

Міністерство освіти і науки України

Модельна навчальна програма

**«Здоров'я, безпека та добробут. 7-9 класи  
(інтегрований курс)»**

для закладів загальної середньої освіти

(авт. Воронцова Т. В., Пономаренко В. С., Андрук Н. В.,  
Лаврентьєва І. В., Хомич О. Л.)

«Рекомендовано Міністерством освіти і науки України»

(наказ Міністерства освіти і науки України від 24.12.2024 № 1787)

## Зміст

Пояснювальна записка	3
1. Нормативні підстави модельної програми	3
2. Базові ідеї навчального курсу	3
3. Мета і завдання курсу	3
4. Наступність з модельною програмою для 5-6 класів	4
5. Шляхи реалізації модельної програми	4
6. Зміст і базові знання за курсом	4
7. Цінності, на сприйняття яких спрямований курс	8
8. Компетентності, на набуття яких спрямований курс	9
9. Узагальнені результати навчання за інтегрованим курсом	10
10. Принципи і методи навчання	11
11. Оцінювання	12
12. Навчально-методичне забезпечення модельної програми	12
13. Формат основної частини модельної програми	13
14. Використані джерела	13
Основна частина. Модельна навчальна програма для 7-9 класу	14
Модельна програма для 7 класу	14
Розділ 1. Безпека людини	14
Розділ 2.Здоров'я людини	16
Розділ 3. Фізична складова здоров'я	17
Розділ 4. Психічна і духовна складова здоров'я	18

Розділ 5. Соціальна складова здоров'я	19
Розділ 6.Добробут	20
Модельна програма для 8 класу	22
Розділ 1. Безпека людини	22
Розділ 2.Здоров'я людини	23
Розділ 3. Фізична складова здоров'я	23
Розділ 4. Психічна і духовна складова здоров'я	23
Розділ 5. Соціальна складова здоров'я	25
Розділ 5. Добробут	26
Модельна програма для 9 класу	27
Розділ 1. Безпека людини	27
Розділ 2.Здоров'я людини	28
Розділ 3. Фізична складова здоров'я	29
Розділ 4. Психічна і духовна складова здоров'я	29
Розділ 5. Соціальна складова здоров'я	30
Розділ 5. Добробут	31
Прикінцева частина	32
Принципи і ознаки адекватного оцінювання	32
Як обирати інструменти оцінювання	32
Ресурси для фахової підготовки і підвищення кваліфікації вчителів	34
Напрями корекційно-розвиткової роботи для дітей з особливими освітніми потребами	34

# ВСТУПНА ЧАСТИНА (ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА)

## 1. Нормативні підстави модельної програми

Підставою для створення модельної навчальної програми інтегрованого курсу «Здоров'я, безпека та добробут» (далі ЗБД) для 7-9 класів є наказ Міністерства освіти і науки України від 19.02.2021 №235 «Про затвердження типової освітньої програми для 5-9 класів закладів загальної середньої освіти».

Програму створено відповідно до вимог Державного стандарту базової загальної освіти, Типової освітньої програми та типового освітнього плану, а також переліку модельних програм для 5-9 класів закладів загальної середньої освіти<sup>1</sup> (позиція 62).

Модельна програма інтегрованого курсу ЗБД спрямована на досягнення учнями 7-9 класів обов'язкових і конкретних результатів навчання, визначених Державним стандартом базової загальної освіти<sup>2</sup> за освітньою галуззю «Соціальна і здоров'язбережувальна».

## 2. Базові ідеї навчального курсу

В основу інтегрованого курсу «Здоров'я, безпека та добробут» покладено<sup>3</sup>:

- холістичну модель здоров'я;
- сучасну концепцію проблем безпеки;
- розуміння добробуту як рівня задоволення людських потреб.

Холістична модель визначає здоров'я людини як стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя, а також здатність швидко адаптуватися до змін зовнішніх і внутрішніх умов існування.

Безпека людини залежить не лише від її поведінки, а й від кількості та сили загроз, що існують у суспільстві (національної безпеки) та від безпеки всього людства і біосфери загалом (глобальна безпека). Ці чинники визначають сучасну концепцію проблем безпеки.

Добробут людини — це рівень задоволення всіх її потреб, тобто якість її життя. Для забезпечення добробуту потрібно, зокрема, вміти здобувати засоби для існування. Це потребує від людини підприємливості, фінансової грамотності, уміння вчитися, дотримання культури споживання, сповідування принципів доброчесності тощо.

## 3. Мета і завдання курсу

Метою інтегрованого курсу є набуття учнівством знань, ставлень і умінь, сприятливих для здоров'я, безпеки, добробуту, успішної соціалізації та само-реалізації особистості. Відповідно до Державного стандарту, курс спрямовано на

---

<sup>1</sup> Наказ Міністерства освіти і науки України від 19.02.2021 №235 «Про затвердження типової освітньої програми для 5-9 класів закладів загальної середньої освіти» <https://is.gd/UIKEPE>

<sup>2</sup> Державний стандарт базової середньої освіти. <https://is.gd/3g6PJI>

<sup>3</sup> Онлайн-курс «Основи здоров'язбережувальної компетентності» <http://multycourse.com.ua/ua>

формування компетентностей, що сприяють соціальній і міжособистісній взаємодії, розвитку й збереженню здоров'я і безпеки через самоусвідомлення, уміння вчитися, підприємливість, професійну соціалізацію особистого життя для власного й суспільного добробуту.

Завданням курсу є сприйняття учнівством цінності життя і здоров'я та набуття ними ключових і наскрізних компетентностей, зазначених далі у пояснювальній записці. Ці компетентності забезпечують, зокрема, досягнення узагальнених результатів, визначених державним стандартом, відповідно до яких учень/ учениця:

- турбується про особисте здоров'я і безпеку, реагує на чинники і діяльність, яка становить загрозу для життя, здоров'я, добробуту власного і навколишніх;
- визначає альтернативи, прогнозує наслідки, ухвалює рішення з користю для власної безпеки та безпеки інших осіб, здоров'я й добробуту;
- робить аргументований вибір здорового способу життя, аналізує і оцінює наслідки і ризики;
- виявляє підприємливість та поводить етично для поліпшення здоров'я, безпеки й добробуту.

#### **4. Наступність із авторською модельною програмою для 5-6 класів**

Модельна програма курсу «Здоров'я, безпека та добробут» для 7-9 класів забезпечує наступність із авторською модельною програмою інтегрованого курсу ЗБД для 5-6 класів.

#### **5. Шляхи реалізації модельної програми**

Запропонована модельна програма спрямована на досягнення учнівством всіх обов'язкових і конкретних результатів навчання, визначених Державним стандартом для 7-9 класів за освітньою галуззю «Соціальна і здоров'язбережувальна». Зазначимо, що тематика фінансової грамотності у нашій модельній програмі розкривається здебільшого на пропедичному рівні. Тому навчання за авторською програмою ЗБД рекомендується здійснювати у пакеті з модельною програмою за курсом «Фінансова грамотність. 8-9 клас», в якому більш детально розглядаються питання фінансової грамотності.

За потреби заклад освіти може організувати за модельною програмою ЗБД здобуття освіти учнями за індивідуальною освітньою траєкторією.

#### **6. Зміст і базові знання за курсом**

##### *1. Структура змісту.*

Зміст інтегрованого курсу для 5-9 класів структуровано за змістовими лініями і відповідною тематикою (табл. 1).

У модельній програмі зміст курсу упорядковано за розділами, які задають орієнтовну послідовність вивчення конкретних тем. За бажанням, заклад освіти або автори підручників можуть змінити цей порядок.

Таблиця 1. Змістовні лінії і тематика курсу ЗБД для 5-9 класу

Змістові лінії		Тематика
Базові поняття		Здоров'я і здоровий спосіб життя
		Безпека і безпека життєдіяльності
		Добробут (підприємливість, уміння вчитися, фінансова грамотність, культура споживання, добродійність)
		Розвиток дитини (фізичний, психічний, соціальний)
Здоров'я	Фізичне	Особиста гігієна
		Рухова активність
		Раціональне харчування
		Режим праці і відпочинку
		Профілактика інфекційних захворювань
	Психологічне (ментальне)	Емоційне (самоповага, самоконтроль, керування стресами, мотивація успіху і гартування волі)
		Когнітивне (аналіз проблем, ухвалення зважених рішень, критичне і творче мислення)
	Духовне	Орієнтація на загальнолюдські цінності, пізнавальні, естетичні, етичні потреби розвитку
	Соціальне	Позитивні стосунки
		Ефективне спілкування
		Соціальна взаємодія (культура взаємин, робота в команді, співчуття, мирне розв'язання конфліктів)
		Протидія соціальному тиску і дискримінації
Безпека		Безпека у школі
		Безпека у побуті
		Дорожня безпека
		Пожежна безпека
		Соціальна безпека
		Безпека на природі
		Екологічна безпека
		Безпека в екстремальних і надзвичайних ситуаціях
		Надання домедичної допомоги
		Сучасний комплекс проблем безпеки
Добробут		Підприємливість
		Фінансова грамотність
		Уміння вчитися
		Культура споживання
		Добродійність

## 2. Базові знання за курсом.

Державним стандартом визначено перелік базових знань, які учні мають набути після завершення 9 класу. Базові знання, які набуваються за модельною програмою у 7-9 класу наведено у табл. 3 у порівнянні зі знаннями за модельною програмою для 5-6 класу.

Таблиця 3.

