Навчальна програма з предмету «Здоров’я, безпека та добробут» розроблена на основі модельної навчальної програми «Здоров’я, безпека та добробут 5-6 класи» (інтегрований курс) для закладів загальної середньої освіти (авт. Гущина Н.І., Василашко І.П.)

2024-2025 н.р. (35 год.)

«Рекомендовано Міністерством освіти і науки України»
(наказ Міністерства освіти і науки України від 12.07.2021 № 795)

Зміст навчальної програми забезпечує підручник «Здоров’я, безпека та добробут» Н.Гущиної і Василашко І. за редакцією Т. Бойченко

Міністерство освіти і науки України

Модельна навчальна програма

«ЗДОРОВ’Я, БЕЗПЕКА ТА ДОБРОБУТ. 5-6 класи (інтегрований курс)»
для закладів загальної середньої освіти

(**автори:** Гущина Н.І., Василашко І.П.)

«Рекомендовано Міністерством освіти і науки України»
(наказ Міністерства освіти і науки України від 12.07.2021 № 795)

ВСТУПНА ЧАСТИНА

Модельна навчальна програма «Здоров’я, безпека та добробут». 5-6 класи (інтегрований курс)» (далі Програма) розроблена на підставі Державного стандарту базової середньої освіти (2020 р.) з урахуванням Державного стандарту початкової освіти (2018 р.) та відповідно до положень «Концепції Нової української школи» (2016 р.).

Метою інтегрованого курсу «Здоров’я, безпека та добробут» як складника соціальної та здоров’язбережувальної освітньої галузі є розвиток особистості учнів/учениць, яка здатна до самоусвідомлення, гармонійної соціальної і міжособистісної взаємодії, спрямованої на збереження власного здоров’я та здоров’я інших осіб, дбає про безпеку, виявляє підприємливість та професійну зорієнтованість для забезпечення власного і суспільного добробуту.

Для реалізації означеної мети під час розробки Програми були виокремлені такі *завдання* предмета:

- виховання дбайливого та усвідомленого ставлення до особистого здоров’я, безпеки, добробуту, ціннісного ставлення до здорового способу життя;
- формування уміння визначати альтернативи і ризики, прогнозувати наслідки, ухвалювати рішення з користю для власної безпеки та безпеки інших осіб, здоров’я і добробуту;
- розвиток уміння вчитися, потреби самопізнання як засобу підвищення рівня добробуту і збереження здоров’я;
- сприяння індивідуальному розвитку підприємливих якостей та поведінки свідомого споживача.

Навчальний предмет «Здоров’я, безпека, добробут» є логічним продовженням інтегрованого пропедевтичного курсу «Я досліджую світ» у початковій школі, який у 5–9 класах реалізується в окремих предметах.

Програма побудована лінійно-концентрично. Зміст понять поступово розширюється і доповнюється. Питання, що розглядаються у 5–6 класах, будуть детальніше вивчатися й у 7–9 класах.

Концентричність реалізується через міжтематичну інтеграцію змісту та концентричне вивчення змістових ліній. Такий підхід забезпечуватиме поступове нарощування складності матеріалу, його актуалізацію, повторення, закріплення, що сприятиме формуванню комплексу ключових компетентностей, який визначений у Додатку 15 Державного стандарту базової середньої освіти, та забезпечуватиме формування відповідних умінь, ставлень, базових знань.

У результаті опанування навчальної програми засвоюються основні категорії і поняття предмета, такі, що складають логічну частину базових знань освітньої галузі. Основною ідеєю концепції побудови програми в адаптаційному циклі базової середньої освіти (5–6 класи) є поступальний рух дитини через призму особистісного виміру від внутрішнього «Я» до гармонійної та безпечної взаємодії з навколишнім світом, побудови взаємин у спільноті та суспільстві у цілому.

Змістова структура курсу для адаптаційного періоду представлена у таблиці.

Таблиця

Змістова лінія	**5 клас**	**6 клас**
Вступ	Я і мої цінності. **2 год.**	Мої мрії та плани. **2 год.**
Вчусь вчитися	Комфортний освітній простір. Я вчусь ефективно. Пошук інформації та її критичне оцінювання. **3 год.**	Навчайся успішно. Важливі рішення для здоров'я, безпеки та добробуту. **4 год.**
Моя безпека	Безпека і небезпека. Дорожній рух та безпека. Я велосипедист. Особиста безпека в населеному пункті. Безпечна поведінка в побуті. **8 год.**	Безпека життєдіяльності. Безпека людини в природному середовищі. Безпека в техногенному середовищі. Твоя безпечна оселя. Безпека в соціальному середовищі. **8 год.**
Моє здоров'я	Я та моє здоров'я. Я підліток. Інфекційні та неінфекційні хвороби. Моє дозвілля. **8 год.**	Моє здоров'я і спосіб життя. Харчування та здоров'я. Профілактика соціально небезпечних хвороб. **7 год.**
Мій добробут	Особистий добробут. Добробут родини. Культура споживання. Моє майбутнє: мрії, планування та досягнення	Товари та послуги, що задовольняють потреби. Добробут та мої фінанси Доброчинність та волонтерство. **6 год.**

