

Комунальний заклад «Вінницький ліцей №21»

ЗАТВЕРДЖЕНО
Рішення педагогічної ради
від 29.08.2022 р.,
Протокол №01

ЗДОРОВ'Я, БЕЗПЕКА ТА ДОБРОБУТ
НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА ДЛЯ 5 КЛАСУ

Розроблена на основі модельної програми
інтегрованого курсу «Здоров'я, безпека та добробут» 5-6 клас
для закладів загальної середньої освіти
(автори Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко, І. В. Лаврентьєва, О. Л. Хомич)

Вчителька інтегрованого курсу «Здоров'я, безпека та добробут»
І. С. Жванецька

2022 рік

I. Вступ

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

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.

Модельна програма спрямована на розвиток **ключових компетентностей**, визначених Державним стандартом базової середньої освіти: спілкування державною мовою; спілкування іноземними мовами; математична компетентність; основні компетентності у природничих науках та технологіях; інформаційно-цифрова компетентність; громадянські та соціальні компетентності; навчання впродовж життя; інноваційність; екологічна грамотність і здорове життя; підприємливість і фінансова грамотність; обізнаність та самовираження у сфері культури.

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 5-6 класі. У Державному стандарті вони містяться у стовпцях «Загальні результати», «Конкретні результати», «Орієнтири для оцінювання».

Модельна програма інтегрованого курсу ЗБД сприяє розвитку психосоціальних компетентностей, визначених Державним стандартом як **наскрізні уміння**:

- 1) читання з розумінням, висловлення власної думки усно й письмово;
- 2) критичне та системне мислення;
- 3) творчість;

- 4) ініціативність;
- 5) логічне обґрунтування позиції;
- 6) конструктивне керування емоціями;
- 7) оцінювання ризиків;
- 8) ухвалення рішень;
- 9) розв'язування проблем;
- 10) співпраця з іншими.

Інтегрований курс також сприяє розвитку додаткових **психосоціальних компетентностей**:

- 1) позитивна самооцінка;
- 2) мотивація успіху і гартування волі;
- 3) вміння вчитись;
- 4) ефективне спілкування;
- 5) співчуття;
- 6) розв'язування конфліктів;
- 7) протистояння негативним соціальним впливам тощо.

Основні принципи модельної програми.

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:

- 1) партнерство між учнями і вчителем, який є фасилітатором навчального процесу;
- 2) інклюзивність - всі учні класу залучені до навчальної діяльності;
- 3) активне навчання, що враховує індивідуальні стилі сприйняття і стратегії навчання учнів: робота в групах, мозковий штурм, проекти, тематичні дослідження, рольові ігри тощо;
- 4) навчання на ситуаціях, наближених до реального життя (важливих для безпеки, здоров'я, соціалізації та самореалізації учнів).

Пріоритети, на яких ґрунтується програма втілюють нові прогресивні концептуальні підходи, нові погляди на роль дитини і педагога в освітньому процесі, форми організації дитячої життєдіяльності.

Пріоритети викладання предмета: формування здорової особистості учня через взаєморозуміння, взаємоповагу, толерантність, творче співробітництво всіх учасників навчального процесу; осмислення і застосування концепції щодо промоції добробуту, здоров'я і безпеки задля поліпшення життя людини і суспільства; аналіз впливу суспільства, сім'ї, однолітків, культури, засобів масової інформації, технологій та інших чинників на вибір і практикування здорової безпечної поведінки; застосування навичок прийняття рішень для збереження та забезпечення добробуту, здоров'я, безпеки; розвиток підприємницьких якостей та поведінки свідомого споживача.

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 проєктах, інтерв'ю, аналізі життєвих ситуацій, екскурсіях, моделюванні розв'язання проблеми тощо.

