

ОРІЄНТОВНЕ КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧНЕ ПЛАНУВАННЯ

уроків з інтегрованого курсу “ЗДОРОВ’Я, БЕЗПЕКА та ДОБРОБУТ” у 9 класі

(за підручником “Здоров’я, безпека та добробут” для 9 класу
авторів Задорожна Л. В., Присяжнюк Л. А., Грошовенко О. П., Іванова В. В., Петрик І. В., Хаджинова І. В.)

1 година / тиждень

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
I семестр							
РОЗДІЛ 1. СПРИЯЮ ДОБРОБУТУ							
1		Цілісність уявлень про добробут. Соціальні явища і добробут - Чому людина оцінює добробут суб’єктивно? - Як соціальні явища впливають на суб’єктивний добробут? - Як соціальні явища впливають на суспільний добробут? - Чи можна впливати на соціальні явища заради добробуту суспільства?	- Діє ефективно та самостійно, проявляючи наполегливість у досягненні цілей для реалізації своїх потреб, бажань та інтересів у законний спосіб; - співпрацює з іншими особами для здобуття підтримки, досягнення результату діяльності, спрямованої на збереження добробуту	Група результатів 3. Добробут. Підприємливість та етична поведінка для поліпшення добробуту	Обговорення взаємозв’язку особистого й суспільного добробуту та впливу соціальних явищ.; Робота в парі: аналіз складників добробуту та чинників, що на них впливають.; Перегляд і обговорення відео про спілкування в соціальних мережах; самоаналіз власних звичок.; Групова творча робота про вплив соціальних явищ на добробут; презентація результатів.; Дослідження добробуту близьких за шкалою ONS4 та представлення висновків.	Підручник: с. 4–8 Робочий зошит с. 1	svitdovkola.org/zbd9/1
2		Показники добробуту - Чому поняття добробуту є багаторівневим? - Чи можна оцінити добробут за одним показником? - Чому комплекс показників добробуту	- Діє ефективно та самостійно, проявляючи наполегливість у досягненні цілей для реалізації своїх потреб, бажань та інтересів у законний спосіб; - критично оцінює свої вміння і компетентності, проявляє	Група результатів 3. Добробут. Підприємливість та етична поведінка для поліпшення добробуту	Аналіз і доповнення переліку показників суспільного добробуту.; Моделювання дискусії про значущість складників добробуту та їхніх показників.; Аналіз Індексу людського розвитку та Індексу добробуту дітей.; Групове дослідження комплексних показників добробуту; створення	Підручник: с. 9–14 Робочий зошит с. 2	svitdovkola.org/zbd9/2

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
		важливий? Що є показниками добробуту дітей?	- наполегливість у досягненні мети; - співпрацює з іншими особами для здобуття підтримки, досягнення результату діяльності, спрямованої на збереження добробуту		інформаційної довідки або плаката.; Розроблення системи показників добробуту підлітків і добір методів дослідження.		
3		Шляхи створення добробуту - Чи залежить твій добробут від добробуту інших? - Чи завжди твої вчинки позитивно впливають на твій добробут? - Які шляхи створення добробуту? - Яку роль відіграє освіта у створенні добробуту? - Що таке стратегія добробуту?	- Вибирає альтернативні дії та рішення на користь здорового способу життя і зниження ризиків; - діє ефективно та самостійно, проявляючи наполегливість у досягненні цілей для реалізації своїх потреб, бажань та інтересів у законний спосіб; - критично оцінює свої вміння і компетентності, проявляє наполегливість у досягненні мети; - співпрацює з іншими особами для здобуття підтримки, досягнення результату діяльності, спрямованої на збереження добробуту	Група результатів 3. Добробут. Підприємливість та етична поведінка для поліпшення добробуту	Перегляд відеосюжету й аналіз наслідків власної поведінки для особистого та суспільного добробуту.; Дискусія про шляхи створення добробуту.; Групове створення попереджувального знака «Це загрожує безпеці й добробуту!».; Проєктування власних дій для створення особистого й суспільного добробуту.; Робота з чеклістом балансу; створення інфографіки / постера про роль освіти; укладання правил досягнення добробуту.	Підручник: с. 14–18 Робочий зошит с. 3	svitdovkola.org/zbd9/3
4		Практикум “Знай, умій, дій: розроби стратегію особистого добробуту” Перевір себе: підсумкові запитання за матеріалом розділу 1 “Сприяю добробуту”	- Діє ефективно та самостійно, проявляючи наполегливість у досягненні цілей для реалізації своїх потреб, бажань та інтересів у законний спосіб; - критично оцінює свої вміння і	Група результатів 3. Добробут. Підприємливість та етична поведінка для поліпшення	Самооцінювання складників власного добробуту та подання результатів у вигляді діаграми.; Формулювання особистих цілей за технологією SMART.; Розроблення плану дій: ресурси, труднощі та способи їх подолання.; Візуалізація бажаного результату, рефлексія та	Підручник: с. 19–20 Робочий зошит с. 4	svitdovkola.org/zbd9/prakt1 svitdovkola.org/zbd9/test1

