

Міністерство освіти і науки України

Модельна навчальна програма

«Здоров'я, безпека та добробут. 7-9 класи (інтегрований курс)»
для закладів загальної середньої освіти

(авт. Гущина Н. І., Василяшко І. П.)

«Рекомендовано Міністерством освіти і науки України»

(наказ Міністерства освіти і науки України від 16 серпня 2023 року № 1001)

ВСТУПНА ЧАСТИНА

Модельна навчальна програма «Здоров'я, безпека та добробут». 7-9 класи (інтегрований курс)» (далі МНП) 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 МНП 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, свідомого вибору подальшого життєвого шляху та самореалізації, дбає про безпеку, виявляє підприємливість та професійну зорієнтованість для забезпечення власного і суспільного добробуту, шанобливо ставиться до національних та культурних цінностей українського народу.

Для реалізації означеної мети МНП були виокремлені такі *завдання*:

- формування активної громадянської позиції, патріотизму, поваги до культурних цінностей українського народу;
- виховання дбайливого та усвідомленого ставлення до особистого здоров'я, безпеки, добробуту;
- 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 свідомому вибору подальшого життєвого шляху та самореалізації;
- становлення поведінки свідомого споживача, яка відповідає цілям сталого розвитку.

Реалізація мети та завдань МНП базується на ціннісних орієнтирах, визначених у державному стандарті, а саме:

- повазі до особистості учнів та учениць і визнання пріоритету їхніх інтересів, досвіду, власного вибору, прагнень;
- підтримці пізнавального інтересу та наполегливості;
- становленні вільної особистості, підтримці її самостійності, підприємливості та ініціативності;

- формуванні культури здорового способу життя учнів та учениць, створенні умов для забезпечення їхнього гармонійного фізичного та психічного розвитку, добробуту;
- створенні комфортного освітнього середовища, у якому забезпечено атмосферу довіри, взаємоповаги і взаємодопомоги, поваги до прав і свобод людини, сприйняття учнівством загальнолюдських цінностей;
- формуванні активної громадянської позиції, патріотизму, поваги до культурних цінностей українського народу, державної мови;
- плеканні в учнів любові до рідного краю, відповідального ставлення до довкілля.

Програма є логічним продовженням МНП «Здоров'я, безпека та добробут». 5–6 класи (інтегрований курс)» для закладів загальної середньої освіти (авт. Гущина Н., Василяшко І.). Враховуючи лінійно-концентричну побудову програми, зміст понять поступово розширюється і доповнюється, а питання, що розглядалися у 5–6 класах, детальніше вивчаються й у 7–9 класах. Наступність модельних програм адаптаційного (5–6 класи) та базового предметного навчання (7–9 класи) циклів базової середньої освіти дає змогу враховувати вікові та індивідуальні особливості розвитку і потреби учнівства, а також просуватися індивідуальними освітніми траєкторіями. 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 гарантуватиме 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.

В основу побудови МНП покладено сучасне уявлення про цілісність здоров'я та феномен життя, актуальні норми безпеки життєдіяльності, розуміння добробуту як якості життя.

Змістова структура курсу для періоду базового предметного навчання представлена у таблиці.

Таблиця

Змістова лінія	7 клас	8 клас	9 клас
Вступ	Я — патріот	Життєве самовизначення	Життя як феномен
Безпека	Безпека життєдіяльності. Безпека в населеному пункті. Безпека в побуті. Безпека на дорозі. Безпека в соціальному середовищі.	Національна безпека України. Безпека в населеному пункті. Безпека на дорозі. Соціальна безпека.	Сучасний комплекс проблем безпеки. Глобальні проблеми людства та їхній вплив на здоров'я, безпеку, добробут. Реалізація принципів сталого розвитку в Україні.
Здоров'я	Цілісність здоров'я і вибір способу життя. Ти дорослішаєш. Зрілість та її ознаки. Профілактика інфекційних і неінфекційних захворювань, що набули соціального значення. Протидія залученню до вживання наркотиків.	Здоров'я і вибір способу життя. Оздоровчі системи. Здорове харчування. Безпека харчування. На порозі зрілості. Становлення особистості. Профілактика ризиків репродуктивного здоров'я.	Здоровий спосіб життя задля активного довголіття. Детермінанти здоров'я. Моніторинг здоров'я. На порозі дорослого життя. Самореалізація, самопізнання і формування особистості. Репродуктивне і сексуальне здоров'я.
Добробут	Вчимося вчитися. Робота з інформацією. Планування навчальних цілей та їх реалізація. Емоційний добробут. Культура споживання. Як розпоряджатися грошима. Я — критичний споживач товарів та фінансових послуг. Доброчинність та її ознаки.	Стратегії ефективного навчання. Самооцінка підлітка. Діємо разом. Планування майбутнього. Екологічний спосіб життя. Фінансове здоров'я і грамотність. Роль меценатства для розбудови українського суспільства.	Самоорганізація для навчального прогресу. Формування міжособистісних стосунків. Поняття та цілі сталого розвитку. Самовизначення та вибір професії. Соціальні та економічні можливості й виклики сучасного суспільства.

Зміст інтегрованого курсу структурований таким чином, щоб зберегти наступність і послідовність вивчення тем від 7 до 9 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. Реалізація наскрізних проєктів змістових ліній («Щит безпеки», «Я обираю здоровий спосіб життя», «Робимо добрі справи разом») сприятиме формуванню у здобувачів освіти цілісного бачення картини взаємозалежності здоров'я, безпеки та добробуту.

Модельна навчальна програма для 7–9 класів розрахована на кількість годин, рекомендовану Типовою освітньою програмою для 5–9 класів закладів загальної середньої освіти. Програма може бути реалізована за 1–2 навчальні години на тиждень, відповідно до робочого навчального плану закладу освіти. Учитель або автор навчальної літератури може самостійно визначати обсяг годин на вивчення окремого розділу або теми, змінювати порядок їх вивчення, виходячи з наявних умов навчально-методичного, матеріально-технічного забезпечення та потреб здобувачів освіти, а також необхідності своєчасного реагування на особливі умови, у яких відбувається освітній процес у конкретному закладі освіти, зокрема, що пов'язані із необхідністю запобігання та подоланням воєнних ризиків, захистом життя і здоров'я в зоні бойових дій, на окупованих і деокупованих територіях. Учитель може пропонувати власну тематику для обговорення, бесід, досліджень, проєктів, акцій, практичних і творчих завдань, зокрема й тих, що підлягають обов'язковому оцінюванню. Зміст тем МНП бажано розкривати через навчально-пізнавальну діяльність, через роботу з різними джерелами інформації, проєктно-дослідну діяльність. Пошук, порівняння різних джерел інформації, використання нормативно-правових документів щодо безпеки, здоров'я та добробуту сприятимуть зменшенню ризиків під час прийняття рішень та спонукатимуть діяти відповідально. Перевагу необхідно віддавати інтерактивним, творчим багатоваріативним формам / видам діяльності, що ґрунтуються на активній співпраці всіх учасників освітнього процесу, наприклад: роботі в групах, обговоренню, мозковим штурмам, розробці концептуальних карт, сюжетно-рольовим іграм, екскурсіям, моделюванню розв'язання проблеми тощо. Для посилення практичної значущості інтегрованого курсу, для розвитку інженерного, дизайнерського мислення, творчого потенціалу учнівства бажано використовувати STEM-

підходи, що сприятиме професійному самовизначенню та розвитку компетентностей для ефективного подолання викликів сучасності. У рубриці «Види навчальної діяльності» вказано орієнтовний перелік видів навчальної діяльності, які сприяють формуванню ключових умінь і навичок щодо здоров'я, безпеки та добробуту.

Провідним методичним підходом до організації освітнього процесу є «навчання через дію», який передбачає:

- невимушену атмосферу спілкування, активізацію самостійної діяльності здобувачів освіти;
- перевагу інтерактивних діяльнісних форм і методів навчання: дослідження, проєктування, моделювання, аналіз ситуацій, сюжетно-рольова гра, командна робота тощо;
- розвиток уміння працювати з інформацією (пошук, перевірка, аналіз, інтерпретація, переформатування, оцінювання, подання, зберігання тощо), зокрема на цифрових пристроях;
- навчання за технологією «проблемне навчання», «перевернутого класу», що передбачає самостійне опрацювання нового навчального матеріалу учнями / ученицями і практичне його закріплення на заняттях;
- реалізацію STEM-проєктів, які сприяють формуванню у здобувачів цілісного, системного світогляду та розвитку ключових компетентностей;
- заняття на природі, вивчення правил та інструкцій, використовуючи реальні об'єкти, артефакти, тренажери, симулятори тощо;
- розвиток 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 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 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 життям суспільства з питань здоров'я, безпеки та добробуту. У МНП види навчальної діяльності, які слід виконувати не лише у класі, а й удома з допомогою дорослих, позначено знаком «*».