Базові знання, які набуваються за модельною програмою ЗБД у 5-6 класах	Базові знання, які набуваються за модельною програмою ЗБД у 7-9 класах
<p><b>Безпека.</b> Цінність життя. Безпека особистості.</p> <p><i>Безпека і небезпека.</i> Загрози для безпеки. Види небезпек (природна, техногенна, соціальна). Ризики. Рівні ризику. Причини й наслідки небезпечних ситуацій. Ризики і небезпеки воєнного часу. Повітряна тривога. Попередження ризиків від вибухонебезпечних предметів. Невідкладна допомога.</p> <p><i>Безпека життєдіяльності.</i> Безпечна поведінка в школі, в побуті, на дорозі, у довкіллі.</p> <p>Безпека в цифровому середовищі. Безпечне дозвілля. Безпечне спілкування. Алгоритми дій у небезпечних ситуаціях різного походження. Допомога в разі небезпеки.</p> <p><b>Здоров'я.</b> Індивідуальне здоров'я. Чинники впливу на стан здоров'я. Хвороба. Інфекційні і неінфекційні хвороби. Допомога в разі погіршення стану здоров'я. Домедична допомога. Захист здоров'я (профілактика, вакцинація тощо). Складники здоров'я.</p> <p><i>Фізичне здоров'я і фізичний розвиток.</i> Вікові зміни власного організму як ознака дорослішання.</p> <p><i>Психічне та емоційне здоров'я.</i> Розвиток особистості, її психічних процесів. Емоційний інтелект. Особливості</p>	<p><b>Безпека.</b> Безпека особистості. Національна безпека. Глобальна безпека.</p> <p><i>Безпека і небезпека.</i> Загрози для безпеки. Види небезпек (природна, техногенна, соціальна). Ризики. Рівні ризику. Причини й наслідки небезпечних ситуацій. Ризики і небезпеки воєнного часу. Повітряна тривога. Попередження ризиків від вибухонебезпечних предметів. Невідкладна допомога.</p> <p><i>Безпека життєдіяльності.</i> Безпечна поведінка в школі, в побуті, на дорозі, у довкіллі. Безпечний простір (екологічний, фізичний, психологічний та інформаційний). Безпека в цифровому середовищі. Безпечне спілкування. Алгоритми дій у небезпечних ситуаціях різного походження. Допомога в разі небезпеки.</p> <p><b>Здоров'я.</b> Індивідуальне, групове і громадське здоров'я. Чинники впливу на стан здоров'я. Хвороба. Інфекційні і неінфекційні хвороби. Домедична допомога. Захист здоров'я (профілактика, вакцинація тощо). Складники здоров'я.</p> <p><i>Фізичне здоров'я і фізичний розвиток.</i> Вікові зміни власного організму як ознака дорослішання. Репродуктивне і сексуальне здоров'я. ІПСШ. Культура і</p>

поведінки та її наслідки. Ефективне спілкування. Самоконтроль. Булінг і протидія його проявам.

*Соціальне здоров'я.* Соціальні детермінанти здоров'я. Сім'я. Наслідки соціальних впливів на здоров'я, безпеку й добробут (реклама, інформація, г). Соціально небезпечні хвороби (алкоголізм, наркоманія, туберкульоз, ВІЛ).

*Духовне здоров'я.* Духовність. Складники духовності. Моральні й етичні цінності. Взаємозв'язок складників здоров'я. Цілісність здоров'я.

**Добробут.** Складники добробуту.

*Уміння вчитися.* Навчальний поступ. Способи засвоєння навчальної інформації. Допоміжні засоби для навчання. Раціональна організація навчання й відпочинку.

*Підприємливість.* Можливості й ідеї. Ресурси. Діяльність зі створення цінності для інших. Ініціативність. Ефективна співпраця. Власна діяльність для успішного майбутнього. Підприємливість та етична поведінка для поліпшення здоров'я, безпеки й добробуту.

*Фінансова грамотність.* Потреби та ресурси. Доходи й витрати. Раціональне використання ресурсів

*Культура споживання.* Поведінка відповідального споживача. Потреби людини та обмеженість ресурсів. Повторна переробка. Повторне використання. Бережне ставлення до власного майна й недоторканість чужого.

*Доброчинність.* Ознаки доброчинності.

сексуальність.

*Психічне та емоційне здоров'я.* Розвиток особистості, її психічних процесів. Емоційний інтелект. Особливості поведінки та її наслідки. Ефективне спілкування. Самоконтроль. Булінг і протидія його проявам. Критичне ставлення до інформації.

*Соціальне здоров'я.* Соціальні детермінанти здоров'я. Сім'я. Батьківство. Наслідки соціальних впливів на здоров'я, безпеку й добробут (реклама, інформація, гендерні проблеми тощо). Соціально небезпечні хвороби (алкоголізм, наркоманія, туберкульоз, ВІЛ).

*Духовне здоров'я.* Моральні й етичні цінності. Життєва самоідентифікація. Сенс життя. Ідеали і світогляд. Взаємозв'язок складників здоров'я. Цілісність здоров'я. Культура здоров'я.

**Добробут.** Суспільний і особистий добробут. Складники добробуту. Якість життя і спосіб життя. Рівень і умови життя.

*Уміння вчитися.* Навчальний поступ. Способи засвоєння навчальної інформації. Допоміжні засоби для навчання. Раціональна організація навчання й відпочинку.

*Підприємливість* Власна діяльність для успішного майбутнього.

*Фінансова грамотність.* Соціальні й економічні можливості й виклики сучасного суспільства. Економіка. Фінансове здоров'я і грамотність.

*Культура споживання.* Потреби людини



<p>Гуманність. Чуйність. Допомога іншим. Підтримка людей з особливими потребами. Толерантне ставлення до поглядів і переконань, інтересів та потреб інших. Повага до ідей інших. Повага до живих істот. Протидія жорстокому поводженню з тваринами.</p>	<p>та обмеженість ресурсів.</p> <p><i>Доброчинність.</i> Ознаки доброчинності. Гуманність. Чуйність. Допомога іншим. Підтримка людей з особливими потребами. Етичне ставлення до гендерних, расових, національних, статевих, вікових і фізичних відмінностей між людьми. Спонсорство. Меценатство. Волонтерство в Україні.</p>
---	--

## 7. Цінності, на сприйняття яких спрямований курс

*Загальнолюдські цінності.* Інтегрований курс «Здоров'я, безпека та добробут» спрямовано на сприйняття учнями загальнолюдських цінностей, які найбільше впливають на психічне (ментальне) і соціальне здоров'я людини та якість її життя. Це самоповага, миролюбність, толерантність, дружба, любов, життєвий оптимізм, чуйність, довіра, самоконтроль, спілкування, гідність тощо<sup>4</sup>.

Досвід багатьох поколінь і сучасні наукові дослідження переконливо доводять, що коли люди сповідають загальнолюдські цінності, вони мають вищу якість життя за багатьма показниками. І навпаки, ігнорування вищих цінностей пов'язане з проблемами, стресами, ризиком вживання психоактивних речовин, симптомами різних захворювань, руйнуванням стосунків, відчуттям безпорадності й страху перед майбутнім.

*Ціннісні орієнтири, визначені Державним стандартом.*

Інтегрований курс спрямовано на інтеріозацію учнівством таких орієнтирів:

- унікальність й талановитість кожної дитини, ні дискримінації;
- формування цілісного світогляду;
- становлення вільної особистості
- гармонійний фізичний та психоемоційний розвиток;
- добробут та безпека;
- утвердження людської гідності та доброчесності;
- визнання свої ідентичності;
- активне громадянство.

<sup>4</sup> LIFESKILLS 101: Higher Core Values Winners Live By (Inglés) Tapa blanda – 22 Noviembre 1997 de Darrell Franken (Author, Illustrator) <https://www.amazon.com/-/es/Darrell-Franken/dp/0934957215>

## 8. Компетентності, на набуття яких спрямований курс

Інтегрований курс ЗБД спрямований на розвиток у учнівства ключових, предметних і наскрізних компетентностей, сприятливих для здоров'я, безпеки, добробуту, успішної соціалізації та само-реалізації особистості.

1. *Врахування ключових компетентностей за переліком Європейського Союзу.*

Модельна програма курсу ЗБД спрямована на розвиток ключових компетентностей визначених Європейським Союзом<sup>5</sup> із наголосом на зазначених у табл. 4.

Таблиця 4.

Ключові компетентності за переліком ЄС	Складові, на розвиток яких спрямована модельна програма курсу ЗБД для 5-6 класів
Особиста, соціальна та навчальна компетентність (Personal, social and learning competence)	Здатність справлятися з невизначеністю та складністю, учитися вчитися, підтримувати фізичне та емоційне благополуччя, співпереживати і конструктивно вирішувати конфлікти.
Підприємницька компетентність (Entrepreneurship competence)	Вміння планувати, навички творчості, критичного мислення, вирішенні проблем, ініціативності, наполегливості та вмінні співпрацювати.

2. *Врахування ключових компетентностей за Державним стандартом (компетентнісний потенціал освітньої галузі СЗО»).*

Модельна програма спрямована на розвиток ключових компетентностей, визначених Державним стандартом базової середньої освіти у додатку 15<sup>6</sup>, із наголосом на зазначених у табл. 5.

Таблиця 5.

Ключові компетентності за Державним стандартом	Складові, на розвиток яких спрямована модельна програма курсу ЗБД для 7-9 класів
Громадянські та соціальні компетентності	Цінності, пов'язані з ідеями демократії, моралі, справедливості, рівності, свободи, прав людини, добробуту та здорового способу життя, усвідомленням рівних прав і можливостей.
Навчання впродовж життя,	Здатність пошуку можливостей для навчання й розвитку; спроможність вчитися й працювати як у колективі, так і самостійно, організувати своє навчання, оцінювати його й ділитися його результатами з іншими, шукати підтримки, коли вона потрібна.

<sup>5</sup> ANNEX to the Proposal for a Council Recommendation on Key Competences for Lifelong Learning [Electronic resource]. — Available at: <https://is.gd/CANrvz>

Онлайн-курс «Я досліджую світ» <http://jds.multycourse.com.ua/ua/page/21/111>

<sup>6</sup> Державний стандарт базової середньої освіти. Постанова КМУ від 30 вересня 2020 р. № 898 <https://is.gd/3g6PJ1>

Інноваційність	Здатність особи реагувати на зміни та долати труднощі, відкритість до нових ідей, ініціювання змін у близькому середовищі (клас, заклад освіти, громада тощо), спроможність визначати й ставити перед собою цілі, мотивувати себе та розвивати в собі стійкість і впевненість, щоб займатися навчанням упродовж усього життя та досягати успіхів у ньому.
Екологічна компетентність	Дотримання правил природоохоронної поведінки, ощадного використання природних ресурсів, розуміння контексту і взаємозв'язку господарської людської діяльності і важливості збереження природи для сталого розвитку суспільства.
Підприємливість і фінансова грамотність	Передбачає ініціативність, здатність до активної участі в житті суспільства, керування власним життям і кар'єрою, уміння розв'язувати проблеми, готовність брати відповідальність за власні рішення, здатність працювати в команді

### *3. Предметні компетентності.*

Інтегрований курс ЗБД спрямовано на набуття учнівством предметних компетентностей за освітньою галуззю «Соціальна і здоров'язбережувальна». Склад цих компетентностей визначається обов'язковими і конкретними результатами навчання для 7-9 класі. У Державному стандарті вони містяться у стовпцях «Загальні результати», «Конкретні результати», «Орієнтири для оцінювання».

