

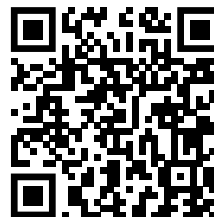
Здоров'я, безпека та добробут

Розробки уроків з інтегрованого курсу
для 6 класу
закладів загальної середньої освіти

Частина 1

за модельною програмою авторів
Т. Воронцової, В. Пономаренка,
І. Лаврентьевої, О. Хомич

Всі відео та онлайн
активності за посиланням
<https://tinyurl.com/2v7jv6kz>



Київ
Видавництво «Алатон»
2023

ЗМІСТ

Вступ. Базові поняття.....	3
§ 1. Життя і здоров'я	14
§2. Безпека і ризики	23
§ 3. Захист життя під час повітряних атак	27
§ 4. Правила безпеки під час воєнних дій.	35
§ 5. Мінна безпека.....	41
§ 6. Навколишнє середовище і безпека.....	47
§ 7. Природа і технічний прогрес і здоров'я.....	51
Розділ 1. Фізичне здоров'я.....	58
§ 8. Харчування і здоров'я.....	66
§ 9 Збалансоване харчування.....	72
§ 10 Наслідки неправильного харчування.....	76
§ 11. Особиста гігієна.....	82
§ 12. Профілактика інфекційних захворювань.....	88
Розділ 2. Психічне і духовне здоров'я.....	99
§ 13. Розвиток підлітка.....	107
§ 14. Самооцінка і здоров'я.....	114
§ 15. Прийняття рішень.....	120
§ 16. Протидія соціальному тиску.....	127

Вступ. Базові поняття

Рекомендована тематика	Тривалість
1. Життя і здоров'я	1 год
2. Безпека і ризики	1 год
3. Захист життя під час повітряних атак	1 год
4. Правила безпеки під час воєнних дій	1 год
5. Мінна безпека	1 год
6. Навколишнє середовище і безпека	1 год
7. Природа і технічний прогрес і здоров'я.	1 год

Орієнтовні / проблемні запитання:

- Що таке безпечна життєдіяльність?
- Які є складники здоров'я?
- Які навички потрібні у XXI столітті?
- Як визначити рівні ризику?
- Що таке виправдані і невинуваті ризики?
- Як діяти у разі оголошення повітряної тривоги?
- Що покласти в екстрений рюкзак?
- Які небезпеки можуть бути під час воєнних дій?
- Які правила поведінки на замінованих територіях?
- Які складові соціального середовища?
- Як захиститися від кримінальних небезпек і вберегти своє майно?
- Як природні чинники і техногенне середовище впливають на здоров'я людини?

Цілі розділу:

1. З'ясувати цінність життя і здоров'я для кожної людини.
2. Обговорити, чому потрібно дбати про усі складові здоров'я.
3. Навчити оцінювати рівні небезпечних ситуацій.
4. Вчитися розпізнавати виправдані і невинуваті ризики.
5. Проаналізувати, як діяти під час повітряної тривоги.
6. Дослідити вміст екстреного рюкзака.
7. Проаналізувати види загроз у зоні бойових дій.
8. З'ясувати, як діяти, якщо опинилися під завалами.
9. Обговорити правила мінної безпеки.
10. Дослідити вплив соціального, природного і техногенного середовища на життя і здоров'я.
11. Дізнатися, як запобігти крадіжкам мобільних телефонів та захиститися від кримінальних небезпек.
12. Проаналізувати позитивні та негативні наслідки технічного прогресу.

Очікувані результати розділу:

Наприкінці вивчення розділу учні:

- розповідають, що таке безпечна життєдіяльність;
- знають, які є складники здоров'я;
- визначають виправдані і невиправдані ризики;
- знають, як діяти у разі оголошення повітряної тривоги;
- називають речі, які мають бути в екстреному рюкзаку;
- аналізують види загроз у зоні бойових дій;
- знають, як діяти, якщо опинилися на замінованій території або стали свідком інциденту на мінному полі;
- розрізняють негативний і позитивний вплив соціального, природного і техногенного середовища на життя і здоров'я;
- розповідають, як запобігти крадіжкам мобільних телефонів та захиститися від кримінальних небезпек;
- розуміють, чому потрібно дбати про добробут наступних поколінь.

Очікувані результати за Державним стандартом базової середньої освіти

Загальні результати	Конкретні результати
Соціальна і здоров'язбережувальна освітня галузь	
Турбота про особисте здоров'я і безпеку, уникання факторів ризику, реагування на чинники і діяльність, яка становить загрозу для життя, здоров'я, добробуту власного та інших осіб	
Діє відповідально [СЗО 1.1]	<p>Демонструє прихильність до безпечних і корисних практик поведінки, які зменшують ризики для життя і здоров'я або запобігають їм [6 СЗО 1.1.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • демонструє модель безпечної поведінки згідно з інструкціями і правилами в соціальному і природному середовищі [6 СЗО 1.1.1-1] • за алгоритмом у небезпечних ситуаціях, використовуючи інформацію, що міститься в тексті інструкції [6 СЗО 1.1.1-2] • обґрунтовує необхідність власної відповідальності за поведінку в побуті та громадських місцях [6 СЗО 1.1.1-3]
Надає допомогу [СЗО 1.3]	<p>Відстоює власні інтереси та інтереси інших осіб, протидіючи проявам тиску, неповаги і приниження [6 СЗО 1.2.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • бережливо ставиться до власного майна та майна інших осіб, обґрунтовує недоторканність чужого майна [6 СЗО 1.2.1-3]
Надає допомогу [СЗО 1.3]	<p>Ідентифікує способи та можливість надання необхідної допомоги собі та/або іншим особам для вирішення конфліктної ситуації [6 СЗО 1.3.2]</p> <ul style="list-style-type: none"> • здатний викликати необхідні рятувальні служби, повідомляючи відповідно до ситуації необхідну інформацію [6 СЗО 1.3.1-2]
Визначення альтернатив, прогнозування наслідків, прийняття рішень з користю для власної безпеки та безпеки інших осіб, здоров'я та добробуту	
Розпізнає небезпечні ситуації [СЗО 2.1]	<p>Визначає ймовірні небезпеки в повсякденному житті [6 СЗО 2.1.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • визначає потенційні небезпеки навколишнього середовища для здоров'я і безпеки людини (дорожній рух, забруднення, хімічні речовини, ультрафіолетове випромінювання тощо) [6 СЗО 2.1.1-1]

	<ul style="list-style-type: none"> • розпізнає ймовірні небезпеки природного, техногенного, соціального характеру і побутового походження [6 СЗО 2.1.1-2] • вирізняє речовини, які становлять загрозу в разі неналежного використання [6 СЗО 2.1.1-3] • виявляє ризики невідповідності власних потреб і можливостей [6 СЗО 2.1.1-4]
Прогнозує наслідки [СЗО 2.2]	<p>Прогнозує наслідки своїх дій для здоров'я, безпеки і добробуту, зокрема під час використання інформаційно-комунікаційних технологій та інших медійних засобів [6 СЗО 2.2.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • прогнозує наслідки своїх дій у непередбачуваних і надзвичайних ситуаціях, апелюючи до набутих знань та достовірної інформації [6 СЗО 2.2.1-1] • пояснює наслідки недотримання здорового способу життя [6 СЗО 2.2.1-2]
Приймає рішення [СЗО 2.3]	<p>Використовує перевірену інформацію для прийняття рішення в типових (знайомих) повсякденних ситуаціях [6 СЗО 2.3.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • використовує перевірену інформацію для прийняття рішення щодо вибору повсякденної поведінки на користь здоров'я, безпеки та добробуту [6 СЗО 2.3.1-1] • приймає рішення щодо надання самопомоги та допомоги іншим особам, звернення до інших осіб чи відповідних служб [6 СЗО 2.3.1-2]
Поводиться безпечно [СЗО 2.4]	<p>Пояснює послідовність дій у небезпечних ситуаціях природного, техногенного, соціального і побутового походження [6 СЗО 2.4.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • моделює послідовність дій у небезпечних ситуаціях природного, техногенного, соціального і побутового походження [6 СЗО 2.4.1-1] • звертається до фахівців у небезпечних ситуаціях, наслідкам яких не може зарадити власними силами [6 СЗО 2.4.1-2] • поводить безпечно під час спілкування, зокрема з тваринами [6 СЗО 2.4.1-3]
Аргументований вибір здорового способу життя, аналіз і оцінка наслідків і ризиків	
Обмірковує альтернативи власних дій і рішень [СЗО 3.1]	<p>Обмірковує альтернативні рішення стосовно свого здоров'я, безпеки і особистого добробуту в умовах вибору [6 СЗО 3.1.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • пояснює вибір власних альтернатив і рішень з огляду на вплив зовнішніх чинників [6 СЗО 3.1.1-1] • обґрунтовує наслідки вибору альтернативного рішення щодо моделей поведінки, спрямованих на збереження здоров'я, добробуту та безпеки [6 СЗО 3.1.1-2]