Програма для 7 класу

Очікувані результати навчання ¹	Пропонований зміст навчального предмета / інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності
<p>Вступ.</p> <p><i>Демонструє</i> свідоме використання етичних норм, враховуючи загальнолюдські цінності та громадянина України зокрема;</p> <p><i>усвідомлює</i>, що створення цінності (безпеки, здоров'я і добробуту) має ґрунтуватися на засадах соціальної справедливості;</p> <p><i>свідомо обирає</i> модель безпечної поведінки відповідно до суспільних та особистих цінностей і у разі потреби звертається по допомогу до дорослих;</p> <p><i>критично оцінює</i> інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту з різних джерел, у тому числі цифрових;</p> <p><i>діє</i> ефективно та самостійно, виявляючи наполегливість у досягненні цілей для реалізації своїх потреб, бажань та інтересів у законний спосіб;</p> <p><i>співпрацює</i> з іншими особами для здобуття підтримки, досягнення результату діяльності, спрямованої на збереження безпеки, здоров'я і добробуту;</p> <p><i>дотримується</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> — норм етики та моралі під час прийняття рішень щодо безпеки, здоров'я та добробуту; 	<p>Я — патріот.</p> <p>Цінності громадянина України. Відповідальне ставлення до безпеки, здоров'я, добробуту власних та інших осіб.</p>	<p><i>Створення:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — хмари цінностей громадянина України; — інтелект-карти «Я — патріот». <p><i>Обговорення та визначення:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — якостей людини, яка є патріотом своєї держави; — поняття «соціальна справедливість». <p><i>Моделювання життєвих ситуацій:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — досягнення цілей для реалізації своїх потреб, бажань та інтересів у законний спосіб; — прийняття рішень з користю для безпеки у воєнний час; — прийняття рішень з користю для здоров'я та добробуту відповідно до норм етики та моралі; — дотримання правил міжособистісного спілкування та поваги до права співрозмовника на особистий простір. <p><i>Розробка</i> власних правил комфортного співіснування в соціальному середовищі.</p> <p><i>Моделювання ситуацій прийняття рішень під час</i> проявів дискримінації, подолання стереотипів, когнітивних викривлень, ідеалізації.</p>

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

<p>— правил міжособистісного спілкування, поважаючи право співрозмовника на особистий простір; — правил комфортного співіснування, розробляє на їх основі власні; <i>виокремлює</i> прояви дискримінації, виникнення стереотипів, когнітивних викривлень, ідеалізації; <i>етично поводить</i>ся з живою природою.</p>		
<p>Розділ 1. Безпека</p>		
<p><i>Демонструє</i> модель безпечної поведінки відповідно до суспільних та особистих цінностей у соціальному та природному середовищі; <i>складає</i> алгоритм дій у небезпечних ситуаціях на основі знань і власного досвіду; <i>користується</i> попередженнями та інструкціями про безпеку; <i>ідентифікує</i> способи можливості надання долікарської допомоги та звертається до необхідних служб відповідно до ситуації; <i>досліджує та оцінює</i> рівень ризиків у навколишньому середовищі для особистого здоров'я і безпеки, передбачає способи уникнення або зменшення виявлених небезпек; <i>оцінює</i> ймовірність ризику виникнення небезпечної ситуації внаслідок власної діяльності; <i>обґрунтовує</i> рівень ризику неналежного використання речовин, що можуть становити безпеку (ліки, побутова хімія тощо);</p>	<p>Безпека життєдіяльності. Навички безпечної поведінки відповідно до суспільних та особистих цінностей. Види ризиків у навколишньому середовищі. Ризики воєнного часу. Безпека в населеному пункті. Пожежна безпека в громадських місцях. Правила евакуації. Правила поведінки в населеному пункті у воєнний час для зменшення небезпек. Попередження ризиків від вибухонебезпечних предметів. Самопомога і долікарська допомога у стресових ситуаціях, при травмах. Безпека в побуті. Безпечне користування засобами побутової хімії для будівництва, господарства. Правила безпеки при користуванні побутовими приладами. Заходи забезпечення пожежної безпеки в побуті. Безпека на дорозі. Правила безпечної поведінки під час подорожей різними транспортними засобами. Безпека пасажира легкового та вантажного автомобіля.</p>	<p><i>Створення інтелект-карти</i> «Безпечне середовище» <i>Обговорення:</i> — впливу джерел інформації на безпечну поведінку; — наслідків для здоров'я, добробуту інтернет, комп'ютерної, ігрової залежностей. <i>Дослідження</i> рівня сформованості власних навичок безпечної життєдіяльності, зокрема у воєнний час. <i>Дослідження та оцінка</i> рівня ризиків у навколишньому середовищі для особистого здоров'я і безпеки в різних життєвих ситуаціях. <i>Самооцінювання</i> (через чек-лист, інтерактивні вправи) сформованості вмій: — пожежної безпеки; — евакуації з території небезпеки природного, техногенного, соціального характеру і побутового походження; — безпечної поведінки у воєнний час, зокрема, поводження з вибухонебезпечними предметами.</p>

<p><i>розрізняє</i> прийнятні чи неприйнятні ризики в небезпечних ситуаціях природного, техногенного, соціального характеру і побутового походження;</p> <p><i>визначає</i> наслідки соціальних впливів на прийняття рішення щодо власного здоров'я, безпеки, добробуту та здоров'я, безпеки, добробуту інших осіб (реклама, вплив інших осіб, медійна інформація тощо);</p> <p><i>вибирає</i> доцільні (ефективні) стратегії прийняття рішень з користю для власної безпеки і безпеки інших осіб, здоров'я та добробуту;</p> <p><i>приймає</i> обґрунтовані рішення щодо можливостей використання та відновлення власних життєвих ресурсів;</p> <p><i>діє</i> за стандартними моделями у разі виникнення небезпеки певного характеру;</p> <p><i>керує</i> власною поведінкою для збереження здоров'я та добробуту (власних та інших осіб);</p> <p><i>активно шукає, порівнює і зіставляє</i> різні джерела інформації, які допомагають зменшити ризики під час прийняття рішень щодо власного здоров'я і добробуту;</p> <p><i>унікає</i> небезпечного / шкідливого контенту.</p>	<p>Як захиститися при зіткненні транспортних засобів, дії свідка ДТП.</p> <p>Безпека в соціальному середовищі.</p> <p>Уплив соціального оточення на формування навичок безпеки для життя, здоров'я та добробуту. Держава на захисті прав дитини.</p> <p>Уплив найближчого оточення підлітка.</p> <p>Уплив джерел інформації на безпечну поведінку. Комп'ютерна, ігрова та інтернет-залежність.</p>	<p><i>Моделювання ситуацій</i>, що передбачають способи уникнення або зменшення виявлених небезпек для життя і здоров'я.</p> <p><i>*Моделювання послідовності дій на основі знань і власного досвіду:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — у небезпечних ситуаціях, що можуть статися у громадських місцях, побуті, громадському транспорті, при ДТП; — під час виявлення вибухонебезпечних предметів, якщо опинилися на замінованій території або стали свідком інциденту. <p><i>*Відпрацювання:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — умінь аналізувати ризики; — алгоритму дій при сигналах оповіщення населення: «Увага всім!», «Повітряна тривога», «Хімічна небезпека»; — навичок користування побутовими приладами (газові балони та колонки, пічне опалення, генератори тощо) на вибір. <p><i>Розв'язання ситуаційних завдань із питань:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — користування системами попередження про небезпеку, зокрема, цифровими; — як знайти та скористатися інструкціями про небезпеку; — звернення до інших осіб, фахівців у небезпечних ситуаціях, наслідкам яких не може зарадити власними силами; — надання домедичної допомоги при травмах, кровотечі, опіках тощо; — користування засобами побутової хімії, господарським приладдям, побутовими приладами тощо. <p><i>Розробка пам'ятки або правил безпечної та етичної поведінки під час поїздки на</i></p>
---	---	--

