедистів. Правила перевезення вантажів і виконання маневрів на велосипеді.</p> <p>Перша домедична допомога. Правила взаємодії з рятувальниками. Перша домедична допомога.</p>	<p>Відпрацювання алгоритму правильних дій у разі загоряння одягу.</p> <p>Моделювання алгоритму дій під час аварії на промисловому підприємстві.</p> <p>Розігрування правил руху велосипедиста у ролях.</p> <p>Демонстрація уміння надавати допомогу при забитті, легких порізах, подряпинах.</p>

6 клас. Очікувані результати навчання	Пропонований зміст	Види навчальної діяльності
<p>Моделює послідовність дій у небезпечних ситуаціях природного, техногенного, соціального і побутового походження. Звертається до фахівців у небезпечних ситуаціях, наслідкам яких не може зарадити власними силами. Бере участь у груповій роботі, враховуючи індивідуальні особливості й потреби.</p>	<p>Перша допомога при ураженні електричним струмом, попаданні хімічних речовин на шкіру, отруєнні, ДТП. Вміст домашньої аптечки. Допомога при забиттях, обробка подряпин.</p>	<p><i>Домашнє опрацювання</i> Обстеження безпеки своєї оселі (разом з дорослими). Дослідження упаковки засобу побутової хімії. Виготовлення ватно-марлевої пов'язки. Овидів аварій на підприємствах. Аналіз вмісту автомобільної аптечки.</p>

РОЗДІЛ 5. ДОБРОБУТ (1 година)		
<p>Доводить, що здоров'я, безпека й добробут є підґрунтям успішного майбутнього. Розуміє перспективність своєї діяльності для успішного майбутнього. Бере участь у груповій роботі, враховуючи індивідуальні особливості й потреби. Виконує різні ролі в груповій роботі. Оперує основними економічними поняттями (гроші, зайнятість, підприємництво тощо).</p>	<p>Фінансова грамотність. Добробут і фінансова грамотність. Товари й послуги. Гроші. Ринок і економічна діяльність. Доходи та витрати. Ресурси. Податки.</p> <p>Підприємливість і волонтерство. Добробут і підприємливість. Життєві навички для розвитку підприємливості. Командна робота і розвиток упевненості. Розвиток критичного мислення. Розвиток</p>	<p>Мозковий штурм «Товари і послуги». Вправа на визначення доходів і витрат.</p> <p>Мозковий штурм «Законні джерела доходів для вашого віку». Створення плану волонтерського проекту.</p> <p><i>Домашнє опрацювання</i></p>

6 клас. Очікувані результати навчання	Пропонований зміст	Види навчальної діяльності
<p>Розрізняє й указує законні джерела доходів для свого віку.</p> <p>Вміє раціонально розпоряджатися власними грошима.</p> <p>Розуміє вагу докладених зусиль дорослих для отримання доходів.</p>	<p>творчого мислення. Чи можуть діти займатися підприємницькою діяльністю? Добročинність і волонтерство. Етика підприємницької діяльності.</p>	<p>Екскурсія до віртуального музею Національного банку України.</p> <p>Перегляд відео «5 порад критичного мислення». Перегляд відео про підприємливих дітей.</p> <p>Створення інфографіки потенціалу особистості для майбутньої роботи.</p> <p>Визначення кодексу честі (етичних принципів) підприємства.</p>