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
			компетентності, проявляє наполегливість у досягненні мети	добробуту	формулювання мотиваційного вислову.; Виконання підсумкового онлайн-тесту до розділу.		
РОЗДІЛ 2. ЗАХИЩАЮ СЕБЕ ТА ІНШИХ							
5		Захист життя і здоров'я у воєнний та повоєнний час - Хто захищає життя і здоров'я громадян у воєнний і повоєнний час? - Як долати небезпеки техногенного характеру? - Якими можуть бути наслідки техногенних аварій для екології?	- Критично оцінює інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових; - обирає рішення з користю для безпеки та здоров'я в різних життєвих ситуаціях	Група результатів 1. Безпека. Уникнення загроз для життя власного та інших осіб. Обрання рішень із користю для власної та громадської безпеки	Обговорення складників національної стійкості та ролі держави в захисті громадян.; Робота в парі з положеннями Конституції України; створення «Дерева турботи держави».; Аналіз небезпек воєнного й повоєнного часу та правил дій у разі техногенних аварій.; Дослідження екологічних наслідків війни й воєнних злочинів проти довкілля; робота з картою та актуальними даними.; Творче завдання: лист у майбутнє про відновлення довкілля.	Підручник: с. 21–25 Робочий зошит с. 5	svitdovkola.org/zbd9/4
6		Запобігання ризикам від вибухонебезпечних предметів - Вибухонебезпечні предмети: ризик, який може коштувати життя - Які є засоби маркування небезпечних територій? - Як взаємодіяти з рятувальними службами?	- Демонструє відповідальне ставлення до безпеки і здоров'я власного та інших осіб; - критично оцінює інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових; - обирає рішення з користю для безпеки, здоров'я та добробуту в різних життєвих ситуаціях; - демонструє безпечну поведінку в побуті, закладі освіти, на вулиці, у	Група результатів 1. Безпека. Уникнення загроз для життя власного та інших осіб. Обрання рішень із користю для власної та громадської безпеки	Розпізнавання вибухонебезпечних предметів і чинників, що можуть спричинити їх детонацію.; Перегляд відео та створення інтелект-карти про вибухонебезпечні предмети й правила безпеки.; Аналіз правил поведінки, маркування небезпечних територій і статистики розмінування.; Групове творче завдання та підготовка інформаційної довідки про заборонені види зброї.; Рольове моделювання виклику рятувальної служби та взаємодії з диспетчером.	Підручник: с. 26–30 Робочий зошит с. 6	svitdovkola.org/zbd9/5

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
			громадських місця і в разі потреби звертається по допомогу до дорослих				
7		Невідкладна домедична допомога - Чому перша допомога важлива? - Із чого розпочати надання невідкладної домедичної допомоги? - Чому кровотечі потребують невідкладної допомоги? - Коли необхідна серцево-легенева реанімація? - Як надати домедичну допомогу в разі опіків та отруєння чадним газом? - Як рятувати людей під час пожежі та з-під завалів?	- Демонструє відповідальне ставлення до безпеки та здоров'я власного та інших осіб; - надає домедичну допомогу собі та іншим особам у межах своїх можливостей	Група результатів 1. Безпека. Уникнення загроз для життя власного та інших осіб. Обрання рішень із користю для власної та громадської безпеки	Відтворення алгоритму оцінювання стану потерпілої особи та принципів домедичної допомоги.; Аналіз і моделювання допомоги в різних невідкладних станах.; Розпізнавання ознак крововтрати; опрацювання способів зупинки критичної кровотечі.; Відпрацювання алгоритму серцево-легеневої реанімації.; Створення алгоритмів допомоги в разі опіків і отруєння чадним газом; аналіз дій під час пожежі та обвалу будівлі.	Підручник: с. 30–35 Робочий зошит с. 7	svitdovkola.org/zbd9/6
8		Практикум “Знай, умій, дій: відпрацюй прийоми домедичної допомоги” Перевір себе: підсумкові запитання за матеріалом розділу 2 “Захищаю себе та інших”	Надає домедичну допомогу собі та іншим особам у межах своїх можливостей	Група результатів 1. Безпека. Уникнення загроз для життя власного та інших осіб. Обрання рішень із користю для власної та	Практичне відпрацювання прямого тиску на рану, накладання турнікета й тампонування рани.; Моделювання ситуації та відпрацювання серцево-легеневої реанімації.; Аналіз труднощів під час виконання практичних дій і визначення способів їх подолання.; Виконання підсумкового онлайн-тесту до розділу.	Підручник: с. 36–37 Робочий зошит с. 8	svitdovkola.org/zbd9/prakt2 svitdovkola.org/zbd9/test2

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
				громадської безпеки			
РОЗДІЛ 3. КЕРУЮ ЕМОЦІЯМИ							
9		Психологічна самодопомога - Як допомогти собі в складних ситуаціях? - Що є причиною надмірної емоційності в підлітковому віці?	- Обирає рішення з користю для здоров'я в різних життєвих ситуаціях; - обирає альтернативні дії та рішення на користь здорового способу життя і зниження ризиків; - свідомо обирає моделі поведінки, що приносять користь і задоволення, ураховуючи безпеку, збереження власного здоров'я та здоров'я інших осіб	Група результатів 2. Здоров'я. Турбота про особисте здоров'я. Аргументований вибір здорового способу життя	Аналіз складників турботи про себе та способів підтримання ментального здоров'я.; Планування міні-майстер-класу для однокласників зі зміцнення ментального здоров'я.; Перегляд відео та обговорення компонентів психологічної стійкості.; Аналіз життєвих ситуацій про емоційну підтримку, розвиток мозку й саморегуляцію.; Створення інфографіки про чинники гармонійного розвитку та емоційну саморегуляцію.	Підручник: с. 38–42 Робочий зошит с. 9	svitdovkola.org/zbd9/7
10		Гострі стресові ситуації та їх наслідки - Що коїться з нами у стані стресу? - Як зберегти себе та допомогти іншим у стані стресу? - Як на нас впливають травматичні події?	- Обирає альтернативні дії та рішення на користь здорового способу життя і зниження ризиків; - визначає основні характерні ознаки безпечних і небезпечних для життя та здоров'я моделей поведінки; - свідомо обирає моделі поведінки, що приносять користь і задоволення, ураховуючи безпеку, збереження власного здоров'я та здоров'я інших осіб	Група результатів 2. Здоров'я. Турбота про особисте здоров'я. Аргументований вибір здорового способу життя	Пригадування стресових ситуацій і розпізнавання реакцій на гострий стрес.; Класифікація проявів стресу в тілі, емоціях, думках і поведінці; групове створення інфографіки.; Обговорення способів допомоги собі та іншій людині в стані гострого стресу.; Аналіз пам'ятки з першої психологічної допомоги.; Класифікація симптомів травматичного стресу та обговорення його можливих наслідків.	Підручник: с. 43–46 Робочий зошит с. 10	svitdovkola.org/zbd9/8