		<p>легковому, вантажному автомобілі, автобусі, потягом або іншими видами транспорту.</p> <p><i>Сюжетно-рольова ігрова діяльність:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — як поводитися під час ДТП; — як захиститися при зіткненні авто; — дії свідка ДТП. <p><i>Виконання вправ</i> на підтримання рівноваги, керування стресами.</p> <p><i>Проектна діяльність</i> «Щит безпеки».</p>
<p>Розділ 2. Здоров'я</p>		
<p><i>Аналізує, використовує</i> нормативно-правові документи щодо безпеки, здоров'я та робить висновки, <i>обґрунтовує</i> відповідальність за порушення визначених у цих документах норм;</p> <p><i>активно</i> шукає, порівнює і зіставляє різні джерела інформації, які допомагають зменшити ризики під час прийняття рішень щодо власного здоров'я і добробуту;</p> <p><i>відстоює</i> право кожного на особистий простір, визнає приватність інших осіб;</p> <p><i>ідентифікує</i> способи, можливості надання долікарської допомоги та <i>звертається</i> до необхідних служб відповідно до ситуації; оцінює ймовірність ризику виникнення небезпечної ситуації внаслідок власної діяльності;</p> <p><i>визначає:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — наслідки соціальних впливів на прийняття рішення щодо власного здоров'я, безпеки, добробуту та здоров'я, безпеки, добробуту інших осіб (реклама, вплив інших осіб, медійна інформація тощо); 	<p>Цілісність здоров'я і вибір способу життя. Взаємозв'язок складників здоров'я. Навички, сприятливі для здорового способу життя. Вплив засобів масової інформації, соціальної реклами на прийняття рішення щодо вибору здорового способу життя.</p> <p>Ти дорослішаєш. Зрілість та її ознаки. Фізичний розвиток підлітків та способи покращення фізичної форми. Косметичні проблеми у підлітковому віці та способи їх розв'язання.</p> <p>Особливості психічного, духовного розвитку підлітків.</p> <p>Профілактика інфекційних і неінфекційних захворювань, що набули соціального значення. Соціальні чинники ризику і заходи профілактики неінфекційних хвороб, що пов'язані зі способом життя. Заходи профілактики інфекційних захворювань, що набули соціального значення на державному й особистому рівнях.</p>	<p><i>Створення:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — хмари слів «Складові здоров'я», «Зрілість»; — асоціативних кущів слів, сенканів до понять «суспільне здоров'я», «громадське здоров'я», «індивідуальне здоров'я», «здоровий спосіб життя». <p><i>Знаходження</i> інформації в різних джерелах (реклама, медійна інформація тощо) і <i>перевірка</i> її достовірності:</p> <ul style="list-style-type: none"> — про здоровий, малорухомиий спосіб життя; — вплив психоактивних речовин на здоров'я. <p><i>Обговорення</i> взаємозв'язків складників здоров'я.</p> <p><i>Обговорення та визначення:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — ознак зрілості; — змін, які відбуваються в підлітковому віці. <p><i>Дослідження та обговорення</i> чинників, що впливають на стан здоров'я і розвиток організму в підлітковому віці.</p> <p><i>Дослідження:</i></p>

<p>— особливості поведінки у безпечних і небезпечних життєвих ситуаціях; <i>моделює</i> власну стратегію здорового способу життя, відмову від шкідливих звичок (вживання наркотиків); <i>дотримується</i> гігієнічних правил; <i>доводить</i> переваги здорового способу життя для збереження здоров'я та особистого добробуту; <i>встановлює</i> взаємозв'язок і пояснює взаємозумовленість фізичних, психічних та інших змін в організмі в підлітковому віці; <i>аналізує</i> вплив ставлення людей до власного тіла і його змін на їхнє здоров'я, самооцінку і поведінку; <i>досліджує і пояснює</i> зміни власного емоційного стану та емоційного стану інших осіб; <i>пояснює</i> вплив поведінки однієї особи на формування здоров'я, безпеки та добробуту суспільства; <i>обирає</i> модель поведінки, безпечної для здоров'я і добробуту, що приносить користь і задоволення; <i>планує</i> витрати родини (свої) для підтримання здоров'я, безпеки і добробуту; <i>оцінює</i> вартість витрат на формування (підтримку) здоров'я і <i>порівнює</i> їх із витратами на лікування і реабілітацію; <i>виокремлює</i> прояви дискримінації, виникнення стереотипів, когнітивних викривлень, ідеалізації.</p>	<p>Протидія залученню до вживання наркотиків.</p>	<p>— рівня сформованості навичок здорового способу життя; — динаміки та причин вікових змін в організмі; — ознак зрілості. <i>Аналіз нормативно-правових документів щодо здоров'я:</i> — законодавство України у сфері протидії епідемії ВІЛ-інфекції; — положення кримінального законодавства у сфері боротьби з розповсюдженням наркотиків. <i>Аналіз та визначення:</i> — впливу поведінки однієї особи на формування здоров'я суспільства, громади; — впливу ЗМІ, соціальної реклами на прийняття рішення щодо власного здоров'я; — причин виникнення серцево-судинних, онкологічних захворювань, діабету, ожиріння та інших хвороб, що пов'язані зі способом життя; — причин і наслідків стигматизації і дискримінації в суспільстві. <i>Моделювання власної стратегії здорового способу життя щодо:</i> — розвитку корисних навичок; — відмови від шкідливих звичок (вживання алкоголю, тютюну, наркотиків та інших хімічних речовин); — розв'язання косметологічних проблем; — духовного зростання. <i>Моделювання ситуацій:</i> — відмови від ризикованих пропозицій щодо вживання наркотичних речовин;</p>
--	---	--

		<p>— надання долікарської допомоги при поганому самопочутті;</p> <p>— звернення по допомогу до дорослих, до необхідних служб відповідно до ситуації;</p> <p>— як обирати здорові альтернативи для досягнення успіху та виявляти ресурси і можливості для їх реалізації.</p> <p><i>Моделювання прийняття рішень на користь здоров'я в різних життєвих ситуаціях.</i></p> <p><i>Розв'язання ситуаційних завдань із питань:</i></p> <p>— встановлення взаємозв'язків і пояснення взаємозумовленості фізичних, психічних та інших змін в організмі в підлітковому віці</p> <p>— добору косметичних засобів та догляду за шкірою обличчя і тіла, за волоссям;</p> <p>— відстоювання права кожного на особистий простір, визнання приватності життя інших осіб.</p> <p><i>*Виконання практичних вправ для визначення типу шкіри обличчя і процедур догляду.</i></p> <p><i>Виконання тренувальних / розвивальних вправ для:</i></p> <p>— покращення фізичної форми;</p> <p>— підтримання психологічної рівноваги, керування емоціями;</p> <p>— зниження ризиків розвитку хвороб, що пов'язані з малорухомим способом життя, нездоровим харчуванням.</p> <p><i>*Розрахунок витрат на гігієнічні та косметичні засоби для догляду за шкірою обличчя, волоссям.</i></p>
--	--	---

		<p><i>Оцінювання, порівняння</i> вартості витрат на підтримку здоров'я з витратами на лікування і реабілітацію.</p> <p><i>Розробка</i> короткострокових планів формування навичок поведінки, безпечної для здоров'я і добробуту, що приносить користь і задоволення.</p> <p><i>Презентація</i> результатів досягнень з питань здорового способу життя.</p> <p><i>Проектна діяльність</i> «Я обираю здоровий спосіб життя».</p>
<p>Розділ 3. Добробут</p>		
<p><i>Активно шукає, порівнює і зіставляє</i> різні джерела інформації, які допомагають зменшити ризики під час прийняття рішень щодо власного здоров'я і добробуту;</p> <p><i>визначає:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — пріоритети в різних сферах власної навчальної діяльності, раціонально розподіляючи власні інтелектуальні, фізичні, емоційні та інші ресурси для забезпечення доступу в навчанні; — мотивацію власної діяльності, формулює мету і цілі діяльності; — визначає потребу витрат часу на різні види діяльності; — шлях до реалізації короткострокових цілей; — способи добродійної діяльності; <p><i>розробляє:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — план відповідно до своїх сильних сторін, інтересів і досвіду; — план власних дій, визначає мотивацію, фіксує результати, адекватно оцінює свої 	<p>Вчимося вчитися. Умови ефективного навчання. Власний навчальний потенціал і ресурси для розвитку та навчального прогресу. Ефективні навчальні засоби.</p> <p>Робота з інформацією. Джерела інформації. Пошук інформації щодо здоров'я, безпеки та добробуту. Оцінювання контенту джерел інформації.</p> <p>Планування навчальних цілей і їх реалізація. Власні потреби та інтереси підлітків у навчанні. Планування навчальних цілей. Раціональна організація навчання і відпочинку як шлях до реалізації цілей.</p> <p>Емоційний добробут. Психічна і духовна складова здоров'я. Стрес і здоров'я. Керування стресом у воєнний час. Культура вияву почуттів. Активне слухання. Конструктивна критика як стимул до вдосконалення. Конфлікти і здоров'я.</p> <p>Культура споживання. Поведінка відповідального споживача. Бережне</p>	<p><i>Створення:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — асоціативних куштів слів, сенканів до понять «емоційний добробут», «культура споживання», «добродійність». <p><i>Обговорення проблемних питань (орієнтовний зміст):</i></p> <p>Чому потрібно правильно розуміти свої потреби?</p> <p>Які правила здорового способу життя допомагають у навчанні?</p> <p>Що таке власний навчальний потенціал і як його виміряти?</p> <p>Що допоможе вчитися ефективніше?</p> <p>Як ставитися до змін у поведінці, що відбуваються в підлітковому віці?</p> <p><i>Дослідження та обговорення:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — ефективних навчальних засобів; — джерел інформації, які допомагають зменшити ризики під час прийняття рішень щодо власного здоров'я і добробуту; — раціональної організації навчання та відпочинку;