	мети. **6 год.**	
Я серед людей	Моє коло спілкування. Я в команді. **4 год.**	Спілкування і здоров'я. Конфлікти і здоров'я. **4 год.**
Узагальнення та систематизація вивченого	**2 год.**	**2 год.**
Підсумок	**2 год.**	**2 год.**

Зміст інтегрованого курсу структурований таким чином, щоб зберегти наступність і послідовність вивчення тем від 5 до 6 класу, врахувати

міжпредметні (з іншими предметами соціальної та здоров'язбережувальної галузі), міжгалузеві зв'язки (з природничою, громадянською та історичною, мовно-літературною, математичною, інформатичною, технологічною галузями). У кожній змістовій лінії виділені основні теми, які уточнюються підтемами. Обсяг, глибина й науковість їх розкриття, організація освітньої діяльності змінюються в кожному класі відповідно до зростаючих пізнавальних і психолого-вікових особливостей здобувачів освіти.

Розподіл годин у програмі є орієнтовним. За необхідності і виходячи з наявних умов навчально-методичного, матеріально-технічного забезпечення та потреб здобувачів освіти, учитель або автор навчальної літератури може самостійно змінювати обсяг годин, відведених програмою на вивчення окремого розділу, у тому числі змінювати порядок вивчення розділів, тем. Учитель може пропонувати власну тематику для обговорення, бесід, досліджень, проєктів, акцій, практичних і творчих завдань, зокрема й тих, що підлягають обов'язковому оцінюванню. Зміст програми бажано розкривати через навчальну-пізнавальну діяльність, через роботу з різними джерелами інформації, проєктно-дослідну діяльність. Перевагу необхідно віддавати інтерактивним, творчим багатоваріантивним формам/видам діяльності, що ґрунтуються на активній співпраці всіх учасників освітнього процесу, наприклад: роботі в групах, обговоренні, мозкових штурмах, розробці концептуальних карт, сюжетно-рольових іграх, екскурсіях, моделюванні розв'язання проблеми тощо. У рубриці «Види навчальної діяльності» вказано орієнтовний перелік видів навчальної діяльності, які сприяють формуванню ключових умінь і навичок щодо здоров'я, безпеки та добробуту.

Провідний принцип інтегрованого курсу – «навчання через дію». Щоб цього досягти на заняттях, необхідно:

- створити невимушену атмосферу спілкування, змінити роль учителя задля активізації самостійної діяльності здобувачів освіти;
- віддавати перевагу інтерактивним діяльнісним формам і методам навчання: дослідження, проєктування, моделювання, аналіз ситуацій, сюжетно-рольова гра, командна робота тощо;
- розвивати уміння працювати з інформацією (пошук, перевірка, аналіз, інтерпретація, переформатування, оцінювання, подання, зберігання тощо), зокрема на цифрових пристроях;
- використовувати навчання за технологією «проблемне навчання», «перевернутого класу», що передбачає самостійне опрацювання нового навчального матеріалу учнями і практичне його закріплення на заняттях;
- реалізовувати STEM-проєкти, які сприяють формуванню у здобувачів цілісного, системного світогляду та розвитку ключових компетентностей;

- проводити заняття на природі, вивчати правила та інструкції, використовуючи реальні об’єкти, артефакти, тренажери, симулятори тощо;
- сприяти розвитку творчості, ініціативності, підприємливості, відповідальності за власну справу та результат.

Оволодіння здобувачами освіти ключовими компетентностями буде більш результативним за умови підтримки з боку батьків чи опікунів, тісної співпраці з батьківською громадою та їх активної участі у формуванні й розвитку сприятливого здоров’язбережувального освітнього середовища. У зв’язку із цим актуальною є багаторівнева і багатокомпонентна співпраця педагогічного колективу, дорослих і батьківської громади на засадах партнерства.

Виконання деяких вправ навчальної діяльності спільно з дорослими вдома буде сприяти: підвищенню дорадчої ролі батьків і опікунів, розвитку відкритості та зворотного зв’язку між школою та родиною, підвищенню рівня здоров’язбережувальної компетентності членів сім’ї, переконанню щодо сучасності та якості системи освіти з інтегрованого курсу, підвищенню значимості громади в управлінні життя суспільства з питань здоров’я, безпеки та добробуту. У програмі види навчальної діяльності, які слід виконувати не лише у класі, а й удома з допомогою дорослих, позначено знаком «*».

