

ОРІЄНТОВНЕ КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧНЕ ПЛАНУВАННЯ
уроків з інтегрованого курсу «ЗДОРОВ'Я, БЕЗПЕКА ТА ДОБРОБУТ» у 5 класі

(за підручником «Здоров'я, безпека та добробут», 5 клас,
авторів Шиян О. І., Волощенко О. В., Дяків В. Г., Козак О. П., Седоченко А. Б.)

I семестр (1 година на тиждень)

№ з/п	Дата проведення	Тема. Дослідницькі чи проблемні запитання	Очікувані результати	Примітки
МОДУЛЬ 1. ДОБРОБУТ				
1		Добробут — добре буття <i>Що таке добробут? Чому добробут важливий?</i>	знає, що таке добробут розмірковує над питанням, чому добробут важливий визначає свої потреби, бажання, інтереси та цілі пояснює, що здоров'я, безпека і добробут є підґрунтям успішного майбутнього	
2		Добробут людини і суспільства <i>Чому кажуть, що добробут — буття для добра? Від кого залежить добробут? Що я можу зробити для власного добробуту і добробуту інших?</i>	пояснює, що він / вона може зробити для власного добробуту і добробуту інших розуміє перспективність своєї діяльності для успішного майбутнього	
МОДУЛЬ 2. ДОБРОБУТ І ВМІННЯ ВЧИТИСЯ				
3		Навчаємося впродовж життя <i>Уміння вчитися — це як? Чи можна навчатися із задоволенням? Як навчатися ефективно?</i>	розуміє, що означає “уміння вчитися” визначає, ідентифікує та обговорює фізичні, психічні (у тому числі емоційні) і соціальні зміни, які відбуваються під час переходу в основну школу організовує власний освітній простір, раціонально розподіляє час	

Орієнтовне календарно-тематичне планування «Здоров'я, безпека та добробут», 5 клас (авт. Шиян О. І. та ін.)

svitdovkola.org

№ з/п	Дата проведення	Тема. Дослідницькі чи проблемні запитання	Очікувані результати	Примітки
			виявляє чуйне ставлення до людей з особливими потребами	
4		Мої знання та вміння <i>Що таке знання та вміння і навіщо вони людині?</i>	розмірковує над тим, ким хоче стати у майбутньому, та які знання і вміння йому/ їй для цього будуть потрібні укладає власне портфоліо	
5		Мої сильні та слабкі сторони <i>Як дізнатися про свої сильні та слабкі сторони?</i>	визначає свої сильні та слабкі сторони складає план свого розвитку організовує власний освітній простір, раціонально розподіляє час	
6		Мої інтереси та захоплення <i>Як мої інтереси та захоплення допомагають мені розвиватися? Чи можуть захоплення допомогати у навчанні?</i>	розповідає про інтереси та захоплення відомих людей складає мапу інтересів “Наш талановитий клас” обговорює, чи можна за допомогою інтересів і хобі поліпшити добробут класу або громади	
7		Цілі та їх досягнення <i>Для чого визначати цілі? Як досягти своєї мети? Як спланувати своє навчання відповідно до своїх цілей?</i>	пояснює, навіщо потрібно визначати цілі визначає і формулює цілі за методом SMART планує своє навчання відповідно до своїх цілей	
8		Менеджмент навчання — керування часом <i>Як спланувати свій час ефективно?</i>	організовує власний освітній простір, раціонально розподіляє час обґрунтовує обмеженість ресурсів (зокрема часу) визначає прагнення і потреби у сфері власного особистісного розвитку та навчання складає свій погодинний розклад на день	

