***Назва навчального закладу***

 **ЗАТВЕРДЖЕНО**

 **Рішення педагогічної ради**

 **від «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 202\_\_ р.**

**«ЗДОРОВ'Я, БЕЗПЕКА ТА ДОБРОБУТ»**

 **НАВЧАЛЬНА ПРОГРАМА**

**ДЛЯ 5 КЛАСУ**

**Розроблена на основі модельної навчальної програми**

**«Здоров’я, безпека та добробут.** **5-6 класи (інтегрований курс)» для закладів загальної середньої освіти**

**(авт. Хитра З.М., Романенко О.А.)**

202\_ рік

**І. Вступ**

Навчальна програма «Здоров’я, безпека та добробут. 5 клас (інтегрований курс)»длязакладів загальної середньої освіти відповідає Закону України «Про повну загальну середню освіту» від 16 січня 2020 року № 463-IX, Державному стандарту базової середньої освіти, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 30 вересня 2020 року № 898, Типовій освітній програмі для 5–9 класів закладів загальної середньої освіти, затвердженої наказом Міністерства освіти і науки України від 19 лютого 2021 року № 235, модельній навчальній програмі «Здоров’я, безпека та добробут. 5-6 класи (інтегрований курс)» для закладів загальної середньої освіти» (авт. Хитра З.М., Романенко О.А.).

Програма охоплює формування ключових, предметних і наскрізних компетентностей, сприятливих для здоров’я, безпеки, добробуту, успішної соціалізації та самореалізації особистості в освітній галузі: «Соціальна і здоров’язбережувальна» та передбачає реалізацію вимог до обов’язкових результатів навчання за адаптаційний цикл навчання (додатки № 15, 16 до Державного стандарту).

***Метою*** навчання інтегрованого курсу «Здоров’я, безпека та добробут» є формування в учня/учениці відповідальності за здоров’я, добробут, безпеку та навколишнє середовище, його / її соціальної залученості та активності через формування здорового способу життя, життєвих навичок, впевненості в собі, розвиток підприємливості, фінансової грамотності, активного громадянства, доброчесності для безпеки, добробуту та сталого розвитку. Відповідно до окресленої мети, головними завданнями інтегрованого курсу «Здоров’я, безпека та добробут» у 5-6 класах є:

* розвиток активного громадянства, спрямованого на збереження життя і зміцнення здоров’я згідно з основними принципами та закономірностями життєдіяльності людини в природному та соціальному середовищі;
* формування свідомого прагнення дотримуватися безпечної та етичної поведінки для поліпшення добробуту;
* розвиток уміння ухвалювати рішення в повсякденних ситуаціях з користю для безпеки, здоров’я та добробуту;
* сприяння індивідуальному розвитку самостійності, підприємливих якостей та споживчої культури;
* формування вміння вчитися без шкоди для здоров’я;
* розвиток життєвих навичок учня/учениці, спрямованих на заохочення дотримуватися здорового способу життя;
* навчання учня/учениці методів самооцінки й діагностики стану та рівня здоров’я;
* розвиток емпатії та толерантності у соціальній комунікації, ціннісного ставлення до приватного життя інших людей, усвідомлення відповідальності у ситуаціях застосування норм і правил життя в суспільстві, інших соціальних навичок у взаємодії і співпраці в різних видах діяльності;
* створення умов для самовираження здобувачів освіти у різних видах діяльності, становлення екологічно та фінансово грамотної та соціально адаптованої особистості;
* створення безпечного та здоров’язбережувального середовища.

Зміст інтегрованого курсу «Здоров’я, безпека та добробут» має високий світоглядний потенціал, покликаний формувати цілісну картину світу ̶ динамічне відображення у свідомості учня/учениці єдності духовного і матеріального буття, що формується на основі безпосереднього і опосередкованого сприйняття дійсності у процесі пізнавальної діяльності, представлене системою знань, уявлень, емоцій, почуттів, цінностей, смислів про навколишній світ і місце людини в ньому.

Методика проведення уроків інтегрованого курсу «Здоров’я, безпека та добробут» у 5-6 класах має базуватися на засадах сучасної педагогіки партнерства, співпраці, співтворчості всіх учасників освітнього процесу (учнів, педагогів, сім’ї та громади), що передбачає використання особистісного діалогу як домінуючої форми навчального спілкування, спонукання до обміну думок, вражень, моделювання життєвих ситуацій; включає спеціально сконструйовані ситуації вибору, авансування успіху, самоаналізу, самооцінки та самопізнання. Принципово важливою є орієнтація партнерської діяльності вчителя та учня на розвиток творчості – творчої активності, творчого мислення та здібностей.

До основних принципів педагогіки партнерства належать: повага до особистості, доброзичливість і позитивне ставлення, довіра у відносинах, діалог – взаємодія – взаємоповага, розподілене лідерство (проактивність, право вибору та відповідальність за нього, горизонтальність зв’язків), принципи соціального партнерства (рівність сторін, добровільність прийняття зобов’язань, обов’язковість виконання домовленостей).

Зміст інтегрованого курсу «Здоров’я, безпека та добробут» у 5-6 класах має відображати ціннісні орієнтири Нової української школи: унікальність й талановитість кожної дитини, відсутність дискримінації, формування цілісного світогляду, становлення вільної особистості, гармонійний фізичний та психоемоційний розвиток, добробут та безпека, утвердження людської гідності та доброчесності, визнання своєї ідентичності й активне громадянство.