ОСНОВНА ЧАСТИНА

Програма для 5 класу

Очікувані результати навчання[1]	Пропонований зміст навчального предмета / інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності
Вступ		
Пояснює, що таке здоров'я, безпека і добробут, яку роль вони відіграють у житті та стосунках людей. *Визначає* свої цінності. *Визначає, ідентифікує та обговорює* фізичні, психічні (у тому числі емоційні) і соціальні зміни, які відбуваються під час переходу в основну школу.	**Я і мої цінності.** Здоров'я, безпека і добробут як основні цінності життя. Зміни, які відбуваються під час переходу в основну школу.	*Створення:* хмари власних цінностей; асоціативних кущів слів, сенканів до понять «здоров'я», «безпека» і «небезпека», «добробут». *Обговорення та визначення* фізичних, психічних (у тому числі емоційних) і соціальних змін, які відбуваються під час переходу в основну школу. *Обговорення проблемних питань (орієнтовний зміст):* Як мій розвиток, життєвий успіх, майбутнє залежать від здоров'я, безпеки і добробуту? Чому кожному важливо дбати про здоров'я, безпеку і добробут? Чому важливо визначати свої цінності? *Проєктна діяльність:* «Моя карта цінностей та бажань».
Розділ 1. Вчусь вчитися		
Відстежує власний поступ і висловлює бажання пізнавати нове без шкоди для здоров'я. *Визначає* прагнення і потреби у сфері	**Комфортний освітній простір.** Правила безпеки в школі. Раціональна організація навчання та відпочинку. **Я вчусь ефективно.** Ефективні способи	*Організувати* зручне місце для навчання*. *Виконання* гімнастики для очей. *Дослідження та обговорення* раціональної організації розпорядку дня протягом тижня.

[1] З відповідною індексацією Державного стандарту базової середньої освіти для орієнтирів оцінювання.

власного особистісного розвитку та навчання. *Організовує* власний освітній простір, раціонально розподіляє час. *Визначає* ефективні способи засвоєння навчальної інформації. *Використовує* допоміжні засоби для навчання, зокрема цифрові пристрої, без шкоди для здоров'я. *Передбачає* вплив на власне здоров'я, безпеку, добробут та здоров'я, безпеку, добробут інших осіб неналежного використання цифрових пристроїв. *Аналізує* власний навчальний розвиток, вказуючи на причини успіхів та невдач. *Самостійно* створює та реалізовує короткострокові плани щодо досягнення успіху в навчанні. *Знаходить* інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту в різних джерелах і перевіряє її достовірність.	засвоєння навчальної інформації. Допоміжні засоби для навчання. Причини успіхів та невдач у навчанні. **Пошук інформації та її критичне оцінювання.** Інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту в різних джерелах та її достовірність. Безпека в цифровому середовищі.	*Складання* розпорядку дня *з* урахуванням раціонального розподілу часу*. *Знаходження* інформації в різних джерелах і перевірка її достовірності. *Виконання* тренувальних/розвивальних вправ для ефективного засвоєння навчальної інформації. *Відпрацювання* навичок активного слухання. *Аналіз* причин власних успіхів та невдач у навчанні*. *Розробка* пам'ятки або правил поведінки в інтернеті, користування допоміжними цифровими засобами для навчання. *Розробка* короткострокового плану щодо досягнення успіху в навчанні. *Проєктна діяльність:* «Сходинки успіху в навчанні».
Розділ 2. Моя безпека		
Обґрунтовує необхідність власної відповідальності за поведінку в побуті та громадських місцях. *Діє* відповідально за алгоритмом у небезпечних ситуаціях, використовуючи інформацію, що міститься в тексті інструкції. *Моделює* ситуацію надання першої долікарської допомоги в разі травматизму чи поганого самопочуття. *Здатний* викликати необхідні рятувальні	**Безпека і небезпека.** Безпечна життєдіяльність та її принципи. Формула особистої безпеки (передбачити-уникнути-діяти). **Дорожній рух та безпека.** Я пішохід та пасажир. ДТП та надання першої долікарської допомоги в разі травматизму. **Я велосипедист.** Безпека руху велосипедиста. ДТП та надання першої долікарської допомоги в разі травматизму. **Особиста безпека в населеному пункті.**	*Дослідження* рівня сформованості власних навичок учасника дорожнього руху. *Моделювання* ситуацій щодо: дотримання правил дорожнього руху пішоходом; безпечного поводження у громадському транспорті пасажира; дотримання правил дорожнього руху велосипедистом; надання самодопомоги та допомоги іншим особам при травмах.