<p>Аналізує вплив поведінки на здоров'я [СЗО 3.3]</p>	<p>Усвідомлює наслідки впливу індивідуальної поведінки на стан здоров'я [6 СЗО 3.3.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • аналізує негативний вплив недотримання правил/інструкцій безпечної поведінки на збереження життя і здоров'я [6 СЗО 3.3.1-2] • обґрунтовує необхідність уникнення місць підвищеної небезпеки [6 СЗО 3.3.1-3] • розпізнає приклади поведінки, дружньої до навколишнього середовища [6 СЗО 3.3.1-4] • аналізує причини вибору нездорової поведінки [6 СЗО 3.3.1-5] • аналізує вибір свій та інших осіб з урахуванням користі і задоволення (радості) для здорового, безпечного життя [6 СЗО 3.4.1-3]
<p>Підприємливість та етична поведінка для поліпшення здоров'я, безпеки і добробуту</p>	
<p>Знаходить і перевіряє інформацію [СЗО 4.2]</p>	<p>Знаходить, аналізує і перевіряє інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту в різних джерелах [6 СЗО 4.2.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • знаходить інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту в різних джерелах і перевіряє її достовірність [6 СЗО 4.2.1-1] • оцінює надійність різних джерел інформації (засоби масової інформації, реклама, соціальні мережі тощо) [6 СЗО 4.2.1-2]
<p>Виявляє культуру споживання [СЗО 4.5]</p>	<p>Пояснює обмеженість ресурсів, необхідність ощадного ставлення та потребу повторного використання їх для здоров'я, безпеки і добробуту [6 СЗО 4.5.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • аналізує взаємозв'язок між потребами людини та обмеженістю ресурсів [6 СЗО 4.5.1-1] • визначає потребу ощадливого використання ресурсів і повторної переробки вторинної сировини [6 СЗО 4.5.1-2] • відбирає ресурси для повторної переробки [6 СЗО 4.5.1-4]
<p>Планує майбутнє [СЗО 4.6]</p>	<p>Аналізує потенціал опанування різних видів діяльності [6 СЗО 4.6.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • доводить, що здоров'я, безпека і добробут є підґрунтям успішного майбутнього [6 СЗО 4.6.1-1]
<p>Співпрацює для досягнення результату діяльності [СЗО 4.7]</p>	<p>Працює самостійно або з іншими особами, виконуючи різні ролі та встановлюючи нові контакти [6 СЗО 4.7.1]</p> <p>бере участь у груповій роботі, враховуючи індивідуальні особливості і потреби [6 СЗО 4.7.1-1]</p> <p>розуміє взаємовплив емоційного стану, переконань, поведінки всіх учасників спільної діяльності [6 СЗО 4.7.1-2]</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • виконує різні ролі в груповій роботі [6 СЗО 4.7.1-3] • встановлює нові контакти та ефективно співпрацює для досягнення результату, використовує різні засоби зв'язку [6 СЗО 4.7.1-4]
Мовно-літературна освітня галузь	
Взаємодія з іншими особами усно, сприймання і використання інформації для досягнення життєвих цілей у різних комунікативних ситуаціях	
Сприймає усну інформацію [МОВ 1.1]	Слухає висловлювання (зокрема художні тексти, медіатексти) у різних формах (монолог, діалог, полілог), сприймаючи подану в достатньо вільному темпі інформацію відповідного обсягу на відому і частково нову тематику [6 МОВ 1.1.1]
	Реагує на почуте, уточнюючи важливі для розуміння деталі [6 МОВ 1.1.2]
Перетворює інформацію з почутого повідомлення в різні форми повідомлень [МОВ 1.2]	Усно відтворює зміст почутого повідомлення (зокрема художнього тексту, медіатексту), акцентуючи увагу на окремих деталях [6 МОВ 1.2.1]
	Фіксує основний зміст почутого повідомлення (зокрема художнього тексту, медіатексту) відповідно до поставленого завдання [6 МОВ 1.2.2]
Виокремлює усну інформацію [МОВ 1.3]	Добирає відповідно до поставленого завдання або самостійно визначених цілей інформацію з одного чи кількох джерел (зокрема художніх текстів, медіатекстів) [6 МОВ 1.3.1]
Аналізує та інтерпретує усну інформацію [МОВ 1.4]	Визначає мету повідомлення [6 МОВ 1.4.4]
	Пов'язує, зіставляє почуте із життєвим досвідом [6 МОВ 1.4.5]
Оцінює усну інформацію [МОВ 1.5]	Обґрунтовує своє ставлення до змісту і форми почутого повідомлення (зокрема художнього тексту, медіатексту) [6 МОВ 1.5.1]
	<ul style="list-style-type: none"> • обґрунтовує достовірність, повноту інформації, у разі потреби звертаючись до відповідних джерел, доречно цитуючи окремі фрагменти почутого повідомлення (зокрема художнього тексту, медіатексту тощо) [6 МОВ 1.5.1-1]
Висловлює та обстоює власні погляди, ідеї, переконання [МОВ 1.6]	Конструктивно спілкується, використовуючи типові мовленнєві конструкції [6 МОВ 1.6.1]
	Обстоює власну позицію щодо окремих питань, зокрема тих, що порушені в почутому повідомленні (зокрема художньому тексті, медіатексті) [6 МОВ 1.6.2]

Використовує вербальні та невербальні засоби під час представлення своїх думок [МОВ 1.7]	Взаємодіє із співрозмовниками, супроводжуючи власне мовлення окремими вербальними та невербальними засобами для досягнення комунікативної мети [6 МОВ 1.7.1]
	Регулює власні емоції в комунікації [6 МОВ 1.8.2]
Сприймання, аналіз, інтерпретація, критичне оцінювання інформації в текстах різних видів (зокрема художніх текстах, медіатекстах) та використання її для збагачення власного досвіду	
Сприймає текст [МОВ 2.1]	Відповідно до мети застосовує основні види читання текстів (цілісних, перерваних, змішаних) (зокрема художніх текстів, медіатекстів) [6 МОВ 2.1.1]
	Робить висновки на основі аналізу тексту (зокрема художнього тексту, медіатексту) [6 МОВ 2.2.7]
Оцінює текст [МОВ 2.4]	Пояснює значення здобутої з прочитаного тексту (зокрема художнього тексту, медіатексту) інформації в контексті власного досвіду для розв'язання визначених завдань [6 МОВ 2.4.1]
Висловлювання думок, почуттів і ставлень, письмова взаємодія з іншими особами, зокрема інтерпретація літературних творів українських і зарубіжних письменників; взаємодія з іншими особами у цифровому середовищі, дотримання норм літературної мови	
Створює письмові висловлення [МОВ 3.1]	Записує (від руки або з використанням спеціальних, зокрема цифрових, пристроїв) власні міркування або інформацію з різних джерел [6 МОВ 3.1.1]
	Добирає потрібні мовні засоби, дотримується основних мовних норм [6 МОВ 3.1.4]
Взаємодіє письмово в режимі реального часу (у цифровому середовищі) [МОВ 3.2]	Створює невеликі типові повідомлення/ медіатексти на захищених цифрових сервісах і в соціальних мережах щодо проблем, пов'язаних з особистим досвідом та освітньою діяльністю [6 МОВ 3.2.1]
Громадянська та історична освітня галузь	
Історико-хронологічне мислення, орієнтація в історичному часі, встановлення причинно-наслідкових зв'язків між подіями, явищами і процесами, діяльністю людей та її результатами в часі, виявлення змін і тягlosti в житті суспільства	

Орієнтується в історичному часі [ГІО 1.1]	<p>Пояснює, як відбувається відлік часу в історії [6 ГІО 1.1.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> розташовує події у хронологічній послідовності, укладає хронологічну таблицю [6 ГІО 1.1.2-1] установлює послідовність історичних подій за допомогою лінії часу [6 ГІО 1.1.2-2]
Розкриває взаємозв'язки та тяглість суспільного розвитку [ГІО 1.2]	<p>Пояснює зв'язок між подіями, розрізняє причини, приводи, результати і наслідки подій [6 ГІО 1.2.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> виявляє і розрізняє з допомогою вчителя причини і приводи, результати і наслідки історичних подій, явищ, процесів [6 ГІО 1.2.1-1] описує перебіг історичних подій та визначає тяглість в історичному процесі [6 ГІО 1.2.1-2]
Виявляє і прогнозує суспільні (історичні) зміни [ГІО 1.3]	<p>Співвідносить з вивченим періодом (епохою) відомі історичні події та особи, визначає сфери суспільного життя, які зазнавали змін [6 ГІО 1.3.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> розрізняє природні, економічні, політичні, соціальні, технологічні та культурні зміни та наводить приклади впливу цих змін на життя людини і суспільства в минулому і теперішньому [6 ГІО 1.3.1-1] <p>пояснює, як життя людини і суспільства залежить від природних змін, науково-технічних винаходів, соціальних обставин [6 ГІО 1.3.2]</p> <p>пояснює, як життя людини і суспільства залежить від природних змін, науково-технічних винаходів, соціальних обставин</p> <ul style="list-style-type: none"> [6 ГІО 1.3.2]
Геопросторове мислення, орієнтація в соціально-історичному просторі, виявлення взаємозалежності в розвитку суспільства, господарства, культури і навколишнього середовища	
Виявляє взаємодію природного і соціального середовищ [ГІО 2.2]	<p>Пояснює, як географічне положення впливає на спосіб життя і світогляд людей [6 ГІО 2.2.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> виявляє (з допомогою вчителя) і пояснює виклики, які стоять перед людиною, суспільством у різних природних середовищах [6 ГІО 2.2.1-2] <p>Наводить приклади впливу діяльності людини на навколишнє середовище в часі і просторі, взаємодії людини та природи [6 ГІО 2.2.2-1]</p> <ul style="list-style-type: none"> діє для збереження навколишнього середовища [6 ГІО 2.2.2-2] виявляє вплив діяльності людини на навколишнє середовище [6 ГІО 2.2.2]

Дотримання демократичних принципів, конструктивна взаємодія з друзями, спільнотою закладу освіти, місцевою громадою і суспільством загалом, залучення до розв'язання локальних, загальнонаціональних і глобальних проблем

Бере участь у розв'язанні проблем спільнот [ГІО 6.2]	З допомогою вчителя долучається до розв'язання проблем різних спільнот, враховуючи інтереси їх представників [6 ГІО 6.2.1] <ul style="list-style-type: none">• визначає способи власної співучасті в житті класу/ закладу освіти/ родини/ місцевої спільноти [6 ГІО 6.2.1-4]• критично визначає, що влаштовує/ не влаштовує в знайомому оточенні [6 ГІО 6.2.1-1]• пропонує, як можна змінити те, що його не влаштовує [6 ГІО 6.2.1]
Осмислює зв'язки між минулим і сучасним громадсько-політичним життям [ГІО 6.3]	Описує минуле та сучасне, використовуючи громадсько-політичні поняття: демократія, свобода, права, право/ закон тощо [6 ГІО 6.3.1] <ul style="list-style-type: none">• бере до уваги зміни, оцінює їх ризики та переваги для власного життя та життя спільноти [6 ГІО 6.3.1-4]• наводить приклади змін у житті суспільства, пов'язаних із різними чинниками; пояснює їх вплив на людину, конкретні соціальні групи та суспільство в цілому в минулому та сьогоденні [6 ГІО 6.3.1-5]

Математична освітня галузь

Дослідження ситуацій і виокремлення проблем, які можна розв'язати із застосуванням математичних методів

Досліджує, аналізує дані та зв'язки між ними, оцінює їх достовірність та доцільність використання [МАО 1.2]	Досліджує проблемну ситуацію, отримує дані, перевіряє достовірність даних [6 МАО 1.2.1] <ul style="list-style-type: none">• вирізняє у проблемній ситуації математичні дані [6 МАО 1.2.1-1].• розрізняє початкові дані та шукані результати [6 МАО 1.2.1-2] Добирає дані, потрібні для розв'язання проблемної ситуації [6 МАО 1.2.3] <ul style="list-style-type: none">• визначає дані, які є необхідними для розв'язання проблемної ситуації [6 МАО 1.2.3-1]
---	--

Технологічна освітня галузь

Втілення задуму в готовий продукт за алгоритмом проектно-технологічної діяльності

Виготовляє проєктований виріб за визначеною технологічною послідовністю [ТЕО 1.2]	Організовує самостійно або за допомогою вчителя чи інших осіб роботу для виготовлення проєктованого виробу за визначеною послідовністю [6 ТЕО 1.2.1] <ul style="list-style-type: none">• Розраховує час на виконання технологічних операцій [6 ТЕО 1.2.3]• Демонструє в роботі під час виготовлення виробу належні особистісні якості [6 ТЕО 1.2.5]
---	--

Ефективне використання техніки і матеріалів без заподіяння шкоди навколишньому середовищу