У видах навчальної діяльності закладено алгоритм навчання, що інтегрує дослідницький, особистісно зорієнтований, компетентнісний підходи. Для здобувачів освіти це процес цілеспрямованого закономірного розвитку умінь цілепокладання, цілевиконання, в межах якого забезпечується свобода вибору мети, способів і засобів її реалізації, рефлексія.

Особливого значення у дидактико-методичній організації навчання надається його зв'язку з життям, з практикою застосування здобутих уявлень, знань, навичок поведінки в життєвих ситуаціях. Увага вчителя має бути зосереджена на проведення занять з використанням активних фopм i мeтoдів навчання: роботи в парі та групах, eвpиcтичних бeciд, ділових та рольових ігор, пpeзeнтaцiй, навчальних диcкуciй, мозкових штурмів, кpуглих cтолів, кoнкуpcів пpоєктів та дослідницьких робіт, навчальних тpeнiнгів, кeйc-мeтoдів, пpaктичних гpупoвих й iндивiдуaльних впpaв, створення скрайбів та інфографіків, мoдeлювaння певного виду діяльності aбo cитуaцiй, STEM-проєктів, написання бiзнec-плaнiв або пpoгpaм, екскурсій, інтерв’ю, розробці концептуальних карт, аналізу життєвих ситуацій.

 У **результаті** навчання учень/учениця:

* турбується про особисте здоров’я та безпеку, уникає факторів ризику, реагує на фактори і діяльність, що

 становить загрозу для власного і суспільного життя, здоров’я, добробуту;

* визначає альтернативи, прогнозує наслідки, приймає рішення для власної безпеки та безпеки інших осіб, здоров’я і добробуту;
* усвідомлює цінність та дотримується здорового способу життя, аналізує та оцінює наслідки і ризики для здоров’я і суспільства;
* виявляє підприємливість та поводиться етично для поліпшення здоров’я, безпеки і добробуту власного та інших осіб.

Програма **передбачає** гнучке компонування навчального матеріалу у тематичні блоки, включення за вибором закладу освіти одного з цих предметів: «Етика»/«Культура добросусідства /«Інші курси морального спрямування» або вони можуть вивчатись в рамках інтегрованого курсу «Здоров’я, безпека та добробут», міжпредметну інтеграцію із іншими освітніми галузями, можливість впроваджувати на уроках інноваційні педагогічні технології (навчання за методом навчальних проєктів, дослідницько-пізнавальне навчання, проблемне та практико зорієнтоване навчання, формувального оцінювання тощо).