служби, повідомляючи відповідно до ситуації необхідну інформацію. *Визначає* потенційні небезпеки навколишнього середовища для здоров'я і безпеки людини (дорожній рух). *Розпізнає* ймовірні небезпеки, побутового походження. *Моделює* послідовність дій у небезпечних ситуаціях, побутового походження. *Приймає* рішення щодо надання самодопомоги та допомоги іншим особам, звернення до інших осіб чи відповідних служб. *Звертається* до фахівців у небезпечних ситуаціях, наслідкам яких не може зарадити власними силами. *Виявляє* ризики неналежного поводження із тваринами (домашні, бездомні, дикі). *Поводиться* безпечно під час спілкування із тваринами.	Правила безпечної поведінки на вулиці, надворі. Правила поводження з домашніми та бездомними тваринами. Правила поведінки в громадських місцях. **Безпечна поведінка в побуті.** Правила користування побутовими приладами. Особиста безпека вдома.	*Моделювання* послідовності дій у небезпечних ситуаціях: в побуті*; при ДТП; у громадських місцях. *Розв'язання ситуаційних завдань з питань:* звернення до інших осіб, фахівців у небезпечних ситуаціях, наслідкам яких не може зарадити власними силами. *Розробка* пам'ятки або правил поведінки в громадських місцях, належного поводження з домашніми, бездомними тваринами. *Проєктна діяльність*:* «Мій безпечний населений пункт», «Мій безпечний двір», «Моя безпечна оселя», «Моя безпечна дорога до школи», «Безпечна школа», «Я велосипедист».
Розділ 3. Моє здоров'я		
Пояснює вибір власних альтернатив і рішень з огляду на вплив зовнішніх чинників. *Обґрунтовує* наслідки вибору альтернативного рішення щодо моделей поведінки, спрямованих на збереження здоров'я, добробуту та безпеки. *Приймає* індивідуальні темпи вікових змін в організмі як вияв норми. *Досліджує* та обговорює чинники, що впливають на стан здоров'я і розвиток організму, зокрема профілактичні заходи	**Я та моє здоров'я**. Складники здоров'я та їх взаємозв'язок. Чинники, які впливають на стан здоров'я. Здоровий спосіб життя. **Я підліток.** Фізичний розвиток та особиста гігієна. **Інфекційні та неінфекційні хвороби**. Поширення захворювань. Профілактичні заходи інфекційних захворювань. Допомога в разі погіршення стану здоров'я. **Моє дозвілля.** Дозвілля та способи його проведення. Активний відпочинок підлітків у різні пори року та правила безпеки. Добір	*Дослідження та обговорення* чинників, що впливають на стан здоров'я і розвиток організму, зокрема профілактичні заходи щодо інфекційних хвороб. *Аналіз та визначення* динаміки та причин вікових змін в організмі. *Дослідження:* рівня сформованості власних навичок здорового способу життя*; рівня рухової активності. *Виконання* вправ для формування правильної постави.

щодо інфекційних і неінфекційних захворювань. *Аналізує* негативний вплив недотримання правил/інструкцій безпечної поведінки на збереження життя і здоров'я. *Виявляє* зацікавлення до тривалої систематичної діяльності (хобі, спорт) та наполегливість у досягненні мети. *Визначає* форми поведінки, які приносять задоволення без нанесення шкоди власному здоров'ю і здоров'ю інших осіб. *Обґрунтовує* необхідність уникнення місць підвищеної небезпеки. *Розпізнає* приклади поведінки, дружньої до навколишнього середовища. *Обирає* продукти харчування, способи проведення дозвілля, відповідний одяг тощо, які приносять задоволення і користь для здоров'я, безпеки і добробуту. *Аналізує* вибір свій та інших осіб з урахуванням користі і задоволення (радості) для здорового, безпечного життя. *Моделює* ситуацію надання першої долікарської допомоги в разі травматизму чи поганого самопочуття. *Здатний* викликати необхідні рятувальні служби, повідомляючи відповідно до ситуації необхідну інформацію.	одягу відповідно погодним умовам та активному відпочинку. Харчування та питний режим під час активного відпочинку.	*Розрахунок* максимальної маси портфеля відповідно віковим нормам. *Розрахунок* витрат сім'ї під час інфекційної хвороби (грип, ОРВІ, COVID-19) на одного із членів родини*. *Моделювання ситуацій*: безпечної поведінки при різних видах активного відпочинку; надання першої долікарської допомоги, самодопомоги при травмах чи поганому самопочутті; виклику необхідних рятувальних служб. *Розробка правил* поведінки під час активного відпочинку: в парку, на природі в інших місцях. *Розв'язання ситуаційних завдань з питань:* уникнення місць підвищеної небезпеки під час активного відпочинку; добору одягу відповідно погодним умовам та виду активного відпочинку; проявів поведінки, дружньої до навколишнього середовища. *Створення* плаката, флаєра, листівки «Я обираю здоровий спосіб життя». *Проєктна діяльність:* «Моє дозвілля та здоров'я», «Мій найкращий відпочинок».
Розділ 4. Мій добробут		
Визначає свої потреби, бажання, інтереси та цілі. *Виявляє* ризики невідповідності власних потреб і можливостей.	**Особистий добробут.** Потреби, бажання інтереси та цілі підлітка. Ресурси та можливості для задоволення власних потреб. Невідповідності власних потреб і	*Створення:* хмари власних потреб; хмари ознак доброчинності. *Порівняння* та визначення невідповідностей