№ з/п	Дата проведення	Тема. Дослідницькі чи проблемні запитання	Очікувані результати	Примітки
МОДУЛЬ 3. ДОБРОБУТ І ОСОБИСТА БЕЗПЕКА				
9		Дбаємо про безпеку <i>Хто відповідає за мою безпеку?</i>	розуміє, що таке особиста безпека і навіщо вона потрібна знає, що таке відповідальність наводить приклади ситуацій, коли проявив / проявила відповідальність щодо особистої безпеки та безпеки інших визначає тих, кому хоче подякувати за безпеку в класі / школі	
10		Безпечний простір <i>Чому інколи ми відчуваємося безпечно, а в інколи – ні?</i>	розуміє, що означає “почуватися безпечно” пригадує, у яких місцях відчувається безпечно, а в яких – ні пояснює, що необхідно зробити, щоб почуватися безпечно обстежує безпечний простір класу приймає рішення щодо надання самопомоги та допомоги іншим особам, звернення до інших осіб чи відповідних служб створює мапу дороги до школи і позначає місця, які потребують особливої уваги та обережності	
11		Безпека на дорозі <i>Місця підвищеної небезпеки на дорозі: як поводитися? Які небезпечні ситуації можуть бути у транспорті та як поводитися у них?</i>	визначає потенційні небезпеки навколишнього середовища для здоров'я і безпеки людини (дорожній рух) діє за алгоритмом у небезпечних ситуаціях, використовуючи інформацію, що міститься в тексті інструкції аналізує на прикладах можливу поведінку у різних ситуаціях	

№ з/п	Дата проведення	Тема. Дослідницькі чи проблемні запитання	Очікувані результати	Примітки
12		Безпека у побуті <i>Які небезпеки можуть спіткати тебе у твоїй домівці? Як поводитися у разі пожежі?</i>	діє за алгоритмом у небезпечних ситуаціях, використовуючи інформацію, що міститься в тексті інструкції здатний викликати необхідні рятувальні служби, повідомляючи відповідно до ситуації необхідну інформацію складає пам'ятку про правила безпечної поведінки в побуті обстежує безпеку простору у себе дома	
13		Безпека відпочинку <i>Як зробити зимовий відпочинок безпечним?</i>	знає та розуміє, як зробити відпочинок на природі безпечним розпізнає приклади поведінки, дружньої до навколишнього середовища дає практичні поради, як бути дружнім до довкілля пояснює вибір власних альтернатив і рішень з огляду на вплив зовнішніх чинників	
14		Допомога в небезпечних ситуаціях <i>До кого і як звертатися у разі небезпеки?</i>	наводить приклади небезпечних ситуацій, які можуть виникнути у школі, на прогулянці, на дорозі, в побуті та пропонує способи виходу з цих ситуацій приймає рішення щодо надання самопомоги та допомоги іншим особам, звернення до інших осіб чи відповідних служб звертається до фахівців у небезпечних ситуаціях, наслідком яких не може зарадити власними силами здатний викликати необхідні рятувальні служби, повідомляючи відповідно до ситуації необхідну інформацію	

№ з/п	Дата проведення	Тема. Дослідницькі чи проблемні запитання	Очікувані результати	Примітки
15		Перевір себе (діагностувальна робота №1)	визначає свої потреби, бажання, інтереси та цілі визначає прагнення і потреби у сфері власного особистісного розвитку та навчання формулює цілі за методом SMART складає розклад дня діє за алгоритмом у небезпечних ситуаціях, використовуючи інформацію, що міститься в тексті інструкції визначає потенційні небезпеки навколишнього середовища для здоров'я і безпеки людини приймає рішення щодо надання самопомоги та допомоги іншим особам, звернення до інших осіб чи відповідних служб	
16		Резерв часу		

II семестр
(1 година на тиждень)

МОДУЛЬ 4. ДОБРОБУТ І ОСОБИСТЕ ЗДОРОВ'Я				
17		Здоров'я і його складники <i>Що таке здоров'я?</i> <i>Які складники здоров'я сприяють добробуту людини?</i> <i>Хто відповідальний за моє здоров'я?</i>	пояснює, що таке здоров'я називає складники здоров'я обґрунтовує обмеженість ресурсів (зокрема здоров'я) розуміє, які складники здоров'я сприяють добробуту людини використовує перевірену інформацію для прийняття рішення щодо вибору повсякденної поведінки на користь здоров'я	