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
11		Керування емоціями. Техніки самодопомоги - Як допомогти собі подолати негативні емоції? - Які техніки допоможуть тобі контролювати тіло? - Які техніки допоможуть навести лад у думках?	- Демонструє безпечну поведінку в побуті, закладі освіти, на вулиці, у громадських місцях і в разі потреби звертається по допомогу до дорослих; - обирає альтернативні дії та рішення на користь здорового способу життя і зниження ризиків; - свідомо обирає моделі поведінки, що приносять користь і задоволення, ураховуючи безпеку, збереження власного здоров'я та здоров'я інших осіб; - критично оцінює інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових	Група результатів 2. Здоров'я. Турбота про особисте здоров'я. Аргументований вибір здорового способу життя	Виконання вправи з позитивними твердженнями та створення візуалізації афірмацій.; Практикування техніки заземлення та усвідомленого дихання.; Практикування прогресивної м'язової релаксації, автотренінгу та медитації.; Аналіз життєвих ситуацій і добір доцільних технік психологічної самодопомоги.	Підручник: с. 47–51 Робочий зошит с. 11	svitdovkola.org/zbd9/9
		Практикум “Знай, умій, дій: практикуй психологічну самодопомогу” Перевір себе: підсумкові запитання за матеріалом розділу 3 “Керую емоціями”	Свідомо обирає моделі поведінки, що приносять користь і задоволення, ураховуючи безпеку, збереження власного здоров'я та здоров'я інших осіб	Група результатів 2. Здоров'я. Турбота про особисте здоров'я. Аргументований вибір здорового способу життя	Ведення щоденника емоцій і визначення зв'язку між подіями та емоційними реакціями.; Практикування технік «Кола контролю» та «Дерево переживань».; Практикування поведінкової активації з використанням принципів PLAN і RACE.; Самооцінювання ефективності технік психологічної самодопомоги.; Виконання підсумкового онлайн-тесту до розділу.	Підручник: с. 52–53 Робочий зошит с. 12	svitdovkola.org/zbd9/prakt3 svitdovkola.org/zbd9/test3

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
РОЗДІЛ 4. ДІЄМО ЗАРАДИ МИРУ І БЕЗПЕКИ							
12		Національна безпека - Чи залежить індивідуальна безпека людини від суспільства? - Чому слід розглядати безпеку комплексно? - Як оцінити рівень безпеки? - Як національна безпека впливає на наше життя?	- Демонструє відповідальне ставлення до безпеки власної та інших осіб; - критично оцінює інформацію щодо безпеки, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових	Група результатів 1. Безпека. Уникнення загроз для життя власного та інших осіб. Обрання рішень із користю для власної та громадської безпеки	Обговорення потреби в безпеці та її місця в системі потреб людини.; Робота в парі: створення мапи взаємозалежностей різних складників безпеки.; Аналіз еволюції поняття «безпека», видів безпеки та показників їх оцінювання.; Робота з інтерактивною картою тривалості життя; порівняння даних і формулювання висновків.; Міні-дослідження сфери національної безпеки; робота із Законом України «Про національну безпеку України»; аналіз загроз.	Підручник: с. 54–59 Робочий зошит с. 13	svitdovkola.org/zbd9/10
13		Реалізація права людини на безпеку життя і здоров'я - У чому полягає захист людини в сучасному світі? - Як діє система цивільного захисту в Україні?	- Демонструє відповідальне ставлення до безпеки власної та інших осіб; - обирає рішення з користю для безпеки та здоров'я в різних життєвих ситуаціях; - свідомо обирає моделі поведінки, що приносять користь і задоволення, ураховуючи безпеку, збереження власного здоров'я та здоров'я інших осіб; - критично оцінює інформацію щодо безпеки, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових	Група результатів 1. Безпека. Уникнення загроз для життя власного та інших осіб. Обрання рішень із користю для власної та громадської безпеки	Робота з Конституцією України й Загальною декларацією прав людини; співвіднесення прав із «поколіннями прав людини».; Перегляд соціального ролика та моделювання інтерв'ю про особисту безпеку.; Аналіз взаємодії людини, громади й держави в забезпеченні безпеки.; Робота з Кодексом цивільного захисту України; заповнення таблиці рівнів цивільного захисту.; Аналіз ризикованих життєвих ситуацій і формулювання порад щодо взаємодії з органами цивільного захисту.	Підручник: с. 59–63 Робочий зошит с. 14	svitdovkola.org/zbd9/11