Зміст навчального предмета	Очікуванні результати навчання	Види навчальної діяльності
Змістова лінія. Здоров'я і здоровий спосіб життя Принципи безпечної життєдіяльності Добробут (підприємливість, уміння вчитися, фінансова грамотність)		
Вступ. Базові поняття (3 години)		
Здоров'я і здоровий спосіб життя. Сучасне уявлення про здоров'я. Вплив способу життя на здоров'я. Ознаки погіршеного самопочуття. Алгоритм дій у разі погіршення самопочуття. Джерела інформації про здоров'я. Принципи безпечної життєдіяльності. Безпека і небезпека. Небезпечні ситуації. Порядок дій при потраплянні у небезпечну ситуацію. Взаємодія з аварійними та рятувальними службами. Добробут Поняття і складники добробуту: уміння вчитися, підприємливість, фінансова грамотність, доброчинність, співпраця. Успішне майбутнє. Потреби, бажання, інтереси, цілі. Довгострокові й короткострокові цілі. Життєві навички для здоров'я, безпеки і добробуту.	Пояснює наслідки недотримання здорового способу життя Знаходить інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту в різних джерелах і перевіряє її достовірність. Оцінює надійність різних джерел інформації (засоби масової інформації, реклама, соціальні мережі тощо). Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях Здатний викликати необхідні рятувальні служби, повідомляючи відповідно до ситуації необхідну інформацію Аналізує негативний вплив недотримання правил/інструкцій безпечної поведінки на збереження життя і здоров'я. Визначає свої потреби, бажання, інтереси й цілі. Самостійно створює та реалізовує короткострокові плани щодо досягнення успіху, зокрема в навчанні, спорті, побуті. Доводить, що здоров'я, безпека й добробут є підґрунтям успішного майбутнього	Дослідження складових здорового способу життя. Моделювання поведінки в разі погіршення самопочуття. Дослідження прикладів небезпечних ситуацій. Відпрацювання алгоритму дій під час потрапляння у небезпечну ситуацію. Дослідження складових добробуту. Вправа на групову взаємодію. Мозковий штурм: «Наші правила». Створення мапи мрій і цілей, плану досягнення мети. <u>Домашнє опрацювання.</u> Вимірювання температури тіла. Дослідження різних джерел інформації про здоров'я та оцінювання їх надійності. Дослідження телефонних місцевих екстрених та аварійних служб. Створення повідомлень про виклик рятувальників. Дослідження піраміди потреб Маслоу. Хто такі соціальні підприємці, що таке соціальне підприємництво.
Змістова лінія. Здоров'я і здоровий спосіб життя Принципи безпечної життєдіяльності Добробут (підприємливість, уміння вчитися, фінансова грамотність)		
Розділ 1. Безпека на дорогах (4 години)		
Правила для пішохода. Безпека пішохода. Види пішохідних переходів. Дорожня розмітка. Перехід багатосмугової	Демонструє модель безпечної поведінки згідно інструкцій і правил у соціальному і природному довкіллі.	Відпрацювання умінь аналізувати дорожні ситуації, у тому числі в умовах обмеженої видимості та оглядовості.

дороги. Засоби безпеки пішохода. Зважені рішення щодо переходу дороги. Безпека на зупинках громадського транспорту. Дорожні знаки, якими позначають зупинки громадського транспорту. Небезпеки переходу дороги на зупинці. Правила безпечної поведінки на зупинках. Посадка і висадка пасажирів. Перехід дороги з трамвайними коліями Безпека у громадському транспорті. Салон громадського транспорту. Правила поведінки пасажирів у автобусі, тролейбусі, трамваї. Поїздки у переповненому транспорті. Безпека у метрополітені. Засоби безпеки у транспорті. Засоби безпеки в автомобілі та громадському транспорті; Поведінка пасажирів при ДТП. Безпечні положення при аварії в громадському транспорті. Дії при пожежі в салоні транспорту	Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях. Обґрунтовує необхідність власної відповідальності за поведінку в побуті та в громадських місцях Протидіє проявам тиску, агресії, маніпуляції й неповаги щодо себе та інших осіб Визначає потенційні небезпеки навколишнього середовища для здоров'я й безпеки людини (дорожній рух, забруднення, хімічні речовини, ультрафіолетове випромінювання тощо) Моделює послідовність дій у небезпечних ситуаціях природного, техногенного, соціального і побутового походження Звертається до фахівців у небезпечних ситуаціях, наслідкам яких не може зарадити власними силами. Аналізує негативний вплив недотримання правил/інструкцій безпечної поведінки на збереження життя і здоров'я.	Тренінг прийняття зважених рішень щодо переходу дороги Аналіз небезпек переходу дороги на зупинці. Моделювання алгоритму безпечної поведінки на зупинці громадського транспорту. Дослідження переваг і недоліків різних видів громадського транспорту. Складання пам'ятки безпечної та етичної поведінки у громадському транспорті (за потреби, у шкільному автобусі). Знайомство з засобами безпеки у транспорті. Моделювання поведінки пасажирів при аварії в транспорті. Моделювання алгоритму дій під час пожежі у салоні. <u>Домашнє опрацювання.</u> Виготовлення світловідбивних елементів (флікерів). Дослідження безпечних місць салону транспорту. Аналіз правил поведінки у вестибюлі та на ескалаторі метрополітену. Моделювання безпечної та етичної поведінки на ескалаторі, на платформі і у вагоні метро.
--	---	--