Моделює кроки задоволення власних потреб з урахуванням можливостей своїх та інших осіб. *Аналізує* взаємозв'язок між потребами людини та обмеженістю ресурсів. *Вирізняє* ознаки доброчинності. *Обґрунтовує* обмеженість ресурсів (зокрема, часу, здоров'я, фінансів). *Оперує* основними економічними поняттями (гроші, зайнятість, підприємництво тощо). *Розуміє* вагу докладених зусиль дорослих для отримання доходів. *Визначає* потребу ощадливого використання ресурсів і повторної переробки вторинної сировини. *Відбирає* ресурси для повторної переробки. *Доводить*, що здоров'я, безпека і добробут є підґрунтям успішного майбутнього. *Виявляє* зацікавлення до тривалої систематичної діяльності (хобі, спорт, мистецтво, навчання тощо) та наполегливість у досягненні мети. *Розуміє* перспективність своєї діяльності для успішного майбутнього. *Визначає* цілі власної діяльності і стратегії їх досягнення.	можливостей. **Добробут родини.** Сімейний бюджет: співвідношення доходів та витрат. Фінансові ресурси родини та їх ощадливе використання. Доброчинність. **Культура споживання.** Взаємозв'язок між потребами людини та обмеженістю ресурсів. Ощадливе використання ресурсів. Повторна переробка вторинної сировини. **Моє майбутнє: мрії, планування та досягнення мети.**	власних потреб, бажань і можливостей. *Моделювання* кроків задоволення власних потреб з урахуванням можливостей своїх та інших осіб. *Дослідження* споживання електроенергії, води родиною та визначення шляхів їх економії*. *Планування* витрат на родинне свято*. *Створення* листівки, флаєра, плаката «Споживаймо розумно». *Проєктна діяльність:* «Друге життя речей», «Я еколюдина», «Моя карта бажань», «Від мрії до дії», «Корисні екосправи для громади».
Розділ 5. Я серед людей		
Пояснює вплив спілкування на складники здоров'я, безпеки і добробуту. *Застосовує* вербальні і невербальні засоби спілкування для конструктивної	**Моє коло спілкування.** Спілкування та здоров'я. Вербальне та невербальне спілкування. Спілкування з дорослими та взаємоповага в родині. Родинні цінності.	*Аналіз та визначення* впливу спілкування на здоров'я, безпеку і добробут. *Створення сюжетно-рольових ситуацій щодо* конструктивної комунікації із

комунікації. *Розрізняє* складники особистого простору (інтимний, соціальний, публічний), поважає свій і чужий особистий простір під час спілкування. *Виявляє* чуйність до осіб, які потребують допомоги. *Прогнозує* ризики комунікації у віртуальному середовищі. *Виокремлює* інформацію та обговорює ситуації булінгу, зокрема кібербулінгу. *Протидіє* проявам тиску, агресії, маніпуляції і неповаги щодо себе та інших осіб. *Розробляє* стратегію подолання булінгу, визначає джерела допомоги жертвам булінгу, *звертається* за допомогою до інших осіб. *Бере* участь у груповій роботі, враховуючи індивідуальні особливості і потреби. *Розуміє* взаємовплив емоційного стану, переконань, поведінки всіх учасників спільної діяльності. *Виконує* різні ролі в груповій роботі. *Встановлює* нові контакти та ефективно співпрацює для досягнення результату.	Спілкування з однолітками. Конструктивне спілкування. Протидія проявам тиску, агресії, маніпуляції і неповаги щодо себе та інших осіб. **Я в команді.** Спільна діяльність у групі для досягнення результату.	застосуванням вербальних і невербальних засобів; з дотриманням поваги до свого і чужого особистого простору під час спілкування. *Розв'язання ситуаційних завдань із питань:* визначення джерела допомоги жертвам булінгу; звернення за допомогою до інших для розв'язання проблем щодо спілкування, проявів тиску, агресії і неповаги; прогнозування ризиків комунікації у віртуальному середовищі. *Моделювання* ситуацій щодо розроблення стратегії подолання булінгу серед однолітків*. *Виконання вправ:* емоційного налаштування на командну роботу; командної згуртованості. *Проєктна діяльність/акція* «Твори добро».