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
14		Виклики глобальній безпеці і шляхи сталого розвитку - Чи є глобальна безпека спільною відповідальністю людства? - Як діяльність міжнародних організацій впливає на сталий розвиток? - Що таке міжнародне гуманітарне право?	- Демонструє відповідальне ставлення до безпеки та здоров'я власного та інших осіб; - критично оцінює інформацію щодо здоров'я та безпеки, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових	Група результатів 1. Безпека. Уникнення загроз для життя власного та інших осіб. Обрання рішень із користю для власної та громадської безпеки	Групове дослідження глобальної проблеми за схемою «Риб'ячий скелет»: причини, наслідки, способи запобігання; Порівняння глобальної та міжнародної безпеки; заповнення таблиці загроз.; Аналіз Цілей сталого розвитку та впливу війни на їх реалізацію.; Розроблення мініпроєкту для громади за однією із Цілей сталого розвитку; презентація результатів.; Аналіз ролі міжнародних гуманітарних організацій і норм міжнародного гуманітарного права; розбір ситуацій-порушень.	Підручник: с. 64–69 Робочий зошит с. 15	svitdovkola.org/zbd9/12
15		Практикум “Знай, умій, дій: реалізуй своє право на безпеку і здоров'я” Перевір себе: підсумкові запитання за матеріалом розділу 4 “Діємо заради миру і безпеки”	- Демонструє відповідальне ставлення до безпеки та здоров'я власного та інших осіб; - критично оцінює інформацію щодо здоров'я та безпеки, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових	Група результатів 1. Безпека. Уникнення загроз для життя власного та інших осіб. Обрання рішень із користю для власної та громадської безпеки	Розроблення в парі інформаційно-просвітницького мініпроєкту з інформаційної безпеки.; Підготовка матеріалів і презентація результатів під час безпекового тижня.; Виконання підсумкового онлайн-тесту до розділу.	Підручник: с. 70 Робочий зошит с. 16	svitdovkola.org/zbd9/prakt4 svitdovkola.org/zbd9/test4
16		Діагностувальна робота (I семестр) Що я вивчив / вивчила в I семестрі?	Діє ефективно та самостійно, виявляючи наполегливість у досягненні цілей для реалізації своїх потреб, бажань та інтересів у законний	Група результатів 1. Безпека. Уникнення загроз для	Виконання тестових завдань з вибором однієї правильної відповіді.; Надання розгорнутих відповідей і пояснення вивчених понять.; Аналіз ситуацій із першої	Підручник: с. 149–150	svitdovkola.org/zbd9/diag1

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
		- Що я тепер умію? - Чому ці знання та вміння для мене цінні? - Що з вивченого мені важливо ніколи не забувати?	спосіб; - критично оцінює свої вміння і компетентності, виявляє наполегливість у досягненні мети; - критично оцінює інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових; - демонструє відповідальне ставлення до безпеки та здоров'я власного та інших осіб; - обирає альтернативні дії та рішення на користь здорового способу життя і зниження ризиків; - свідомо обирає моделі поведінки, що приносять користь і задоволення, ураховуючи безпеку, збереження власного здоров'я та здоров'я інших осіб	життя власного та інших осіб. Обрання рішень із користю для власної та громадської безпеки Група результатів 2. Здоров'я. Турбота про особисте здоров'я. Аргументований вибір здорового способу життя. Група результатів 3. Добробут. Підприємливість та етична поведінка для поліпшення добробуту	психологічної та домедичної допомоги.; Розв'язання завдань про глобальну безпеку, особистий добробут і національну безпеку.; Створення короткого допису для підліткового блогу про емоційне здоров'я.		
II семестр							
РОЗДІЛ 5. ПІКЛЮЮСЯ ПРО ЗДОРОВ'Я							
17		Цілісне уявлення про здоров'я. Здоровий спосіб життя	Демонструє безпечну поведінку в побуті, закладі освіти, на вулиці, у	Група результатів 2. Здоров'я. Турбота про	Обговорення складників здоров'я та холістичної моделі; аналіз їх взаємозалежності.; Міні-дослідження оздоровчих систем	Підручник: с. 71–76 Робочий зошит с. 17	svitdovkola.org/zbd9/13

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
		- Чому важливо мати цілісне уявлення про здоров'я? - Що таке стратегії здорового способу життя? - Як змодельувати індивідуальну стратегію здорового способу життя?	громадських місць і в разі потреби звертається по допомогу до дорослих; критично оцінює інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових	особисте здоров'я. Аргументований вибір здорового способу життя	різних народів і презентація результатів.; Робота в парі зі стратегіями здорового способу життя; створення слоганів для ровесників.; Самооцінювання стану складників здоров'я за допомогою «колеса здоров'я».; Моделювання індивідуальної стратегії здорового способу життя.		
18		Фізіологічна, психологічна і соціальна зрілість - Дорослість і зрілість: спільне й відмінне? - У чому проявляється фізіологічна зрілість? - Що таке психологічна зрілість? - Яку людину називають соціально зрілою? - Чому моніторинг здоров'я важливий у процесі дорослішання?	- Сприймає та аналізує різні вікові зміни організму у взаємозв'язку; - вибирає альтернативні дії та ухвалює рішення на користь здорового способу життя й зниження ризиків; - свідомо вибирає з урахуванням безпеки, збереження власного здоров'я і добробуту й здоров'я і добробуту інших осіб, моделі поведінки, що приносять користь	Група результатів 2. Здоров'я. Турбота про особисте здоров'я. Аргументований вибір здорового способу життя	Обговорення відмінностей між дорослістю і зрілістю.; Робота в парі: доповнення схеми ознак фізіологічної зрілості; самоспостереження за віковими змінами.; Аналіз життєвих ситуацій і перегляд відео про психологічну зрілість.; Розпізнавання ознак психологічної зрілості / незрілості в поведінці підлітків.; Групове створення портрета соціально зрілої людини й «рецепта» соціальної зрілості; обговорення моніторингу здоров'я.	Підручник: с. 76–80 Робочий зошит с. 18	svitdovkola.org/zbd9/14
19		Відновлення власних життєвих ресурсів - Що спричиняє дефіцит життєвих ресурсів? - Як відстежувати власний ресурсний стан? - Які є стратегії відновлення життєвих ресурсів?	- Ухвалює рішення з користю для здоров'я та добробуту в різних життєвих ситуаціях; - вибирає альтернативні дії та ухвалює рішення на користь здорового способу життя й зниження ризиків; - визначає основні ознаки безпечних і небезпечних для	Група результатів 2. Здоров'я. Турбота про особисте здоров'я. Аргументований вибір здорового	Обговорення джерел життєвих ресурсів і чинників їх виснаження.; Класифікація сигналів дефіциту життєвих ресурсів.; Ведення щоденника спостереження за ресурсним станом.; Моніторинг ресурсності за методикою «Світлофор стану» та аналіз чинників «заряджання /	Підручник: с. 81–85 Робочий зошит с. 19	svitdovkola.org/zbd9/15