Змістова лінія. Культура споживання

Добробут (підприємливість, уміння вчитися, фінансова грамотність)

Соціальна взаємодія (культура взаємин, робота в команді, співчуття, мирне розв'язання конфліктів)

Розділ 2. Уміння вчитися (4 години)

Мотивація до навчання. Адаптація до основної школи. Значення навчання для успішного майбутнього. Вроджені здібності і схильності. Користь шкільних предметів. Як створити й підтримувати інтерес до навчання. Керування часом. Час – обмежений ресурс. Як запобігти марнуванню часу. Розпорядок дня школяра. Розставляємо пріоритети. Засоби для щоденного і тижневого планування.	Визначає, ідентифікує та обговорює фізичні, психічні (в т.ч. емоційні) й соціальні зміни, які відбуваються під час переходу в основну школу. Організовує власний освітній простір, раціонально розподіляє час. Використовує допоміжні засоби для навчання, зокрема цифрові пристрої, без шкоди для здоров'я. Використовує допоміжні засоби для навчання, зокрема цифрові пристрої, без шкоди для	Дослідження змін, які відбулися при переході до основної школи. З'ясування очікувань від навчання. Самооцінювання здібностей і схильностей. Розпізнавання «крадіїв часу». Створення розпорядку робочого і вихідного дня. Огляд засобів для щоденного і тижневого планування (у тому числі й електронних).
--	--	---

Умови успішного навчання. Освітній простір школяра. Чинники, які допомагають і заважають навчанню. Способи перепочинку під час занять. Допоміжні засоби для навчання, включно з цифровими пристроями. Вчимося вчитися. Типи сприйняття інформації. Активне слухання. Прийоми для кращого запам'ятовування. Підготовка до контрольної. Навчальний поступ	здоров'я. Визначає ефективні способи засвоєння навчальної інформації. Аналізує власний навчальний поступ, вказуючи на причини успіхів та невдач Виявляє зацікавлення до тривалої систематичної діяльності (хобі, спорт, мистецтво, навчання тощо) й наполегливість у досягненні мети . Розуміє перспективність своєї діяльності для успішного майбутнього . Бере участь у груповій роботі, враховуючи індивідуальні особливості й потреби. Самостійно створює та реалізовує короткострокові плани щодо досягнення успіху, зокрема в навчанні, спорті, побуті.	Облаштування свого освітнього простору. Моделювання вправ і прийомів для відпочинку під час занять. Дослідження домінантних каналів сприйняття інформації. Відпрацювання прийомів ефективного запам'ятовування. Самооцінювання навчального поступу. <u>Домашнє опрацювання.</u> Перегляд мультфільму «Учись учитися» (на домашнє опрацювання) Аналіз тверджень про виконання домашнього завдання. Дослідження можливостей для самонавчання.
---	--	--

Змістова лінія. Особиста гігієна
Рухова активність
Профілактика інфекційних захворювань
Режим праці і відпочинку

Розділ 3. Фізичне здоров'я (4 години)