Програма для 6 класу

Очікувані результати навчання[2]	**Пропонований зміст навчального предмета / інтегрованого курсу**	**Види навчальної діяльності**
Вступ		
Визначає свої потреби, бажання, інтереси та цілі. *Аналізує і визначає* різні аспекти способу життя, що приносять користь і задоволення (радість) для повноцінного життя. *Виявляє* зацікавлення до тривалої систематичної діяльності (хобі, спорт, мистецтво, навчання тощо) та наполегливість у досягненні мети.	**Мої мрії та плани.** Здоров'я, безпека та добробут людини**.** Життєві цілі. Кроки до їх досягнення.	*Створення* хмари власних інтересів. *Обговорення та визначення* життєвих цілей. *Обговорення проблемних питань (орієнтовний зміст):* Порівняння цінностей, потреб та цілей. Що змінилося за рік? Як досягнення цілей залежить від здоров'я, безпеки і добробуту? Чому важливо визначати коло інтересів та цілей у житті на певний період? *Проєктна діяльність:* «Ким я хочу бути».
Розділ 1. Вчусь вчитися		
Виявляє зацікавлення до тривалої систематичної діяльності у навчанні та наполегливість у досягненні мети. *Аналізує* власний навчальний розвиток, вказуючи на причини успіхів та невдач. *Визначає* прагнення і потреби у сфері навчання. *Самостійно створює та реалізовує* короткострокові плани щодо досягнення успіху, зокрема в навчанні. *Оцінює* надійність різних джерел	**Навчайся успішно.** Прагнення, потреби бажання, інтереси та цілі у навчанні. Вплив навчання на розвиток та добробут людини. **Важливі рішення для здоров'я, безпеки та добробуту.** Критичне ставлення до інформації та прийняття рішень. Алгоритм прийняття зважених рішень. Оцінка інформації (засоби масової інформації, реклама, соціальні мережі тощо) для прийняття рішення щодо вибору	*Обговорення проблемних питань (орієнтовний зміст):* Як навчання впливає на рівень добробуту людини? Які чинники впливають на прийняття рішень? *Дослідження та обговорення:* причини успіхів та невдач у навчанні; інформації засобів масової інформації, реклами , соціальні мережі для прийняття рішення щодо вибору повсякденної

[2] З відповідною індексацією Державного стандарту базової середньої освіти для орієнтирів оцінювання.

інформації. *Пояснює* наслідки недотримання здорового способу життя на основі інформації, що міститься в різних текстах. *Використовує* перевірену інформацію для прийняття рішення щодо вибору повсякденної поведінки на користь здоров'я, безпеки та добробуту. *Передбачає* вплив на власне здоров'я, безпеку, добробут та здоров'я, безпеку, добробут інших осіб неналежного використання цифрових пристроїв. *Протидіє* проявам маніпуляції.	повсякденної поведінки на користь здоров'я, безпеки та добробуту.	поведінки на користь здоров'я, безпеки та добробуту. *Розробка* короткострокового плану для досягнення успіхів у навчанні. *Виконання* тренувальних вправ для розвитку навичок критичного оцінювання інформації. *Моделювання* ситуацій за алгоритмом прийняття зважених рішень. *Створення рекламних проспектів*, які мотивують обирати поведінку на користь здоров'я, безпеки та добробуту. *Проєктна діяльність:* «Увага – реклама!»
Розділ 2. Моя безпека		
Демонструє модель безпечної поведінки згідно з інструкціями і правилами в соціальному і природному середовищі. *Моделює* послідовність дій у небезпечних ситуаціях природного, техногенного, соціального і побутового походження. *Діє за алгоритмом* у небезпечних ситуаціях, використовуючи інформацію, що міститься в тексті інструкції. *Моделює* ситуацію надання першої долікарської допомоги в разі травматизму чи поганого самопочуття. *Здатний* викликати необхідні рятувальні служби, повідомляючи відповідно до ситуації необхідну інформацію. *Визначає* потенційні небезпеки навколишнього середовища для здоров'я і безпеки людини (забруднення, хімічні	**Безпека життєдіяльності.** Види небезпек (природна, техногенна, соціальна). Причини і наслідки небезпечних ситуацій. Екстремальні і надзвичайні ситуації. Рятувальні служби. **Безпека людини у природному середовищі.** Небезпечні природні явища, стихійні лиха. Активний відпочинок на природі і безпека. Ризики неналежного поводження з дикими тваринами. Надання першої долікарської допомоги у природних умовах. **Безпека в техногенному середовищі.** Пожежна безпека. Причини виникнення пожеж та їх профілактика. Дії в разі виникнення пожежі.	*Складання мапи думок* «Види небезпек, їх причини та наслідки», «Безпечна оселя». *Моделювання* послідовності дій у небезпечних ситуаціях природного, техногенного, соціального походження. *Розв'язання ситуаційних завдань* із питань прийняття рішення щодо надання самодопомоги та допомоги іншим особам, звернення до інших осіб чи відповідних служб. *Моделювання ситуацій*: звернення до фахівців у небезпечних ситуаціях, наслідкам яких не можна зарадити власними силами; евакуації із приміщення, де розпочалась пожежа, згідно з інструкціями і правилами; звернення до рятувальних служб; надання першої долікарської допомоги