**ІІ. Зміст навчання інтегрованого курсу «Здоров’я, безпека та добробут». 5 клас**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Номер теми** | **Тема** | **Запитання** | **Види навчальної діяльності** | **Очікувані результати** |
| **Розділ 1. У ЗДОРОВОМУ ТІЛІ – ЗДОРОВИЙ ДУХ** (16 год.)**Тема 1. Фізична складова здоров’я** ( 8 год.) |
| 1 | Людина, її життя, здоров’я та безпека – найвищі соціальні цінності. | Чому правильні життєві цінності роблять нас щасливішими? | Складання рейтингу життєвих цінностей. Виконання вправи «Діамант цінностей». Створення асоціативних кущів слів до понять «здоров’я», «безпека», «добробут». | *Учень/учениця**доводить*, що здоров’я, безпека і добробут є підґрунтям успішного майбутнього; *визначає* відмінності між людьми як ціннісну ознаку індивідуальності; *визначає* форми поведінки, які приносять задоволення без нанесення шкоди власному здоров’ю і здоров’ю інших осіб. |
| 2 | Цілісність здоров’я. Чинники, що впливають на здоров’я. Охорона здоров’я дітей. Здоровий спосіб життя. Принципи здорового способу життя. Показники здоров’я і розвитку дитини. | Які чинники впливають на здоров’я людини? | Проведення опитування думок або мозкового штурму про здоровий спосіб життя, чинники, що пливають на здоров’я людини. Виконання проєкту «Корисні та шкідливі звички моїх однолітків». | *Учень/учениця**визначає* форми поведінки, які приносять задоволення без нанесення шкоди власному здоров’ю і здоров’ю інших осіб; *обґрунтовує* наслідки вибору альтернативного рішення щодо моделей поведінки, спрямованих на збереження здоров’я, добробуту та безпеки; *визначає*, ідентифікує та обговорює фізичні, психічні (у тому числі емоційні) і соціальні зміни, які відбуваються під час переходу в основну школу; *приймає* індивідуальні темпи вікових змін в організмі як вияв норми; *визначає* причини вікових змін в організмі, зокрема в період статевого дозрівання; *визначає* відмінності між людьми як ціннісну ознаку індивідуальності; *пояснює* наслідки недотримання здорового способу життя на основі інформації, що міститься в різних текстах;*моделює* ситуацію надання першої долікарської допомоги в разі травматизму чи поганого самопочуття; *приймає рішення* щодо надання самодопомоги та допомоги іншим особам,звернення до інших осіб чи відповідних служб; *моделює* послідовність дій у небезпечних ситуаціях природного, техногенного, соціального і побутового походження;*досліджує* та обговорює чинники, що впливають на стан здоров’я і розвиток організму, зокрема профілактичні заходи щодо інфекційних і неінфекційних захворювань; *використовує* перевірену інформацію для прийняття рішення щодо вибору повсякденної поведінки на користь здоров’я, безпеки та добробуту. |
| 3 | Вікова періодизація життя людини. Підлітковий вік. Зміни у власному тілі, зовнішньому вигляді та поведінці як ознаки дорослішання. | Як ти ростеш та розвиваєшся? | Дослідження вікових (фізичних і психічних) змін підлітків. Вимірювання та порівняння (наприклад, виміряти зріст/масу однокласників та однокласниць та обчислити їх середнє значення). |
| 4 | Фізичний розвиток людини. Вплив рухової активності та фізичних вправ на ріст та розвиток організму. Залежність між активним способом життя та здоров’ям людини. | Чому рух – це життя? | Дослідження власного рівня рухової активності. Моделювання ситуацій надання першої долікарської допомоги в разі травматизму. |
| 5 | Профілактика плоскостопості та порушень постави. Попередження травматизму під час рухливих ігор, занять фізичною культурою та спортом. | Як формувати правильну поставу? | Виконання вправ для формування правильної постави та профілактики плоскостопості. |
| 6 | Патогени. Інфекційні захворювання (ГРВІ, грип, кір). Поширення захворювань. Епідемія, ендемія, пандемія. Вияви доброго та поганого самопочуття. Звернення і допомога в разі поганого самопочуття.  | Які хвороби належать до інфекційних? | Виконання проєктів «Найпоширеніші інфекційні хвороби», «У світі патогенів».Моделювання поведінки в разі погіршення самопочуття, появи ознак інфекційної хвороби. |
| 7 | Профілактика інфекційних захворювань. Профілактичні щеплення ̶ вакцинація. Карантин. | Як працює вакцина? | Відпрацювання навичок вимірювання температури тіла.Моделювання поведінки під час епідемії, карантину. |
| 8 |  | Застосовуємо знання щодня.Підсумки. | Проведення шкільних акцій щодо ведення здорового способу життя. |
| **Тема 2. Психічна, соціальна та духовна складові здоров’я** ( 8 год.) |
| 9 | Емоційно-вольове життя людини. Емоції. Настрій. Вияви почуттів: моральні, розумові, естетичні. Співпереживання і співчуття. | Що таке емоційний інтелект? | Відпрацювання навичок висловлювання емоцій і почуттів. Дослідження особистісних рис (емоційної врівноваженості, сили характеру тощо). | *Учень/учениця**розуміє* взаємовплив емоційного стану, переконань, поведінки всіх учасників спільної діяльності; *пояснює* почуття інших осіб і визнає їх право на вираження своїх почуттів;*визначає* ефективні способи засвоєння навчальної інформації; *аналізує* власний навчальний розвиток, вказуючи на причини успіхів та невдач; *визначає* прагнення і потреби у сферівласного особистісного розвитку та навчання; *пояснює* вплив спілкування на складники здоров’я, безпеки і добробуту; *виконує* різні ролі в груповій роботі; *встановлює* нові контакти та ефективно співпрацює для