<p>Визначає ризики впливу сучасних матеріалів, техніки і технологій для навколишнього середовища [ТЕО 3.1]</p>	<p>Оцінює користь і небезпеку технічного прогресу для навколишнього середовища [6 ТЕО 3.1.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • осмислено наводить приклади глобалізаційних процесів, які докорінно змінили світ у ХХІ столітті [6 ТЕО 3.1.1-1] • обговорює ймовірний розвиток технологій у різних сферах діяльності людини [6 ТЕО 3.1.1-2] • пояснює доцільність відмови людства від використання одноразових виробів із синтетичних та інших шкідливих матеріалів [6 ТЕО 3.1.1-3] • генерує ідеї, які можуть бути корисними для збереження навколишнього середовища і сталого [збалансованого] розвитку [6 ТЕО 3.1.1-4] • доводить переваги використання вторинних матеріальних ресурсів у реалізації нових проєктів [6 ТЕО 3.1.1-5]
<p>Ощадно використовує матеріали [ТЕО 3.2]</p>	<p>Демонструє відповідальність за збереження навколишнього середовища, зокрема за сортування відходів [6 ТЕО 3.2.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • аргументує вичерпність природних ресурсів [6 ТЕО 3.2.1-1] • висловлює судження стосовно наслідків власних дій для навколишнього середовища [6 ТЕО 3.2.1-2] • аргументовано і доцільно замінює природні матеріали вторинними матеріальними ресурсами [6 ТЕО 3.2.1-3] • дотримується правил сортування відходів під час роботи над проєктом і в побуті [6 ТЕО 3.2.1-4] <p>Удосконалює власний чи спільний життєвий простір у різних сферах побутової діяльності [інтер'єр, одяг, харчування тощо] [6 ТЕО 4.1.2]</p> <ul style="list-style-type: none"> • розрізняє корисні для здоров'я елементи життєвого простору, обґрунтовує раціональність їх використання [6 ТЕО 4.1.2-2]

Інформатична освітня галузь

Пошук, подання, перетворення, аналіз, узагальнення та систематизація даних, критичне оцінювання інформації для розв'язання життєвих проблем

<p>Критично оцінює інформацію, отриману з різних джерел [ІФО 1.4]</p>	<p>Висловлює міркування щодо сучасних інформаційних технологій і їх місця в суспільстві [6 ІФО 1.1.3]</p> <ul style="list-style-type: none"> • наводить приклади поширення цифрових інновацій у громаді, суспільстві, застосування їх для навчання, комунікації і творчості [6 ІФО 1.1.3-1] • описує та оцінює позитивний і негативний вплив інформаційних технологій на власне життя і суспільство [6 ІФО 1.1.3-2] <p>Будує власні судження про медіатексти, визначаючи достовірність інформації та надійність джерел [6 ІФО 1.4.2]</p> <ul style="list-style-type: none"> • наводить аргументи щодо надійності джерел і достовірності інформації в медіатекстах [6 ІФО 1.4.2-1]
<p>Створення інформаційних продуктів і програм для ефективного розв’язання задач/проблем, творчого самовираження (індивідуально і у співпраці) за допомогою цифрових пристроїв і без них</p>	
<p>Створює та опрацьовує інформаційні продукти з використанням даних різних типів [ІФО 2.4]</p>	<p>Створює інформаційні продукти та оцінює їх якість за вказаними критеріями [6 ІФО 2.4.3]</p> <ul style="list-style-type: none"> • створює мультимедійні презентації [6 ІФО 2.4.3-4]
<p>Співпрацює в команді для створення інформаційного продукту [ІФО 2.5]</p>	<p>Складає план виконання своєї роботи із створення інформаційного продукту відповідно до ролі в групі [6 ІФО 2.5.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • бере участь у спільному проєкті (он-лайн та оф-лайн) із створення інформаційних продуктів для реалізації власних і суспільних інтересів [6 ІФО 2.5.1-1] • планує роботу перед виконанням завдання і за потреби вносить корективи в план під час виконання завдання [6 ІФО 2.5.1-2] • пояснює, розподіляє і відповідально виконує ролі групової взаємодії під час розроблення проєкту [6 ІФО 2.5.2-1] • пропонує і дотримується правил взаємодії і прийняття спільних рішень під час створення колективного проєкту [6 ІФО 2.5.2-2]
<p>Усвідомлене використання інформаційних і комунікаційних технологій та цифрових пристроїв для доступу до інформації, спілкування та співпраці як творця та/або споживача</p>	

§ 1. Життя і здоров'я



Мета

Визначити, що таке безпека життєдіяльності. Визначити складові здоров'я і з'ясувати, чому потрібно дбати про їх усі. Обговорити основні навички ХХІ століття.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- *знають*, що таке безпека життєдіяльності;
- *називають* складові здоров'я;
- *пояснюють* важливість основних навичок ХХІ століття.



Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери;
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проектор (бажано).
- Ножиці, кольорові олівці або фломастери, пазли з *Додатку 1* для кожного учня.



Що підготувати заздалегідь

- Роздрукувати *Додатки 1-4*, вирізати пазли.

ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН УРОКУ

АКТИВНОСТІ	Час
Стартові завдання	10 хв
Бесіда «Безпека життєдіяльності»	5 хв
Робота у групах «Складники здоров'я»	12 хв
Вправа «Мій щасливий день»	д/з
Руханка	3 хв
Вправа «Рівень благополуччя»	
Навички ХХІ століття	1 хв
Підсумкові, домашні завдання	6 хв
Усього тривалість	45 хв

Стартові завдання

1. Привітайтеся з класом. Виріжте пазли з *Додатку 1* відповідно до кількості учнів у класі. Роздайте учням кольорові олівці чи фломастери, по одному пазлу і запропонуйте намалювати або написати один щасливий спогад з літніх канікул. Учні складають спільний пазл зі своїх літніх спогадів.
2. Запропонуйте учням прочитати текст у підручнику на с. 8, щоб дізнатись, що вони будуть вивчати у вступі до предмету «Здоров'я, безпека та добробут».
3. Знайомство. Попросіть учнів по черзі поділитися своїми мріями і сподіваннями з друзями. Запропонуйте по черзі почати словами: «Я мрію (сподіваюся), що ...».
4. Актуалізація і оголошення теми: «Ми починаємо вивчати розділ, присвячений здоров'ю і безпеці людини. Ви пригадаєте складники здоров'я людини, вчитиметься оцінювати рівні ризику у щоденних ситуаціях. Дослідите вплив соціального, природного і техногенного середовища на здоров'я людей. Сьогодні поговоримо про безпеку життєдіяльності і оцінимо рівень свого здоров'я.

Бесіда «Безпека життєдіяльності»

1. Розкажіть учням про безпеку і безпеку життєдіяльності (підручник, с. 9).

Запитання для обговорення:

- Що може відчувати людина, якій загрожує небезпека? (*це виводить її з рівноваги, нервує, жахає, позбавляє сну й апетиту, змушує захищатися*)

- Які небезпеки можуть бути пов'язані з діяльністю людини? (*аварії на виробництві, дорожньо-транспорті пригоді, пожежі, побутові травми тощо*)

Робота у групах «Складники здоров'я»

1. Попросіть учнів прочитати інформацію і ознайомитися зі складниками здоров'я на с. 10 підручника.
2. Об'єднайте учнів у три групи «Фізичне здоров'я», «Психологічне здоров'я», «Соціальне здоров'я». Учні мають провести мозковий штурм, про те, як можна дбати про кожну складову свого здоров'я. Групи по черзі презентують свої результати класу.

Підсумуйте: «Усі три аспекти здоров'я тісно взаємопов'язані. Тому важливо зберігати рівновагу і дбати про всі аспекти благополуччя».

Вправа «Мій щасливий день» (додаткова вправа)

1. Роздайте учням притчу (*Додаток 2*) або введіть її на інтерактивну дошку. Запропонуйте учням прочитати її.
2. Роздайте учням шаблони з *Додатку 3* відповідної статі і запропонуйте намалювати або написати, що робить їх щасливими.
3. Попросіть дітей виконати завдання у зошиті і написати есе на тему: «Мій щасливий день». Потрібно описати один день зі свого життя, коли вони почувались щасливими (фізично, соціально та психологічно благополучними).

Руханка

Запропонуйте учням порухатись, повторюючи рухи на відео.



<https://tinyurl.com/2mr6jmvn>

Вправа «Рівень благополуччя» (додаткова вправа)

1. Слово вчителя: «Можна оцінити рівень свого здоров'я за власними спостереженнями і відчуттями. Щоб оцінити загальний рівень свого здоров'я, уявіть шкалу. На лівому її кінці — хвороба, а на правому — абсолютне здоров'я».
2. Проведіть в класній кімнаті умовну шкалу. На одному кінці шкали хвороба, а на іншому — абсолютне здоров'я (можна наклеїти на протилежні стіни картки з написами (Додаток 4)). Запропонуйте учням оцінити рівень свого здоров'я (благополуччя) і стати на шкалі відповідно до своєї оцінки. Попросіть обґрунтувати свою оцінку і розказати, як вони можуть покращити рівень свого здоров'я.

Підсумуйте: «Наше благополуччя залежить від нас самих, нашої поведінки, від тих життєвих навичок, які допомагають вести здоровий спосіб життя, бути в злагоді із самим собою».

Навички XXI століття

1. Попросіть учнів пригадати, що таке

навички. Запитайте учнів, яких життєвих навичок вони набули за літо?

2. Прочитайте учням вислів Елвіна Тоффлера — «У XXI столітті неграмотні не ті, хто не вміє читати і писати, а ті, хто не вміє вчитися, а ще — забувати те, чого навчився, й перевчатися». Попросіть учнів пояснити, як вони розуміють його. Чому важливо уміти вчитися протягом усього життя?
3. Запропонуйте учням прочитати інформацію про життєві навички (підручник, с. 11).
4. Об'єднайтеся у пари і обговоріть:
 - Які життєві навички ви хочете набути?
 - Які життєві навички допоможуть вам стати успішними? Обґрунтуйте відповідь.*Підсумуйте: «Життєві навички допоможуть уникнути небезпек, здійснити ваші мрії і досягти високого рівня благополуччя».*