№ з/п	Дата проведення	Тема. Дослідницькі чи проблемні запитання	Очікувані результати	Примітки
			розмірковує над питанням, хто є відповідальним за моє здоров'я та пояснює, у чому саме полягає відповідальність цих людей висловлює власну думку щодо того, як він / вона дбає про своє здоров'я	
18		Спосіб життя і фізичний розвиток <i>Чи впливає спосіб життя на фізичний розвиток?</i>	розуміє чинники, від яких залежить стан здоров'я людини знає, що таке здоровий спосіб життя; основні складники здорового способу життя пояснює наслідки недотримання здорового способу життя на основі інформації, що міститься в різних текстах пояснює вибір власних альтернатив і рішень з огляду на вплив зовнішніх чинників досліджує та обговорює чинники, що впливають на стан здоров'я і розвиток організму	

№ з/п	Дата проведення	Тема. Дослідницькі чи проблемні запитання	Очікувані результати	Примітки
19		<p>Рухова активність і відпочинок</p> <p><i>Як досягти потрібного рівня рухової активності?</i></p> <p><i>Який відпочинок є корисним?</i></p>	<p>знає, що таке рухова активність</p> <p>аналізує, чи достатньо учень / учениця рухається</p> <p>пояснює, який відпочинок є корисним</p> <p>розуміє значення здорового сну</p> <p>учень / учениця розуміє, якого рівня рухової активності хотілося б йому / їй досягти та складає орієнтовний план</p> <p>досліджує та обговорює чинники, що впливають на стан здоров'я і розвиток організму</p> <p>використовує перевірену інформацію для прийняття рішення щодо вибору повсякденної поведінки на користь здоров'я, безпеки та добробуту</p> <p>обирає способи проведення дозвілля, які приносять задоволення і користь для здоров'я, безпеки і добробуту</p>	
20		<p>Харчування і здоров'я</p> <p><i>Як пов'язані харчування і здоров'я?</i></p> <p><i>Що таке раціональне, збалансоване харчування?</i></p>	<p>пригадує, що корисного для свого здоров'я зробили учні впродовж минулого дня</p> <p>розмірковує над тим, як правильно харчуватися, як знайти потрібний баланс (співвідношення) їжі, щоб не нашкодити здоров'ю, а покращити його</p> <p>обирає продукти харчування, які приносять задоволення і користь для здоров'я</p> <p>знає, що таке харчові звички</p> <p>аналізує "тарілку здорового харчування"</p> <p>використовує перевірену інформацію для прийняття рішення щодо вибору повсякденної поведінки, зокрема харчування, на користь здоров'я</p> <p>складає прості поради для правильної харчової поведінки</p>	

№ з/п	Дата проведення	Тема. Дослідницькі чи проблемні запитання	Очікувані результати	Примітки
21		Безпека харчування <i>Як обрати продукти, безпечні та корисні для здоров'я? Як правильно харчуватися, коли ти не вдома?</i>	знає та називає поради “5 ключів до безпечної їжі” обирає продукти харчування, які приносять задоволення і користь для здоров'я вміє обирати продукти і товари за показниками якості, строків придатності, складу правильно інтерпретує інформацію, наведену на маркувальних знаках, пакуваннях для безпечного і раціонального використання харчових і промислових продуктів знає, як правильно харчуватися, коли ти не вдома	
22		Смачна та корисна їжа <i>Як обрати безпечні та корисні для здоров'я страви у шкільній їдальні?</i>	опитує однокласників та однокласниць, наскільки вони задоволені харчуванням у шкільній їдальні, і результати подає у вигляді діаграми оцінює за шкалою вигляд страв у шкільній їдальні; можливість вибору страв; сервірування столу; культура спілкування працівників їдальні бере інтерв'ю у працівників шкільної їдальні створює проєкт “Їдальні у школах світу” пояснює вибір власних альтернатив і рішень з огляду на вплив зовнішніх чинників обирає продукти харчування, які приносять задоволення і користь для здоров'я	
23		Самопочуття <i>Добре самопочуття — це як? Що робити, якщо самопочуття погіршилося?</i>	знає, що таке самопочуття та описує його досліджує та обговорює чинники, що впливають на стан свого фізичного і морального здоров'я виконує прості фізичні вправи для покращення самопочуття визначає ознаки доброго і поганого самопочуття розуміє, що робити, якщо погіршилося самопочуття	