Рухова активність. Види рухової активності. Переваги активного способу життя. Яку спортивну секцію обрати. Попередження спортивних травм. Допінги та здоров'я. Порушення принципів чесного змагання внаслідок вживання допінгів. Корисний відпочинок. Стрес і здоров'я. Активний і пасивний відпочинок. Ознаки перевтоми. Умови здорового сну. Наслідки недосипання для здоров'я і навчання. Вплив медіа на здоров'я. Профілактика «шкільних» хвороб Постава і здоров'я. Вправи для профілактики порушень постави, збереження гостроти зору. Як обирати рюкзак. Безпечна маса рюкзак. Профілактика інфекційних захворювань. Симптоми	Визначає форми поведінки, які приносять задоволення без нанесення шкоди власному здоров'ю й здоров'ю інших осіб. Аналізує вибір свій та інших осіб з позиції користі й задоволення (радість) для здорового, безпечного життя. Виявляє зацікавлення до тривалої систематичної діяльності (хобі, спорт, мистецтво, навчання тощо) й наполегливість у досягненні мети. Бере участь у груповій роботі, враховуючи індивідуальні особливості й потреби. Моделює ситуацію надання першої долікарської допомоги в разі травматизму чи поганого самопочуття. Досліджує та обговорює чинники, котрі впливають на стан здоров'я і розвиток організму, зокрема	Порівняння різних видів спорту. Моделювання ситуацій надання допомоги і самодопомоги при спортивних травмах. Робота в групах: «Активний і пасивний відпочинок». Обговорення наслідків недосипання та умов здорового сну. Дослідження впливу медіа на здоров'я. Виконання вправ для формування правильної постави, гімнастики для очей, руханок для зняття м'язової та емоційної напруги. Розрахунок максимально допустимої маси рюкзак. Створення пам'ятки «Карантин». Моделювання алгоритмів миття рук, носіння захисної маски, дотримання соціальної
--	--	---

інфекційних захворювань. Шляхи зараження і способи захисту від респіраторних інфекцій (ОРВІ, грип, ковід-19, туберкульоз). Інфекції, що передаються через кров. ВІЛ-інфекція і СНІД. Як ВІЛ НЕ передається.	профілактичні заходи щодо інфекційних і неінфекційних захворювань.	дистанції під час поширення респіраторних інфекцій. <u>Домашнє опрацювання.</u> Обговорення дій, які допоможуть запобігти зараженню інфекціями, що передаються через кров. Створення пам'ятки: «ВІЛ НЕ передається через спілкування».
---	--	---

Змістова лінія. Емоційна (самоповага, самоконтроль, керування стресами, мотивація успіху і гартування волі)

Орієнтація на загальнолюдські цінності, пізнавальні, естетичні, етичні потреби

Розділ 4. Психічне і духовне здоров'я людини (3 години)

Ми – особливі. Повага до себе. Унікальність людини. Розвиток самоповаги. Повага до інших людей. Гідність і толерантність. Попередження дискримінації людей за станом здоров'я та іншими ознаками. Культура почуттів. Емоційний інтелект. Почуття та емоції. Розпізнавання емоцій. Як висловити емоції. Культура висловлення емоцій у віртуальному спілкуванні. Бути людиною. Людяність і співчуття. Доброчинність і волонтерство. Як надавати допомогу тим, хто цього потребує. Турбота про живих істот. Протидія жорсткому поведінню з тваринами. Джерела допомоги для тварин.	Протидіє проявам тиску, агресії, маніпуляції й неповаги щодо себе та інших осіб. Бере участь у груповій роботі, враховуючи індивідуальні особливості й потреби Визначає відмінності між людьми як ціннісну ознаку індивідуальності. Толерантно ставиться до поглядів, переконань, інтересів і потреб інших осіб, що не загрожують здоров'ю, безпеці й доброту. Виявляє розуміння індивідуальних відмінностей (гендерних, расових, національних, фізичних тощо). Вирізняє ознаки доброчинності виявляє чуйність до осіб, які потребують допомоги. Пояснює значення волонтерства. Виявляє ризики неналежного поведіння із тваринами (домашні, бездомні, дикі). Поводиться безпечно під час спілкування, зокрема з тваринами.	Вправи для розвитку самоповаги і толерантного ставлення до відмінностей між людьми. Моделювання протидії дискримінації у своєму середовищі. Моделювання невербального висловлювання і розпізнавання емоцій. Моделювання умінь надавати допомогу іншим людям, тваринам, протидії жорсткого поведіння з тваринами. Створення пам'ятки безпечної поведінки з тваринами. <u>Домашнє опрацювання.</u> Дослідження унікальності кожної людини. Тренінг висловлювання емоцій за допомогою «Я-повідомлення», емотиконів, тощо. Аналіз повідомлення з емотиконами. Ознайомлення з переліком заборонених продуктів для собак і котів. Дослідження сайту фонду Happy Paw.
---	---	---