досягнення результату, використовує різні засоби зв’язку;*застосовує* вербальні і невербальні засоби спілкування для конструктивної комунікації; *толерантно ставиться* до поглядів, переконань, інтересів і потреб інших осіб, що не загрожують здоров’ю, безпеці і добробуту; *визначає* відмінності між людьми як ціннісну ознаку індивідуальності; *розрізняє ситуації*, коли силу переконання використали з позитивними чи негативними намірами; *розрізняє* складники особистого простору (інтимний, соціальний, публічний), поважає свій і чужий особистий простір під час спілкування; *ідентифікує* причини та наслідки виникнення конфліктів у різних ситуаціях;*моделює ситуацію* з конструктивним залагодженням конфліктів; *розробляє* стратегію подолання булінгу, визначає джерела допомоги жертвам булінгу, звертається по допомогу до інших осіб; *протидіє* проявам тиску, агресії, маніпуляції і неповаги щодо себе та інших осіб; *виокремлює* інформацію та обговорює ситуації булінгу, зокрема кібербулінгу; *прогнозує* ризики комунікації у віртуальному середовищі. |
| 10 | Розвиток здібностей. Типи сприйняття інформації. Умови успішного навчання. Пам’ять, її види. Ефективні прийоми для запам’ятовування. Уміння вчитися. Здоров'язбережувальне навчальне середовище. | Чи вмієш ти вчитися? | Дослідження індивідуальних здібностей учня/учениці (здібностей, домінуючої системи сприймання, слухомовної пам’яті, логічної та механічної пам’яті). Відпрацювання навичок успішного навчання у класі.Складання пам’ятки про ефективні способи запам’ятовування інформації. |
| 11 | Сон і безсоння. Значення сну. Умови здорового сну. Гігієна розумової діяльності. | Як можна подолати втому? | Складання розпорядку робочого й вихідного днів відповідно до рекомендацій гігієни розумової діяльності тасну. |
| 12 | Спілкування та його роль у житті людини. Форми спілкування. Мовний етикет. Особистий простір (інтимний, соціальний, публічний).  | Коли спілкування приносить задоволення? | Моделювання вербального і невербального спілкування. Моделювання ситуацій звернення до батьків, учителів та інших дорослих. Дослідження (визначення) особистого простору під час спілкування. |
| 13 | Спілкування з однолітками та дорослими. Культура спілкування (ефективне спілкування). Конфлікти. Причини виникнення конфліктів. | Чому виникають конфлікти? | Моделювання ситуацій вирішення конфліктів, примирення учасників.Дослідження міжособистісного спілкування в учнівському колективі (товариськість у спілкуванні, комунікативні здібності, поведінка під час конфлікту). |
| 14 | Родинні стосунки. Взаємодія, взаємодопомога членів родини. Способи подолання конфліктів | Як ефективно розв’язувати конфлікти: практичні поради | Моделювання ефективного спілкування та взаємодії між членами родини.Складання рекомендацій або плану покращення міжособистісних стосунків. |
| 15 | Булінг та кібербулінг. Способи подолання булінгу та кібербулінгу. | Чому цькування (булінг) є неприйнятним? | Розробка стратегії подоланнябулінгу та кібербулінгу.Моделювання ситуацій звернення до батьків, учителів, інших дорослих. |
| 16 |  | Застосовуємо знання щодня.Підсумки. | Написання есе про відмінності між людьми як ціннісну ознаку індивідуальності. |
| **Розділ 2. БЕЗПЕКА В ЖИТТІ** - **ЖИТТЯ У БЕЗПЕЦІ** (11 год.) |
| 17 | **Тема 1. Безпека в побуті** (3 год.)Безпека та небезпека для життя. Екстремальні та надзвичайні ситуації. | Які ситуації називаються надзвичайними? | Відпрацювання алгоритму дій при потраплянні до екстремальної /надзвичайно ситуації в побуті. | *Учень/учениця* *демонструє* модель безпечної поведінки згідно з інструкціями і правилами в соціальному і природному середовищі; *діє за алгоритмом* у небезпечних ситуаціях, використовуючи інформацію, що міститься в тексті інструкції; *обґрунтовує* необхідність власної відповідальності за поведінку в побуті та громадських місцях;*здатний викликати* необхідні рятувальні служби, повідомляючи відповідно до ситуації необхідну інформацію; *визначає* потенційні небезпеки навколишнього середовища для здоров’я і безпеки людини (дорожній рух, забруднення, хімічні речовини, ультрафіолетове випромінювання тощо); *розпізнає* ймовірні небезпеки природного, техногенного, соціального характеру і побутового походження; *вирізняє* речовини, які становлять загрозу в разі неналежного використання; *виявляє ризики* неналежного поводження із тваринами (домашні, бездомні, дикі); *поводиться безпечно* під час спілкування, зокрема з тваринами; *прогнозує наслідки* своїх дій у непередбачуваних і надзвичайних ситуаціях, апелюючи до набутих знань та достовірної інформації;*аналізує* негативний вплив недотримання правил/інструкцій безпечної поведінки назбереження життя і здоров’я; *обґрунтовує* необхідність уникнення місць підвищеної небезпеки. |
| 18 | Пожежі та причини їх виникнення. Класифікація речовин і матеріалів за горючими властивостями. Пожежна безпека. Способи гасіння невеликих пожеж. Правила поведінки та захист свого тіла під час пожежі. Засоби пожежогасіння. | Як діяти у випадку виникнення пожежі? | Відпрацювання навичок захисту органів дихання від отруйних газів під час пожежі. Складання переліку горючих (легкозаймистих і важкозаймистих), негорючих матеріалів, що розміщуються вдома або в закладі освіти.Дослідження значення трьох факторів для виникнення та припинення реакції горіння: доступу кисню, наявності горючої речовини та нагрівання до температури спалаху. Формулювання висновків про необхідні умови для горіння та його припинення. |