<p>сили, формує корисні звички через систематичність повторення; <i>вибирає</i> доцільні та ефективні навчальні засоби, враховуючи особливості власного організму; <i>обирає</i> доцільну стратегію поведінки в конфлікті; <i>уникає</i> небезпечного / шкідливого контенту; <i>реалізує</i> в законний спосіб власні потреби та інтереси, враховуючи свої можливості та виявляючи наполегливість; <i>використовує</i>; — свій і чужий позитивний досвід; — активне слухання під час комунікації та <i>виявляє</i>: — здатність зрозуміти стан і наміри співрозмовника; <i>планує</i> витрати родини (свої) для підтримання здоров'я, безпеки і добробуту; <i>конструктивно спілкується</i> в різних життєвих ситуаціях, що стосуються здоров'я, безпеки та добробуту; <i>сприймає</i> конструктивні пропозиції (критику) як нові можливості і стимули до вдосконалення; <i>виступає</i> посередником у запобіганні чи вирішенні конфлікту; <i>встановлює</i> емоційний контакт у групі; <i>дотримується</i> правил комфортного спілкування, <i>розробляє</i> на їх основі власні; дотримується правил міжособистісного спілкування, поважаючи право співрозмовника на особистий простір;</p>	<p>ставлення до власного майна і недоторканність чужого. Як розпоряджатися грошима. Прийняття фінансових рішень для добробуту. Фінансові цілі. Інструменти планування та контролю доходів і витрат. Я — критичний споживач товарів та фінансових послуг. Права та обов'язки споживача фінансових послуг. Захист прав споживачів. Доброчинність та її ознаки. Способи і можливість здійснення доброчинності.</p>	<p>— можливості та ідеї здійснення доброчинності. <i>Аналіз та визначення</i>: — своїх сильних (зокрема талант, здібності) та слабких сторін; — потреб витрат часу на різні види діяльності; — власного рівня емоційного добробуту. <i>Знаходження інформації</i> в різних джерелах (реклама, медійна інформація тощо) і <i>перевірка</i> її достовірності про: — вплив стресу на здоров'я; — товари та фінансові послуги; — захист прав споживачів; — можливість повторного використання товарів, їх ремонту або переробки. <i>Виконання</i> тренувальних / розвивальних вправ на: — оцінювання контенту джерел інформації; — розвиток мислення, уяви, пам'яті; — набуття емоційного контролю та психологічної рівноваги, зокрема в стресових ситуаціях воєнного часу; — активне слухання. <i>Моделювання</i> ситуацій конструктивного спілкування в групі. <i>Розробка</i> короткострокового плану для досягнення успіхів у навчанні. <i>Аналіз конфліктної ситуації та вибір</i> доцільної стратегії поведінки для їх розв'язання. <i>Аналіз</i> кейсів життєвих ситуацій планування щотижневих, сезонних та великих покупок.</p>
--	---	--

<p><i>ощадно використовує</i> ресурси, зважаючи на можливість повторного використання, ремонту і переробки; <i>оцінює</i>: — свої сильні (зокрема талант, здібності) та слабкі сторони, <i>використовує</i> власний навчальний потенціал без шкоди для здоров'я; — вартість витрат на формування (підтримку) здоров'я і порівнює їх із витратами на лікування і реабілітацію; <i>критично оцінює</i> надмірність потреб і перебільшене споживання; <i>свідомо обирає</i> послідовність дій щодо реалізації фінансових цілей; <i>володіє</i> інструментами планування та контролю доходів і витрат; <i>пояснює</i> законодавче підґрунтя економічних процесів (свої права та обов'язки, захист прав споживачів тощо).</p>		<p><i>Планування та складання</i> бюджету для власних поточних і майбутніх заощаджень. <i>Порівняння</i> вартості витрат та переваг товарів та послуг. <i>Розробка</i> пам'ятки відповідального користувача. <i>Проектна діяльність</i> «Робимо добрі справи разом».</p>
---	--	---

Програма для 8 класу

Очікувані результати навчання ²	Пропонований зміст навчального предмета / інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності
<p>Вступ <i>Усвідомлює</i> важливість життєвого самовизначення у підлітковому віці; <i>демонструє</i>:</p>	<p>Життєве самовизначення. Складові життєвого самовизначення. Соціальні статуси та ролі. Цінність родини.</p>	<p><i>Обговорення проблемних питань (орієнтовний зміст):</i> Які соціальні ролі ви виконуєте впродовж життя?</p>

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

<p>— модель безпечної поведінки відповідно до суспільних та особистих цінностей у соціальному середовищі;</p> <p>— свідоме використання етичних норм, враховуючи індивідуальні цінності інших осіб;</p> <p><i>вибирає</i> доцільні (ефективні) стратегії прийняття рішень із користю для власної безпеки і безпеки інших осіб, здоров'я та добробуту і у разі потреби звертається по допомогу до дорослих;</p> <p><i>діє</i> ефективно та самостійно, виявляючи наполегливість у досягненні цілей для реалізації своїх потреб, бажань та інтересів у законний спосіб;</p> <p><i>співпрацює</i> з іншими особами для здобуття підтримки, досягнення результату діяльності щодо самовизначення;</p> <p><i>дотримується</i> норм етики та моралі під час прийняття рішень щодо власного самовизначення;</p> <p><i>дотримується</i> правил комфортного спілкування, розробляє на їх основі власні.</p>		<p>Що таке статус і чи змінюється він у разі зміни соціальної ролі.</p> <p>На яких цінностях будуються взаємовідносини у вашій родині?</p> <p>Які з них ви б узяли у своє доросле життя?</p> <p><i>Обговорення та визначення</i> складників життєвого самовизначення.</p> <p><i>Моделювання життєвих ситуацій:</i></p> <p>— як поводитися відповідно до соціального статусу та ролі;</p> <p>— досягнення цілей для реалізації своїх потреб, бажань та інтересів;</p> <p>— прийняття рішень із користю для безпеки, здоров'я та добробуту відповідно до норм етики та моралі;</p> <p>— дотримання правил міжособистісного спілкування та поваги до права кожного на особистий простір.</p> <p><i>Розробка</i> власних правил комфортного спілкування в соціальному середовищі, зважаючи на статус та роль у ньому.</p>
<p>Розділ 1. Безпека</p>		
<p><i>Аналізує, використовує</i> нормативно-правові документи щодо безпеки, здоров'я та добробуту, <i>робить висновки</i>, обґрунтовує відповідальність за порушення визначених у цих документах норм;</p> <p><i>демонструє:</i></p> <p>— модель безпечної поведінки відповідно до суспільних та особистих цінностей у соціальному та природному середовищі;</p> <p>— відмову від віктимної поведінки;</p>	<p>Національна безпека України.</p> <p>Основні принципи порятунку і захисту людей у надзвичайних ситуаціях.</p> <p>Безпека в населеному пункті. Вплив забрудненого середовища на життя і здоров'я. Вплив воєнних дій та терористичних актів на навколишнє середовище.</p> <p>Види небезпечних промислових об'єктів. Дії під час виникнення аварійної ситуації на</p>	<p><i>Обговорення проблемних питань (орієнтовний зміст):</i></p> <p>Як зменшити негативний вплив забрудненого середовища на життя і здоров'я?</p> <p>Як впливають воєнні події на довкілля України?</p> <p>Як впливає соціальне оточення на безпеку, здоров'я та добробут людини?</p>