№ з/п	Дата проведення	Тема. Дослідницькі чи проблемні запитання	Очікувані результати	Примітки
			моделює ситуацію надання першої долікарської допомоги в разі травматизму чи поганого самопочуття створює “кошик вдячності” та заповнює його подяками	
24		Захворювання. Чинники ризику <i>Які причини появи захворювань? Як їм запобігти? Навіщо вакцинуватися?</i>	називає відомі йому / їй захворювання людини розуміє причини появи захворювань та як їм запобігти досліджує та обговорює чинники, що впливають на стан здоров'я і розвиток організму, зокрема профілактичні заходи щодо інфекційних і неінфекційних захворювань складає пам'ятку про те, як вберегтися від інфекційних захворювань пояснює наслідки недотримання здорового способу життя на основі інформації, що міститься в різних текстах використовує перевірену інформацію для прийняття рішення щодо вибору повсякденної поведінки на користь здоров'я, безпеки та добробуту	
25		Емоційний стан та емоційне здоров'я <i>Мої емоції — мої друзі? Як почуватися комфортно у школі?</i>	розпізнає позитивні та негативні емоції та їх прояви у повсякденних ситуаціях пояснює необхідність поваги до почуттів інших людей визнає необхідність безпечних і корисних практик поведінки, правил спілкування розпізнає прояви булінгу пояснює необхідність відстоювання власних інтересів та інтересів інших осіб, протидії проявам тиску, неповаги і приниження ідентифікує способи та можливість надання необхідної допомоги собі та / або іншим особам для вирішення конфліктної ситуації	

№ з/п	Дата проведення	Тема. Дослідницькі чи проблемні запитання	Очікувані результати	Примітки
			визначає різні аспекти способу життя, що приносять користь і задоволення (радість) для повноцінного життя	
26		Ефективне спілкування <i>Як спілкуватися безпечно та ефективно?</i>	визнає необхідність безпечних і ефективних правил спілкування, активного слухання, вміння давати конструктивний зворотній зв'язок робить самоаналіз щодо свого вміння ефективного спілкування розуміє, що таке віртуальне спілкування визнає необхідність безпечних і корисних практик віртуального спілкування пояснює необхідність протидії проявам тиску, неповаги і приниження у віртуальному спілкуванні прогнозує наслідки своїх дій, зокрема під час використання інформаційно-комунікаційних технологій та інших медійних засобів обмірковує та моделює альтернативні рішення стосовно спілкування (активне слухання, конструктивний зворотній зв'язок) пояснює необхідність поваги до почуттів інших людей ідентифікує способи та можливість надання необхідної допомоги собі та / або іншим особам для вирішення конфліктної ситуації	
27		Взаємодія і співпраця <i>Як стати командою?</i>	розуміє що таке команда, командна робота, лідерство в команді складає та аналізує командний план дій складає та аналізує правила роботи в команді моделює та аналізує проектну роботу в команді з урахуванням короткострокових цілей для досягнення	