| 19 | Автономна ситуація. Правила поведінки в різних автономних ситуаціях (серед природи, у населеному пункті). Правила поведінки з незнайомими людьми. Ризики побутового травмування, проникнення в оселю зловмисників. | Що таке «автономна ситуація»? | Відпрацювання алгоритму дій при потраплянні до екстремальної /надзвичайно ситуації в побуті. |
| 20 | **Тема 2. Безпека на дорозі** (3 год.)Безпека пішоходів. Види пішохідних переходів. Дорожня розмітка. | Яка поведінка пішоходів є безпечною? | Моделювання ситуацій щодо переходу дороги. |
| 21 | Безпека на зупинках громадського транспорту. Безпека пасажирів. Правила користування громадським транспортом. | Які права й обов’язки мають пасажири громадського транспорту? | Відпрацювання навичок поведінки в різних видах транспорту. |
| 22 | Дорожньо-транспортні пригоди (ДТП). Правила поведінки в разі ДТП. | Чому виникають дорожньо-транспортні пригоди? | Моделювання поведінки пасажира в умовах ДТП. |
| 23 | **Тема 3. Безпека в довкіллі** (5 год.)Безпечна поведінка в громадських місцях. | Яких правил безпеки необхідно дотримуватися в громадських місцях? | Моделювання безпечної поведінки з незнайомими людьми. |
| 24 | Безпека поведінки з тваринами. Профілактика сказу. | Чи всі тварини лагідні й добрі? | Відпрацювання навичок безпечної поведінки з тваринами.Складання алгоритму або рекомендацій безпечної поведінки з різними видами тварин. |
| 25 | Стихійні лиха. Небезпеки природного середовища. Правила поведінки під час сильного вітру, грози та в разі потрапляння в зону підтоплення. | Як діяти у випадку виникнення стихійного лиха? | Відпрацювання навичок безпечної поведінки під час сильного вітру, грози та в разі потрапляння в зону підтоплення. |
| 26 | Безпека на воді. Правила купання в водоймах. | Як дбати про свою безпеку на воді? | Моделювання ситуації надання допомоги постраждалій людині в разі теплового або сонячного удару, потерпілій на воді. |
| 27 |  | Застосовуємо знання щодня.Підсумки. | Опрацювання термінів з використанням інтернет-ресурсів та створення глосарія з теми «Безпека в довкіллі». |
| **Розділ 3. ДОБРОБУТ КОЖНОГО – ДОБРОБУТ УКРАЇНИ** (8 год.) |
| 28 | **Тема 1. Особистий добробут** (2 год).Добробут. Особистий, родинний та суспільний добробут. Складники добробуту.Якість життя людини. | Що таке добробут? | Проведення мозкового штурму або опитування думок про складники добробуту, якість життя. | *Учень/учениця**виявляє ризики* невідповідності власних потреб і можливостей; *визначає* свої потреби, бажання, інтереси та цілі; *самостійно створює* та реалізовує короткострокові плани щодо досягнення успіху, зокрема в навчанні, спорті, побуті; *моделює* кроки задоволення власних потреб з урахуванням можливостей своїх та інших осіб; *аналізує взаємозв’язок* між потребамилюдини та обмеженістю ресурсів; *бережливо ставиться* до власного майна та майна інших осіб, обґрунтовує недоторканність чужого майна; *визначає* потребу ощадливого використання ресурсів і повторної переробки вторинної сировини;*обґрунтовує* обмеженість ресурсів (зокрема часу, здоров’я, фінансів); *оперує* основними економічними поняттями (гроші, зайнятість, підприємництво тощо); *розрізняє та зазначає* законні джерела доходів для свого віку; *вміє* раціонально розпоряджатися власними грошима; *розуміє* вагу докладених зусиль дорослих для отримання доходів; *вирізняє* ознаки доброчинності; *виявляє* чуйність до осіб, які потребують допомоги; пояснює значення волонтерства. |
| 29 | Потреби людини. Види потреб. | Якими бувають потреби людини? | Діагностика /визначення за допомогою анкет своїх потреб та інтересів. |
| 30 | **Тема 2. Родинний добробут** (3 год.)Гроші. Види грошей. Значення грошей. | Яку роль мають гроші в житті людини? | Створення презентації про види грошей, історію українських грошей. |
| 31 | Витрати, причини їх виникнення (на прикладі сім’ї). Дохід. Доходи сім’ї. Підприємливість. | Як ефективно скласти бюджет? | Аналіз своїх витрат або витрат сім’ї (обов’язкових, необов’язкових та непередбачуваних). Виконання бізнес-проєкту щодо покращення добробуту родини.Розв’язання задач про доходи та витрати сімейного бюджету. |
| 32 | Заощадження та економія витрат. Бережне ставлення до власного майна і недоторканність чужого. | Чому заощадження вигідніше за марнотратство? | Складання рекомендацій для заощадження та економії своїх витрат або витрат сім’ї. |
| 33 | **Тема 3. Суспільний добробут** (3 год.)Доброчинність. Ознаки доброчинності. Добросусідство. Поведінка, зорієнтована на закони доброчинності (сумлінність, чесність, відповідальність, мужність та відданість). Волонтерство. Волонтерський рух в Україні. | Чому кожна людина має чинити добро? | Створення цінності для природи, членів родини або інших людей. Виконання проєкту «Моя добра справа для природи / родини/ інших людей».Проведення шкільних благодійних акцій. |
| 34 | Що означає бути щасливим /щасливою. Прагнення та досягнення щастя | Що таке щастя? | Проведення мозкового штурму «Що є щастя?». Написання есе про щастя або вплив поведінки людини на її добробут. |
| 35 |  | Застосовуємо знання щодня.Підсумки. | Опрацювання термінів з використанням інтернет-ресурсів та створення глосарія з розділу «Добробут». |