речовини, ультрафіолетове випромінювання тощо). *Розпізнає* імовірні небезпеки природного, техногенного, соціального характеру і побутового походження. *Вирізняє* речовини, які становлять загрозу в разі неналежного використання. *Прогнозує* наслідки своїх дій у непередбачуваних і надзвичайних ситуаціях, апелюючи до набутих знань та достовірної інформації. *Бережливо ставиться* до власного майна та майна інших осіб, обґрунтовує недоторканність чужого майна. *Приймає* рішення щодо надання самодопомоги та допомоги іншим особам, звернення до інших осіб чи відповідних служб. *Звертається* до фахівців у небезпечних ситуаціях, наслідкам яких не може зарадити власними силами. *Поводиться безпечно* під час спілкування, зокрема з тваринами.	Вплив техногенного середовища на довкілля. **Твоя безпечна оселя.** Побутові прилади і безпека. Побутова хімія / засоби побутової хімії, її/їх безпечне зберігання та використання. **Безпека в соціальному середовищі.** Громадські місця і безпека. Захист від кримінальних небезпек. Безпека в інтернеті. Ризики комунікації у віртуальному середовищі.	постраждалим. *Відпрацювання алгоритму* безпечної поведінки в громадських місцях, у місцях великого скупчення людей. *Відпрацювання навичок:* відмови від розваг у небезпечних місцях; безпечної комунікації у віртуальному середовищі*. *Розробка пам'ятки / правил* користування засобами побутової хімії*.
Розділ 3. Моє здоров'я		
Пояснює вибір власних альтернатив і рішень з огляду на вплив зовнішніх чинників. *Обґрунтовує* наслідки вибору альтернативного рішення щодо моделей поведінки, спрямованих на збереження здоров'я, добробуту та безпеки. *Визначає* причини вікових змін в організмі,	**Моє здоров'я і спосіб життя.** Особливості розвитку підлітків. Самооцінка. Корисні та шкідливі звички. Вплив психоактивних речовин на здоров'я підлітків. Моделі безпечної поведінки. **Харчування та здоров'я.** Особливості харчування підлітків. Перша допомога у разі харчових отруєнь.	*Створення* хмар / асоціативних кущів слів корисних та шкідливих звичок. *Дослідження та обговорення* чинників, що впливають на стан здоров'я і розвиток підлітка. *Дослідження* динаміки рівня сформованості власних харчових звичок та навичок здорового способу життя*.

зокрема в період статевого дозрівання. *Досліджує* та обговорює чинники, що впливають на стан здоров'я і розвиток організму, зокрема профілактичні заходи щодо інфекційних і неінфекційних захворювань. *Аналізує негативний вплив* недотримання правил/інструкцій безпечної поведінки на збереження життя і здоров'я. *Аналізує причини* вибору нездорової поведінки. *Визначає* форми поведінки, які приносять задоволення без нанесення шкоди власному здоров'ю і здоров'ю інших осіб. *Обирає* продукти харчування, які приносять задоволення і користь для здоров'я, безпеки і добробуту. *Аналізує вибір* свій та інших осіб з урахуванням користі і задоволення (радості) для здорового, безпечного життя. *Вміє* обирати продукти і товари за показниками якості, строків придатності, складу. *Моделює* ситуацію надання першої долікарської допомоги в разі поганого самопочуття. *Здатний* викликати необхідні рятувальні служби, повідомляючи відповідно до ситуації необхідну інформацію. *Протидіє* проявам тиску, агресії і неповаги щодо себе та інших осіб. *Виявляє* чуйність до осіб, які потребують допомоги.	**Профілактика соціально небезпечних хвороб.**	*Дослідження* «Що впливає на вибір продуктів харчування?» *Дослідження* власної самооцінки. *Обговорення проблемних питань (орієнтовний зміст):* Як сформувати корисні звички? Як підвищити самооцінку? Скільки пити води підлітку? Як недотримання правил/інструкцій безпечної поведінки може вплинути на збереження життя і здоров'я? Як кращі обирати продукти харчування: за рекламою чи користю? Як виявити чуйність до осіб, які потребують допомоги через стан здоров'я? *Знаходження* статистичної інформації про розповсюдження в місцевості проживання соціально небезпечних хвороб та їх профілактику*. *Створення плану:* формування корисної звички (чи відмови від шкідливої звички; адекватної самооцінки. *Виконання тренувальних вправ:* вибір продуктів і товарів за показниками якості, строків придатності, складу. *Моделювання ситуацій:* щодо надання першої долікарської допомоги, самодопомоги в разі харчових отруєнь; виклику необхідних рятувальних служб, повідомляючи відповідно до ситуації необхідну інформацію.