Змістова лінія. Соціальна взаємодія (культура взаємин, робота в команді, співчуття, мирне розв'язання конфліктів)

Протидія соціальному тиску і дискримінації

Позитивні стосунки

Ефективне спілкування

Розділ 5. Соціальне здоров'я (5 годин)

Суспільні норми Для чого потрібні правила. Закони і моральні норми.	Демонструє модель безпечної поведінки згідно з інструкціями і правилами в соціальному і	Аналіз шкільних правил. Мозковий штурм: «Права дитини».
---	--	--

Конвенція ООН про права дитини. Обов'язки дитини у суспільстві. Умови ефективного спілкування. Чинники, що впливають на порозуміння між людьми. Вербальні та невербальні способи спілкування. Уміння слухати і говорити. Як уникати непорозумінь. Як відстояти себе. Стили спілкування. Ознаки і наслідки пасивної і агресивної поведінки у спілкуванні. Переваги упевненої поведінки. Спілкування з дорослими. Особистий простір. Кола спілкування. Взаємодопомога у родині. Дорослі, яким я довіряю. Джерела допомоги для дітей і молоді. Спілкування з однолітками. Дружба в житті людини. Дружний клас. Конфлікти між однолітками. Ознаки булінгу і кібербулінгу. Протидія виявам агресії і насилля в учнівському середовищі.	природному середовищі Бережливо ставиться до власного майна та майна інших осіб, обґрунтовує недоторканність чужого майна Застосовує вербальні й невербальні засоби спілкування для конструктивної комунікації. Пояснює вплив спілкування на складники здоров'я, безпеки і добробуту Застосовує вербальні і невербальні засоби спілкування для конструктивної комунікації. Протидіє проявам тиску, агресії, маніпуляції й неповаги щодо себе та інших осіб. Розрізняє складники особистого простору (інтимний, соціальний, публічний), поважає свій і чужий особистий простір під час спілкування Виокремлює інформацію та обговорює ситуації булінгу, зокрема кібербулінгу	Відпрацювання навичок вербального і невербального спілкування, уміння слухати і говорити. Моделювання ситуацій щодо уникання непорозумінь. Робота в групах: «Дослідження ознак і наслідків пасивної, агресивної та упевненої поведінки». Відпрацювання навичок упевненої поведінки. Моделювання ситуацій звернення до батьків, учителів, психолога за телефонами довіри. Мозковий штурм: «Справжній друг». Моделювання ситуацій протидії булінгу/кібербулінгу. <u>Домашнє опрацювання.</u> Аналіз понять «правило», «право», «права». Створення пам'ятки про права і обов'язки дитини. Обговорення ситуацій, коли люди дотримувалися чи не дотримувалися моральних норм. Дослідження інформації «Щирість і тактовність», «Доброчесність і гарні манери». Виконання тесту «Чи порушую я особисті кордони інших людей?» Створення міні-лепбука кола спілкування. Складання інтелект-карти: «Кола підтримки». Виконання тесту «Який я друг/подруга?» Читання та обговорення переваг дружби. Вправа «Рука допомоги». Перегляд та обговорення відео про кібербулінг. Виконання тесту «Кібербулінг».
Змістова лінія. Здоров'я та безпека		
Розділ 6. Безпека в побуті та довкіллі (6 годин)		
Профілактика пожеж . Умови горіння. Джерело запалювання. Горючі речовини.	Діє за алгоритмом відповідно до інструкцій у небезпечних ситуаціях.	Проведення досліду зі свічкою. Створення інтелект-карти