### *4. Наскрізні уміння (компетентності).*

Модельна програма інтегрованого курсу ЗБД сприяє розвитку психосоціальних компетентностей, визначених Державним стандартом як наскрізні уміння: читання з розумінням, висловлення власної думки усно й письмово, критичне та системне мислення, творчість, ініціативність, логічне обґрунтування позиції, конструктивне керування емоціями, оцінювання ризиків, ухвалення рішень, розв'язування проблем, співпраця з іншими.

Інтегрований курс також сприяє розвитку додаткових психосоціальних компетентностей: позитивна самооцінка, мотивація успіху і гартування волі, вміння вчитись, ефективне спілкування, співчуття, розв'язування конфліктів, протистояння негативним соціальним впливам тощо.

## **9. Узагальнені результати навчання за інтегрованими курсом**

Модельна програма курсу ЗБД спрямована досягнення учнівством загальних результатів, визначених Державним стандартом для 7-9 класів для освітньої галузі «Соціальна і здоров'язбережувальна» (табл.7).

Таблиця 7

Групи результатів навчання учнів за Державним стандартом	Загальні результати, на досягнення яких у 7-9 класах спрямована модельна програма
1. Турбота про особисте здоров'я і безпеку, реагування на чинники і діяльність, яка становить загрозу для життя, здоров'я, добробуту власного і навколишніх	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Діє відповідально [СЗО 1.1]</li> <li>- Обстоює власні й чужі інтереси [СЗО 1.2]</li> <li>- Надає допомогу [СЗО 1.3]</li> </ul>
2. Визначення альтернатив, прогнозування наслідків, ухвалення рішень з користю для власної безпеки та безпеки інших осіб, здоров'я й добробуту	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Розпізнає небезпечні ситуації [СЗО 2.1]</li> <li>- Прогнозує наслідки [СЗО 2.2]</li> <li>- Ухвалює рішення [СЗО 2.3]</li> <li>- Поводиться безпечно [СЗО 2.4]</li> </ul>
3. Аргументований вибір здорового способу життя, аналіз і оцінка наслідків і ризиків	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Обмірковує альтернативи власних дій і рішень [СЗО 3.1]</li> <li>- Аналізує вплив поведінки на здоров'я [СЗО 3.3]</li> <li>- Здійснює вибір, що приносить користь і задоволення (радість) [СЗО 3.4]</li> </ul>
4. Підприємливість та етична поведінка для поліпшення здоров'я, безпеки й добробуту	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Вчиться вчитися [СЗО 4.1]</li> <li>- Знаходить і перевіряє інформацію [СЗО 4.2]</li> <li>- Поводиться етично [СЗО 4.8]</li> <li>- Спілкується конструктивно [СЗО 4.4]</li> <li>- Співпрацює для досягнення результату діяльності [СЗО 4.7]</li> <li>- Діє ефективно й самостійно [СЗО 4.3]</li> <li>- Виявляє культуру споживання [СЗО 4.5]</li> <li>- Підтримує добротність [СЗО 4.10]</li> </ul>

Конкретні очікувані результати навчання за інтегрованим курсом ЗБД для 7-9 класу, які деталізують зазначені у табл. 7 обов'язкові результати, наведено в основній частині модельної програми.

### 10. Принципи і методи навчання

Головною ознакою навчання за модельною навчальною програмою є зосередження на розвитку особистого потенціалу учнівства, позитиві та формуванні відповідального ставлення до здоров'я. Це забезпечується дотриманням таких принципів:

- партнерство між учнями і вчителем, який є фасилітатором навчального процесу;
- інклюзивність - всі учні класу залучені до навчальної діяльності;

- активне навчання, що враховує індивідуальні стилі сприйняття і стратегії навчання учнів: робота в групах, мозковий штурм, проекти, тематичні дослідження, рольові ігри тощо;
- навчання на ситуаціях, наближених до реального життя (важливих для безпеки, здоров'я, соціалізації та самореалізації учнів)

Пріоритетними методами навчання за курсом є дослідницькі, творчі, проблемно-пошукові. Формами організації діяльності дітей є колективна, групова, індивідуальна. Особливу увагу приділено організації групової роботи учнів.

Увага вчителя має бути зосереджена на проведенні занять з використанням методів навчання, що ґрунтуються на активній участі всіх учнів: роботі в групах, обговоренні, мозкових штурмах, розробці концептуальних карт, рольових іграх, дискусіях, творчих проектах, інтерв'ю, аналізі життєвих ситуацій, екскурсіях, моделюванні розв'язання проблеми тощо.

Детально методи викладання за модельною програмою наведено в онлайн-курсах для підвищення кваліфікації вчителів «Основи здоров'язбережувальної компетентності»<sup>7</sup>

## 11. Оцінювання

Оцінювання навчальних досягнень учнів включає формувальне поточне, підсумкове тематичне і підсумкове завершальне.

Поточне формувальне оцінювання за модельною програмою має відбуватися на кожному уроці шляхом педагогічного спостереження учителя за навчальними видами діяльності учнів, виконання ними групових і індивідуальних завдань, самооцінювання, аналізу учнівських робіт, застосуванням прийомів отримання зворотного зв'язку тощо. Інструменти для адекватного оцінювання зазначені у Прикінцевій частині

Підсумкове тематичне оцінювання за кожним розділом модельної програми проводиться після завершення вивчення відповідного розділу..

Підсумкове завершальне оцінювання проводиться учителем самостійно.

Завершальне оцінювання рекомендується здійснювати кожного року шляхом онлайн-анкетування вчителя і учнів за спеціальною анкетною.

## 12. Навчально-методичне забезпечення

Інтегрований курс «Здоров'я, безпека та добробут» для 7-9 класу матиме комплектне навчально-методичне забезпечення у складі:

1. Модельна програма (цей документ)
2. Орієнтовна навчальна програма та календарне планування для різних варіантів навчального плану закладів освіти
3. Підручники для учнів
4. Розробки уроків за всіма темами
5. Сайт дистанційної освіти для учнів

<sup>7</sup> Онлайн-курс «Основи здоров'язбережувальної компетентності» <http://multycourse.com.ua/ua>

6. Онлайн-курси для фахової підготовки вчителів за галуззю «Соціальна і здоров'язбережувальна»<sup>8</sup>
7. Онлайн-система адміністрування підвищення кваліфікації<sup>9</sup>
8. Онлайн-супровід у соціальних мережах з питань викладання курсу.

### 13. Формат основної частини модельної програми

Наведена в основній частині модельна програма для 7-9 класів має структуру, визначену додатком до листа МОН від 03.01.2023 №4/26-23 «Про укладання модельних навчальних програм».

Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікувані результати навчання
<i>Назва змістової лінії, розділу, теми/тематики тощо</i>		

Зазначена у листі МОН додаткова графа «Спрямованість корекційно-розвиткової роботи» у цій модельній програмі не заповнювалась, оскільки вона має заповнюватись у модельних програмах для спеціальних закладів загальної середньої освіти для дітей із порушеннями інтелектуального розвитку.

Крім того ці напрямки суттєво залежить від нозологій порушень інтелектуального розвитку конкретної дитини, а самих нозологій досить багато<sup>10</sup>. Загальні напрями корекційно-розвиткової роботи для дітей з різними порушеннями інтелектуального розвитку наведено у прикінцевій частині.

### 14. Використані джерела

1. Наказ Міністерства освіти і науки України від 19.02.2021 №235 «Про затвердження типової освітньої програми для 5-9 класів закладів загальної середньої освіти» <https://is.gd/UIKEPE>
2. Державний стандарт базової середньої освіти. Постанова КМУ від 30 вересня 2020 р. № 898 <https://is.gd/3g6PJ1>
3. Онлайн-курс «Основи здоров'язбережувальної компетентності» <http://multycourse.com.ua/ua>
4. LIFESKILLS 101: Higher Core Values Winners Live By (Inglés) Tapa blanda – 22 Noviembre 1997 de Darrell Franken (Author, Illustrator) <https://www.amazon.com/-/es/Darrell-Franken/dp/0934957215>
5. ANNEX to the Proposal for a Council Recommendation on Key Competences for Lifelong Learning [Electronic resource]. — Available at: <https://is.gd/CANrvz>
6. Онлайн-курс «Я досліджую світ» <http://jds.multycourse.com.ua/ua/page/21/111>

<sup>8</sup> Онлайн-курс «Основи здоров'язбережувальної компетентності» <http://multycourse.com.ua/ua>

<sup>9</sup> Онлайн система «Підвищення кваліфікації: адміністратор послуг» <http://appk.com.ua/>

<sup>10</sup> Корекційно-розвиткова робота <https://stud.irc.org.ua/korekcijnorozvitkova-robota-17-31-28-11-04-2019/>

Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікуванні результати навчання (учень/учениця)
---	----------------------------	--

## ОСНОВНА ЧАСТИНА

### МОДЕЛЬНА НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА ЗБД ДЛЯ 7 -9 КЛАСУ

(автори Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко, І. В. Лаврентьєва, О. Л. Хомич, Н. В. Андрук)

### МОДЕЛЬНА ПРОГРАМА ДЛЯ 7 КЛАСУ

#### РОЗДІЛ 1. БЕЗПЕКА ЛЮДИНИ

<p><b>Безпека життєдіяльності</b> Безпека, небезпека, ризик. Принципи безпечної життєдіяльності. Природні, техногенні та соціальні небезпеки мирного часу. Небезпеки воєнного часу (в зоні бойових дій, на окупованих і звільнених територіях). Екологічні проблеми й техногенні аварії внаслідок воєнних дій.</p> <p><b>Дії населення у разі загрози або надзвичайних ситуацій воєнного характеру.</b> Сигнали оповіщення населення: «Увага всім!», «Повітряна тривога», «Хімічна небезпека». Шляхи і правила евакуації. Види укриттів. Ознаки надійного і ненадійного укриття.</p> <p><b>Попередження ризиків від вибухонебезпечних предметів.</b> Ознаки небезпечних територій. Ідентифікація</p>	<p>Оцінювання ризиків щоденного життя у мирний і воєнний час.</p> <p>Обстеження оселі на наявність найбезпечніших місць у разі надзвичайних ситуацій воєнного характеру.</p> <p>Позначення/маркування небезпечних територій («Небезпечно міні» та інші). Моделювання взаємодії з рятувальними службами при виявленні незнайомих чи вибухонебезпечних предметів.</p> <p>Створення пам'яток безпеки для пішохода, велосипедиста в</p>	<p>складає алгоритм дій у небезпечних ситуаціях на основі знань і власного досвіду</p> <p>демонструє безпечну поведінку в побуті, закладі освіти, на вулиці, у громадських місцях і у разі потреби звертається по допомогу до дорослих</p> <p>користується попередженнями та інструкціями про безпеку</p> <p>досліджує та оцінює рівень ризиків у навколишньому середовищі для особистого здоров'я і безпеки, передбачає способи уникнення або зменшення виявлених небезпек</p> <p>оцінює ймовірність ризику виникнення небезпечної ситуації внаслідок власної діяльності</p> <p>обґрунтовує рівень ризику неналежного</p>
--	---	--

Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікуванні результати навчання (учень/учениця)
<p>загроз: міни, боєприпаси, детонатори/підрильники, саморобні вибухові пристрої та міни-пастки, набої. Правила поведінки під час: виявлення вибухонебезпечних предметів, якщо опинились на замінованій території або стали свідком інциденту на мінному полі. Небезпека самостійного маркування вибухонебезпечного предмета у безпосередньої близькості від нього. Взаємодія з рятувальними службами.</p> <p><b>Безпека на дорозі</b> Безпека пішохода, велосипедиста в місті та за містом, пасажира легкового і вантажного автомобіля, автобуса, поїзда. Заходи безпеки під час руху на велосипедах/ інших засобах індивідуальної мобільності (електросамокат, моноколесо тощо). Рух через залізничні переїзди. Небезпечні вантажі.</p> <p><b>Дорожньо-транспортні пригоди</b> Види ДТП. Засоби захисту, які знижують ризики травмування під час ДТП. Дії свідків ДТП. Перша допомога постраждалим у ДТП.</p>	<p>місті та за містом, пасажира легкового і вантажного автомобіля, автобуса, поїзда</p> <p>Моделювання поведінки свідків ДТП.</p> <p>Дослідження засобів пожежогасіння та знаків пожежної безпеки у закладі освіти.</p> <p>Відпрацювання алгоритму дій під час пожежі в громадському приміщенні.</p> <p>Відпрацювання прийомів психологічної самопомоги в екстремальних ситуаціях.</p> <p>Відпрацювання умінь надавати першу домедичну допомогу при травмах, опіках</p>	<p>використання речовин, що можуть становити небезпеку (ліки, алкоголь, побутова хімія тощо)</p> <p>розрізняє прийнятні чи неприйнятні ризики в небезпечних ситуаціях природного, техногенного, соціального характеру і побутового походження</p> <p>вибирає доцільні (ефективні) стратегії прийняття рішень з користю для власної безпеки і безпеки інших осіб, здоров'я та добробуту</p> <p>використовує протоколи реагування в небезпечних ситуаціях</p> <p>діє за стандартними моделями у разі виникнення небезпеки певного характеру</p> <p>визначає особливості поведінки у безпечних і небезпечних життєвих ситуаціях</p> <p>визначає ступінь складності ушкоджень і травм, надає долікарську допомогу собі та іншим особам у випадку ушкоджень чи травм у межах своїх можливостей</p> <p>ідентифікує способи можливості</p>



Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікуванні результати навчання (учень/учениця)
<p><b>Пожежна безпека у громадських приміщеннях</b> Правила пожежної безпеки у закладі освіти. Оповіщення про пожежу. Первинні засоби пожежогасіння. Знаки пожежної безпеки. Алгоритм дій під час пожежі в громадському приміщенні.</p> <p><b>Самодопомога і невідкладна допомога</b> Керування стресом в екстремальних ситуаціях. Перша домедична допомога при падіннях, травмах, опіках.</p>		надання долікарської допомоги та звертається до необхідних служб відповідно до ситуації
<b>РОЗДІЛ 2. ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ</b>		
<p><b>Цілісність здоров'я</b> Сучасне уявлення про здоров'я. Чинники впливу на здоров'я. Здоров'я і потреби.</p> <p><b>Значення звичок і навичок для здоров'я</b> Звички і спосіб життя. Як формуються звички. Як змінити небажану звичку.</p> <p><b>Здоров'я і спосіб життя</b> Переваги здорового способу життя. Користь рухової активності і здорового харчування для здоров'я. Навички, сприятливі для здоров'я.</p>	<p>Самооцінювання рівня здоров'я.</p> <p>Вправа «Хіт-парад звичок».</p> <p>Дослідження переваг здорового способу життя.</p> <p>Складання плану здорового способу життя.</p> <p>Конкурс мотиваційних роликів для адвокації здорового способу життя.</p>	<p>— демонструє модель безпечної поведінки відповідно до суспільних та особистих цінностей у соціальному та природному середовищі</p> <p>— вибирає доцільні (ефективні) стратегії прийняття рішень з користю для власної безпеки і безпеки інших осіб, здоров'я та добробуту</p> <p>— розробляє план власних дій, визначає мотивацію, фіксує результати, адекватно оцінює свої сили, формує корисні звички</p>

Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікуванні результати навчання (учень/учениця)
<p><b>Профілактика захворювань</b> Які бувають хвороби. Захисні реакції організму. Шляхи зараження і бар'єри на шляху інфекції. Імунітет. Методи профілактики захворювань. Взаємодія лікаря і пацієнта.</p>	<p>Мозковий штурм: «Види захворювань» Групова робота: «Шляхи проникнення інфекції в організм людини» Створення групової презентації до теми «Профілактика інфекційних захворювань».</p>	<p>через систематичність повторення</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– переконливо презентує свої (спільні) ідеї іншим особам у різний спосіб, зокрема з використанням цифрових засобів</li> <li>– встановлює емоційний контакт у групі</li> <li>– корегує власні цілі, зважаючи на цілі та інтереси групи</li> </ul>
<b>РОЗДІЛ 3. ФІЗИЧНА СКЛАДОВА ЗДОРОВ'Я</b>		
<p><b>Складові і показники фізичного здоров'я</b> Складові фізичного здоров'я. Показники фізичної форми. Взаємозв'язок складових фізичного здоров'я Моніторинг фізичної складової здоров'я.</p> <p><b>Рухова активність</b> Види рухової активності. Вплив рухової активності на фізичне, психологічне і соціальне благополуччя людини. Харчування при різному фізичному навантаженні. Контроль за масою тіла.</p> <p><b>Особиста гігієна підлітків.</b> Гігієнічні процедури. Чинники, що впливають на</p>	<p>Визначення індивідуальних показників фізичної складової здоров'я. Ознайомлення з практиками покращення показників фізичного розвитку.</p> <p>Визначення типу шкіри і волосся. Вибір косметичних засобів із урахуванням віку та типу шкіри (проект).</p> <p>Дослідження значення сну в</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– моделює власну стратегію здорового способу життя (достатня рухова активність, здорове харчування)</li> <li>– керує власною поведінкою для збереження здоров'я та добробуту (власного та інших осіб)</li> <li>– доводить переваги здорового способу життя для збереження здоров'я та особистого добробуту</li> <li>– застосовує формули, графічні та статистичні методи, розрахунки, моделі для експрес-оцінки і моніторингу стану здоров'я, розуміння соціальних явищ, вирішення побутових питань і життєвих</li> </ul>

Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікуванні результати навчання (учень/учениця)
<p>здоров'я шкіри та її функції. Особливості покращення функціонування шкіри у підлітковому віці з урахуванням її типу.</p> <p><b>Біологічні ритми і здоров'я.</b> Значення сну в юнацькому віці. Види відпочинку. Планування часу.</p>	<p>юнацькому віці.</p> <p>Створення режиму робочого і вихідного дня з урахуванням норм активного і пасивного відпочинку.</p>	<p>ситуацій</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– встановлює взаємозв'язок і пояснює взаємозумовленість фізичних, психічних та інших змін в організмі в підлітковому віці</li> <li>– володіє техніками підтримки і відновлення життєвих ресурсів</li> <li>– дотримується гігієнічних правил і норм особистої і суспільної поведінки</li> </ul>
<b>РОЗДІЛ 4. ПСИХІЧНА І ДУХОВНА СКЛАДОВІ ЗДОРОВ'Я (12 год)</b>		
<p><b>Психічний і духовний розвиток</b> Особливості психічного розвитку підлітків. Розвиток потреб. Духовний розвиток особистості. Життєві цінності і здоров'я.</p> <p><b>Психологічна рівновага і здоров'я</b> Емоційний інтелект. Вплив емоцій на здоров'я і прийняття рішень. Культура вияву почуттів. Ознаки психологічної рівноваги.</p> <p><b>Самооцінка і здоров'я</b> Види самооцінки. Вплив ставлення людей до власного тіла і його змін на їх самооцінку і здоров'я. Конструктивне сприймання критики.</p>	<p>Дослідження особливостей психічного і духовного розвитку підлітків.</p> <p>Обговорення притчі про життєві цінності.</p> <p>Відпрацювання навичок самоконтролю, планування часу.</p> <p>Розробка плану щодо формування адекватної самооцінки.</p> <p>Обговорення притчі про</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– аналізує вплив ставлення людей до власного тіла і його змін на їх здоров'я, самооцінку і поведінку</li> <li>– досліджує і пояснює зміни власного емоційного стану та емоційного стану інших осіб</li> <li>– застосовує прийоми активного слухання, надання зворотного зв'язку, невербальної підтримки, фокусування уваги на ресурсах тощо для вирішення конфліктної ситуації</li> <li>– поводить впевнено, здійснюючи самоконтроль у конфліктних і</li> </ul>

Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікуванні результати навчання (учень/учениця)
<p><b>Стрес і здоров'я.</b> Види стресу. Чинники стресу. Стрес і здоров'я. Причини й наслідки емоційного вигорання. Способи керування стресом.</p> <p><b>Конфлікти і здоров'я</b> Причини виникнення і стадії розвитку конфліктів. Негативні наслідки ескалації конфліктів. Способи конструктивного розв'язання конфліктів. Вибір доцільної стратегії поведінки в конфлікті.</p>	<p>негативне мислення. Алгоритм вибору адекватних способів керування стресом.</p> <p>Моделювання прийомів конструктивного розв'язання конфліктів.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– небезпечних життєвих ситуаціях</li> <li>– обирає і допомагає іншим обрати ефективну стратегію поведінки в конфліктній ситуації</li> <li>– обирає доцільну стратегію поведінки в конфлікті</li> <li>– виступає посередником у запобіганні чи вирішенні конфлікту</li> <li>– дотримується правил комфортного співіснування, розробляє власні.</li> </ul>
<b>РОЗДІЛ 5. СОЦІАЛЬНА СКЛАДОВА ЗДОРОВ'Я</b>		
<p><b>Соціальні чинники здоров'я</b> Держава на захисті прав дитини. Соціальна безпека населеного пункту. Роль громади у формуванні здорового способу життя молоді. Джерела медичної та психологічної допомоги для молоді.</p> <p><b>Вплив цифрового середовища на здоров'я</b> Вплив засобів масової інформації на здоров'я. Вплив комерційної реклами на здоров'я. Гаджетозалежність, інтернетзалежність.</p>	<p>Дослідження елементів соціального середовища свого населеного пункту. Створення пам'ятки з інформацією про телефони довіри для дітей і молоді, клініки дружні до молоді, підліткові кабінети та інші джерела допомоги у населеному пункті. Екскурсія в державну чи</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– дотримується правил міжособистісного спілкування, поважаючи право співрозмовника на особистий простір</li> <li>– відстоює право кожної людини на індивідуальне (відмінне від інших) сприйняття дійсності</li> <li>– виокремлює прояви дискримінації, виникнення стереотипів, когнітивних викривлень, ідеалізації</li> <li>– виявляє ознаки булінгу, насилля, зокрема в цифровому середовищі, знає</li> </ul>

Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікуванні результати навчання (учень/учениця)
<p>Інформаційна «гігієна». Захист особистих даних в інтернеті. Протидія кіберзлочинам.</p> <p><b>Неінфекційні захворювання та їх профілактика</b> Соціальні чинники «хвороб цивілізації». Вплив неінфекційних захворювань на показники громадського здоров'я. Профілактика ожиріння, серцево-судинних, онкологічних захворювань, діабету 2 типу. Положення кримінального законодавства у сфері боротьби з розповсюдженням наркотичних речовин.</p> <p><b>Інфекційні захворювання, що набули соціального значення.</b> Заходи профілактики на державному і особистому рівнях інфекційних захворювань (ВІЛ, туберкульоз тощо). Законодавство України у сфері протидії епідемії ВІЛ-інфекції. Протидія стигмі і дискримінації.</p>	<p>громадську організацію, яка працює з молоддю.</p> <p>Критичний аналіз реклами товарів та послуг, постів у соціальних мережах, відео тощо, які пропагують насилля, підштовхують до поведінки, що може загрожувати життю і здоров'ю людей, національній безпеці.</p> <p>Аналіз причин і наслідків «Хвороб цивілізації».</p> <p>Моделювання ситуацій відмови від небезпечних пропозицій, протидії стигмі та дискримінації.</p>	<p>способи протидії насиллю і цькуванню, ресурси для повідомлення про виявлені випадки</p> <p>обґрунтовує наслідки і шкідливість маніпулятивних та інших небезпечних стосунків для фізичного та емоційного здоров'я</p> <p>визначає 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>конструктивно спілкується в різних життєвих ситуаціях, що стосуються здоров'я, безпеки та добробуту</p> <p>унікає небезпечного/ шкідливого контенту</p> <p>виробляє критерії оцінки контенту на основі знань і власного життєвого досвіду</p>
<b>РОЗДІЛ 6. ДОБРОБУТ</b>		
<p><b>Громадський добробут</b> Складові громадського добробуту. Економічний</p>	<p>Групова дискусія про екологічні проблеми</p>	<p>дотримується правил комфортного співіснування, розробляє на їх основі</p>

Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікуванні результати навчання (учень/учениця)
<p>розвиток держави. Раціональне природокористування, дбайливе ставлення до довкілля. Створення можливостей для розвитку та самореалізації. Значення інклюзивної, позашкільної, дистанційної освіти, самоосвіти.</p> <p><b>Особистий добробут</b> Добробут людини, як міра задоволення її потреб. Вплив добробуту на якість і тривалість життя людини. Спосіб життя і добробут. Самореалізація і добробут.</p> <p><b>Уміння вчитися</b> Навчання, як важливий елемент самореалізації. Умови і бар'єри ефективного навчання. Навички самоорганізації і планування. Техніки ефективного навчання. Взаємодія із програмами штучного інтелекту для ефективного навчання.</p>	<p>населеного пункту та шляхи їх вирішення (забруднення, бездомні тварини тощо). Аналіз доступності можливостей для розвитку та самореалізації у галузі науки, освіти, культури, мистецтва, спорту для кожного члена громади.</p> <p>Створення о інфографіки, що ілюструє взаємозв'язок між добробутом та якістю життя людини.</p> <p>Вправи для концентрації уваги, розвитку пам'яті, для критичного і креативного мислення.</p>	<p>власні</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>— етично поводитьься з живою природою, турботливо ставиться до тварин, рослин</li> <li>— аналізує вплив науки, культури, мистецтва, народних традицій, спорту на формування особистого та громадського добробуту</li> <li>— вибирає доцільні та ефективні навчальні засоби та стратегії, враховуючи особливості власного організму</li> </ul>

Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікуванні результати навчання (учень/учениця)
---	----------------------------	--

## МОДЕЛЬНА ПРОГРАМА ДЛЯ 8 КЛАСУ

### РОЗДІЛ 1. БЕЗПЕКА ЛЮДИНИ

<p><b>Надзвичайні ситуації</b> Класифікація надзвичайних ситуацій. Основні принципи порятунку і захисту людей у надзвичайних ситуаціях. Основні положення законодавства України щодо порятунку і захисту людей у надзвичайних ситуаціях. Сигнали оповіщення населення про надзвичайну ситуацію.</p> <p><b>Ризики воєнного часу</b> Захист життя і здоров'я в зоні бойових дій, на окупованих і де окупованих територіях. Дії під час обстрілів, бомбардувань, хімічної та радіаційної небезпеки. Попередження ризиків від вибухонебезпечних предметів. Алгоритм порятунку людей, з-під завалів, із зони пожежі. Взаємодія з рятувальними службами.</p> <p><b>Невідкладна домедична допомога</b> Визначення стану потерпілого. Перша допомога у надзвичайних ситуаціях. Види і наслідки кровотеч. Невідкладна допомога при кровотечах. Серцево-легенева реанімація. Невідкладна домедична допомога при опіках, отруєнні чадним газом.</p>	<p>Опрацювання алгоритму дій при отриманні повідомлень засобів масової інформації про надзвичайні ситуації. Обговорення ризиків для життя і здоров'я в зоні бойових дій. Моделювання ситуацій пошуку шляхів евакуації. Створення алгоритму дій під час пожежі в приміщенні (в лісі, в полі). Відпрацювання навичок визначення стану потерпілого, надання першої допомоги при кровотечах, опіках, отруєнні чадних газом.</p> <p>Демонстрація технік керування емоціями в критичних ситуаціях. Визначення симптомів травматичного стресу та ПТРС. Створення пам'ятки про</p>	<p>демонструє модель безпечної поведінки відповідно до суспільних та особистих цінностей у соціальному та природному середовищі</p> <p>— користується попередженнями та інструкціями про небезпеку</p> <p>— визначає ступінь складності ушкоджень і травм, надає долікарську допомогу собі та іншим особам у випадку ушкоджень чи травм у межах своїх можливостей</p> <p>— ідентифікує способи можливості надання долікарської допомоги та звертається до необхідних служб відповідно до ситуації</p> <p>— розрізняє прийнятні чи неприйнятні ризики в небезпечних ситуаціях природного, техногенного, соціального характеру і побутового походження</p> <p>— вибирає доцільні (ефективні) стратегії прийняття рішень з користю для власної безпеки і безпеки інших осіб, здоров'я та добробуту</p> <p>— володіє техніками підтримки і відновлення життєвих ресурсів</p>
--	--	--

Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікуванні результати навчання (учень/учениця)
<p><b>Психологічна самопомога</b>  Дозрівання мозку та емоції. Емоційні реакції в гострих стресових ситуаціях. Травматичний стрес та ПТСР. Керування емоціями. Дихальна гімнастика. Нервово-м'язова релаксація. Техніки-заземлення. Медитація. Аутотренінг.  Робота зі страхами і тривожними думками.</p>	<p>джерела психологічної допомоги для підлітків та молоді.</p>	
<b>РОЗДІЛ 2. ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ</b>		
<p><b>На порозі дорослого життя</b>  Розвиток людини. Ознаки фізичної, психічної і соціальної зрілості. Соціальні ролі і життєві навички.</p> <p><b>Оздоровчі системи</b>  Користь для здоров'я від вживання здорової їжі та щоденної фізичної активності.  Поняття про оздоровчі системи та їх складові.  Витрати ресурсів на власне здоров'я.</p>	<p>Визначення рівня своєї зрілості за певними показниками.</p> <p>Ознайомлення з оздоровчими системами.</p> <p>Аргументація вкладання ресурсів і коштів у власне здоров'я і підтримання його рівня.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– вибирає рішення з позиції їх впливу на формування безпеки, здоров'я і добробуту</li> <li>– застосовує формули, графічні та статистичні методи, розрахунки, моделі для експрес-оцінки і моніторингу стану здоров'я, розуміння соціальних явищ, вирішення побутових питань і життєвих ситуацій</li> <li>– оцінює вартість витрат на формування (підтримку) здоров'я і порівнює їх із витратами на лікування і реабілітацію</li> </ul>
<b>РОЗДІЛ 3. ФІЗИЧНА СКЛАДОВА ЗДОРОВ'Я</b>		
<p><b>Харчування і здоров'я</b>  Традиційні і сучасні системи харчування.  Принципи здорового харчування. Наслідки незбалансованого харчування. Небезпека модних дієт. Харчові добавки.</p>	<p>Визначення принципів здорового харчування.  Аналіз міфів і фактів про харчування і контроль маси тіла.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– активно шукає, порівнює і зіставляє різні джерела інформації, які допомагають зменшити ризики під час прийняття рішень щодо власного здоров'я і добробуту</li> </ul>



Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікуванні результати навчання (учень/учениця)
<p><b>Безпека харчування</b> Вибір харчових продуктів. Симптоми харчового отруєння. Отруйні рослини і гриби. Профілактика харчових отруєнь. Перша допомога при харчових отруєннях та кишкових інфекціях. Безпека харчування в похідних умовах, під час воєнного стану.</p>	<p>Створення презентації «Отруйні рослини і гриби». Відпрацювання навичок першої допомоги при харчових отруєннях і кишкових інфекціях. Вибір продуктів для харчування в умовах обмеженого простору (транспорті, бомбосховищі тощо).</p>	<p>обирає модель поведінки, безпечної для здоров'я і добробуту, що приносить користь і задоволення</p>
<b>РОЗДІЛ 4. ПСИХІЧНА І ДУХОВНА СКЛАДОВІ ЗДОРОВ'Я (12 год)</b>		
<p><b>Становлення особистості</b> Біосоціальний характер особистості. Розвиток самосвідомості у підлітковому віці. Формування системи цінностей. Моральний розвиток особистості. Планування майбутнього.</p> <p><b>Краса і здоров'я</b> Ідеали краси і здоров'я. Вплив модних тенденцій на здоров'я. Вплив ставлення людей до себе на їх самооцінку і здоров'я. Повага до себе та інших.</p> <p><b>Уміння вчитися</b> Складові уміння вчитися. Налаштування на</p>	<p>Складання системи цінностей. Визначення ознак зрілості особистості.</p> <p>Дослідження сучасних модних трендів і тенденцій та їх впливу на здоров'я і добробут людей. Критичний аналіз рекламних стратегій, пов'язаних з індустрією моди.</p> <p>Моделювання прийомів концентрації уваги, ефективного</p>	<p>Встановлює взаємозв'язок і пояснює взаємозумовленість фізичних, психічних та інших змін в організмі в підлітковому віці</p> <p>аналізує вплив ставлення людей до власного тіла і його змін на їх здоров'я, самооцінку і поведінку</p> <p>оцінює свої сильні (зокрема талант, здібності) та слабкі сторони, використовує власний навчальний потенціал без шкоди для здоров'я</p> <p>використовує свій і чужий позитивний досвід</p>

Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікуванні результати навчання (учень/учениця)
<p>успіх. Бар'єри ефективного навчання. Розвиток логічного та образного мислення. Принципи запам'ятовування. Взаємодія із програмами штучного інтелекту для ефективного навчання.</p>	<p>запам'ятовування.</p>	
<b>РОЗДІЛ 5. СОЦІАЛЬНА СКЛАДОВА ЗДОРОВ'Я</b>		
<p><b>Соціальні аспекти статевого дозрівання</b> Спілкування хлопців і дівчат. Принципи рівноправного спілкування. Фізичні, психологічні і соціальні наслідки ранніх статевих стосунків, підліткової вагітності. Протидія виявам тиску, неповаги і приниження щодо себе та інших осіб. Кримінальна відповідальність за злочини сексуального характеру.</p> <p><b>Правова відповідальність і закони України</b> Права, обов'язки і правова відповідальність неповнолітніх. Види правопорушень. Поведінка підлітків у разі затримання поліцією. Захист від кримінальних небезпек. Самооборона та її межі. Протидія торгівлі людьми. Дитяча безпритульність і бездоглядність. Небезпека залучення до деструктивних соціальних угруповань. Загроза тероризму</p>	<p>Відпрацювання правил рівноправного спілкування, відмови від небезпечних пропозицій (моделювання ситуацій або створення пам'яток). Дослідження доступності в населеному пункті джерел допомоги для молоді з питань репродуктивного здоров'я. Відпрацювання навичок протидії проявам тиску, неповаги і приниження щодо себе та інших осіб.</p> <p>Дослідження прав, обов'язків і правової відповідальності неповнолітніх.</p> <p>Демонстрація умінь критично аналізувати інформацію,</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– визначає 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)</li> <li>– вибирає доцільні (ефективні) стратегії прийняття рішень з користю для власної безпеки і безпеки інших осіб, здоров'я та добробуту</li> <li>– вибирає рішення з позиції їх впливу на формування безпеки, здоров'я і добробуту</li> <li>– моделює власну стратегію здорового способу життя (достатня рухова активність, здорове харчування), відмову від шкідливих звичок (вживання алкоголю, тютюну, наркотиків та інших хімічних речовин), безпечну сексуальну поведінку</li> </ul>

Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікуванні результати навчання (учень/учениця)
<p><b>Інформаційна безпека</b> Вплив засобів масової інформації на здоров'я і поведінку людей. Комп'ютерна безпека. Небезпечні ризики приналежності до деяких онлайн-спільнот. Безпека особистих даних в цифровому середовищі. Вигоди і ризики онлайн-покупок.</p>	<p>зокрема, інформацію з інтернета, соціальних мереж.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— визначає основні характерні ознаки безпечних і небезпечних для життя, здоров'я та добробуту моделей поведінки</li> <li>— обирає модель поведінки, безпечної для здоров'я і добробуту, що приносить користь і задоволення</li> </ul>
<b>РОЗДІЛ 6. ДОБРОБУТ</b>		
<p><b>Екологічна безпека довкілля</b> Забруднення навколишнього середовища і здоров'я. Питна вода і здоров'я. Небезпека купання у забруднених водоймах. Атмосферні забруднення та їх вплив на здоров'я. Вплив транспорту на навколишнє середовище та здоров'я. Вплив забруднення ґрунтів на здоров'я.</p> <p><b>Культура споживання</b> Екологічна культура споживання. Потреби і ресурси. Рациональне використання ресурсів. Підтримка місцевих виробників. Роль реклами в культурі споживання. Повторне використання, ремонт і переробка. Надмірне споживання, його критична оцінка. Енергоефективність та енергоетикет.</p> <p><b>Розвиток соціальної підтримки та співпраці</b> Значення соціальних зв'язків для досягнення</p>	<p>Екскурсія на водозабірну станцію або сміттєво-переробний завод. Дослідження екологічної ситуації свого населеного пункту. Створення моделі відповідального споживання (відео, презентація, соціальна реклама ) та проведення акції (флешмобу, виставки, соціальної реклами) для демонстрації найкращих моделей.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>— критично оцінює надмірність потреб і перебільшене споживання</li> <li>— планує витрати родини (свої) для підтримання здоров'я, безпеки і добробуту</li> <li>— ощадно використовує ресурси, зважаючи на можливість повторного використання, ремонту і переробки</li> <li>— визначає мотивацію власної діяльності, формулює мету і цілі діяльності</li> </ul>

Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікуванні результати навчання (учень/учениця)
добробуту. Співпраця та комунікація у групах і колективах. Соціальні мережі та їх роль у співпраці, волонтерському русі. Співпраця на міжнародному рівні.		

## МОДЕЛЬНА ПРОГРАМА ДЛЯ 9 КЛАСУ

### РОЗДІЛ 1. БЕЗПЕКА ЛЮДИНИ

<p><b>Сучасний комплекс проблем безпеки</b>            Безпека, як потреба людини. Види і рівні загроз. Взаємозв'язок особистої, національної і глобальної безпеки.</p> <p><b>Національна безпека України</b>            Засади національної безпеки. Сфери національної безпеки. Загрози національній безпеці.</p> <p><b>Особиста безпека під час воєнного стану.</b>            Режим воєнного стану: гарантії законності, права й обов'язки громадян. Інформаційна війна. Як протидіяти ворожій пропаганді. Допомога і підтримка постраждалих під час воєнних дій. Техніки психологічної допомоги і самопомоги.</p> <p><b>Глобальні загрози</b>            Переваги й недоліки науково-технічного</p>	<p>Дослідження Концепції національної безпеки України. Аналіз достовірності інформаційних джерел. Обговорення відповідальності за розповсюдження у соціальних мережах роликів/повідомлень щодо ризикованої поведінки та інформації, що може загрожувати національній безпеці.</p> <p>Обговорення ситуацій та створення алгоритмів виживання для тих, хто опинився в зоні військових дій, на окупованих територіях.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– досліджує та оцінює рівень ризиків у навколишньому середовищі для особистого здоров'я і безпеки, передбачає способи уникнення або зменшення виявлених небезпек</li> <li>– визначає 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)</li> <li>– визначає особливості поведінки у небезпечних життєвих ситуаціях</li> <li>– користується попередженнями та інструкціями про небезпеку</li> <li>– визначає ступінь складності ушкоджень і травм, надає долікарську допомогу собі та іншим особам у випадку ушкоджень</li> </ul>
--	--	--

Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікуванні результати навчання (учень/учениця)
<p>прогресу. Загрози, породжені діяльністю людини (демографічні проблеми, порушення стійкості біосфери). Загроза глобальних військових конфліктів, ядерної війни.</p> <p><b>Розвиток екологічно доцільного мислення і поведінки</b>            Культура споживання. Міжнародне екологічне право. Екологічне законодавство України. Поняття сталого розвитку. Переваги та виклики інформаційного суспільства.</p>	<p>Відпрацювання алгоритмів рятування людей під час пожежі, з-під завалів, надання самопомоги та невідкладної допомоги потерпілим.</p> <p>Мозковий штурм «Загрози, породжені діяльністю людини».</p> <p>Проект: «Мислити глобально, діяти локально»</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– чи травм у межах своїх можливостей складає алгоритм дій у небезпечних ситуаціях на основі знань і власного досвіду</li> <li>– оцінює ймовірність ризику виникнення небезпечної ситуації внаслідок власної діяльності</li> <li>– етично поводить з живою природою, турботливо ставиться до тварин, рослин</li> <li>– планує і за потреби обмежує використання ресурсів на різні періоди, враховуючи цілі сталого розвитку</li> </ul>
<b>РОЗДІЛ 2. ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ</b>		
<p><b>Феномен життя і здоров'я людини</b>            Показники життя (тривалість життя, рівень життя, якість життя). Здоров'я як життєвий ресурс. Підтримання мотивації до здорового способу життя. Чинники впливу на громадське здоров'я.</p> <p><b>Планування життя</b>            Унікальність людського життя. Чому важливо планувати своє життя. Етапи планування життя (візуалізація, врахування потреб, помірне споживання, підтримання балансу всіх сфер життя тощо).</p>	<p>Обговорення переваг здорового способу життя та способів підтримання мотивації ЗСЖ.</p> <p>Порівняння показників тривалості життя, рівня та якості життя в різних країнах світу. Аналіз чинників, які впливають на ці показники.</p> <p>Вправа «Колесо життя».</p> <p>Створення життєвого плану.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– доводить переваги здорового способу життя для збереження здоров'я та особистого добробуту</li> <li>– обирає здорові альтернативи для досягнення успіху, виявляє ресурси і можливості для їх реалізації</li> <li>– визначає основні ознаки впливу соціальних стереотипів поведінки на громадське та особисте здоров'я</li> <li>– визначає шлях до реалізації короткострокових цілей, розробляє план відповідно до своїх сильних сторін, інтересів і досвіду</li> </ul>

Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікуванні результати навчання (учень/учениця)
		<ul style="list-style-type: none"> <li>– обґрунтовує взаємозв'язок між професійним, особистим і сімейним майбутнім</li> </ul>
<b>РОЗДІЛ 3. ФІЗИЧНА СКЛАДОВА ЗДОРОВ'Я</b>		
<p><b>Фізична форма і здоров'я</b> Моніторинг фізичної форми. Механізми розвитку ожиріння у дітей і дорослих. Індекс маси тіла. Значення раціонального харчування та фізичних навантажень для контролю маси тіла.</p> <p><b>Репродуктивне здоров'я молоді</b> Стан репродуктивного здоров'я молоді в Україні. Негативні наслідки ранніх статевих стосунків. Запобігання захворювань, які передаються статевим шляхом. Засоби контрацепції.</p>	<p>Експрес-оцінка індивідуального рівня фізичного здоров'я.</p> <p>Дослідження сайтів, які є надійними джерелами інформації з проблем репродуктивного здоров'я</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– застосовує формули, графічні та статистичні методи, розрахунки, моделі для експрес-оцінки і моніторингу стану здоров'я, розуміння соціальних явищ, вирішення побутових питань і життєвих ситуацій</li> <li>– обирає з-поміж альтернативних варіантів оптимальні способи розв'язання проблем</li> <li>– вибирає рішення з позиції їх впливу на формування безпеки, здоров'я і добробуту</li> </ul>
<b>РОЗДІЛ 4. ПСИХІЧНА І ДУХОВНА СКЛАДОВІ ЗДОРОВ'Я</b>		
<p><b>Самореалізація особистості</b> Самореалізація у підлітковому та юнацькому віці. Складові самореалізації. Самопізнання і формування особистості. Формування самооцінки.</p> <p><b>Емоційне благополуччя</b> Природа і види емоцій. Поняття емоційної зрілості. Саморегуляція. Методи самоконтролю.</p>	<p>Відпрацювання прийомів емоційної саморегуляції (асоціація, дисоціація, рефреймінг)</p> <p>Проект: «Самооцінка характеру».</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– обирає здорові альтернативи для досягнення успіху, виявляє ресурси і можливості для їх реалізації</li> <li>– оцінює свої сильні (зокрема талант, здібності) та слабкі сторони, використовує власний навчальний потенціал без шкоди для здоров'я</li> <li>– розробляє план власних дій, визначає</li> </ul>

Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікуванні результати навчання (учень/учениця)
<p><b>Самовиховання характеру</b>  Риси характеру. Чинники, від яких залежить характер людини. Роль життєвих цінностей у формуванні характеру. Цінності і якість життя. Моральний розвиток особистості.  Самовиховання характеру.</p>		<ul style="list-style-type: none"> <li>– мотивацію, фіксує результати, адекватно оцінює свої сили, формує корисні використовує свій і чужий позитивний досвід</li> <li>– моделює нові можливості власного розвитку з урахуванням труднощів і невдач</li> <li>– визначає мотивацію власної діяльності, формулює мету і цілі діяльності</li> </ul>
<b>РОЗДІЛ 5. СОЦІАЛЬНА СКЛАДОВА ЗДОРОВ'Я</b>		
<p><b>Соціальне благополуччя</b>  Соціальна компетентність. Принципи формування міжособистісних стосунків. Цінність родини. Чинники міцної родини. Готовність до сімейного життя. Профілактика вроджених вад.</p> <p><b>Міжособистісні стосунки</b>  Відстоювання інтересів. Ознаки булінгу, насилля, зокрема в цифровому середовищі. Способи протидії насиллю і цькуванню. Відповідальність за цькування. Ресурси для повідомлення про виявлені випадки цькування.</p>	<p>Проект: «Герб моєї майбутньої родини».</p> <p>Відпрацювання прийомів ефективного спілкування.</p> <p>Дослідження ресурсів для повідомлення про випадки цькування.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– відстоює право кожної людини на індивідуальне (відмінне від інших) сприйняття дійсності</li> <li>– виявляє ознаки булінгу, насилля, зокрема в цифровому середовищі, знає способи протидії насиллю і цькуванню, ресурси для повідомлення про виявлені випадки</li> <li>– дотримується правил безпечних стосунків під час міжособистісного спілкування</li> <li>– дотримується гігієнічних правил і норм особистої і суспільної поведінки</li> <li>– керує власною поведінкою для збереження здоров'я та добробуту (власного та інших осіб)</li> </ul>

Пропонований зміст навчального предмета/інтегрованого курсу	Види навчальної діяльності	Очікуванні результати навчання (учень/учениця)
<b>РОЗДІЛ 6. ДОБРОБУТ</b>		
<p><b>Професійне самовизначення</b> Складові життєвого самовизначення. Навички, корисні для професійної діяльності. Критерії і мотиви для вибору професії. Профорієнтація.</p> <p><b>Уміння вчитися</b> Умови ефективного навчання. Активне і пасивне навчання. Індивідуальні особливості сприйняття і навчання. Підготовка до Державної підсумкової атестації. Способи ефективного навчання й підготовки до іспитів. Навички медіаграмотності. Взаємодія із програмами штучного інтелекту для ефективного навчання.</p>	<p>Виявлення професійних схильностей. Міні-проект: «Дослідження ринку праці за матеріалами засобів масової інформації».</p> <p>Відпрацювання навичок раціонального планування часу і підготовки до Державної підсумкової атестації.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– створює власний гнучкий план професійного майбутнього</li> <li>– обґрунтовує взаємозв'язок між професійним, особистим і сімейним майбутнім</li> <li>– аналізує інформацію щодо професій та їх здобуття</li> <li>– визначає пріоритети в різних сферах власної навчальної діяльності, раціонально розподіляючи власні інтелектуальні, фізичні, емоційні та інші ресурси для забезпечення поступу в навчанні</li> <li>– залучає авторитетний досвід і безпечні для здоров'я практики для оптимізації власної навчальної діяльності</li> </ul>



## **ПРИКІНЦЕВА ЧАСТИНА**

### **1. Принципи і ознаки адекватного оцінювання**

Як зазначалося в основній частині, оцінювання результатів навчання учнів за курсом ЗБД включає формувальне (поточне) і підсумкове.

В основу оцінювання навчальних досягнень учнів за модельною програмою покладено такі принципи:

- Мотивація – наголос на позитиві і підтримці впевненості у своїх здібностях і можливостях
- Індивідуалізація – порівняння результатів з власними попередніми досягненням
- Суб'єктність – самооцінка і участь у визначенні індивідуальних цілей навчання
- Тріангуляція – здійснювання оцінювання щонайменше трьома суб'єктами: учителем/вчителькою, самим учнем, однокласниками

Адекватне і мотивуюче оцінювання навчальних досягнень учнів має такі ознаки:

- містить у своїй основі чіткі і зрозумілі вимоги до навчальних результатів;
- дозволяє легко досягти і перевищити ці результати;
- дає змогу показати свої досягнення різними способами;
- заохочує учнів апробувати моделі поведінки без ризику отримати за це негативну оцінку;
- розвивати позитивне ставлення до самого себе, впевненість у своїх здібностях і можливостях;
- використовує самооцінку і взаємну оцінку, як важливий елемент навчання;
- надає зворотний зв'язок учням/ученицям і вчителю/вчительці.

На початку вивчення курсу ЗБД доцільно проводити діагностичне оцінювання рівня розвитку психосоціальних навичок, а по завершенню кожного року навчання - підсумкове. Це надасть можливість оцінювати прогрес учнів у розвитку визначених Державним стандартом наскрізних умінь. Для цього рекомендується використовувати онлайн-анкети «До» і «Після», які буде розроблено спеціально для діагностичного і підсумкового оцінювання.

### **2. Як обирати інструменти оцінювання**

Існує величезна кількість інструментів, які можна використовувати для оцінки компетентності учнівства на рівні детермінант поведінки (знань, ставлень, умінь і

поведінки). Застосовуючи ці інструменти для оцінки рівня і змін у цих складових поведінки, потрібно враховувати наступне:

1. Використання тільки одного з інструментів не дає змоги зробити висновок про вплив навчання на всі складники поведінкової компетентності учнів. Тому варто застосовувати не менше чотирьох інструментів, кожен з яких є найбільш адекватним для оцінки відповідного об'єкта знань, ставлень, умінь, намірів і поведінки.
2. Одні види інструментів краще підходять для оцінки знань, другі — для оцінки ставлень, треті — вмінь або поведінки
3. Щоб зробити адекватні висновки, дуже важливо отримувати інформацію від різних груп (суб'єктів оцінювання): вчителів, самих учнів, їхніх ровесників та інших осіб. Кожна така група може мати дещо різні погляди на те, що є ефективними поведінковими навичками, що впливає на зміну поведінки або як саме інтерпретувати різні уявлення. Облік інформації з різних джерел є класичною вимогою сучасного оцінювання (так званий триангуляційний метод підвищення надійності). Сучасна концепція оцінювання передбачає, що тільки 20 % оцінки здійснює вчитель/вчителька, 50% — учень/учениця, а 30 % відбувається через взаємооцінювання однолітками.

Наведена нижче таблиця ілюструє найчастіше використовувані інструменти оцінювання та їх релевантність для оцінки знань, умінь, ставлень і поведінки. Великий знак «X» означає, що інструмент є найбільш корисним для оцінки відповідної складової поведінкової компетентності, а знак «x» — що він просто корисний.

Вид інструменту оцінки	Важливість для оцінки			
	Знання	Уміння	Ставлення	Поведінка
Закриті запитання	<b>X</b>	x	x	<b>X</b>
Відкриті запитання	<b>X</b>	x	x	
Шкали		x	<b>X</b>	
Поведінкові наміри				<b>X</b>
Інтерв'ю	<b>X</b>	x	<b>X</b>	
Рольові ігри і моделювання	x	<b>X</b>	x	
Спостереження	x	<b>X</b>	x	<b>X</b>
Дебати	x	<b>X</b>	x	<b>X</b>
Презентації, проєкти	x	<b>X</b>	x	<b>X</b>
Творчі методи, або такі що стимулюють активність	x	<b>X</b>	<b>X</b>	

### 3. Ресурси для фахової підготовки і підвищення кваліфікації вчителів

Міністерство освіти і науки України, своїми листами<sup>1</sup> рекомендувало для практичного використання такі курси фахової підготовки педагогічних працівників з питань соціальної і здоров'язбережувальної компетентності.