		Розв'язання ситуаційних завдань з питань: аналіз причини вибору нездорової поведінки; визначення форм поведінки, які приносять задоволення без нанесення шкоди власному здоров'ю і здоров'ю інших осіб; аналіз свого або інших осіб вибору з урахуванням користі і задоволення (радості) для здорового, безпечного життя. *Створення сюжетно-рольових ситуацій:* щодо ефективної відмови вживання психоактивних речовин; щодо відстоювання особистих інтересів, протидії проявам тиску, агресії і неповаги до себе та інших. *Проєктна діяльність*:* «Мій здоровий сніданок», «Здоровий ланчбокс».
Розділ 4. Мій добробут		
Самостійно створює та реалізовує короткострокові плани щодо досягнення успіху. *Моделює* кроки задоволення власних потреб з урахуванням можливостей своїх та інших осіб. *Вміє* обирати товари за показниками якості, складу. *Правильно* інтерпретує інформацію, наведену на маркувальних знаках, упаковках для безпечного і раціонального використання промислових продуктів. *Обґрунтовує* обмеженість фінансових ресурсів. *Доводить*, що здоров'я, безпека і добробут	**Товари та послуги, що задовольняють потреби.** Якість товарів та їх безпечність для споживача. Вибір товарів для задоволення власних потреб. **Добробут та мої фінанси.** Доходи та витрати підлітків. «Кишенькові гроші». Сімейне підприємництво. Планування власного бюджету. **Доброчинність та волонтерство.** Доброчинність та волонтерський рух в Україні.	*Дослідження* власних доходів та витрат і пошук шляхів заощадження. *Планування* поставленої цілі із *складанням* бюджету на її досягнення. *Моделювання кроків*/алгоритму вибору промислових товарів для задоволення власних потреб та інших осіб. *Складання* переліку доступних доброчинних справ. *Дослідження* волонтерського руху в Україні. *Обговорення проблемних питань:* Хто може стати підприємцем і які якості

є підґрунтям успішного майбутнього. *Розуміє* перспективність своєї діяльності для успішного майбутнього. *Визначає* цілі власної діяльності і стратегії їх досягнення. *Виявляє* ризики невідповідності власних потреб і можливостей. *Оперує* основними економічними поняттями (гроші, зайнятість, підприємництво тощо). *Розрізняє та зазначає* законні джерела доходів для свого віку. *Уміє* раціонально розпоряджатися власними грошима. *Вирізняє* ознаки доброчинності. *Пояснює* значення волонтерства.		для цього потрібні? Чому необхідно навчатися, якщо хочеш бути підприємцем? Чи може підліток бути волонтером? Що для цього потрібно? Волонтерство: що я можу зробити в учнівській/місцевій громаді? Які риси притаманні доброчинцям? Де взяти кошти на доброчинність? *Моделювання ситуацій* прояву доброчинності або волонтерської діяльності.
Розділ 5. Я серед людей		
Пояснює вплив спілкування на складники здоров'я, безпеки і добробуту. *Розробляє* стратегію подолання булінгу, визначає джерела допомоги жертвам булінгу, *звертається* за допомогою до інших осіб. *Ідентифікує* причини та наслідки виникнення конфліктів у різних ситуаціях. *Моделює* ситуацію з конструктивним залагодженням конфліктів. *Розрізняє* ситуації, коли силу переконання використали з позитивними чи негативними намірами. *Встановлює* нові контакти та ефективно співпрацює для досягнення результату, використовує різні засоби зв'язку.	**Спілкування і здоров'я.** Засоби зв'язку і навички спілкування. Стосунки з однолітками. Підліткові компанії. Протидія проявам тиску, агресії, булінгу і неповаги щодо себе та інших осіб. **Конфлікти і здоров'я.** Види і способи їх розв'язання. Конструктивне розв'язування конфліктів.	*Обговорення проблемних питань (орієнтовний зміст):* Як побудувати дружні стосунки з однолітками? Як встановити нові контакти для ефективної співпраці та досягнення результату в навчанні, реалізації проєкту тощо? Як використовувати різні засоби зв'язку? *Виконання тренувальних вправ* для розвитку навичок спілкування різними засобами зв'язку. *Розв'язання ситуаційних завдань:* щодо встановлення нових контактів та ефективної співпраці для досягнення результату. *Моделювання* ситуацій щодо розв'язання конфліктів різними способами. *Створення сюжетно-рольових ситуацій*

		щодо протидії проявам тиску, агресії, булінгу і неповаги щодо себе та інших осіб в підлітковому середовищі. *Розроблення* стратегії подолання булінгу з визначенням джерел допомоги жертвам булінгу. *Проєктна діяльність:* STEM-проєкт «Моя корисна справа».

ПРИКІНЦЕВА ЧАСТИНА

Використані джерела:

1. Держаний стандарт базової середньої освіти (постанова Кабінету Міністрів України від 30 вересня 2020 р. № 898).
2. Державний стандарт початкової загальної освіти (постанова Кабінету Міністрів України від 21 лютого 2018 р. № 87).
3. Концепція реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року (розпорядження Кабінету Міністрів України від 14 грудня 2016 р. № 988-р.)
4. Концепція розвитку природничо-математичної освіти (STEM-освіти) (розпорядження Кабінету Міністрів України від 30 вересня 2020 р. № 898).
5. Типова освітня програма для 5-9 класів закладів загальної середньої освіти (наказ Міністерства освіти і науки України від 19 лютого 2021 р. № 235).
6. Методичні рекомендації для розроблення модельних навчальних програм (лист Міністерства освіти і науки України від 24.03.2021 № 4.5/637-21)