Підсумкові, домашні завдання

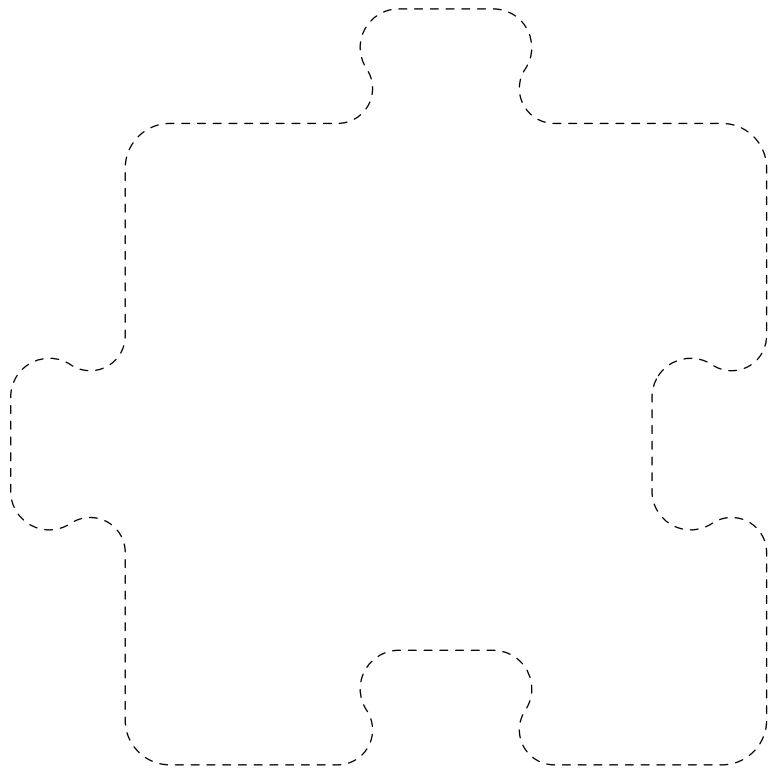
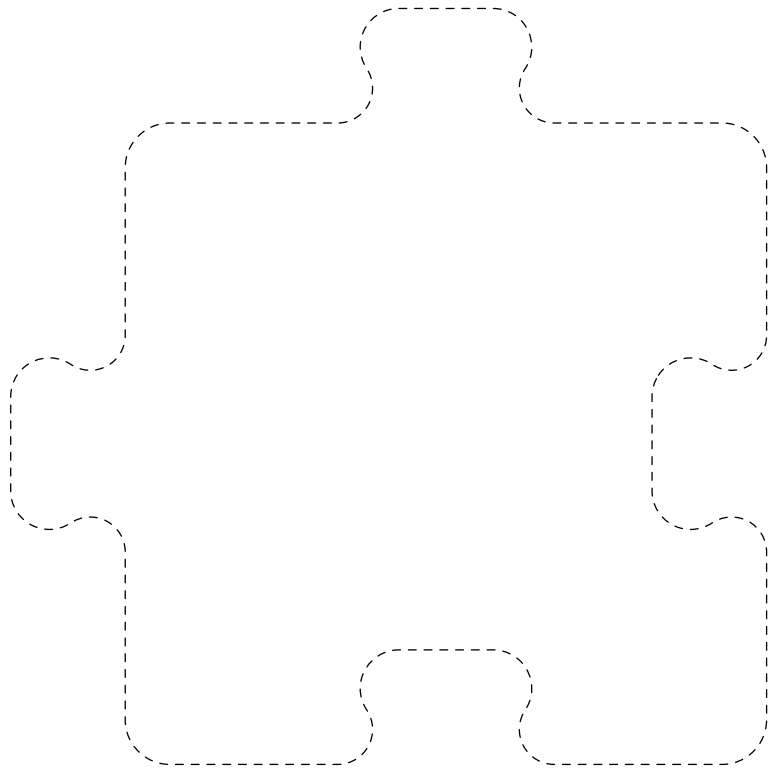
1. Домашнє завдання: виконати завдання до теми у робочому зошиті.
2. Запропонуйте учням виконати завдання на платформі Liveworksheets.



<https://tinyurl.com/yc8ks7n6>

3. Запропонуйте учням по черзі продовжити фразу: «Щоб почуватись щасливим/щасливою, я буду ...».
4. Прощання. Слово вчителя: «Заплющіть очі і уявіть себе там, де ви почуваетесь у цілковитій безпеці.

Це може бути ваша кімната або якась мальовнича місцевість. Постарайтесь усе добре роздивитися, почути звуки і відчути запахи. Посидьте хвилинку, а потім розкажіть про це місце та свої відчуття та емоції (тепло, спокій, радість, тепло, задоволення, розслаблення...)». Подякуйте учням за плідну роботу.



ПРИТЧА ПРО ЩАСТЯ

Ішов якомсь по запиленій дорозі старий і навчений життям чоловік. Він не поспішав: то зупиниться, щоб помилуватися птахами в небі, то подивиться на польові квіти, що ростуть біля дороги.

Тут він побачив чоловіка, який йшов йому назустріч і ніс на плечах важку ношу. Одного погляду на цю людину було достатньо, щоб зрозуміти, наскільки їй важко.

— Чому ти вибрав собі шлях тяжкої праці і нескінченних страждань?
— запитав зустрічного старий.

— Я страждаю не просто так! Я терплю випробування для того, щоб моїм дітям і онукам довелося жити в благополуччі і щасті, — відповів нещасний.

— Всі мої предки робили це: прадід прирікав себе на непосильну працю заради діда, дід гарував заради батька, батько тягнув лямку заради мене, а я буду терпіти страждання заради благополуччя моїх дітей.

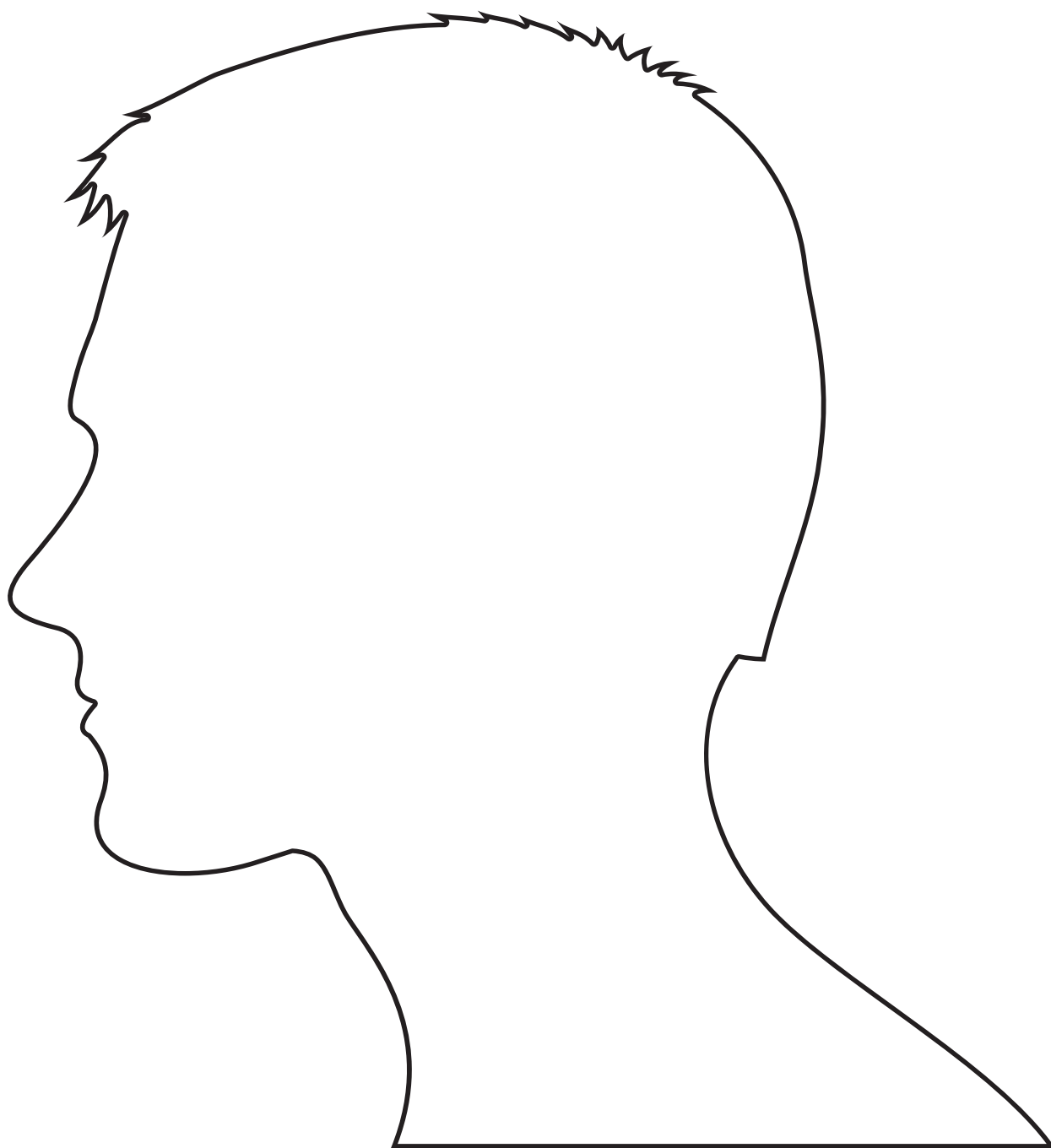
— Скажи, а хтось із членів вашої родини взагалі був колись щасливим?
— запитав мудрий мандрівник.

— Поки що ні, але мої діти і внуки вже точно стануть щасливими! — захоплено промовив бідний чоловік.

— Знаєш, є така мудрість: неграмотний нікого не може навчити читати, а заєць ніколи не виховає сокола, — промовив мудрець.

— Спочатку потрібно спробувати самому бути щасливим, і тільки потім ти сам зможеш навчити своїх дітей мистецтву щастя. Це і буде найцінніше, що ти можеш їм залишити після себе!







ХВОРОБА

**АБСОЛЮТНЕ
ЗДОРОВ'Я**

§ 2. Безпека і ризику



Мета

Ознайомити учнів із сучасним уявленням про безпеку людини. Визначити види ризиків. Повторити алгоритм дій у разі потрапляння у небезпечну ситуацію.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- розрізняють виправдані і невиправдані ризики;
- наводять приклади небезпечних і надзвичайних ситуацій;
- знають, як діяти при потраплянні в небезпечну ситуацію;



Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери;
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проектор (бажано).
- Аркуші формату А4, ручки, аркуші-картки для кожного учня.



Що підготувати заздалегідь

- Перевірити наявність матеріалів до уроку.
- Розрізати аркуші на картки для кожного учня.

ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН УРОКУ

АКТИВНОСТІ	Час
Стартові завдання	10 хв
Вправа «Оцінка рівня ризику»	10 хв
Виправдані і невиправдані ризики	6 хв
Бесіда: «Екстремальні і надзвичайні ситуації»	6 хв
Алгоритм дій в екстремальних ситуаціях	7 хв
Підсумкові завдання	6 хв
Усього тривалість	45 хв

Стартові завдання

1. Зворотний зв'язок. Продовжити фразу: «На минулому уроці я дізнався/ дізналась, що ...».
2. Вступ. *Слово вчителя:* «Щоденне життя сучасної людини безпечне і комфортне. Ми маємо комунальні зручності, користуємося побутовими приладами, які полегшують життя. Перебуваючи у безпеці, людина відчувається спокійно, впевнено, радісно».
3. Роздайте учням аркуші і ручки. Запропонуйте виконати наступні завдання:
 - проаналізуйте один день зі свого життя (наприклад, учорашній). Для цього: напишіть 10 речей, які ви робили удома, дорогою до школи, у школі, після уроків, надворі (наприклад, мили посуд, сушили феном волосся, грали у комп'ютерні ігри, переходили дорогу, підгрівали обід ...).
 - Поставте позначку навпроти дій, які можуть бути небезпечними,
4. Роздайте учням необхідну кількість карток (половина аркуша формату А4) і попросіть записати кожну з небезпечних ситуацій на окремій картці.