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧНЕ ПЛАНУВАННЯ**

**уроків з інтегрованого курсу «ЗДОРОВ’Я, БЕЗПЕКА ТА ДОБРОБУТ» 5 клас**

**для закладів загальної середньої освіти**

Модельна навчальна програма «Здоров’я, безпека та добробут. 5-6 класи (інтегрований курс)» для закладів загальної середньої освіти (автори: Хитра З.М., Романенко О.А.)

Хитра З.М., Романенко О.А. Здоров’я, безпека та добробут. Підручник 5 кл. закладів загальної середньої освіти. / З. М. Хитра, О. А. Романенко. — Київ : УОВЦ «Оріон», 2022. — 144 с.

Всього 35 годин на рік (1 година на тиждень)

 **І семестр 16 годин**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Дата проведення**  | **Тема. Проблемні чи дослідницькі запитання** | **Очікувані результати**  | **Домашнє завдання** |
| **Розділ 1. У ЗДОРОВОМУ ТІЛІ – ЗДОРОВИЙ ДУХ** |
| 1 |  | ***Тема 1. Фізична складова здоров’я***Чому правильні життєві цінності роблять нас щасливішими? | *Учень/учениця**доводить*, що здоров’я, безпека і добробут є підґрунтям успішного майбутнього;*визначає* відмінності між людьми як ціннісну ознаку індивідуальності;*визначає* форми поведінки, які приносять задоволення без нанесення шкоди власному здоров’ю і здоров’ю інших осіб; | Опрацювати § 1.Скласти кросворд на тему «Цінності».  |
| 2 |  | Які чинники впливають на здоров’я людини? | *Учень/учениця**визначає* форми поведінки, які приносять задоволення без нанесення шкоди власному здоров’ю і здоров’ю інших осіб;*обґрунтовує* наслідки вибору альтернативного рішення щодо моделей поведінки,  спрямованих на збереження здоров’я, добробуту та безпеки;*визначає*, ідентифікує та обговорює фізичні, психічні (у тому числі емоційні) і соціальні зміни, які відбуваються під час переходу в основну школу;*приймає* індивідуальні темпи вікових змін в організмі як вияв норми;*визначає* причини вікових змін в організмі, зокрема в період статевого дозрівання;*визначає* відмінності між людьми як ціннісну ознаку індивідуальності;*пояснює* наслідки недотримання здорового способу життя на основі інформації, що міститься в різних текстах;*моделює* ситуацію надання першої долікарської допомоги в разі травматизму чи поганого самопочуття;*приймає рішення* щодо надання самодопомоги та допомоги іншим особам, звернення до інших осіб чи відповідних служб; *моделює* послідовність дій у небезпечних ситуаціях природного, техногенного, соціального і побутового походження;*досліджує та обговорює* чинники, що впливають на стан здоров’я і розвиток організму, зокрема профілактичні заходи щодо інфекційних і неінфекційних захворювань;*використовує* перевірену інформацію для прийняття рішення щодо вибору повсякденної поведінки на користь здоров’я, безпеки та добробуту. | Опрацювати § 2.Зробити відео-презентацію своєї корисної звички *(за бажанням*). |
| 3 |  | Як ти ростеш і розвиваєшся? | Опрацювати § 3.Написати ключові слова про підлітковий вік. Підготувати презентацію про вікові періоди життя людини (*за бажанням*). |
| 4 |  | Чому рух — це життя? | Опрацювати § 4.Зробити відео фізичних вправ для ранкової гімнастики (*за бажанням*) |
| 5 |  | Як формувати правильну поставу? | Опрацювати § 5.Зробити відео фізичних вправ для формування правильної постави/ профілактики плоскостопості. |
| 6 |  | Які хвороби належать до інфекційних? | Опрацювати § 6.Створити сенкан «Інфекційні хвороби». Зробити відео — соціальну рекламу про те, як правильно мити руки (за бажанням). |
| 7 |  | Як працює вакцина? | Опрацювати § 7.Підготуватися до підсумкового уроку. |
| 8 |  | ***Діагностувальна*** ***робота №1***Застосовуємо знання щодня | Створити плакати про здоровий спосіб життя до акції «Час обирати здоров’я». |
| 9 |  | ***Тема 2. Психічна, соціальна та духовна складові здоров’я***Що таке емоційний інтелект? | *Учень/учениця**розуміє* взаємовплив емоційного стану, переконань, поведінки всіх учасників спільної діяльності;*пояснює* почуття інших осіб і визнає їх право на вираження своїх почуттів;*визначає* ефективні способи засвоєння навчальної інформації;*аналізує* власний навчальний розвиток, вказуючи на причини успіхів та невдач;*визначає* прагнення і потреби у сфері власного особистісного розвитку та навчання;*пояснює* вплив спілкування на складники здоров’я, безпеки і добробуту;*виконує* різні ролі в груповій роботі;*встановлює* нові контакти та ефективно співпрацює для досягнення результату, використовує різні засоби зв’язку;*застосовує* вербальні і невербальні засоби спілкування для конструктивної комунікації;*толерантно ставиться* до поглядів, переконань, інтересів і потреб інших осіб, що не загрожують здоров’ю, безпеці і добробуту;*визначає* відмінності між людьми як ціннісну ознаку індивідуальності;*розрізняє* ситуації, коли силу переконання використали з позитивними чи негативними намірами;*розрізняє* складники особистого простору (інтимний, соціальний, публічний), поважає свій і чужий особистий простір під час спілкування;*ідентифікує*  причини та наслідки виникнення конфліктів у різних ситуаціях;*моделює* ситуацію з конструктивним залагодженням конфліктів;*розробляє* стратегію подолання булінгу, визначає джерела допомоги жертвам булінгу, звертається по допомогу до інших осіб;*протидіє* проявам тиску, агресії, маніпуляції і неповаги щодо себе та інших осіб;*виокремлює* інформацію та обговорює ситуації булінгу, зокрема кібербулінгу;*прогнозує* ризики комунікації у віртуальному середовищі. | Опрацювати § 9.Підготувати презентацію про різноманітність емоцій людини (*за бажанням*). |
| 10 |  | Чи вмієш ти вчитися? | Опрацювати § 10.Виконати тест «Домінуюча система сприйняття». |
| 11 |  | Як можна подолати втому? | Опрацювати § 11.Скласти розпорядок свого вихідного дня відповідно до гігієнічних рекомендацій. |
| 12 |  | Коли спілкування приносить задоволення? | Опрацювати § 12.Скласти сенкан «Ввічливі слова». |
| 13 |  | Чому виникають конфлікти? | Опрацювати § 13.Скласти пам’ятки про культуру спілкування з однолітками та дорослими.  |
| 14 |  | Як ефективно розв’язувати конфлікти: практичні поради | Опрацювати § 14.Створити лист-пам’ятку «Правила моєї родини». Підготувати прислів’я про цінність сім’ї *(за бажанням*).  |
| 15 |  | Чому цькування (булінг) є неприйнятним? | Опрацювати § 15.Скласти пам’ятку про правила мережевого етикету.Підготуватися до підсумкового уроку. |
| 16 |  | ***Діагностувальна*** ***робота №2***Застосовуємо знання щодня |  |