<p><i>ідентифікує</i> способи можливості надання долікарської допомоги та <i>звертається</i> до необхідних служб відповідно до ситуації; <i>установлює</i> причинно-наслідкові зв'язки різних чинників небезпечних ситуацій природного, техногенного, соціального характеру і побутового походження; <i>обґрунтовує</i> наслідки і шкідливість маніпулятивних та інших небезпечних стосунків для фізичного та емоційного здоров'я; <i>вибирає</i> доцільні (ефективні) стратегії прийняття рішень із користю для власної безпеки і безпеки інших осіб, здоров'я та добробуту; <i>використовує</i> протоколи реагування в небезпечних ситуаціях; <i>складає</i> алгоритм дій у небезпечних ситуаціях на основі знань і власного досвіду; користується попередженнями та інструкціями про безпеку.</p>	<p>підприємствах. Підручні засоби захисту від хімічного, біологічного, радіологічного забруднення, пов'язаного з надзвичайними ситуаціями техногенного та соціального походження.</p> <p>Безпека на дорозі. Організація дорожнього руху. Сучасні транспортні засоби та безпека.</p> <p>Соціальна безпека. Закони України та правова відповідальність підлітків. Захист від кримінальних небезпек. Уплив соціального оточення на здоров'я, безпеку, добробут людини.</p>	<p>Користь та шкода для здоров'я сучасних видів транспорту. <i>Аналіз</i> нормативно-правових документів з питань безпеки. <i>Дослідження та оцінка</i> рівня ризиків у навколишньому середовищі для особистого здоров'я і безпеки в різних життєвих ситуаціях, у місцевості проживання. <i>Самооцінювання</i> (через чек-лист, інтерактивні вправи) сформованості навичок: — евакуації з території небезпеки природного, техногенного, соціального характеру; — прийняття рішень у надзвичайних ситуаціях; — поведінки у воєнний час, поводження з вибухонебезпечними предметами. <i>Моделювання</i> послідовності дій під час: — виникнення аварійної ситуації на підприємствах; — сигналів оповіщення населення: «Увага всім!», «Хімічна безпека» тощо; — кримінальних небезпек. *<i>Створення</i> з підручних речей засобів захисту від хімічного, біологічного, радіологічного забруднення, пов'язаного з НС техногенного та соціального походження. <i>Розв'язання ситуаційних завдань</i> з питань: — дій у небезпечних ситуаціях; — прийняття рішення щодо надання самопомоги та допомоги іншим особам;</p>
--	---	---

		<p>— звернення до інших осіб чи відповідних служб під час надзвичайних ситуацій. <i>Відпрацювання алгоритму дій під час виникнення аварійної ситуації на підприємствах.</i> <i>Проектна діяльність «Щит безпеки».</i></p>
<p>Розділ 2. Здоров'я</p>		
<p><i>Активно шукає, порівнює і зіставляє різні джерела інформації, які допомагають зменшити ризики під час прийняття рішень щодо власного здоров'я і добробуту; відстоює право кожної людини на індивідуальне (відмінне від інших) сприйняття дійсності; виявляє ознаки булінгу, насилля, зокрема в цифровому середовищі, знає способи протидії насиллю і цькуванню, ресурси для повідомлення про виявлені випадки; визначає ступінь складності ушкоджень і травм, надає долікарську допомогу собі та іншим особам у випадку ушкоджень чи травм у межах своїх можливостей; ідентифікує способи можливості надання долікарської допомоги та звертається до необхідних служб відповідно до ситуації; обґрунтовує:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — рівень ризику неналежного використання психоактивних речовин, що можуть становити небезпеку; — наслідки і шкідливість маніпулятивних та інших небезпечних стосунків для фізичного та емоційного здоров'я; <p><i>визначає наслідки соціальних впливів на прийняття рішення щодо власного здоров'я,</i></p>	<p>Здоров'я і вибір способу життя. Поняття про оздоровчі системи. Здорове харчування. Принципи, вибір харчових продуктів. Харчові добавки. Безпека харчування. Профілактика негативних наслідків незбалансованого харчування. Профілактика харчових отруєнь. Надання долікарської допомоги при харчових отруєннях та кишкових інфекціях. Безпека харчування в умовах надзвичайних ситуацій. На порозі зрілості. Зрілість та соціальні аспекти статевого дозрівання. Ідеали краси і здоров'я. Становлення особистості Духовний та моральний розвиток особистості. Формування самосвідомості у підлітковому віці. Профілактика ризиків репродуктивного здоров'я. Особливості дії психоактивних речовин на репродуктивне здоров'я підлітків. Психологічні і соціальні наслідки ранніх статевих стосунків, підліткової вагітності. Профілактика інфекцій, що передаються статевим шляхом (ПСС).</p>	<p><i>Складання інтелект-карти «Оздоровча система», «Здорове харчування», «Зрілість».</i> <i>Знаходження інформації в різних джерелах (реклама, медійна інформація тощо) і перевірка її достовірності про:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — оздоровчі системи; — національні традиції харчування; — модні дієти; — харчові добавки; — історичні факти, народні й сучасні тенденції ідеалів краси; — здоров'я та сексуальність; — міфи і факти впливу психоактивних речовин на репродуктивне здоров'я підлітків. <p><i>Дослідження та обговорення чинників, що визначають зрілість людини.</i> <i>Дослідження рівня сформованості навичок здорового харчування.</i> <i>Аналіз та визначення впливу культури, мистецтва, народних традицій на формування духовного та морального розвитку, культури, стилю та смаку, навичок харчування тощо.</i> <i>Виконання вправ для поліпшення статури.</i></p>

<p>безпеки, добробуту та здоров'я, безпеки, добробуту інших осіб (реклама, вплив інших осіб, медійна інформація тощо); <i>моделює</i> власну стратегію здорового способу життя (здорове харчування), відмову від шкідливих звичок (вживання алкоголю, тютюну, наркотиків та інших хімічних речовин), безпечну сексуальну поведінку; <i>доводить</i> переваги здорового способу життя для збереження здоров'я та особистого добробуту; <i>вибирає</i> рішення з позиції їхнього впливу на формування безпеки, здоров'я і добробуту; <i>встановлює</i> взаємозв'язок і пояснює взаємозумовленість фізичних, психічних та інших змін в організмі в підлітковому віці; <i>аналізує</i> вплив ставлення людей до власного тіла і його змін на їхнє здоров'я, самооцінку і поведінку; <i>досліджує</i> і пояснює зміни власного емоційного стану та емоційного стану інших осіб; <i>визначає</i> особливості поведінки у безпечних і небезпечних життєвих ситуаціях; <i>аналізує</i> вплив культури, мистецтва, народних традицій на формування власної безпеки, здоров'я, добробуту та безпеки, здоров'я, добробуту інших осіб; <i>обирає</i> здорові альтернативи для досягнення успіху, <i>виявляє</i> ресурси і можливості для їх реалізації; <i>демонструє</i> відмову від віктимної поведінки;</p>		<p><i>*Розробка</i> складу продуктів та <i>розрахунок</i> вартості здорового перекусу відповідно до вікових норм. <i>Оцінювання, порівняння</i> вартості витрат на підтримку здоров'я з витратами на лікування і реабілітацію. <i>Моделювання ситуацій та відпрацювання навичок:</i> — поведінки у разі небезпечних пропозицій; — самопомоги при поганому самопочутті; — надання долікарської допомоги при харчових отруєннях та кишкових інфекціях; — виклику необхідних рятувальних служб; — надання допомоги при харчових отруєннях і кишкових інфекціях в умовах обмеженого безпечного простору (війна, терористичний акт); — протидії дискримінації, насиллю, цькуванню, булінгу, зокрема в цифровому середовищі; — відмови від небезпечних пропозицій щодо вживання психоактивних речовин. <i>*Розробка:</i> — порад як сформувати особистий стиль, імідж; — правил як протидіяти насиллю і цькуванню; — пам'ятки з переліком ресурсів консультування, для повідомлення про виявлені випадки насильства. <i>Розв'язання ситуаційних тематичних завдань:</i></p>
--	--	---