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
			здоров'я та добробуту моделей поведінки	способу життя	розряджання»; Створення мапи стратегій відновлення ресурсів, використання трека звичок; перегляд відео й укладання порад.		
20		Моделі поведінки, безпечної для здоров'я і добробуту - Як поєднати корисне й приємне? - Яка поведінка небезпечна? - Як спосіб життя впливає на здоров'я і добробут? - Хто чи що впливає на вибір моделі поведінки? - Чи може безпечна поведінка приносити задоволення?	- Ухвалює рішення з користю для безпеки, здоров'я та добробуту в різних життєвих ситуаціях; - демонструє безпечну поведінку в побуті, закладі освіти, на вулиці, у громадських місцях і в разі потреби звертається по допомогу до дорослих; - вибирає альтернативні дії та ухвалює рішення на користь здорового способу життя й зниження ризиків; - визначає основні ознаки безпечних і небезпечних для здоров'я та добробуту моделей поведінки	Група результатів 2. Здоров'я. Турбота про особисте здоров'я. Аргументований вибір здорового способу життя	Обговорення зв'язку користі й задоволення в безпечній поведінці.; Групове створення «компаса безпеки» та визначення ознак безпечної поведінки.; Аналіз небезпечних ситуацій і моделювання «ланцюжка» можливих наслідків.; Оцінювання ступеня небезпеки, виконання онлайн-вправи та ухвалення рішень у змодельованих ситуаціях.; Рефлексія впливу тиску однолітків, соціальних мереж і сильних емоцій на власний вибір.	Підручник: с. 85–90 Робочий зошит с. 20	svitdovkola.org/zbd9/16
21		Практикум “Знай, умій, дій: виконай експрес-оцінку рівня свого фізичного здоров'я” Перевір себе: підсумкові запитання за матеріалом розділу 5 “Піклуюся про здоров'я”	- Сприймає та аналізує різні вікові зміни організму у взаємозв'язку; - критично оцінює інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових	Група результатів 2. Здоров'я. Турбота про особисте здоров'я. Аргументований вибір здорового способу життя	Проведення експрес-оцінки рівня індивідуального фізичного здоров'я за методикою Г. Апанасенка.; Розрахунок калорійності харчового раціону відповідно до енерговитрат організму.; Аналіз отриманих результатів і визначення можливих коректив до власної стратегії здорового способу життя.; Виконання підсумкового онлайн-тесту до розділу.	Підручник: с. 91–92 Робочий зошит с. 21	svitdovkola.org/zbd9/prakt5 svitdovkola.org/zbd9/test5

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
РОЗДІЛ 6. ОБИРАЮ БЕЗПЕКУ І ВІДПОВІДАЛЬНІСТЬ							
22		Формування міжособистісних і родинних стосунків - Як формуються міжособистісні стосунки? - Як побудувати гармонійні родинні стосунки? - Які переваги та виклики стосунків з однолітками? - Яка роль стосунків зі старшими у твоєму дорослішанні?	- Ухвалює рішення з користю для безпеки, здоров'я та добробуту в різних життєвих ситуаціях; - сприймає та аналізує різні вікові зміни організму у взаємозв'язку; - критично оцінює інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових	Група результатів 2. Здоров'я. Турбота про особисте здоров'я. Аргументований вибір здорового способу життя	Обговорення ознак здорових міжособистісних стосунків і принципів їх формування.; Міні-дослідження прикладів успішної взаємодії та створення класного дайджесту «Успішні разом!».; Робота в парі: визначення стадій формування стосунків і відпрацювання прийомів ефективної комунікації.; Створення й аналіз «Карти взаємин із батьками».; Групове моделювання конструктивного розв'язання конфлікту; аналіз порад щодо спілкування з дорослими.	Підручник: с. 93–98 Робочий зошит с. 22	svitdovkola.org/zbd9/17
23		Репродуктивне здоров'я молоді - Чому важливо вже нині дбати про своє репродуктивне здоров'я? - Чи загрожує раннє статеве життя репродуктивному здоров'ю? - Що таке ІПСШ? - Як уникнути ІПСШ?	- Ухвалює рішення з користю для безпеки, здоров'я та добробуту в різних життєвих ситуаціях; - демонструє безпечну поведінку в побуті, закладі освіти, на вулиці, у громадських місцях і в разі потреби звертається по допомогу до дорослих; - свідомо вибирає з урахуванням безпеки, збереження власного здоров'я і добробуту та здоров'я і добробуту інших осіб, моделі поведінки, що приносять користь; - сприймає та аналізує різні	Група результатів 2. Здоров'я. Турбота про особисте здоров'я. Аргументований вибір здорового способу життя	Аналіз чинників ризику для репродуктивного здоров'я.; Групова вправа «факт чи вигадка» та аналіз потенційно небезпечних ситуацій.; Аналіз даних щодо ВІЛ та визначення найбільш вразливих груп населення.; Групове створення статті для «вільної енциклопедії» підлітків про одну з ІПСШ.; Дослідження методів профілактики ІПСШ і створення декалогу особистого репродуктивного здоров'я.	Підручник: с. 98–102 Робочий зошит с. 23	svitdovkola.org/zbd9/18