 **ІІ семестр 19 годин**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Дата проведення**  | **Тема.Проблемні чи дослідницькі запитання** | **Очікувані результати**  | **Домашнє завдання** |
| **Розділ 2. БЕЗПЕКА В ЖИТТІ – ЖИТТЯ У БЕЗПЕЦІ** |
| 17 |  | ***Тема 1. Безпека в побуті***Які ситуації називають надзвичайними? | *Учень/учениця**демонструє* модель безпечної поведінки згідно з інструкціями і правилами в соціальному і природному середовищі;*діє за алгоритмом* у небезпечних ситуаціях, використовуючи інформацію, що міститься в тексті інструкції;*обґрунтовує* необхідність власної відповідальності за поведінку в побуті та громадських місцях;*здатний викликати* необхідні рятувальні служби, повідомляючи відповідно до ситуації необхідну інформацію;*визначає* потенційні небезпеки навколишнього середовища для здоров’я і безпеки людини (дорожній рух, забруднення, хімічні речовини, ультрафіолетове випромінювання тощо);*розпізнає* ймовірні небезпеки природного, техногенного, соціального характеру і побутового походження;*вирізняє речовини*, які становлять загрозу в разі неналежного використання;*виявляє* ризики неналежного поводження із тваринами (домашні, бездомні, дикі);*поводиться безпечно* під час спілкування, зокрема з тваринами;*прогнозує* наслідки своїх дій у непередбачуваних і надзвичайних ситуаціях, апелюючи до набутих знань та достовірної інформації;*аналізує* негативний вплив недотримання правил/інструкцій безпечної поведінки на збереження життя і здоров’я;*обґрунтовує* необхідність уникнення місць підвищеної небезпеки. | Опрацювати § 17. Скласти список номер телефонів, до кого можна звернутися по допомогу в разі небезпеки. Підготувати усну/письмову презентацію про одну надзвичайну ситуацію (за бажанням). |
| 18 |  | Як діяти у випадку виникнення пожежі? | Опрацювати § 18. Вивчити правила пожежної безпеки. |
| 19 |  | Що таке «автономна ситуація»? | Опрацювати § 19. Вивчити правила поведінки у різних автономних ситуаціях. |
| 20 |  | ***Тема 2. Безпека на дорозі***Яка поведінка пішоходів є безпечною? | Опрацювати § 20. Дослідити дорогу від дому до свого закладу освіти за планом на с.85 |
| 21 |  | Які права й обов’язки мають пасажири громадського транспорту? | Опрацювати § 21. Вивчити правила поведінки у різних видах громадського транспорту. |
| 22 |  | Чому виникають дорожньо-транспортні пригоди? | Опрацювати § 22. Підготувати девізи або малюнки про дотримання безпеки на дорозі.  |
| 23 |  | ***Тема 2. Безпека в довкіллі***Яких правил безпеки необхідно дотримуватися в громадських місцях? | Опрацювати § 23. |
| 24 |  | Чи всі тварини лагідні й добрі? | Опрацювати § 24. Підготувати презентацію про отруйні змії в Україні (за бажанням). |
| 25 |  | Як діяти у випадку виникнення стихійного лиха? | Опрацювати § 25. Скласти пам’ятку, що потрібно покласти до «екстреної валізки». |
| 26 |  | Як дбати про свою безпеку на воді? | Опрацювати § 26. Підготуватися до підсумкового уроку. |
| 27 |  | ***Діагностувальна*** ***робота №3.*** Застосовуємо знання щодня | Створити сенкан «Безпека». |
| **Розділ 3. ДОБРОБУТ КОЖНОГО – ДОБРОБУТ УКРАЇНИ** |
| 28 |  | ***Тема 1. Особистий добробут***Що таке добробут? | *Учень/учениця**виявляє* ризики невідповідності власних потреб і можливостей;*визначає* свої потреби, бажання, інтереси та цілі;*самостійно створює* та реалізовує короткострокові плани щодо досягнення успіху, зокрема в навчанні, спорті, побуті;*моделює* кроки задоволення власних потреб з урахуванням можливостей своїх та інших осіб;*аналізує* взаємозв’язок між потребами людини та обмеженістю ресурсів;*бережливо ставиться* до власного майна та майна інших осіб, обґрунтовує недотор-канність чужого майна;*визначає* потребу ощадливого використання ресурсів і повторної переробки вторинної сировини;*обґрунтовує* обмеженість ресурсів (зокрема часу, здоров’я, фінансів); *оперує* основними економічними поняттями (гроші, зайнятість, підприємництво тощо);розрізняє та зазначає законні джерела доходів для свого віку;*вміє* раціонально розпоряджатися власними грошима;*розуміє* вагу докладених зусиль дорослих для отримання доходів;*вирізняє* ознаки доброчинності;виявляє чуйність до осіб, які потребують допомоги; пояснює значення волонтерства. | Опрацювати § 28. Скласти рекомендації, що можуть поліпшити сімейний добробут.  |
| 29 |  | Якими бувають потреби людини? | Опрацювати § 29. Скласти перелік своїх потреб. |
| 30 |  | ***Тема 2. Родинний добробут***Яку роль мають гроші в житті людини? | Опрацювати § 30. Підготувати презентацію про історію виникнення грошей (за бажанням). |
| 31 |  | Як ефективно скласти бюджет? | Опрацювати § 31. Скласти бюджет родинного свята або родинного відпочинку з допомогою батьків. |
| 32 |  | Чому заощадження вигідніше за марнотратство? | Опрацювати § 32. Зробити відео - соціальну рекламу про ощадливість, або економність (за бажанням). |
| 33 |  | ***Тема 3. Суспільний добробут***Чому кожна людина має чинити добро? | Опрацювати § 33. Підготувати презентацію про відомих українських благодійників; громадський рух «Товариство Червоного Хреста» та або інші благодійні організації (за бажанням). |
| 34 |  | Що таке щастя? | Опрацювати § 34. Написати есе про щастя. Підготуватися до підсумкового уроку. |
| 35 |  | ***Діагностувальна*** ***робота №4******Підсумковий урок*** |  |