<p><i>володіє</i> техніками підтримки і відновлення життєвих ресурсів; <i>планує</i> витрати родини (свої) для підтримання здоров'я, безпеки і добробуту; оцінює вартість витрат на формування (підтримку) здоров'я і порівнює їх із витратами на лікування і реабілітацію; <i>виокремлює</i> прояви дискримінації, виникнення стереотипів, когнітивних викривлень, ідеалізації.</p>		<p>— як убезпечитися від харчових отруєнь та кишкових захворювань; — як поводитися, щоб не стати жертвою сексуальних домагань, насильства; — як протистояти проявам насильства. <i>Проектна діяльність</i> «Я обираю здоровий спосіб життя».</p>
<p>Розділ 3. Добробут</p>		
<p><i>Вибирає</i> доцільні та ефективні навчальні засоби та стратегії, враховуючи особливості власного організму; <i>оцінює</i> свої сильні (зокрема талант, здібності) та слабкі сторони, використовує власний навчальний потенціал без шкоди для здоров'я; <i>залучає</i> авторитетний досвід і безпечні для здоров'я практики для оптимізації власної навчальної діяльності; <i>реалізує</i> в законний спосіб власні потреби та інтереси, враховуючи свої можливості та виявляючи наполегливість; <i>розробляє</i> план власних дій, визначає мотивацію, фіксує результати, адекватно оцінює свої сили, формує корисні звички через систематичність повторення; <i>використовує</i> свій і чужий позитивний досвід; <i>моделює</i> нові можливості власного розвитку з урахуванням труднощів і невдач;</p>	<p>Стратегії ефективного навчання. Бар'єри ефективного навчання. Оптимізація власної навчальної діяльності. Розвиток умінь та навичок вчитися. Самооцінка підлітка. Залежність самооцінки підлітка від його потреб. Захист прав дітей щодо забезпечення їхніх базових потреб на державному рівні. Постановка і досягнення мети. Діємо разом. Спілкування і співпраця в групі для досягнення найкращого результату. Ініціативність. Причини виникнення конфліктів у групі та способи їх розв'язання. Навички конструктивної взаємодії в групі. Презентація результатів роботи. Планування майбутнього. Визначення кола професійних уподобань відповідно до своїх сильних сторін та інтересів. Визначення короткострокових цілей для професійного майбутнього.</p>	<p><i>Створення</i> хмари слів «Потреби підлітка», «Мої найкращі якості». <i>Обговорення проблемних питань (орієнтовний зміст):</i> Як підлітку спілкуватися з оточуючими, щоб його поважали? Чому важливо планувати професійне майбутнє в підлітковому віці? Що ми можемо робити для того, щоб економити природні ресурси і зменшити їх споживання? <i>Аналіз та вибір</i> доцільних та ефективних навчальних засобів та стратегій з урахуванням власного навчального потенціалу без шкоди для здоров'я. <i>Знаходження</i> інформації в різних джерелах і перевірка її достовірності про: — авторитетний досвід і безпечні для здоров'я практики менеджменту навчальної діяльності, — роль меценатства для розбудови українського суспільства,</p>

<p><i>конструктивно</i> спілкується в різних життєвих ситуаціях, що стосуються здоров'я, безпеки та добробуту; <i>обирає</i> доцільну стратегію поведінки в конфлікті; <i>виявляє</i> ініціативу і <i>координує</i> роботу групи для досягнення визначеного результату; <i>виступає</i> посередником у запобіганні чи вирішенні конфлікту; <i>переконливо презентує</i> свої (спільні) ідеї іншим особам у різний спосіб, зокрема з використанням цифрових засобів; <i>встановлює</i> емоційний контакт у групі; <i>корегує</i> власні цілі, зважаючи на цілі та інтереси групи; <i>дотримується</i> правил комфортного спілкування, розробляє на їх основі власні; <i>аналізує</i> інформацію щодо професій та їх здобуття; <i>активно шукає, порівнює і зіставляє</i> різні джерела інформації, які допомагають зменшити ризики під час прийняття рішень щодо власного здоров'я і добробуту; <i>уникає</i> небезпечного / шкідливого контенту <i>визначає</i>: — мотивацію власної діяльності, формулює мету і цілі діяльності; — шлях до реалізації короткострокових цілей, розробляє план відповідно до своїх сильних сторін, інтересів і досвіду; <i>критично оцінює</i> надмірність потреб і перебільшене споживання; <i>пояснює</i> прості економічні концепції (попит і пропозиція, ринкова ціна, торгівля, форми</p>	<p>Екологічний спосіб життя. Потреби людини та обмеженість ресурсів. Надмірність потреб. Фінансове здоров'я і грамотність. Чинники фінансового становища, які мають позитивний вплив на здоров'я і добробут. Банківські послуги. Вплив фінансових ризиків на безпеку, добробут та здоров'я. Роль меценатства для розбудови українського суспільства. Спонсорство та меценатство. Українські меценати.</p>	<p>— меценатів вашої місцевості проживання (вашого краю). <i>Дослідження та обговорення:</i> — вмінь і компетентностей, необхідних для професійного майбутнього; — методів саморегуляції; — чинників фінансового становища; — індикаторів фінансового здоров'я. <i>Створення інтелект-карт</i> «Конфлікти та способи їх подолання», «Світ професій», «Мое фінансове здоров'я». <i>Складання:</i> — власної формули успіху за принципом «хочу, можу, потрібно»; — алгоритму посередництва під час запобігання чи розв'язання конфлікту. <i>Виконання</i> тренувальних вправ на: — розвиток пам'яті та уваги, логічного та образного мислення; — засвоєння прийомів та технік ефективного запам'ятовування. <i>Планування дій</i> для досягнення мети за прийомом SMART, спрямованих на: — визначення власного навчального потенціалу; — набуття вмінь і компетентностей, необхідних для професійного майбутнього. *Функціональне читання і розуміння банківських виписок, платіжних квитанцій, комунальних рахунків. *Розв'язання ситуаційних завдань, пов'язаних із фінансовим здоров'ям і фінансовою безпекою (запозичення,</p>
---	---	---

<p>власності, страхування, пенсія, податки, курс валюти тощо); <i>розуміє</i> наслідки запозичень і заборгованості для досягнення фінансових цілей; <i>обґрунтовує</i> індикатори для оцінки фінансового здоров'я; <i>вирізняє</i> чинники фінансового становища, які мають позитивний вплив на здоров'я і добробут; <i>визначає</i> способи добродійної діяльності.</p>		<p>заборгованість, шахрайство, крадіжка інформації, азартні ігри тощо). <i>Розробка:</i> — пам'ятки ефективної співпраці в команді; — довідника сучасних професій; — словника простих економічних концепцій; — правил захисту грошей від шахрайства. <i>Проектна діяльність</i> «Робимо добрі справи разом для рідного краю» (екопроект).</p>
--	--	---

Програма для 9 класу

Очікувані результати навчання³	Пропонований зміст навчального предмета / інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності
<p>Вступ</p> <p><i>Демонструє:</i> — модель поведінки відповідно до суспільних та особистих цінностей у соціальному середовищі; — свідоме використання етичних норм, враховуючи індивідуальні цінності інших осіб; <i>свідомо обирає</i> з урахуванням безпеки, збереження власного здоров'я і добробуту та здоров'я і добробуту інших осіб моделі поведінки, що приносять користь і задоволення; <i>критично оцінює</i> інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту з різних джерел, у тому числі цифрових;</p>	<p>Життя як феномен. Життєве кредо. Сфери життя людини, планування життя. Колесо балансу життєвих сфер.</p>	<p><i>Обговорення проблемних питань (орієнтовний зміст):</i> Чому життя вважають феноменом? Чому здоров'я вважають основним атрибутом життя? Чому важливо мотивувати себе до здорового способу життя? Чи впливає життєве кредо на успіхи? *<i>Обговорення та визначення життєвого кредо відповідно до особистісних цінностей і потреб.</i> <i>Дослідження</i> власної діяльності у різних сферах життя та <i>розробка</i> діаграми.</p>

³ З відповідною індексацією Державного стандарту базової середньої освіти для орієнтирів оцінювання.