Кисень. Пожежна безпека оселі. Дії під час пожежі. Причини виникнення побутових пожеж. Способи гасіння невеликих пожеж. Особливості гасіння електроприладів. Захист органів дихання під час пожежі. Безпечна евакуація з оселі і приміщення школи. Безпека вдома. Ризики побутового травмування. Правила поведінки у ліфті. Захист оселі від зловмисників. Ризики телефонного, телевізійного та інтернет шахрайства. Безпека надворі. Перебування надворі без дорослих. Правила безпечної поведінки із незнайомцями. До кого звертатися на допомогу. Місця підвищеної небезпеки (надворі, населеному пункті, мікрорайоні). Стихійні лиха. Стихійні лиха. Правила поведінки під час сильного вітру, грози та в разі потрапляння у зону підтоплення. Засоби порятунку. Відпочинок на природі. Правила купання у водоймах. Ознаки безпечного пляжу. Коли варто утримуватися від купання. Дії у небезпечних ситуаціях на воді. Перша допомога потерпілим на воді, у разі теплового або сонячного удару.	Обґрунтовує необхідність власної відповідальності за поведінку в побуті та в громадських місцях. Розпізнає ймовірні небезпеки природного, техногенного, соціального характеру й побутового походження Прогнозує наслідки своїх дій в непередбачуваних і надзвичайних ситуаціях. Моделює послідовність дій у небезпечних ситуаціях природного, техногенного, соціального і побутового походження. Аналізує негативний вплив недотримання правил/інструкцій безпечної поведінки на збереження життя і здоров'я . Обирає продукти харчування, способи проведення дозвілля, відповідний одяг тощо, які приносять задоволення й користь для здоров'я, безпеки й добробуту. Бере участь у груповій роботі, враховуючи індивідуальні особливості й потреби.	«Трикутник вогню». Обстеження пожежної безпеки своєї оселі (разом з дорослими). Аналіз причин виникнення пожеж у побуті. Моделювання захисту органів дихання від отруйних газів. Відпрацювання навичок евакуації з оселі і приміщення школи. Обстеження безпеки своєї оселі разом із дорослими членами родини. Створення пам'ятки на випадок небезпечної ситуації з контактними телефонами батьків (опікунів), родичів, сусідів. Дослідження місць підвищеної небезпеки у своєму населеному пункті (мікрорайоні). Відпрацювання навичок відмови від ігор у небезпечних місцях. Моделювання навичок безпечної поведінки під час сильного вітру, грози. Відпрацювання умінь надання допомоги постраждалому у разі теплового або сонячного удару. Створення пам'ятки «Безпечна поведінка на воді». <u>Домашнє опрацювання.</u> Розпізнавання горючих, важкогорючих та негорючих речовин й матеріалів. Перегляд та обговорення відео про виготовлення паперу з опалого листя. Обговорення правил спілкування із незнайомцями. Аналіз поведінки героїв казок, коли порушення правил п'яти «НЕ» призвело до негативних наслідків. Перегляд відео про незнайомців, які намагаються заговорити з дітьми. Аналіз малюнка «Хто наражається на небезпеку під час грози?» Ознайомлення 3
---	---	--

		інформацією про поведінку і паводки. Моделювання навичок безпечної поведінки під час підтоплення.
Змістова лінія. Культура споживання Фінансова грамотність Підприємливість Доброчинність Уміння вчитися		
Розділ 7. Рациональне використання ресурсів (2 годин)		
Земля – наш спільний дім. Земля як екологічна система. Довкілля і технічний прогрес. Наслідки забруднення довкілля для життя і здоров'я людини. Способи збереження природного середовища. Культура споживання. Потреби людини та обмеженість ресурсів. Поведінка відповідального споживача. Повторне використання. Сортування та утилізація відходів.	Обґрунтовує необхідність власної відповідальності за поведінку в побуті та в громадських місцях. Розпізнає ймовірні небезпеки природного, техногенного, соціального характеру й побутового походження. Аналізує взаємозв'язок між потребами людини та обмеженістю ресурсів Обстоює потребу ощадливого використання ресурсів і повторної переробки вторинної сировини. Обґрунтовує обмеженість ресурсів (зокрема часу, здоров'я, фінансів). Відбирає ресурси для повторної переробки.	Аналіз інфографіки про вплив технічного прогресу на забруднення довкілля. Дослідження термінів розкладання сміття та шляхів зменшення забруднення довкілля. Дослідження способів повторного використання речей. Складання пам'ятки, як сортувати сміття для утилізації і переробки.

III. Перелік навчально-методичного і матеріально-технічного забезпечення освітнього процесу

- Платформа G-Suite
- Редактор презентацій
- Jamboard
- Платформа «На урок»
- Платформа «Всеосвіта»

IV. Система оцінювання результатів навчання

Базується на положеннях Рекомендацій щодо оцінювання навчальних досягнень учнів 5-6 класів, які здобувають освіту відповідно до нового Державного стандарту базової середньої освіти, затверджених наказом Міністерства освіти і науки України 01 квітня 2022 р за. № 289 та Загальних критеріях оцінювання результатів навчання учнів 5-6 класів, які здобувають освіту відповідно до нового Державного стандарту базової середньої освіти (додаток №2 до наказу №289)

Критерії оцінювання предметних та особистісних результатів

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.