№ з/п	Дата проведення	Тема. Дослідницькі чи проблемні запитання	Очікувані результати	Примітки
			<p>успіху та задоволення власних потреб і потреб інших осіб</p> <p>обмірковує альтернативні рішення в умовах вибору</p> <p>пояснює необхідність ефективної співпраці, виявляючи повагу до інших осіб, задоволення власних потреб і потреб інших осіб</p> <p>розуміє необхідність поваги до почуттів та потреб інших людей</p> <p>розпізнає добродійну діяльність</p>	
28		Етична поведінка	<p>пояснює що таке етика, принципи, цінності, індивідуальність, етична поведінка, добродійність</p> <p>розуміє необхідність етичних практик поведінки, зокрема у спілкуванні і співпраці з людьми з інвалідністю</p> <p>моделює та аналізує практики етичної поведінки з урахуванням потреб інших осіб</p> <p>розуміє необхідність допомоги іншим особам, відстоювання інтересів інших осіб, протидії проявам тиску, неповаги і приниження</p> <p>пояснює важливість толерантного і коректного ставлення до відмінностей інших осіб</p> <p>ідентифікує способи та можливість надання необхідної допомоги собі та / або іншим особам для вирішення конфліктної ситуації</p> <p>розпізнає добродійну діяльність</p>	

№ з/п	Дата проведення	Тема. Дослідницькі чи проблемні запитання	Очікувані результати	Примітки
МОДУЛЬ 5. ДОБРОБУТ І ПІДПРИЄМЛИВІСТЬ				
29		<p>Підприємливість</p> <p><i>Що таке підприємливість і в чому вона проявляється?</i></p>	<p>пояснює що таке підприємливість, мотивація, стиль життя, творчість</p> <p>пояснює хто такі підприємці</p> <p>складає мапу думок щодо рис підприємливої людини</p> <p>робить самоаналіз щодо власних рис підприємливої людини та прояву цих рис</p> <p>аналізує моделі підприємливої поведінки</p> <p>аналізує потенціал опанування різних видів діяльності</p> <p>обмірковує альтернативні рішення стосовно свого здоров'я, безпеки і особистого добробуту в умовах вибору</p> <p>аналізує і визначає різні аспекти способу життя, що приносять користь і задоволення (радість) для повноцінного життя</p> <p>міркує щодо ефективних дій для реалізації короткострокових цілей для досягнення успіху та задоволення власних потреб і потреб інших осіб</p>	

№ з/п	Дата проведення	Тема. Дослідницькі чи проблемні запитання	Очікувані результати	Примітки
30		<p>Ідеї та можливості</p> <p><i>Де і як шукати ідеї?</i></p>	<p>пояснює що таке винахідливість, “мозковий штурм”, повторне використання розуміє важливість інноваційності, творчого, критичного та аналітичного мислення для створення нових можливостей досягнення успіху, задоволення власних потреб і потреб інших осіб, подолання надмірного виробництва і споживання товарів використовує метод командного “мозкового штурму” для генерації ідей повторного використання речей, пошуку відповідей на проблемні питання використовує метод командного “мозкового штурму” для генерації ідей щодо реалізації короткострокових цілей розвитку аналізує власне портфоліо щодо відстеження власного поступу, розвитку вмінь, знань та хобі складає та аналізує ідеї та цілі їхнього досягнення за методом SMART обмірковує альтернативні рішення стосовно свого здоров’я, безпеки і особистого добробуту в умовах вибору аналізує і визначає різні аспекти способу життя, що приносять користь і задоволення (радість) для повноцінного життя</p>	