- онлайн-курс «Основи здоров'язбережної компетентності» (дистанційна форма навчання, обсяг 60 год., <http://multvcourse.com.ua/ua/>);
- онлайн-курс з розвитку психосоціальних компетентностей «Вчимося жити разом» (дистанційна форма навчання, обсяг 30 год., <http://lit.imiltvcourse.com.ua/ua/>);

В результаті успішного проходження курсів, педагогічний працівник отримує відповідний електронний документ. Навчання за зазначеними онлайн-курсами безкоштовне.

Для врахування навчання за онлайн-курсами у підвищення кваліфікації, бажані можуть отримати сертифікат, оформлений у повній відповідності до вимог Порядку, затвердженого Постановою КМУ<sup>2</sup> (включаючи роз'яснення МОН України<sup>3</sup>). Для цього треба зареєструватися в онлайн-системі адміністрування підвищення кваліфікації <http://appk.com.ua/> і завантажити у свій особистий електронний документ про проходження онлайн-курсу.

### 4. Напрями корекційно-розвиткової роботи для дітей з особливими освітніми потребами<sup>4</sup>

Зазвичай зміст корекційно-розвиткової роботи визначається з урахуванням особливостей розвитку дітей з особливими освітніми потребами, мети та завдань, а також напрямів такої роботи. Отже для модельних навчальних програм для спеціальних закладів освіти для дітей із порушеннями інтелектуального розвитку слід враховувати рекомендації для таких нозологій.

#### 1. Корекційно-розвиткові заняття для дітей з тяжкими порушеннями мовлення

Основними завданнями корекційно-розвиткових занять є:

- Визначення порушень мовленнєвого розвитку та механізмів їх виникнення.
- Подолання виявлених порушень з урахуванням механізмів їх виникнення та з опорою на найбільш збережені компоненти мовленнєвої та пізнавальної діяльності.

<sup>1</sup> Лист МОН України від 23.05.2019 №1/11-4833 щодо використання освітніх ресурсів для компетентнісного навчання учнів і післядипломної підготовки педагогічних працівників  
Лист МОН України від 14.08.2020 №1/9-436 щодо створення безпечного освітнього середовища в закладі освіти та попередження і протидії булінгу (цькуванню)

<sup>2</sup> Порядок підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників. Затверджено постановою Кабінету Міністрів України від 21 серпня 2019 р. № 800

<sup>3</sup> Лист МОН України від 04.03.2020 №1/9-141 щодо підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів загальної середньої освіти

<sup>4</sup> Джерело рекомендацій: <https://stud.irc.org.ua/korekcijnorozvitkova-robota-17-31-28-11-04-2019/>.

- Попередження появи вторинних порушень мовленнєвого (дисграфії, дизорфографії та дислексії) та пізнавального розвитку.
- Формування здатності здійснювати комунікацію в різних сферах спілкування з урахуванням мотивації, мети та соціальних норм поведінки.
- Нормалізація м'язового тону організму дитини через інтеграцію мовленнєвої, пізнавальної, рухової. Основні напрями корекційно-розвиткової роботи: розвиток мовлення, розвиток зв'язного мовлення, логоритміка, лікувальна фізкультура.

## 2. Корекційно-розвиткові заняття для дітей із затримкою психічного розвитку

Основними завданнями корекційно-розвиткових занять є:

- Цілеспрямоване формування пізнавальної діяльності: розвиток сенсорно-перцептивної діяльності і формування еталонних уявлень; розвиток мнемічної діяльності різної модальності; формування мислиннєвої діяльності у взаємозв'язку з мовленнєвим розвитком; розвиток розумових здібностей шляхом опанування дій заміщення і наочного моделювання в різних видах діяльності (навчальна, предметно-практична); розвиток творчих здібностей.
- Формування навчальної та предметно-практичної діяльності (мотиваційного, орієнтовно-операційного і регуляційного компонентів): цілеспрямоване формування навчальної діяльності: вміння програмувати, контролювати, регулювати й оцінювати результати
- Корекційний розвиток емоційно-вольової сфери: формування здатності до вольових зусиль, довільної регуляції поведінки; подолання вже сформованих негативних якостей особистості; попередження й усунення афективних, негативних відхилень у поведінці.
- Розвиток мовлення. Розвиток усного мовлення шляхом: корекції порушень звуковимови, одночасно з формуванням фонематичних процесів; розвиток лексики й граматичного ладу мовлення; розширення обсягу словника, уявлень про довкілля у процесі мовленнєвої й пізнавальної діяльності; формування управління й узгодження слів у реченні, зв'язного мовлення; ініціацію контакту, взаємодію та підтримування спілкування зі значущими дорослими та однолітками. Формування писемного мовлення у процесі: розвитку фонематичного, складового аналізу й синтезу; становлення синтетичних прийомів поскладового читання; формування мотивації оволодіння графічним зображенням букв й розвиток смислового програмування письмового висловлювання; формування мовних операцій.
- Розвиток психомоторики. Формування рухових вмінь та навичок; розвиток координації рухів, спритності, сили, витривалості; розвиток відчуття ритму; розвиток правильної постави, ходи, грації, рухів; розвиток загальної та дрібної моторики; розвиток моторних функцій і дихання. Основні напрями корекційно-розвиткової роботи: розвиток психомоторики, розвиток мовлення, розвиток емоційно-вольової сфери, формування пізнавальної, навчальної та предметно-практичної діяльності.

### 3. Корекційно-розвиткові заняття для дітей з розумовою відсталістю

Основними завданнями корекційно-розвиткових занять є:

- Формування особистісних якостей дитини, розвиток і корекція всіх психічних процесів, сприяння психологічної адаптації та соціальної реабілітації дітей.
- Розвиток та подолання порушень мовлення (усного та писемного), дихання та голосу у дітей, попередження можливих вторинних розладів.
- Корекція та компенсація загальної та дрібної моторики учнів
- Корекція та розвиток рухових порушень та недоліків фізичного розвитку, формування вмінь диференціювати рухи відповідно до ступеня мускульних навантажень, темпу рухів, підпорядкування рухів музиці. Основні напрями корекційно-розвиткової роботи: розвиток та корекція психосоціального розвитку, корекція вад мовлення, лікувальна фізична культура, ритміка.

Основним завданням корекційно-розвиткових занять для дітей з помірною розумовою відсталістю є формування у них навичок життєдіяльності в соціальному середовищі. Досягнення цієї мети забезпечується розв'язанням наступних завдань:

- соціальна адаптація дітей;
- корекція порушень розвитку;
- загальний фізичний розвиток у відповідності з їх можливостями.

Основні напрями корекційно-розвиткової роботи: розвиток та корекція психосоціального розвитку, корекція вад мовлення, лікувальна фізична фізкультура, ритміка. У роботі з цією категорією учнів важливо приділяти увагу формуванню у них певного обсягу знань, адекватність поведінки та вміння діяти у конкретних життєвих ситуаціях.

### 4. Корекційно-розвиткові заняття для дітей з розумовою відсталістю, які мають розлади аутичного спектра

Напрями корекційно-розвиткової роботи та завдання, реалізація яких в умовах мікрогрупи сприяє досягненню мети:

- Розвиток психомоторики (гармонізувати психофізіологічний статус; збагачувати руховий репертуар; тренувати психомоторні функції та властивості (координованість, статична і динамічна рівновага, спритність, витривалість).
- Сенсорний розвиток, сенсорна інтеграція (розвивати моторну імітацію, збагачувати чуттєвий досвід, формувати полісенсорне сприймання, коригувати сенсорну гіперчутливість, розвивати відчуття ритму, (структурування середовища і діяльності), розвивати дрібну моторику та зорово-моторну координацію).
- Соціально-комунікативний розвиток (розвивати здатність виконувати соціальні норми та правила поведінки, підпорядковуватися інструкціям, формувати комунікативні вміння, у тому числі невербальні, стимулювати

розвиток мовлення (активний та пасивний словниковий запас), формувати соціально-побутові навички).

5. Корекційно-розвиткові заняття для дітей із затримкою психічного розвитку, які мають розлади аутичного спектра

Напрями корекційно-розвиткової роботи та завдання, реалізація яких в умовах мікрогрупи сприяє досягненню мети:

- Розвиток психомоторики. Вдосконалювати психомоторні функції та властивості (координованість, статична і динамічна рівновага, спритність, влучність, витривалість).
- Соціально-комунікативний розвиток (формувати здатність до наслідування ланцюга дій, формувати здатність до підтримки та ініціювання соціальної взаємодії, формувати комунікативні уміння та навички діалогу, стимулювати розвиток зв'язного мовлення, розвивати навички соціальної поведінки і компетентності, розвивати здатність брати участь у соціально-рольових іграх).
- Емоційно-мотиваційний розвиток (розвивати довільність психічних функцій, розвивати та гармонізувати емоційну сферу, формувати емоційну саморегуляцію, розширювати інтереси (долання стереотипів), формувати пізнавальну та навчальну мотивацію). Для створення оптимальних умов оволодіння навчальним матеріалом з учнями, які потребують фізичного та (або) розумового розвитку, проводяться індивідуальні та групові заняття з корекції вад розвитку.

Корекційно-розвиткові заняття проводять спеціалісти навчального закладу: вчитель-дефектолог, вчитель-логопед, вчитель фізкультури (інструктор з фізкультури), вчитель ритміки. Нормативи наповнюваності класів, виховних груп та поділу класів на групи під час вивчення окремих предметів у спеціальних загальноосвітніх навчальних закладах для дітей сліпих та зі зниженим зором встановлюються відповідно до наказу Міністерства освіти і науки України від 20.02.2002 р. № 128. Згідно з рішеннями місцевих органів виконавчої влади або органів місцевого самоврядування класи можуть ділитися на групи і при наповнюваності, меншій від нормативної, за рахунок зекономлених бюджетних асигнувань та залучення додаткових коштів. У складі спеціальної школи можуть відкриватися класи для дітей із складними вадами розвитку.

Наповнюваність таких класів становить не більше 6 осіб. Структуру навчального року, графік шкільних канікул визначає загальноосвітній навчальний заклад відповідно до рекомендацій Міністерства освіти і науки України.