Вправа «Оцінка рівня ризику»

1. *Слово вчителя:* «Ризики стали частиною життя людини. Іноді ми їх навіть не помічаємо і на них можна не зважати. Але бувають такі ризики, які можуть призвести до поганих наслідків». Запропонуйте учням прочитати інформацію (підручник, с. 13) і виконати завдання.

2. Об'єднайте учнів у групи по 5–6 осіб. Попросіть їх взяти з собою картки, У ситуаціях, які вони записали на картках, виконуючи завдання на початку уроку, запропонуйте оцінити рівень ризику за десятибальною шкалою (0 балів – ризику немає або він такий незначний, що на нього не варто зважати; 10 балів – ризик дуже високий).
3. Обговоріть, у яких ситуаціях потрібно звернутися по допомогу до дорослих.

Виправдані і невиправдані ризики

(Морально підготуйте учнів до перегляду відео або читання статті про «чутливу» подію, яка відбулась під час воєнних дій в Україні).

1. Попросіть учнів прочитати інформацію у підручнику на с. 14.
2. Розкажіть історію дівчинки, описану нижче або попросіть учнів самостійно прочитати її.
3. Обговоріть, які відчуття і емоції могли бути у дівчинки в той момент. Чому, на вашу думку, вона пішла на такий ризик?
4. *Слово вчителя:* «Історія дівчинки, як і багатьох інших, стали символом стійкості українців. Щоправда, пізніше виявилось, що дівчину насправді звать Анастасія Пригода, і їхала вона в Бахмут до хрещеної, з якою б і хотіла далі жити, бо батько постійно б'є дитину. Саме тому ім'я та прізвище дівчина вигадала. Та історія її вражає. Вона пішла на такий ризик, аби врятувати себе і допомогти іншим».
5. Попросіть учнів встати. Називайте ситуацію. Якщо ризик виправданий – учні підстрибують,

якщо невинуватий — присідають.

Орієнтовний перелік ситуацій:

- перебігати дорогу перед автомобілем;
- допомогти зняти кошеня з дерева;
- загасити невелике полум'я;
- стрибати у річку з берега;
- мчати на велосипеді з гірки;
- заступитися за того, кого ображають;
- взяти участь у спортивному змаганні;
- вчитись плавати без рятівного жилета.

5. Попросіть учнів навести інші приклади ситуацій, в яких ризик є виправданим.

Бесіда «Екстремальні і надзвичайні ситуації»

1. Розкажіть учням інформацію про екстремальні і надзвичайні ситуації (або запропонуйте прочитати її самостійно) у підручнику на с.15.
2. Подивіться відео.



<https://tinyurl.com/22jhdfxb>

Запитання для обговорення:

- Які ризики загрожували герою цієї історії.
- Чи були вони виправданіми?

Підсумуйте: «В екстремальних і небезпечних ситуаціях людина може свідомо йти на ризики, допомагаючи рідним і самим собі. Варто зважити всі ризики, ймовірні наслідки і вигоди від таких дій, приймаючи певні рішення».

Алгоритм дій в екстремальних ситуаціях

1. Повторіть з учнями алгоритм дій в екстремальних ситуаціях (підручник, с. 16).
2. За допомогою блок-схеми проаналізуйте ситуації у підручнику:
 - Віталій почув, як у ванній кімнаті тече вода. Він зайшов і побачив, що зламався кран, а вся підлога залита водою.
 - Марина йшла неподалік парку й почула, як чоловік кличе на допомогу. Він кричав, що наступив на міну.
3. Обговоріть, куди потрібно звертатися у разі виникнення надзвичайної або екстремальної ситуації. Разом повторіть телефони рятувальних служб:
 - 112 – диспетчерський центр служби екстреної допомоги (мають запровадити по всій території України в рамках Угоди про асоціацію України з ЄС);
 - 101 – Пожежна допомога;
 - 102 – Поліція;
 - 103 – Швидка медична допомога;
 - 104 – Аварійна служба газової мережі.

Підсумуйте: «У екстремальній ситуації потрібно не панікувати, оцінити ситуацію і шукати вихід з неї».

Підсумкові, домашні завдання

1. Домашнє завдання: виконати завдання до теми у робочому зошиті.
2. За наявності часу запропонуйте учням виконати деякі завдання з мозаїки на онлайн-платформі Liveworksheet.



<https://tinyurl.com/yyutfnvc>

3. Слово вчителя: «Страх — почуття, що першої ж миті охоплює людину в екстремальній ситуації. Головне — перебороти страх, не дати йому паралізувати волю і перерости в паніку».
4. Запропонуйте учням пригадати прийоми, які допомагають їм подолати страх (дихальні вправи, декламація вірша, спів, медитація тощо) і по черзі назвати ті, які найбільше їм підходять». Оберіть один з прийомів і виконайте його усім класом.
5. Попросіть учнів стати в коло, взятися за руки і всі разом сказати «Вдалого дня, мирного неба».

§ 3. Як зберегти життя під час повітряних атак



Мета

Визначити порядок дій при оголошенні повітряної тривоги. Дослідити вміст екстреного рюкзака. Змоделювати евакуацію зі школи до укриття.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- *знають*, як діяти під час повітряної тривоги;
- *називають* речі, які мають бути в екстреному рюкзаку;
- *розповідають* про правило двох стін;
- *модельюють* евакуацію зі школи до укриття.



Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери;
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проектор (бажано).
- План евакуації зі школи.
- Смартфон для демонстрації застосунку «Повітряна тривога».



Що підготувати заздалегідь

- Роздрукувати *Додатки 1, 2*.
- Роздрукувати бланки кінокритика (*Додаток 3, § 3*)
- Роздрукувати план евакуації зі школи (за можливості).

ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН УРОКУ

АКТИВНОСТІ	Час
Стартові завдання	4 хв
Бесіда «Що таке повітряна тривога»	10 хв
Інформаційне повідомлення «Сигнали повітряної тривоги» (<i>додаткова вправа</i>)	
Вправа «Укриття»	6 хв
Вправа «Евакуація» (<i>за наявності часу</i>)	
Руханка	4 хв
Робота у групах «Алгоритм дій за сигналом «Повітряна тривога»»	8 хв
Вправа «Екстрений наплічник»	8 хв
Підсумкові, домашні завдання	5 хв
Усього тривалість	45 хв

Стартові завдання

1. Привітайтеся з класом. Запитайте, про що говорили на минулому уроці. Скажіть, що сьогодні вони будуть дізнаватися, як зберегти життя під час повітряних атак.
2. Актуалізація і оголошення теми. Попередьте учнів, що зараз вмикнеться голосний звук, щоб вони були готові і не злякались. Включіть звук.



<https://tinyurl.com/5bscz5jw>

3. Запитайте учнів, що це за звук Чи чули вони такий звук раніше?
4. Слово вчителя: «Це звучала сирена. Ці сигнали подаються, коли виникає загроза життю або здоров'ю людей (загроза ракетних ударів чи обстрілів, техногенна чи природна катастрофа)».

Бесіда «Що таке повітряна тривога»

1. Розгляньте мал. 5 (с. 18 підручника) про сигнали сповіщення.
2. Запропонуйте учням подивитись відео як і коли вмикається сирена повітряної тривоги, та відео про сигнал: «Увага всім».



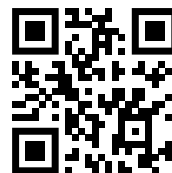
<https://tinyurl.com/2tkxmv9>

Запитання для обговорення:

- В яких ситуаціях вмикаються сигнали оповіщення? (загроза ракетного удару, авіації, аварії на підприємствах, інші надзвичайні ситуації)
- Які сигнали оповіщення є у вашому населеному пункті? Коли їх застосовують?

Інформаційне повідомлення «Сигнали повітряної тривоги» (додаткова вправа)

3. Скажіть, що в деяких місцях можна не почути звук сирени або сирена пошкоджена і не спрацювала. Тому є спеціальні застосунки, які попереджають про оголошення повітряної тривоги по всій країні або в окремому регіоні. Встановіть застосунок «Повітряна тривога» на смартфон. Налаштуйте його відповідно до свого місця проживання. Потренуйтеся вмикати або вимикати звук сирени у застосунку.
4. Також створено сайти з мапами, на яких в реальному часі показано, в яких регіонах оголошено повітряну тривогу або існує загроза обстрілу громади. Запропонуйте учням дослідити такі застосунки і сайти та їх функції (наприклад, такі).



<https://alarmmap.online/>



<https://map.ukrainealarm.com/>

Вправа «Укриття»

1. Запитайте учнів, куди потрібно вирушати після сигналу оголошення повітряної тривоги.
2. Подивіться відео про варіанти укриттів.



<https://tinyurl.com/yvtfu87u>

Запитання для обговорення:

- Чому небезпечно ховатися у підвалі будинку, де немає другого виходу?
 - Чому у будинку потрібно дотримуватись правила двох стін?
3. Об'єднайте учнів у пари. Запропонуйте їм обговорити, які укриття є по дорозі до вашої школи. Як ви про це дізнались? Як позначено ці місця? Якщо у вашому населеному пункті є онлайн-карта укриттів, дослідіть її. (*Примітка: за цим посиланням зібрано рекомендації онлайн-карт укриттів в деяких містах.*)
 4. Організуйте похід класу до укриття, яке є у вашій школі (якщо таке є). Попросіть учнів дослідити, що є в укритті.

Вправа «Евакуація» (за наявності часу)

Примітка: Цю вправу можна виконати перед моделюванням походу в укриття.

1. Розкажіть (або повторіть) правила поведінки під час повітряної тривоги (рекомендуємо відвідати сайт <https://osvitanow.org/>). Можна наклеїти у класі правила і стрілочки, які вказують напрям шляху до укриття (*матеріали взято за посиланням <https://tinyurl.com/3ubvz69j>*).



<https://tinyurl.com/5bwheyrz>

3. Подивіться відео про правила евакуації зі школи.



<https://tinyurl.com/bdezt596>

Запитання для обговорення:

- Які ризики можуть бути під час евакуації учнів, якщо у класі панікують і не виконують вказівки вчителів?
 - На що потрібно звернути увагу, коли заходите у приміщення?
 - Які знаки вказують напрямок руху під час евакуації?
4. Роздайте учням план евакуації зі своєї школи (або пройдіть до місця у школі, де знаходиться план евакуації)

Запропонуйте учням позначити місце зустрічі, основні виходи. Намалювати маршрут, яким має скористатися клас у разі повітряної тривоги.

Руханка

Запропонуйте учням порухатись, повторюючи рухи на відео.



<https://tinyurl.com/33heacrb>

Робота у групах «Алгоритм дій за сигналом «Повітряна тривога»»

1. Об'єднайте учнів у дві групи. Запропонуйте учням розглянути схему алгоритму дій за сигналом «Повітряна тривога» (підручник, с. 20).
2. За допомогою цього алгоритму попросіть учнів обговорити наступні ситуації і подумати, як краще вчинити.