<p><i>діє ефективно та самостійно, виявляючи наполегливість у досягненні цілей для реалізації своїх потреб, бажань та інтересів у законний спосіб;</i> <i>співпрацює з іншими особами для здобуття підтримки, досягнення результату діяльності, спрямованої на збереження безпеки, здоров'я і добробуту;</i> <i>усвідомлює, що створення цінності (безпеки, здоров'я і добробуту) має ґрунтуватися на засадах соціальної справедливості;</i> <i>дотримується правил комфортного співіснування, розробляє на їх основі власні.</i></p>		<p><i>Розробка короткострокових планів (кроків) щодо досягнень, встановлення балансу в різних сферах життя.</i></p>
<p>Розділ 1. Безпека</p>		
<p><i>Демонструє модель безпечної поведінки відповідно до суспільних та особистих цінностей у соціальному та природному середовищі;</i> <i>аналізує, використовує нормативно-правові документи щодо безпеки, здоров'я та добробуту, робить висновки, обґрунтовує відповідальність за порушення визначених у цих документах норм;</i> <i>установлює причинно-наслідкові зв'язки різних чинників небезпечних ситуацій природного, техногенного, соціального характеру;</i> <i>розрізняє прийнятні чи неприйнятні ризики в небезпечних ситуаціях природного, техногенного, соціального характеру;</i> <i>вибирає доцільні (ефективні) стратегії прийняття рішень з користю для власної безпеки і безпеки інших осіб, здоров'я та добробуту;</i></p>	<p>Сучасний комплекс проблем безпеки. Безпека як базова потреба людини. Заходи безпеки на різних рівнях. Захист життя і здоров'я у воєнний час. Психологічна самопомога в кризових ситуаціях. Глобальні проблеми людства та їхній вплив на здоров'я, безпеку, добробут. Реалізація принципів сталого розвитку в Україні. Розвиток навичок культури споживання.</p>	<p><i>Обговорення проблемних питань (орієнтовний зміст):</i> Як взаємопов'язані між собою рівні небезпек: особистісний, національний, глобальний? Які чинники негативно впливають на рівень суспільної безпеки? Як впливає моральний і духовний розвиток людини на рівень національної та глобальної безпеки? <i>Складання інтелект-карти «Глобальні проблеми людства».</i> <i>Дослідження та оцінка рівня ризиків у навколишньому середовищі для особистого здоров'я і безпеки в різних життєвих ситуаціях, у місцевості проживання.</i> <i>Дослідження та обговорення:</i> — причинно-наслідкових зв'язків різних чинників небезпечних ситуацій природного, техногенного, соціального характеру;</p>

<p><i>керує</i> власною поведінкою для збереження здоров'я та добробуту (власного та інших осіб); <i>пояснює</i> вплив поведінки однієї особи на формування здоров'я, безпеки та добробуту суспільства.</p>		<p>— прийнятних чи неприйнятних ризиків у небезпечних ситуаціях природного, техногенного, соціального характеру для сталого способу життя. <i>Самооцінювання</i> (через чек-лист, інтерактивні вправи) сформованості навичок безпечної поведінки: — у довкіллі; — у воєнний час, зокрема, виявлення вибухонебезпечних предметів. <i>Ознайомлення, аналіз</i> нормативно-правових документів щодо безпеки, здоров'я та добробуту. <i>Виконання</i> тренувальних вправ на опанування навичками: — керування емоціями, встановлення психологічної рівноваги в стресових ситуаціях; — дихальної гімнастики; — заземлення, медитації тощо. <i>Розв'язання ситуаційних завдань із питань</i>: — безпечної поведінки відповідно до суспільних та особистих цінностей у соціальному та природному середовищі; — прийняття рішень відповідального споживання. <i>Проектна діяльність</i> «Щит безпеки».</p>
<p>Розділ 2. Здоров'я</p>		
<p><i>Активно шукає, порівнює і зіставляє</i> різні джерела інформації, які допомагають зменшити ризики під час прийняття рішень щодо власного здоров'я і добробуту;</p>	<p>Здоровий спосіб життя задля активного довголіття. Детермінанти здоров'я. Заходи щодо збереження та зміцнення здоров'я на державному і особистому рівнях. Соціально-психологічні та медичні послуги для молоді. Моніторинг здоров'я.</p>	<p><i>Складання інтелект-карти</i> «Здоровий спосіб життя». <i>Обговорення</i>: — детермінант здоров'я та їхнього впливу на довголіття;</p>

<p><i>відстоює</i> право кожного на особистий простір, визнає приватність життя інших осіб;</p> <p><i>ідентифікує</i> способи можливості надання долікарської допомоги та звертається до необхідних служб відповідно до ситуації;</p> <p><i>оцінює</i> ймовірність ризику виникнення небезпечної ситуації внаслідок власної діяльності;</p> <p><i>обґрунтовує</i> наслідки і шкідливість маніпулятивних та інших небезпечних стосунків для фізичного та емоційного здоров'я;</p> <p><i>визначає</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> — наслідки соціальних впливів на прийняття рішення щодо власного здоров'я, (вплив інших осіб, медійна інформація тощо); — основні ознаки впливу соціальних стереотипів поведінки на громадське та особисте здоров'я; <p><i>моделює</i> власну стратегію здорового способу життя, відмову від шкідливих звичок, безпечну сексуальну поведінку;</p> <p><i>керує</i> власною поведінкою для збереження здоров'я та добробуту (власного та інших осіб);</p> <p><i>доводить</i> переваги здорового способу життя для збереження здоров'я та особистого добробуту;</p> <p><i>обирає</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> — з-поміж альтернативних варіантів оптимальні способи розв'язання проблем; 	<p>Взаємозв'язок складників здоров'я. Вплив рухової активності на складники здоров'я. Харчування при різному фізичному навантаженні. Контроль маси тіла.</p> <p>На порозі дорослого життя. Самореалізація у підлітковому та юнацькому віці. Самопізнання і формування особистості. Поняття життєвого самовизначення.</p> <p>Репродуктивне і сексуальне здоров'я. Стан репродуктивного здоров'я молоді в Україні. Готовність до сімейного життя. Моделі поведінки, дії та рішення на користь репродуктивного здоров'я.</p>	<ul style="list-style-type: none"> — взаємозв'язків складників здоров'я щодо його збереження та зміцнення; — заходів збереження та зміцнення суспільного, громадського, індивідуального здоров'я на державному й особистому рівнях. <p><i>Знаходження</i> інформації в різних джерелах (реклама, медійна інформація тощо) і <i>перевірка</i> її достовірності про:</p> <ul style="list-style-type: none"> — наявність, доступність соціально-психологічних та медичних послуг для молоді; — вплив рухової активності на складові здоров'я. <p><i>Ознайомлення</i> з роботою установ, які надають соціально-психологічні та медичні послуги за місцем проживання.</p> <p><i>Моніторинг</i> здоров'я.</p> <p><i>Застосування</i> формул, графічних та статистичних методів, розрахунків, моделей для експрес-оцінки і моніторингу стану здоров'я.</p> <p><i>Аналіз та визначення</i> норм харчування при різному фізичному навантаженні.</p> <p><i>Виконання</i> вправ для поліпшення фізичної форми, психологічного стану.</p> <p><i>Розрахунок</i> маси тіла відповідно до вікових норм.</p> <p><i>Моделювання ситуацій та відпрацювання навичок</i>:</p> <ul style="list-style-type: none"> — оцінки рівня ризиків для репродуктивного здоров'я і безпеки; — передбачення, уникнення або зменшення виявлених небезпек;
---	--	---