Основними видами оцінювання результатів навчання учнів, що проводяться закладом, є формувальне, поточне та підсумкове: тематичне, семестрове, річне.

Система оцінювання (бальна/рівнева):

- 10,11,12 - В
- 7,8,9 - Д
- 4,5,6 - С
- 1,2,3 – П

Предмет «Основи здоров'я» має головну мету – розвивати в учнів здоров'язбережувальну компетентність: набувати знань про здоров'я і безпеку, розвивати навички безпечної поведінки для життя і здоров'я, набувати досвіду здорового і безпечного способу життя, формувати в учнів ціннісне ставлення до власного життя і здоров'я.

Усі види оцінювання навчальних досягнень учнів здійснюються за характеристиками, наведеними в таблиці.

Критерії оцінювання предметних та особистісних

Рівні навчальних досягнень учнів	Бали	Критерії навчальних досягнень учнів
І. Початковий	1	Учень (учениця) за допомогою вчителя може назвати окремі поняття, що стосуються здоров'я та безпеки життєдіяльності
	2	Учень (учениця) має уявлення про елементарні поняття здорового способу життя і безпечної поведінки. За допомогою вчителя або з використанням підручника (робочого зошита) відтворює окремі факти навчального матеріалу
	3	Учень (учениця) за допомогою вчителя або з використанням підручника (робочого зошита) фрагментарно відтворює елементарні поняття щодо здорового способу життя. Під керівництвом і контролем учителя епізодично виконує практичні дії, що формують безпечну поведінку. Повторює оцінні судження інших без достатнього осмислення
ІІ. Середній	4	Учень (учениця) за допомогою вчителя або з використанням підручника (робочого зошита) дає визначення окремих понять; частково характеризує ознаки здоров'я та безпечної поведінки; за допомогою вчителя виконує елементарні практичні дії, пов'язані з формуванням здорового способу життя і безпечної поведінки
	5	Учень (учениця) самостійно дає визначення окремих понять; за допомогою вчителя або з використанням підручника (робочого зошита) відтворює навчальний матеріал, характеризуючи ознаки здоров'я, шляхи і методи його зміцнення та збереження життя. За допомогою інструкції та консультації вчителя, виконує практичні дії пов'язані з формуванням здорового способу життя і безпечної поведінки. Повторює почуті від інших найпростіші оцінні судження щодо здорового способу життя і безпечної поведінки

	6	Учень (учениця) самостійно, але неповно відтворює навчальний матеріал; за допомогою вчителя розв'язує прості типові навчальні ситуаційні задачі; характеризує окремі ознаки здоров'я, наводить прості приклади дій щодо збереження здоров'я. За допомогою інструкції та консультації вчителя виконує практичні дії, пов'язані з формуванням життєвих навичок щодо здорового способу життя і безпечної поведінки. Пояснює найпростіші оцінні судження щодо здорового способу життя і безпечної поведінки
III. Достатній	7	Учень (учениця) загалом самостійно відтворює навчальний матеріал, розкриває суть понять; розв'язує прості типові ситуаційні задачі. Характеризує ситуації, що містять загрозу і потребують практичних дій. Висловлює окремі оцінні судження про стан здоров'я, поведінку в різних ситуаціях, свою та інших, міжособистісні стосунки
	8	Учень (учениця) самостійно відповідає на поставлені запитання; дає порівняльну характеристику явищам і процесам, які характеризують здоров'я. Визначає засоби, які необхідно використовувати у виконанні практичних дій. Обґрунтовує свої оцінні судження щодо здорового способу життя і безпечної поведінки, спираючись на предметні знання та усталені норми
	9	Учень (учениця) відтворює інформацію, відповідає на поставлені запитання; самостійно розв'язує стандартні ситуаційні завдання; пояснює зміст і послідовність операцій, що входять до складу практичних дій; за допомогою вчителя встановлює причинно-наслідкові зв'язки, робить нечітко сформульовані висновки; свідомо приймає рішення; володіє навичками самоконтролю
IV. Високий	10	Учень (учениця) обґрунтовано відповідає на запитання, передбачені навчальною програмою курсу; самостійно аналізує і розкриває суть явищ і процесів, що характеризують здоровий спосіб життя; узагальнює, систематизує, встановлює причинно-наслідкові зв'язки; користується джерелами додаткової інформації. За допомогою вчителя розв'язує нестандартні ситуації; виконує практичні дії щодо здорового способу життя і безпечної поведінки, формулює висновки щодо конкретної оздоровчої діяльності; свідомо користується правилами здорового способу життя і безпечної поведінки. Висловлює оцінні судження про стан здоров'я власного й інших, поведінку свою та інших, міжособистісні стосунки
	11	Учень (учениця) логічно, усвідомлено відтворює навчальний матеріал в межах навчальної програми курсу; самостійно аналізує і розкриває закономірності явища і процесів, що характеризують здоровий спосіб життя і безпечної поведінки, їх сутність; встановлює і обґрунтовує причинно-наслідкові зв'язки; аргументовано переконує в необхідності виконання дій щодо здорового способу життя і безпечної поведінки; самостійно користується джерелами додаткової інформації; Аналізує та обґрунтовує оцінні судження про стан здоров'я власного й інших, наслідки своїх дій, поведінку свою та інших