**ІІІ. Перелік навчально-методичного забезпечення освітнього процесу**

### [Методична підтримка 5 клас](https://www.orioncentr.com.ua/metodychna-pidtrymka/15-metodychna-pidtrymka-5-klas). НУШ 5 клас. Здоров'я, безпека, добробут.

https://www.orioncentr.com.ua/metodychna-pidtrymka

 https://www.orioncentr.com.ua/metodychna-pidtrymka/38-metodychna-pidtrymka-5-klas-nus/255-nus-5klas-zbd-mr

1. Модельна навчальна програма «Здоров’я, безпека та добробут. 5-6 класи (інтегрований курс)» для закладів загальної середньої освіти (автори: Хитра З.М., Романенко О.А.)

 <https://drive.google.com/file/d/1cEdKJe6wcWAfS-3lsFBXXJYCcFDPAzhg/view>

1. Календарно-тематичне планування уроків з інтегрованого курсу «Здоров’я, безпека та добробут. 5 клас

 для закладів загальної середньої освіти.

 <https://www.orioncentr.com.ua/metodychna-pidtrymka/38-metodychna-pidtrymka-5-klas-nus/255-nus-5klas-zbd-mr>

1. Хитра З.М., Романенко О.А. Здоров’я, безпека та добробут. Зошит-практикум 5 кл. закладів загальної середньої освіти. / З. М. Хитра, О. А. Романенко. — Київ : УОВЦ «Оріон», 2022. — 48 с.
2. Методичні рекомендації про викладання інтегрованого курсу «Здоров’я, безпека та добробут»  у 2022/2023 навчальному році.
3. [Здоров'я, Безпека та Добробут (healthsafetyandwel.wixsite.com)](https://healthsafetyandwel.wixsite.com/website)

**ІV. 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)

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

Система оцінювання (бальна/рівнева):

**В** - 10,11,12

**Д** - 7,8,9

**С** - 4,5,6

**П** - 1,2,3

Об’єктом оцінювання навчальних досягнень здобувачів освіти з інтегрованого курсу «Здоров’я, безпека та добробут» є знання, вміння та навички, ціннісне ставлення до безпечної та здоров’язбережувальної поведінки у різних життєвих ситуаціях. На кожному уроці має відбуватися поточне формувальне оцінювання шляхом педагогічного спостереження учителя за різними навчальними видами діяльності учнів, самооцінювання, аналізу учнівських робіт тощо. Поточне та підсумкове оцінювання може здійснюватись шляхом індивідуального, групового та фронтального опитування, планування та виконання експериментальних досліджень, реалізації дослідницьких проєктів, організації роботи з текстами, діаграмами, таблицями, схемами, тестування в електронному форматі тощо. Після завершення вивчення тематичних розділів має проводитися не менше чотирьох разів на рік підсумкове тематичне оцінювання. В кінці навчального року рекомендується проводити підсумкове завершальне оцінювання.

Кількість годин на вивчення кожного тематичного розділу інтегрованого курсу «Здоров’я, безпека та добробут» у 5 класі, зміст, обсяг і послідовність пропонованої учням інформації, організація її засвоєння можуть змінюватися відповідно до підготовленості класу, регіональних особливостей, робочого плану школи, необхідності своєчасного реагування на конкретні умови, в яких відбувається освітній процес (в умовах воєнного часу, наближення епідемій, стихійне лихо, інфекційні хвороби).

**V. Список літератури та інформаційних ресурсів**

1. Державний стандартповної загальної середньої освіти. <https://www.kmu.gov.ua/npas/pro-deyaki-pitannya-derzhavnih-standartiv-povnoyi-zagalnoyi-serednoyi-osviti-i300920-898>
2. Модельна навчальна програма «Здоров’я, безпека та добробут. 5-6 класи (інтегрований курс)» для закладів загальної середньої освіти (автори: Хитра З.М., Романенко О.А.) <https://drive.google.com/file/d/1cEdKJe6wcWAfS-3lsFBXXJYCcFDPAzhg/view>
3. Хитра З.М., Романенко О.А. Здоров’я, безпека та добробут. Підручник 5 кл. закладів загальної середньої освіти. / З. М. Хитра, О. А. Романенко. — Київ : УОВЦ «Оріон», 2022. — 144 с. : іл.

<https://lib.imzo.gov.ua/wa-data/public/site/books2/5kl-vidbyr/5%20kl_Health_%D0%A5%D0%B8%D1%82%D1%80%D0%B0.pdf>

1. Хитра З.М., Романенко О.А. Здоров’я, безпека та добробут. Зошит-практикум 5 кл. закладів загальної середньої освіти. / З. М. Хитра, О. А. Романенко. — Київ : УОВЦ «Оріон», 2022. — 48 с.
2. 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>