- Микита разом з мамою їде в автомобілі містом. На телефон надійшло сповіщення про повітряну тривогу.
 - Ліля з подругами гуляла в парку. Раптом вони почули звук сирени, що повідомляє про повітряну тривогу.
2. Організуйте демонстрацію роботи груп.
 3. Запропонуйте учням придумати по одній ситуації і розповісти, як будуть діяти герої внаслідок оголошення повітряної тривоги.

Вправа «Екстрений наплічник»

1. Прочитайте інформацію про екстрений наплічник і розгляньте мал. 7 (підручник, с. 21). Обговоріть, чому потрібно брати з собою в укриття наплічник.
2. Запропонуйте учням по черзі розказати, що вони б насамперед поклали у екстрений наплічник.
3. Подивіться відео про наповнення екстреного наплічника. Обговоріть, який вміст наплічник має бути у школярів, а який — у дорослих.



<https://tinyurl.com/2p9ujpa4>

4. Попросіть учнів виконати завдання у зошиті і намалювати або написати список речей, які необхідно покласти у екстрений наплічник. За відсутності зошита роздайте учням шаблон наплічника (*Додаток 1*).

Підсумкові, домашні завдання

1. Запропонуйте учням виконати деякі завдання до теми на онлайн-платформі Liveworksheet.

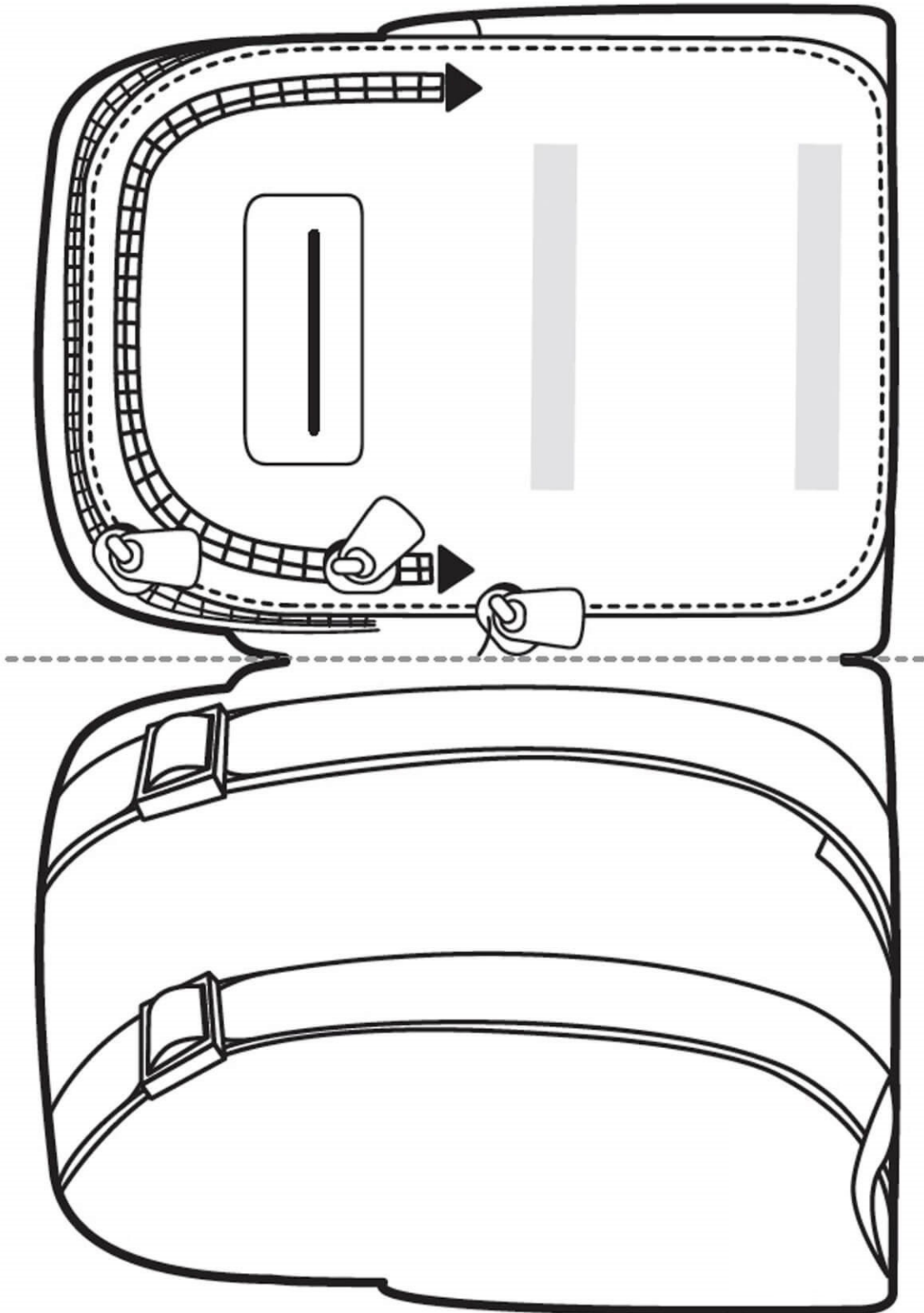


<https://tinyurl.com/5879b7y8>

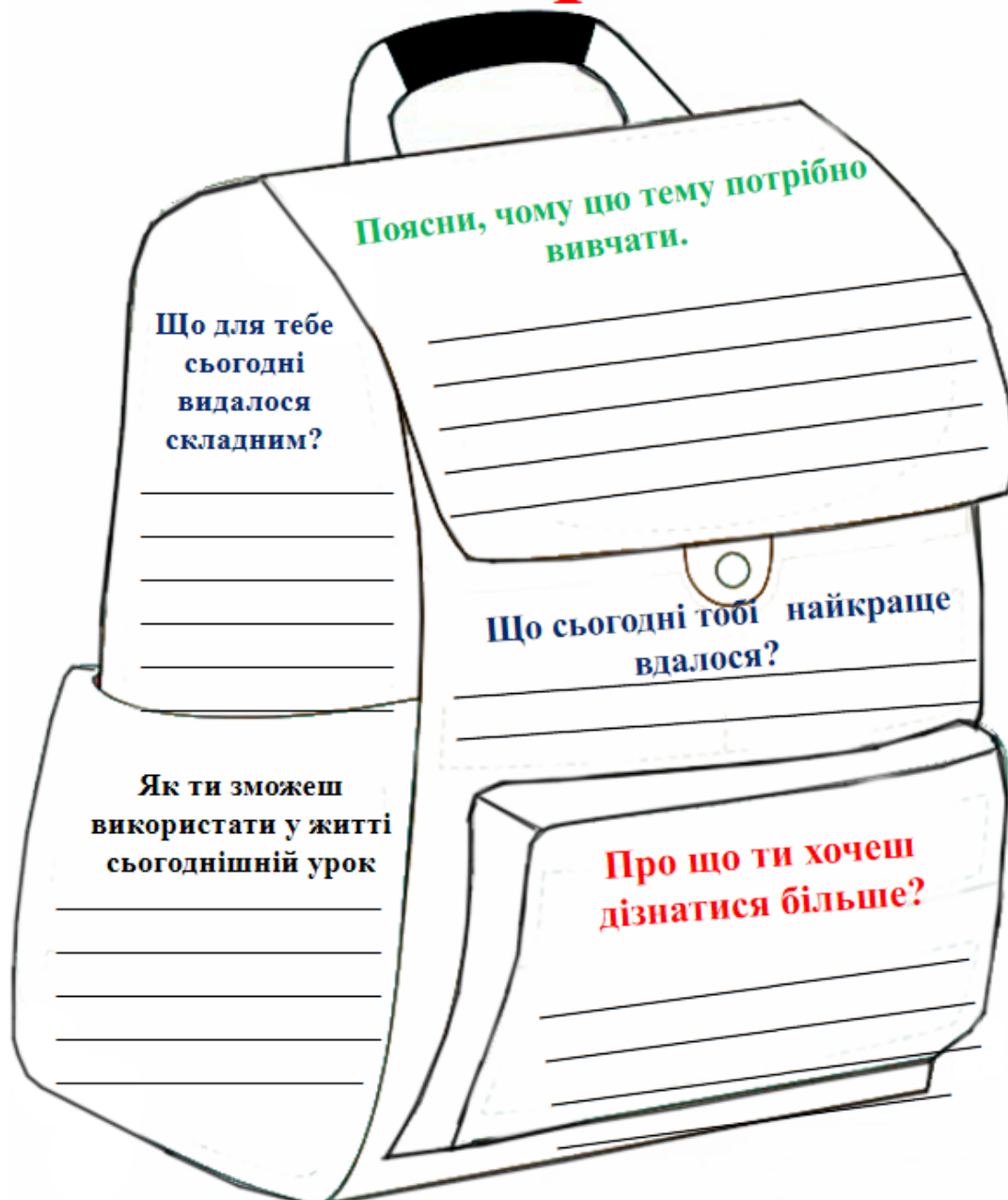
2. Домашнє завдання:

- виконати завдання у зошиті;
- разом з дорослими визначити найбезпечніші місця у своїй оселі, користуючись правилом двох стін;
- намалювати план евакуації зі свого будинку і позначити місце зустрічі;
- виконати мозаїку завдань до теми;
- подивитись відео до наступного уроку «Правила безпеки під час воєнних дій» (за посиланнями через QR-коди у підручнику) і заповнити бланки кінокритика.

3. Роздайте учням *Додаток 2* і попросіть заповнити шаблон. Запропонуйте двом-трьом бажаним поділитися своїми результатами.



Рюкзак вражень



**Розфарбуй рюкзачок
відповідно до свого настрою**

шаблон взято за посиланням: <https://tinyurl.com/4va7ozxdm>

Кінокритика

Назва відео: _____

Наскільки тобі сподобалося це відео?



Які слова були для тебе новими? _____

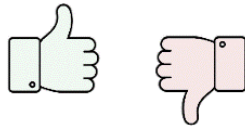
Напиши три речі, які ти дізнався/дізналася, подивившись це відео.

1. _____

2. _____

3. _____

Чи порекомендуєш ти це відео своїм знайомим?



Моє ім'я _____

Дата _____

§ 4. Правила безпеки під час воєнних дій



Мета

Розповісти учням загальні правила безпеки в умовах війни. З'ясувати, як діяти під час обстрілів.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- розповідають загальні правила безпеки в умовах війни;
- називають правила поведінки під час обстрілів;
- знають, як спілкуватися з озброєними людьми;
- описують порядок дій, якщо опинились під завалами.



Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери;
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проектор (бажано).



Що підготувати заздалегідь

- Роздрукувати Додаток 1 (за необхідності), Додаток 2.
- Роздрукувати бланк кінокритика (Додаток 3, § 3).

ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН УРОКУ

АКТИВНОСТІ	Час
Стартові завдання	5 хв
Перегляд відео «Як поводитись в умовах війни»	6 хв
Робота у групах «Ризики в зоні бойових дій»	9 хв
Руханка	7 хв
Бесіда «Спілкування з озброєними людьми»	3 хв
Вправа «Поведінка під завалами»	7 хв
Перегляд і обговорення відео (за наявності часу)	
Підсумкові, домашні завдання	8 хв
Усього тривалість	45 хв

Стартові завдання

1. Привітайтеся з класом. Запитайте, про що говорили на минулому уроці.
2. Актуалізація і оголошення теми.
Слово вчителя: «У 2014 році російські загарбники розв'язали війну проти України. Військові дії були сконцентровані на Кримському півострові і східних областях України. А у лютому 2022 року відбулось повномасштабне вторгнення російських військ і війна торкнулась кожного куточка України. І хоч самі бойові дії можуть бути не на всій території країни, та небезпеки, пов'язані з ними можуть бути в усіх регіонах. Тому всім жителям необхідно знати і дотримуватись правил безпеки під час війни. І сьогодні ми поговоримо про ці правила».
3. Запропонуйте учням по черзі назвати людей, яким вони довіряють і до кого можуть звернутися за допомогою у разі потреби.
4. Обговоріть, чому потрібно довіряти тільки близьким знайомим (батьки, родичі, опікуни, друзі, сусіди, вчителі тощо) особливо у воєнний час.

Перегляд відео «Як поводитись в умовах війни»

1. Запитайте учнів, які правила поведінки в умовах війни вони можуть назвати. Прочитайте правила безпеки в умовах війни (підручник, с. 23). Скажіть, що в умовах війни заборонено фотографувати військову техніку, блокпости, місця потрапляння ракет чи роботу засобів протиповітряної оборони тощо.

2. Запропонуйте учням переглянути відео.



<https://tinyurl.com/2zzjk7un>

Запитання для обговорення:

- Які екстремальні події можуть статися з дорослими і дітьми в умовах війни?
- Чому не можна довіряти незнайомцям?
- Чому не варто піднімати незнайомі чи підозрілі предмети?
- Які незнайомі слова ви записали до бланку «Кінокритика»? Чи все тепер зрозуміло?
- Підійміть руки ті, хто порадили б його подивитися друзям? Чому? (*дайте слово 1–2 бажуючим*)
- Ті хто не підняв руку, чому б ви не порадили це відео? (*1–2 бажуючих*)

Примітка: за нестачі часу учні можуть не дивитись відео на уроці, а лише обговорити його.

Робота у групах «Ризики в зоні бойових дій»

1. Попросіть учнів розглянути мал. 8 на с. 24 підручника і назвати загрози, які можуть виникнути в мирний час, а які — в зоні бойових дій.
2. Об'єднайте учнів у три групи. Роздайте їм аркуші фліпчарту, маркери, фломастери. Групи переглядають відео і готують інформаційне повідомлення (пам'ятку) про поведінку під час обстрілу стрілецькою зброєю, артилерійського обстрілу, мінометного

обстрілу.



<https://tinyurl.com/mspktz9j>

Примітка: за необхідності можете роздати групам інформацію з Додатку 1.

3. Групи презентують свою роботу.

Підсумуйте: «Як ви почули звуки пострілів на вулиці, не підходьте до вікон і не виходьте на вулицю. Сядьте у найбезпечнішому місці, користуючись правилом двох стін. Якщо така ситуація сталась надворі, шукайте найближче укриття або заглиблення у землі».

Руханка

Запропонуйте учням порухатись, повторюючи рухи на відео.



<https://tinyurl.com/2p8jakb6>

Бесіда «Спілкування з озброєними людьми»

1. *Слово вчителя:* «Зустріти людей у військовій формі можна всюди. Серед них можуть бути представники поліції, охоронних органів, місія яких захищати населення. Але на території, де ведуться бойові дії або яка

знаходиться під окупацією (зайняття збройними силами однієї частини держави або всієї території даної держави без отримання суверенних прав на неї) це можуть бути як представники наших збройних сил, так і військові окупанти, вороги. Потрібно знати, як поводитись при зустрічі з ними».

2. Прочитайте інформацію на с. 25 підручника.

Запитання для обговорення:

- Що таке комендантська година? З якою метою вона застосовується?
 - Чи можна зустріти озброєних людей у вашому населеному пункті? (поліція, охорона, військові на блокпостах (якщо є)).
 - Які невербальні сигнали (жести, погляд, положення тіла) при спілкуванні з озброєними людьми?
 - Які вербальні сигнали такого спілкування?
3. Об'єднайте учнів у пари і запропонуйте змодельовати зустріч з озброєними людьми.
4. Запропонуйте двом парам бажаючих продемонструвати свої діалоги.

Підсумуйте: «Найкраще залишити район, де можуть бути озброєні люди, або виходити на вулицю у супроводі дорослих».

Вправа «Поведінка під завалами»

1. *Слово вчителя:* «Внаслідок обстрілів виникає ризик обвалу будівель. Якщо ви не опинились під завалами, потрібно якнайшвидше покинути будівлю».
2. Попросіть учнів розглянути інфографіку (підручник, мал. 10, с.

- 26) і розказати про дії у разі загрози обвалу будівлі.
3. Разом з учням розгляньте алгоритм дій у разі, якщо опинились під завалами (підручник, с. 27).
 4. Запропонуйте учням прочитати умовну ситуацію і за допомогою алгоритму на с. 27 визначити, як краще вчинити Лесі.

Ситуація: «Леся сиділа під столом, коли на стіл обвалилася частина стіни. Дівчинка не постраждала, але вибратися назовні їй не вдалося».

Підсумуйте: «Коли стався обвал будівлі, працівники Державної служби України з надзвичайних ситуацій відразу вирушають на місце події. Вони будуть проводити спеціальні пошукові операції, щоб врятувати всіх, хто опинився під завалами».

Перегляд і обговорення відео (за наявності часу)

1. Запропонуйте учня подивитися відео.



<https://tinyurl.com/k9bprzcw>

Запитання для обговорення:

- Які номери служб екстреної допомоги?
 - Які дані потрібно повідомляти під час виклику відповідної служби?
2. Об'єднайте учнів у пари і запропонуйте змодельовати ситуацію дзвінка до служби екстреної допомоги. Попросіть 2 пари бажаючих продемонструвати свою роботу.

Підсумуйте: «Потрібно пам'ятати номери екстрених служб, щоб у разі виникнення екстреної ситуації можна було звернутись за допомогою. Але пам'ятайте, що телефонувати задля розваги до служб екстреної допомоги заборонено».

Підсумкові, домашні завдання

1. Об'єднайте учнів у чотири групи. Роздайте їм ситуації (Додаток 2) і попросіть написати рекомендації для героя/героїні. Організуйте презентацію групової роботи.
2. Запропонуйте учням виконати деякі завдання до теми на онлайн-платформі Liveworksheet.



<https://tinyurl.com/2b7xnzhz>

3. Домашнє завдання:
 - виконати завдання у зошиті;
 - подивитись відео до наступного уроку («Попередження ризиків від вибухонебезпечних предметів») і заповнити бланк кінокритика (Додаток 3, § 3).
4. Запропонуйте учням по черзі розповісти, що вони можуть почати використовувати вже сьогодні з того, що почули на уроці.

Правила поведінки у ситуаціях, пов'язаних із вибухонебезпечними предметами

Якщо знайшли підозрілий предмет (боєприпас, що не вибухнув, саморобний вибуховий пристрій тощо)

1. Зупиніться (негайно попередьте інших, якщо хтось іде за вами).
2. Не панікуйте.
3. Не рухайтесь. Перевірте, чи немає ще чогось підозрілого поруч. Уважно роздививіться навкруги.
4. Обережно відійдіть подалі від небезпеки (не менше ніж на 300 м). По можливості рухайтесь тим шляхом, яким прийшли
5. У безпечному місці залишіть якусь позначку (червону стрічку, хустину тощо).
6. Повідомте службу порятунку за телефоном 101.

Якщо опинились на мінному полі

1. Зупиніться й нікуди не рухайтесь.
2. Не панікуйте.
3. Голосно гукайте та чекайте на допомогу.
4. Якщо біля вас нікого немає, самі зателефонуйте у ДСНС або в поліцію (102). Залишайтеся на місці та чекайте на працівників служб.
5. У крайньому разі, якщо поряд нікого немає, йдіть назад повільно й обережно, максимально точно наступаючи на власні сліди.

Якщо стали свідком інциденту на мінному полі

1. Зупиніться та не підходьте до людини на мінному полі.
2. Заспокойтесь і скажіть, що невдовзі надійде допомога. Попросіть не рухатись та, за можливості, самому зупинити кровотечу. Поясніть, як це можна зробити.
3. Зателефонуйте до екстрених служб: ДСНС – 101, екстрена медична допомога – 103.
4. Чекайте на безпечній відстані до приїзду рятувальників.

<p><i>Ситуація 1.</i> Діана поверталася із прогулянки додому і почула, що почалася повітряна тривога. Допоможіть Діані правильно зорієнтуватися у екстремній ситуації.</p>	<p>Як їй діяти? Куди їй сховатися? Що робити далі? Як знайти укриття? Чи доцільно ховатися на відкритій місцевості?</p>
<p><i>Ситуація 2.</i> Марина почула, що на вулиці почалася стрілянина. Вона зацікавилася і підійшла до вікна, щоб поспостерігати за ходом бойових дій.</p>	<p>Чи правильно вчинила Марина у цій ситуації? Що потрібно робити коли чуєш постріли? Куди потрібно ховатися, якщо чуєш постріли? Як би ви діяли у цій ситуації?</p>
<p><i>Ситуація 3.</i> Матвій відчув, що його будинок почав труситися і почала падати стеля в кімнаті.</p>	<p>Які є варіанти дій у Матвія? Куди йому сховатися? Що робити далі?</p>
<p><i>Ситуація 4.</i> До Дарини на вулиці підійшов чоловік і пообіцяв купити їй телефон за те, що вона фотографуватиме та надсилатиме йому фото залізниці, відділень поліції, а також військової техніки, яка буде проїжджати повз її будинок.</p>	<p>Що робити Марії у цій ситуації? Чи мусить вона повідомити когось про те, що трапилося? Що потрібно робити, коли незнайомі вам люди щось пропонують? Чому не варто спілкуватися з незнайомцями?</p>

§ 5. Мінна безпека



Мета

Визначити характеристики вибухонебезпечних предметів і правила поведінки при їх виявленні.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- *розповідають* про ознаки вибухонебезпечних предметів;
- *називають* ознаки небезпечних територій;
- *знають*, як діяти, якщо опинились на замінованій території або стали свідком інциденту на мінному полі;



Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери;
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проектор (бажано).