	12	Учень (учениця) свідомо відтворює і розуміє навчальну інформацію за програмою курсу; може вести дискусію з конкретного питання щодо здорового способу життя і безпечної поведінки з використанням знань суміжних програм; самостійно оцінює та характеризує різноманітні явища і процеси, які розкривають сутність здорового способу життя і безпечної поведінки; самостійно користується різними джерелами інформації, у тому числі й рекомендованими вчителем; Розв'язує проблемні завдання; володіє здоров'язберігаючими життєвими навичками; вибирає безпечний варіант розв'язання нестандартної ситуації; визначає мету своїх дій і знаходить альтернативні та вибирає й обґрунтовує оптимальні шляхи її досягнення; оцінює тимчасові та довгострокові наслідки обраного варіанту; робить обґрунтовані висновки. Виявляє особисту позицію щодо здорового способу життя і безпечної поведінки. Обґрунтовує цінність набутих знань і сформованих розумових і практичних умінь та життєвих навичок для власного здоров'я
--	----	--

Тематичне оцінювання здійснюється на основі поточного оцінювання із урахуванням результатів виконання учнями навчальних проєктів. **Оцінка за семестр** ставиться за результатами тематичного оцінювання та контролю груп загальних результатів відображених у Свідоцтві досягнень. **Річне оцінювання** здійснюється на підставі загальної оцінки результатів навчання за I та II семестри. Окремі підсумкові контрольні роботи не проводяться. Оцінювання за I семестр – рівневе, за II семестр та підсумкове (річне) оцінювання результатів навчання здійснюють за 12- бальною системою (шкалою), а його результати позначають цифрами від 1 до 12.

V. Список літератури та інформаційних ресурсів

1. Державний стандарт повної загальної середньої освіти.
<https://www.kmu.gov.ua/npas/pro-deyaki-pitannya-derzhavnih-standartiv-povnoyi-zagalnoyi-serednoyi-osviti-i300920-898>
2. Модельна програма інтегрованого курсу «Здоров'я, безпека та добробут» 5-6 клас для закладів загальної середньої освіти (автори Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко, І. В. Лаврентьєва, О. Л. Хомич)
<https://drive.google.com/drive/folders/1o0o6CZCgS57Y35Be978HwpW7fRms7X7O>
3. Здоров'я, безпека та добробут: підручник інтегрованого курсу для 5 кл. закладів загальної середньої освіти/ Т. В. Воронцова, В. С. Пономаренко, І. В. Лаврентьєва, О. Л. Хомич Видавництво: Київ, Алатон, 2022. – 232 с.
ISBN: 978-617-7834-10-5
<https://shkola.in.ua/2625-zdorov-ia-bezpeka-ta-dobrobut-5-klas-vorontsova-2022.html>
4. Рекомендації щодо оцінювання навчальних досягнень учнів 5-6 класів, які здобувають освіту відповідно до нового Державного стандарту базової середньої освіти, наказ Міністерства освіти і науки України 01.04.2022 р. № 289.
https://osvita.ua/doc/files/news/861/86195/OCINYuVANNYa_OST818.pdf