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
			вікові зміни організму у взаємозв'язку				
24		Безпека, здоров'я і добробут: роль держави й суспільства - Чому здоров'я підлітків — один із пріоритетів державної політики України? - Які послуги для підлітків пропонує держава? - Який вплив мистецтва та народних традицій на формування безпеки, здоров'я, добробуту?	- Визначає основні ознаки безпечних і небезпечних для здоров'я та добробуту моделей поведінки; - свідомо вибирає з урахуванням безпеки, збереження власного здоров'я і добробуту та здоров'я і добробуту інших осіб, моделі поведінки, що приносять користь; - критично оцінює інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових	Група результатів 2. Здоров'я. Турбота про особисте здоров'я. Аргументований вибір здорового способу життя	Робота в парі: співвіднесення особливостей підліткового віку, можливих ризиків і необхідної допомоги.; Дослідження діяльності місцевого центру соціальних служб та доступних державних послуг для молоді.; Ознайомлення з онлайн-платформами, гарячими лініями й клініками, дружніми до молоді; формулювання запитань фахівцям.; Перегляд відео й створення інфографіки про вплив культури та мистецтва на здоров'я і добробут.; Добір прислів'їв і аналіз цінностей, відображених у народних традиціях.	Підручник: с. 103–108 Робочий зошит с. 24	svitdovkola.org/zbd9/19
25		Небезпека психоактивних речовин для здоров'я та добробуту - Чим небезпечні психоактивні речовини? - Як стереотипи можуть впливати на твій вибір? - Як держава регулює обіг ПАР та уберігає неповнолітніх від їх уживання?	- Демонструє безпечну поведінку в побуті, закладі освіти, на вулиці, у громадських місцях і в разі потреби звертається по допомогу до дорослих; - вибирає альтернативні дії та ухвалює рішення на користь здорового способу життя й зниження ризиків; - визначає основні ознаки безпечних і небезпечних для життя, здоров'я та добробуту моделей поведінки; - свідомо вибирає з урахуванням безпеки,	Група результатів 2. Здоров'я. Турбота про особисте здоров'я. Аргументований вибір здорового способу життя	Створення асоціативного куща «ПАР! Підвищена небезпека!» та обговорення ризиків.; Групове дослідження впливу різних ПАР на фізичне й психічне здоров'я за матеріалами відео.; Аналіз соціальних стереотипів і міфів про ПАР.; Перегляд відео про правове регулювання обігу ПАР; обговорення відповідальності та профілактики.; Рольове відпрацювання рішучої відмови від ПАР і створення «безпечного маршруту» виходу з ризикованої ситуації.	Підручник: с. 108–113 Робочий зошит с. 25	svitdovkola.org/zbd9/20

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
			збереження власного здоров'я і добробуту та здоров'я і добробуту інших осіб, моделі поведінки, що приносять користь; критично оцінює інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових				
26		Практикум “Знай, умій, дій: подбай про своє здоров'я та добробут” Перевір себе: підсумкові запитання за матеріалом розділу 6 “Обираю безпеку і відповідальність”	- Свідомо вибирає з урахуванням безпеки, збереження власного здоров'я і добробуту та здоров'я і добробуту інших осіб, моделі поведінки, що приносять користь і задоволення; - критично оцінює інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових	Група результатів 2. Здоров'я. Турбота про особисте здоров'я. Аргументований вибір здорового способу життя	Проектне дослідження українських традицій та їхнього впливу на здоров'я і добробут.; Робота з етнографічними й науковими джерелами, проведення інтерв'ю / опитування або практичного моделювання.; Підготовка продукту проекту: презентації, дослідницького звіту, інфографіки, відеопроєкту чи рекомендацій.; Представлення результатів і обговорення можливостей використання традицій у сучасному житті.; Виконання підсумкового онлайн-тесту до розділу.	Підручник: с. 114–115	svitdovkola.org/zbd9/prakt6 svitdovkola.org/zbd9/test6
РОЗДІЛ 7. ДІЮ ВІДПОВІДАЛЬНО							
27		Самореалізація особистості в суспільстві - Що таке самореалізація? - Як відбувається самореалізація особистості? - Чому соціальний запит важливий для	- Визначає основні ознаки безпечних і небезпечних для добробуту моделей поведінки; - свідомо вибирає з урахуванням збереження власного добробуту моделі поведінки, що приносять	Група результатів 3. Добробут. Підприємлив ість та етична поведінка для поліпшення добробуту	Обговорення понять «індивід», «особистість», «індивідуальність» та видів самореалізації.; Робота в парі: добір прикладів різних видів самореалізації та аналіз її складників.; Перегляд відео й формулювання правил підвищення самооцінки.; Групове обговорення моделі ікігай та можливостей	Підручник: с. 116–120 Робочий зошит с. 26	svitdovkola.org/zbd9/21