№ з/п	Дата проведення	Тема. Дослідницькі чи проблемні запитання	Очікувані результати	Примітки
31		Ресурси <i>Які бувають ресурси?</i>	<p>пояснює що таке сталий розвиток, ресурси, їх обмеженість, апсайклінг</p> <p>розуміє необхідність ощадного ставлення та потребу повторного використання ресурсів для здоров'я, безпеки і добробуту</p> <p>обмірковує альтернативні рішення стосовно свого здоров'я, безпеки і особистого добробуту в умовах ощадливого ставлення до використання ресурсів</p> <p>усвідомлює наслідки впливу індивідуальної поведінки щодо ощадливого ставлення до використання ресурсів</p> <p>аналізує вплив дій інших людей щодо збереження ресурсів</p> <p>складає мапу думок щодо ресурсів людини</p> <p>аналізує таблицю щодо ресурсів людини</p> <p>аналізує і визначає різні аспекти способу життя щодо ощадливого використання ресурсів</p> <p>знаходить, аналізує і перевіряє інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту в різних джерелах</p>	
32		Гроші та бюджет <i>Що таке бюджет?</i>	<p>пояснює що таке фінансові ресурси, потреби і бажання, доходи, витрати, прибуток, бюджет, заощадження</p> <p>пояснює потенціал фінансових ресурсів</p> <p>пояснює необхідність ощадного використання ресурсів для добробуту</p> <p>визначає джерела отримання власних грошей</p> <p>аналізує необхідність ресурсів для задоволення потреб і бажань</p> <p>аналізує доходи і витрати</p>	

№ з/п	Дата проведення	Тема. Дослідницькі чи проблемні запитання	Очікувані результати	Примітки
			<p>обмірковує альтернативні рішення стосовно свого особистого добробуту в умовах вибору</p> <p>аналізує і визначає різні аспекти способу життя, що приносять користь і задоволення (радість) для повноцінного життя</p> <p>пояснює необхідність корисних практик поведінки, які зменшують ризики для добробуту</p>	
33		<p>Моє майбутнє</p> <p><i>Яким ми уявляємо своє майбутнє? Що таке щастя та успіх?</i></p>	<p>розуміє, що майбутнє людини залежить від неї самої</p> <p>пояснює, що таке успіх, щастя, професія</p> <p>аналізує цитати і притчу про успіх, щастя, самореалізацію</p> <p>наводить приклади власного досягнення успіху</p> <p>аналізує портфолію щодо відстеження власного поступу, розвитку знань і вмінь, бажання пізнавати нове без шкоди для здоров'я</p> <p>аналізує вміння інших і дає конструктивний зворотній зв'язок</p> <p>обмірковує альтернативні рішення стосовно свого розвитку та добробуту</p> <p>аналізує і визначає різні аспекти способу життя, що приносять користь і задоволення (радість) для повноцінного життя</p> <p>аналізує свої знання, вміння та бажання щодо потенціалу опанування різних видів діяльності</p> <p>моделює своє майбутнє і умови досягнення успіху та добробуту</p>	

№ з/п	Дата проведення	Тема. Дослідницькі чи проблемні запитання	Очікувані результати	Примітки
34		Перевір себе (діагностувальна робота №2)	<p>приймає рішення щодо надання самопомоги та допомоги іншим особам</p> <p>пояснює та обґрунтовує вибір власних рішень, спрямованих на збереження здоров'я, добробуту та безпеки</p> <p>виявляє чуйність до осіб, які потребують допомоги</p> <p>визначає потребу ощадливого використання ресурсів і повторної переробки вторинної сировини</p> <p>моделює послідовність дій у небезпечних ситуаціях природного походження</p> <p>відбирає ресурси для повторної переробки</p> <p>виявляє чуйне ставлення до людей з особливими потребами</p> <p>прогнозує ризики комунікації у віртуальному середовищі</p> <p>виокремлює інформацію та обговорює ситуації булінгу, зокрема кібербулінгу</p> <p>обґрунтовує обмеженість ресурсів (зокрема часу, здоров'я, фінансів)</p> <p>обирає продукти харчування, способи проведення дозвілля, які приносять задоволення і користь для здоров'я, безпеки і добробуту</p> <p>визначає свої потреби, бажання, інтереси та цілі та способи їх реалізації</p>	
35		<i>Резерв часу</i>		