<p>— доцільні (ефективні) стратегії прийняття рішень із користю для власної безпеки і безпеки інших осіб, здоров'я та добробуту;</p> <p>— модель поведінки, безпечну для здоров'я і добробуту, що приносить користь і задоволення;</p> <p><i>застосовує</i> формули, графічні та статистичні методи, розрахунки, моделі для експрес-оцінки і моніторингу стану здоров'я, розуміння соціальних явищ, вирішення побутових питань і життєвих ситуацій;</p> <p><i>володіє</i> техніками підтримки і відновлення життєвих ресурсів.</p>		<p>— надання долікарської допомоги, самопомоги при поганому самопочутті;</p> <p>— виклику необхідних рятувальних служб;</p> <p>— відмови від небезпечних пропозицій щодо вживання психоактивних речовин;</p> <p>— безпечних моделей поведінки для здоров'я і добробуту.</p> <p><i>Розв'язання ситуаційних завдань з питань:</i></p> <p>— запобігання негативним наслідкам ранніх статевих стосунків;</p> <p>— запобігання захворювань, які передаються статевим шляхом (ЗПСШ);</p> <p>— протидії проявам тиску, неповаги і приниження щодо себе та інших осіб, зважаючи на необхідність цінувати власну гідність і права людини;</p> <p>— впливу психоактивних речовин на репродуктивне здоров'я.</p> <p><i>Проектна діяльність «Я обираю здоровий спосіб життя».</i></p>
<h3>Розділ 3. Добробут</h3>		
<p><i>Пояснює:</i></p> <p>— прості економічні концепції (попит і пропозиція, ринкова ціна, торгівля, форми власності, страхування, пенсія, податки, курс валюти тощо);</p> <p>— законодавче підґрунтя економічних процесів (свої права та обов'язки, захист прав споживачів тощо);</p> <p>— значення волонтерського руху в Україні;</p> <p><i>реалізує</i> в законний спосіб власні потреби та інтереси, враховуючи свої можливості та виявляючи наполегливість;</p>	<p>Самоорганізація для навчального прогресу. Розвиток навичок вчитися. Аналіз та корекція власної освітньої траєкторії без шкоди для власного здоров'я і добробуту.</p> <p>Практики для оптимізації власної навчальної діяльності. Способи ефективного навчання й підготовки до іспитів. Критичне оцінювання інформації щодо здоров'я, безпеки та добробуту.</p> <p>Формування міжособистісних стосунків. Спілкування з дорослими, в родині, з однолітками. Підліткові труднощі в спілкуванні. Насилля та булінг. Методи</p>	<p><i>Обговорення</i> проблемних питань (орієнтовний зміст):</p> <p>Що впливає на ваше навчання?</p> <p>Чому необхідно планувати своє життя?</p> <p>Як самооцінка впливає на життя? Що впливає на самооцінку людини?</p> <p>Як ви можете підвищити самооцінку?</p> <p>Чи є у вас людина, професійні досягнення якої є для вас взірцевими? Які якості ви б хотіли розвинути у себе?</p> <p><i>Дослідження та обговорення:</i></p> <p>— впливу методів навчання на його ефективність;</p>

<p><i>розробляє</i> план власних дій, <i>визначає</i> мотивацію, <i>фіксує</i> результати, адекватно <i>аналізує та оцінює</i> власні особливості і здібності для майбутнього професійного зростання, вибудовує його модель; <i>оцінює</i> свої сили, <i>формує</i> корисні звички через систематичність повторення; <i>використовує</i> свій і чужий позитивний досвід;</p> <p><i>моделює</i> нові можливості власного розвитку з урахуванням труднощів і невдач; <i>активно шукає, порівнює і зіставляє</i> різні джерела інформації, які допомагають зменшити ризики під час прийняття рішень щодо власного здоров'я і добробуту; <i>уникає</i> небезпечного / шкідливого контенту; <i>аналізує</i> інформацію щодо професій та їх здобуття;</p> <p><i>визначає</i> мотивацію власної діяльності, <i>формулює</i> мету і цілі діяльності; <i>створює</i> власний гнучкий план професійного майбутнього;</p> <p><i>обґрунтовує:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — взаємозв'язок між професійним, особистим і сімейним майбутнім; — сутність волонтерської діяльності; <p><i>конструктивно спілкується</i> в різних життєвих ситуаціях, що стосуються здоров'я, безпеки та добробуту; <i>сприймає</i> конструктивні пропозиції (критику) як нові можливості і стимули до вдосконалення;</p> <p><i>обирає</i> доцільну стратегію поведінки в конфлікті;</p>	<p>емоційного самоконтролю. Психологічна рівновага.</p> <p>Поняття та цілі сталого розвитку. Критичне оцінювання надмірності потреб і перебільшене споживання.</p> <p>Самовизначення та вибір професії Взаємозв'язок між професійним, особистим і сімейним майбутнім. Формування особистості. Формування самооцінки та характеру. Створення власного гнучкого плану професійного майбутнього. Ринок праці, законодавство про працю.</p> <p>Соціальні та економічні можливості і виклики сучасного суспільства. Розуміння важливої ролі грошей у нашому житті. Особисті фінанси та державні витрати. Взаємодія сім'ї та держави (податки та соціальні виплати). Довгострокове фінансове планування.</p> <p>Сутність волонтерської діяльності. Значення волонтерського руху в Україні.</p>	<ul style="list-style-type: none"> — критеріїв та мотивів для вибору професії; — методу ненасильницького спілкування; — основних екологічних проблем вашої місцевості та шляхи їх розв'язання. <p><i>Знаходження інформації в різних джерелах і перевірка її достовірності</i> про:</p> <ul style="list-style-type: none"> — законодавство про працю; — протидію торгівлі людьми; — сімейні традиції різних народів, країн та дотримання ними позицій гендерності, прав людини; — цілі сталого розвитку; — альтернативні засоби догляду за домом (натуральні миючі речовини, засоби для чищення тощо); — соціальні, економічні можливості та виклики сучасного суспільства; — волонтерський рух в Україні. <p><i>Створення інтелект-карт:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — ключових компетентностей підлітка; — особистих кіл спілкування; — рис характеру. <p><i>Моделювання</i> власної поведінки у складних або екстремальних ситуаціях, під час конфліктів для набуття психологічної рівноваги.</p> <p><i>Виявлення</i> за опитувальниками та тестами власних характеристики емоційності, професійних схильностей, здатності до саморегуляції.</p> <p><i>Визначення:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> — індивідуальних особливостей сприйняття інформації;
--	---	--

<p><i>виявляє ініціативу і координує роботу групи для досягнення визначеного результату;</i> <i>виступає посередником у запобіганні чи вирішенні конфлікту;</i> <i>переконливо презентує свої (спільні) ідеї іншим особам у різний спосіб, зокрема з використанням цифрових засобів;</i> <i>встановлює емоційний контакт у групі;</i> <i>корегує власні цілі, зважаючи на цілі та інтереси групи;</i> <i>дотримується:</i> — правил міжособистісного спілкування, поважаючи право співрозмовника на особистий простір; — правил комфортного співіснування, розробляє на їх основі власні; <i>виокремлює прояви дискримінації, виникнення стереотипів, когнітивних викривлень, ідеалізації;</i> <i>планує і за потреби обмежує використання ресурсів на різні періоди, враховуючи цілі сталого розвитку;</i> <i>критично оцінює надмірність потреб і перебільшене споживання;</i> <i>аналізує інформацію для подолання викликів життя, пов'язаних з використанням фінансово-економічних ресурсів для добробуту;</i> <i>свідомо обирає послідовність дій щодо реалізації фінансових цілей;</i> <i>володіє інструментами планування та контролю доходів і витрат;</i> <i>розуміє наслідки запозичень і заборгованості для досягнення фінансових цілей;</i></p>		<p>— індивідуальних умов ефективного навчання та стилю навчання. <i>Планування та складання режиму дня на час підготовки до іспитів.</i> <i>Відпрацювання:</i> — навичок раціонального планування часу та підготовки до іспитів; — прийомів ефективного спілкування з дорослими та однолітками; — навичок користування мобільними застосунками для отримання державних послуг. <i>Складання:</i> — власної формули вибору професії за принципом «хочу, можу, потрібно»; — власного емоційного портрета; — списку семи важливих справ за добу. <i>*Модельовання ситуацій:</i> — передачі показників лічильників (за воду, електроенергію та газ) у відповідні служби; — онлайн-оплати комунальних послуг. <i>Розв'язання ситуаційних завдань із питань фінансової грамотності.</i> <i>*Виконання практикоорієнтованих вправ:</i> — аналіз та корекція власної освітньої траєкторії; — знімання показників лічильників (за воду, електроенергію та газ); <i>*Оцінювання комунальних рахунків та визначення шляхів економії спожитої електроенергії, газу та води.</i> <i>Розробка:</i> — карти розвитку особистості;</p>
---	--	---

<p>вирізняє чинники фінансового становища, які мають позитивний вплив на здоров'я і добробут.</p>		<p>— моделі власного майбутнього професійного зростання; — генеалогічного дерева свого роду. <i>Проектна діяльність:</i> «Дослідження ринку праці за матеріалами засобів масової інформації», «Ми — волонтери». Екскурсія до центру зайнятості населення.</p>
---	--	---

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).
7. Методичні рекомендації щодо розвитку STEM-освіти в закладах загальної середньої та позашкільної освіти у 2023/2024 навчальному році.
8. Методичні рекомендації щодо організації освітнього процесу в школах у 2022/2023 навчальному році. Сайт Міністерства освіти і науки України. 21 серпня 2022 року.
9. Основи здоров'я 6–9 класи. Навчальна програма для закладів загальної середньої освіти. Затверджено та надано гриф «Рекомендовано Міністерством освіти і науки України» наказ Міністерства освіти і науки України від 03 серпня 2022 року № 698.