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
		самореалізації особистості в суспільстві? Які чинники впливають на самореалізацію особистості?	користь і задоволення; критично оцінює інформацію щодо добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових		самореалізації.; Доповнення мапи думок про чинники самореалізації; написання есе «Що я роблю для себе й України?».		
28		Взаємодія на основі поваги прав і потреб інших осіб - Чому відповідальна поведінка — це важливо? - Як між собою пов'язані відповідальність та емпатія? - Як між собою пов'язані відповідальність та просоціальна поведінка? - Що таке відповідальна взаємодія на основі поваги прав і потреб інших людей?	- Удосконалює (розвиває) власні розумові, емоційні, соціальні вміння; - критично оцінює інформацію щодо добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових; - дотримується норм етики й моралі під час ухвалення рішень щодо добробуту	Група результатів 3. Добробут. Підприємлив ість та етична поведінка для поліпшення добробуту	Самооцінювання власного рівня відповідальності.; Перегляд мультфільму та обговорення зв'язку відповідальності й емпатії.; Групове створення лайфхаків підтримки іншої людини; аналіз просоціальної поведінки.; Мініпроект «Мій вплив на взаємини з іншими» зі створенням інфографіки або відеоролика.; Аналіз ситуації з мемом у шкільному чаті; опрацювання принципів ненасильницької комунікації та переформулювання висловлень.	Підручник: с. 120–124 Робочий зошит с. 27	svitdovkola.org/zbd9/22
29		Волонтерство в сьогоденні й майбутньому - Яку роль відіграє волонтерський рух в Україні? - Які є напрями волонтерства? - Що таке служіння громаді? - Як стати волонтером / волонтеркою?	- Удосконалює (розвиває) власні розумові, емоційні, соціальні вміння; - критично оцінює інформацію щодо добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових; - дотримується норм етики й моралі під час ухвалення рішень щодо добробуту	Група результатів 3. Добробут. Підприємлив ість та етична поведінка для поліпшення добробуту	Обговорення сутності волонтерства, його напрямів і можливостей участі підлітків.; Аналіз інфографіки та добір додаткових напрямів волонтерської діяльності.; Робота в парі: підготовка репортажу про волонтера, об'єднання або фонд.; Перегляд сюжету та аналіз прикладів служіння громаді; планування власного посильного внеску.; Створення мотиваційного ролика, флаєра або подкасту про	Підручник: с. 125–129 Робочий зошит с. 28	svitdovkola.org/zbd9/23

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
30		Практикум “Знай, умій, дій: склади концептуальну карту особистості” Перевір себе: підсумкові запитання за матеріалом розділу 7 “Дію відповідально”	- Критично оцінює свої вміння й компетентності, виявляє наполегливість у досягненні мети; - аналізує та оцінює власні особливості й здібності для майбутнього професійного зростання	Група результатів 3. Добробут. Підприємлив ість та етична поведінка для поліпшення добробуту	Самоаналіз і створення власної концептуальної карти особистості.; Ознайомлення з типами темпераменту та визначення власних сильних і слабких сторін.; Самодіагностика типу темпераменту, самооцінки та життєвих цінностей за матеріалами е-додатка.; Аналіз результатів самодіагностики й уточнення концептуальної карти.; Виконання підсумкового онлайн-тесту до розділу.	Підручник: с. 130–131 Робочий зошит с. 29	svitdovkola.org/zbd9/prakt7 svitdovkola.org/zbd9/test7
РОЗДІЛ 8. БУДУЮ ВЛАСНЕ МАЙБУТНЄ							
31		Взаємозв'язок між професійним, особистим і сімейним майбутнім - Як будувати майбутнє вже сьогодні? - Як твої сьогоднішні дії впливають на завтрашній день? - Як пов'язані професійне, особисте та сімейне майбутнє? - Чому баланс важливий? - Як знайти баланс між різними сферами життя?	- Удосконалює (розвиває) власні розумові, емоційні, соціальні вміння для побудови власної освітньої траєкторії без шкоди для власного здоров'я і добробуту; - діє ефективно й самостійно, виявляючи наполегливість у досягненні цілей для реалізації своїх потреб, бажань та інтересів у законний спосіб; - аналізує та оцінює власні особливості й здібності для майбутнього професійного зростання, вибудовує його модель	Група результатів 3. Добробут. Підприємлив ість та етична поведінка для поліпшення добробуту	Створення особистої візії майбутнього та аналіз чинників, що на нього впливають.; Групове дослідження взаємовпливу професійного, особистого й сімейного майбутнього; створення мапи взаємозв'язків.; Обговорення необхідності балансу між різними сферами життя.; Виконання вправ із самоменеджменту та аналізу власних ресурсів часу й енергії.; Спільне розроблення чекліста кроків для досягнення балансу.	Підручник: с. 132–137 Робочий зошит с. 30	svitdovkola.org/zbd9/24

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
32		Світ професій - Що важливо розуміти під час вибору професії? - Як орієнтуватися у світі професій? - Які тренди є на ринку праці? - Тренди ринку праці України до 2030 року - Які стратегії допомагають планувати професійне майбутнє?	- Удосконалює (розвиває) власні розумові, емоційні, соціальні вміння для побудови власної освітньої траєкторії без шкоди для власного здоров'я і добробуту; - критично оцінює інформацію щодо добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових - критично оцінює свої вміння й компетентності, виявляє наполегливість у досягненні мети; - аналізує та оцінює власні особливості й здібності для майбутнього професійного зростання, вибудовує його модель	Група результатів 3. Добробут. Підприємлив ість та етична поведінка для поліпшення добробуту	Робота з Класифікатором професій; підготовка короткої довідки про цікаву професію.; Вправи на співвіднесення професії, спеціальності, посади та груп професій.; Групове створення інтелект-карти однієї з класифікацій професій.; Перегляд відео про професійні навички та самоаналіз власних навичок.; Дослідження трендів ринку праці України до 2030 року, робота з ШІ та опрацювання стратегій планування професійного майбутнього.	Підручник: с. 137–141 Робочий зошит с. 31	svitdovkola.org/zbd9/25
33		Шляхи вибору та здобуття професії - Як вибрати професію? - Як можна визначити твій професійний тип? - Чому вибрати майбутню професію буває складно? - Які помилки можуть виникати на шляху до вибору професії?	- Удосконалює (розвиває) власні розумові, емоційні, соціальні вміння для побудови власної освітньої траєкторії без шкоди для власного здоров'я і добробуту; - критично оцінює інформацію щодо добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових; - критично оцінює свої вміння й компетентності, виявляє наполегливість у досягненні мети;	Група результатів 3. Добробут. Підприємлив ість та етична поведінка для поліпшення добробуту	Моделювання «формули вибору професії» на перетині «хочу — можу — треба».; Проходження опитувальників Голланда та Л. Йовайші; порівняння результатів із власними професійними інтересами.; Аналіз ситуацій і добір професій відповідно до професійних типів.; Аналіз сучасних викликів, помилок і стереотипів під час вибору професії.; Підготовка мотиваційного листа до закладу освіти / для здобуття вибраної професії.	Підручник: с. 142–146 Робочий зошит с. 32	svitdovkola.org/zbd9/26

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
			- дотримується норм етики й моралі під час ухвалення рішень щодо безпеки, здоров'я та добробуту; - аналізує та оцінює власні особливості й здібності для майбутнього професійного зростання, вибудовує його модель				
34		Практикум “Знай, умій, дій: створи портфоліо-самопрезентацію” Перевір себе: підсумкові запитання за матеріалом розділу 8 “Будую власне майбутнє”	- Удосконалює (розвиває) власні розумові, емоційні, соціальні вміння для побудови власної освітньої траєкторії без шкоди для власного здоров'я і добробуту; - аналізує та оцінює власні особливості й здібності для майбутнього професійного зростання, вибудовує його модель	Група результатів 3. Добробут. Підприємлив ість та етична поведінка для поліпшення добробуту	Створення портфоліо-самопрезентації за рекомендованою структурою.; Упорядкування концептуальної карти особистості, освітніх досягнень, позашкільної діяльності та соціальних проєктів.; Формулювання професійних орієнтирів і підготовка мотиваційних листів.; Створення дорожньої карти короткострокових і довгострокових цілей; добір відгуків і додаткових матеріалів.; Виконання підсумкового онлайн-тесту до розділу.	Підручник: с. 147–148	svitdovkola.org/zbd9/prakt8 svitdovkola.org/zbd9/test8
35		Діагностувальна робота (II семестр) - Що я вивчив / вивчила у II семестрі? - Що я тепер умію? - Чому ці знання та вміння для мене цінні? - Що з вивченого мені важливо ніколи не	- Сприймає та аналізує різні вікові зміни організму у взаємозв'язку; - критично оцінює інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту в різних джерелах, зокрема цифрових; - ухвалює рішення з користю для безпеки, здоров'я та добробуту в різних життєвих	Група результатів 1. Безпека. Уникнення загроз для життя власного та інших осіб. Обрання рішень із	Виконання тестових завдань із вибором правильної відповіді.; Розпізнавання видів зрілості та принципів міжособистісних стосунків у ситуаціях.; Аналіз трендів ринку праці, соціального запиту та професійних стратегій.; Розв'язання ситуаційних завдань про вибір професії, здоровий спосіб життя й відновлення	Підручник: с. 151–152	svitdovkola.org/zbd9/diag2

№ з/п	Дата(и) проведення	Тема, дослідницькі чи проблемні питання	Очікувані результати навчання здобувача освіти	Група результатів	Пропоновані види навчальної діяльності	Матеріали до уроку	Електронний додаток до підручника
		забувати?	ситуаціях; • вибирає альтернативні дії та ухвалює рішення на користь здорового способу життя й зниження ризиків; • визначає основні ознаки безпечних і небезпечних для добробуту моделей поведінки; • свідомо вибирає з урахуванням збереження власного добробуту моделі поведінки, що приносять користь і задоволення; • удосконалює (розвиває) власні розумові, емоційні, соціальні вміння для побудови власної освітньої траєкторії без шкоди для власного здоров'я і добробуту; • аналізує та оцінює власні особливості й здібності для майбутнього професійного зростання, вибудовує його модель; • критично оцінює свої вміння й компетентності, виявляє наполегливість у досягненні мети	користую для власної та громадської безпеки Група результатів 2. Здоров'я. Турбота про особисте здоров'я. Аргументований вибір здорового способу життя. Група результатів 3. Добробут. Підприємливість та етична поведінка для поліпшення добробуту	ресурсності.; Створення короткого путівника про вибір професії та завершення рефлексивних тверджень.		