Що підготувати заздалегідь

- Перевірити справність технічного обладнання.
- Роздрукувати *Додаток 1, Додаток 2 (за необхідності)*.
- Роздрукувати бланк кінокритика (*Додаток 1, § 2*)

ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН УРОКУ

АКТИВНОСТІ	Час
Стартові завдання	5 хв
Бесіда «Ознаки небезпечної території»	7 хв
Вправа «У чому безпека мін»	10 хв
Руханка	3 хв
Робота з сайтом «Мінна безпека»	10 хв
Інформаційне повідомлення «Розмінування»	
Підсумкові, домашні завдання	10 хв
Усього тривалість	45 хв

Стартові завдання

1. Привітайтеся з класом. Запитайте, про що говорили на минулому уроці.
2. Актуалізація і оголошення теми. Слово вчителя: «Однією із загроз на територіях бойових дій є вибухонебезпечні предмети. Та загроза така є не лише там, де були бойові дії».
3. Попросіть учнів розглянути приклади вибухонебезпечних предметів (підручник, с. 28) і розказати, чому деякі з них важко помітити.
4. Запропонуйте учням переглянути відео про вибухонебезпечні предмети.



<https://tinyurl.com/msm94dee>

5. Учні по черзі розказують, чим небезпечні вибухонебезпечні предмети.

Підсумуйте: «Питання про мінну безпеку буде актуальним ще багато років, або й десятиліть. Сьогодні на уроці ми детальніше розберемося з цією проблемою».

Бесіда «Ознаки небезпечної території»

Запропонуйте учням прочитати інформацію і розглянути мал. 12 (підручник, с. 29).

Запитання для обговорення:

- Які місця, можуть бути небезпечними?
- За якими ознаками можна побачити,

що територія є небезпечною?

- Якими знаками позначають заміновані території?

Підсумуйте: «Заборонено заходити на небезпечні території, адже там можуть бути міни або інші загрози».

Вправа «У чому небезпека мін»

1. Перегляньте відео про наземні міни, бомби, ракети.



<https://tinyurl.com/2pkf7nk9>

Запитання для обговорення:

- Чому потрібно бути уважними під час прогулянки місцями, де велися бойові дії або були під окупацією?
- Куди потрібно звертатися, якщо побачили міну чи розтяжку?
- Чому потрібно залишити біля місця, де ви побачили міну, якусь річ (хустинку, наплічник, гілки)?
- Як потрібно поводитись, якщо ви випадково опинились на території, яка позначена, як замінована?

2. Подивіться відео про касетні боєприпаси.



<https://tinyurl.com/yc28bpzc>

3. Запропонуйте учням по черзі розказати, чим загрожують вибухонебезпечні предмети.

Підсумуйте: «Міни є особливо небезпечними для дітей, адже вони можуть бути заховані у іграшках, коробках з-під мобільних телефонів. Тож пам'ятайте, що заборонено чіпати підозрілі речі і піднімати незнайомі предмети».

Руханка

Запропонуйте учням порухатись, повторюючи рухи на відео.



<https://tinyurl.com/2r8hpy88>

Взаємонавчання «Поведінка на замінованій території»

1. Об'єднайте учнів у пари. Запропонуйте їм прочитати інформацію з правилами поведінки для запобігання підриву на вибухонебезпечних предметах (мал. 14 на с. 32). Після того, запропонуйте у парах обговорити інформацію, яку вони дізналися. Один з пари розповідає про поведінку, якщо знайшли підозрілий предмет (нерозірваний боеприпас, саморобний вибуховий пристрій тощо). Інший доповнює або уточнює інформацію. Потім учні міняються ролями і доповідач розповідає про те, що робити, якщо опинилися на мінному полі. Учні знову міняються

ролями доповідач розповідає про те, що робити, якщо стали свідком інциденту на мінному полі. Після обговорення у парах

Робота з сайтом «Мінна безпека»

1. Перегляньте мультсеріал «Супер-команда проти мін».



<https://tinyurl.com/3rdzr6jn>

2. Визначте основні правила поводження з незнайомими предметами.
3. (За наявності часу). Запропонуйте учням пограти у гру, щоб закріпити і перевірити отримані знання.



<https://game.bezpeka.info/>

4. (Додаткове завдання) Об'єднайте учнів у пари. Попросіть учнів вдома створити лепбук про мінну безпеку і презентувати його на наступному уроці.

Підсумуйте: «Якщо ви побачили міну або стали свідками того, як хтось зайшов на заміновану територію, телефонуйте за номером 101. Пам'ятайте, що телефонувати в ДСНС задля розваги заборонено».

Інформаційне повідомлення «Розмінування» (за наявності часу)



<https://tinyurl.com/33rtxks6>

1. *Слово вчителя:* «Внаслідок військової агресії Російської федерації проти України, багато територій, в яких велися бойові дії, залишилися замінованими».
 2. Продемонструйте учням мапу (*Додаток 2*) або виведіть її на інтерактивну дошку.
 3. *Слово вчителя:* «На цій мапі (дата від 07 Січня 2023) відображаються місця, на яких вже виявлені або ймовірно знаходяться вибухонебезпечні предмети, та ступінь загрози від них згідно з наявною у ДСНС інформації (похибка локалізації становить до 30 м). Така інтерактивна мапа розміщена на сайті ДСНС. Вона дозволяє впевнитися у безпеці доріг, якими пересуваються українці. Рятувальники закликали користуватися нею під час планування маршрутів у районах, де велися бойові дії. Також користувачі можуть повідомити про мінування або про виявлення вибухонебезпечного чи підозрілого предмета. А також на сайті <https://mine.dsns.gov.ua/> можна завантажити додатком на мобільні телефони. Улітку 2023 року в Україні створили мобільний застосунок з мінної безпеки MineFree. Він дозволяє користувачам повідомити про виявлення підозрілих предметів, а також отримати сповіщення про наближення до небезпечного об'єкта».
2. Домашнє завдання:
 - виконати завдання у зошиті.
 - пограти у онлайн-гру разом з героями «Суперкоманда проти мін» за посиланням у підручнику (якщо на уроці не вистачило часу);
 - у парах створити лепбук «Мінна безпека».
 3. Роздайте учням *Додаток 1* і попросіть написати сенкан про тему уроку. Запропонуйте 2-3 бажаючим поділитися результатом.

Підсумкові, домашні завдання

1. Запропонуйте учням виконати деякі завдання до теми на онлайн-платформі Liveworksheet.

СЕНКАН

1 іменник

2 прикметники

3 дієслова

Речення

Іменник – синонім (визначення)

СЕНКАН

1 іменник

2 прикметники

3 дієслова

Речення

Іменник – синонім (визначення)

The worksheet is framed by colorful pencils (orange, purple, green, blue, pink, yellow, red) and features a 'Danger Mines' warning sign with a skull and crossbones icon. The background is a light gray checkerboard pattern.

§ 6. Навколишнє середовище і безпека



Мета

Пригадати види довкілля. Проаналізувати складові соціального середовища. з'ясувати, як запобігти крадіжкам мобільних телефонів та захиститися від кримінальних небезпек.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- розповідають про складові довкілля;
- розрізняють складові соціального середовища;
- аналізують кримінальні небезпеки соціального середовища.



Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери;
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проектор (бажано).



Що підготувати заздалегідь

- Перевірити матеріали до уроку.
- Роздрукувати *Додаток 1*.
- Роздрукувати бланк «Кінокритика» (*Додаток 3, §3*).

ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН УРОКУ

АКТИВНОСТІ	Час
Стартові завдання	5 хв
Вправа «Види середовища»	7 хв
Робота у групах «Складові соціального середовища»	10 хв
Руханка	3 хв
Вправа «Небезпеки соціального середовища»	5 хв
Бесіда «Захист від кримінальних небезпек»	9 хв
Підсумкові завдання	6 хв
Усього тривалість	45 хв

Стартові завдання

1. Привітайтеся з класом. Зворотний зв'язок із минулим навчальним уроком. Запропонуйте учням пригадати, що вони робили на минулому уроці. Якщо учні виготовляли лепбуки про мінну безпеку, організуйте презентацію робіт.
2. Актуалізація теми: «Сьогодні ми поговоримо про наше довкілля».
3. Знайомство. Попросіть учнів по черзі продовжити фразу: «Я сьогодні по дорозі до школи бачив/бачила ...».

Підсумуйте: «Усе, що вас оточує — ґрунти, повітря, вода, рослини, тварини, люди і те, що вони створили, — називають навколишнім середовищем або довкіллям».

Вправа «Види середовища»

1. Поясніть значення термінів «природне середовище», «напівприродне середовище», «техногенне середовище», «соціальне середовище».
2. Проаналізуйте мал. 15 у підручнику на с. 34. Назвіть зображені складові довкілля. Поясніть свої відповіді. Наведіть приклади природного, напівприродного, техногенного і соціального середовища у вашому довкіллі. Проаналізуйте названі у стартовому завданні елементи довкілля.
3. Запропонуйте учням виконати інтерактивну вправу на платформі LearningApps.



<https://tinyurl.com/49s8akcp>

Робота у групах «Складові соціального середовища»

1. Запропонуйте учням уявити, що вони — як у фантастичному фільмі — остання людина на Землі. Обговоріть, які це може мати наслідки?
2. Об'єднайте учнів у п'ять груп («Державна і місцева громада», «Родина», «Школа», «Друзі», «ЗМІ»). За допомогою підручника (с. 33) запропонуйте групам визначити, як ці елементи соціального довкілля впливають на людей. Організуйте презентацію роботи.
3. Обговоріть, як кожна складова соціального середовища впливає на здоров'я людини.

Підсумуйте: «Хоч загалом ваше соціальне середовище сприяє здоров'ю, та воно може бути і джерелом небезпек, зокрема кримінальних».

Руханка

Запропонуйте учням потанцювати під пісню, повторюючи рухи.



<https://tinyurl.com/djwbexbw>

Вправа «Небезпеки соціального середовища» Підсумкові, домашні завдання

1. Запропонуйте учням прочитати інформацію у підручнику (с. 36).

Попросіть дітей розглянути мал. 17 про захист телефону. Обговоріть, як діяти при втраті телефону, до кого можна звернутися за допомогою.

3. Запропонуйте учням скласти разом з дорослими пам'ятку про те, як захистити особисте майно:

а) квартиру чи приватний будинок (укріплюють двері, встановлюють замки, вічка, камери спостереження, тримають собаку...);

б) автомобіль (гараж, протиугонна сигналізація...);

в) велосипед (не залишають без нагляду, використовують спеціальний замок, зберігають під замком...).

Примітка: можна використати шаблони з Додатку 1. За бажанням можна скласти пам'ятку про те, як захистити інше особисте майно, використавши порожній шаблон.

4. Запропонуйте учням виконати завдання про захист особистого майна у зошиті.

Бесіда «Захист від кримінальних небезпек»

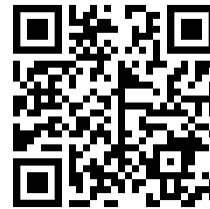
1. Попросіть учнів розглянути кримінальні небезпеки (мал. 18 у підручнику, с. 37).

2. Обговоріть, які з цих небезпек найбільше загрожують підліткам. Куди потрібно звертатися, коли стали свідком або потрапили у кримінальну небезпеку.

1. Домашнє завдання:

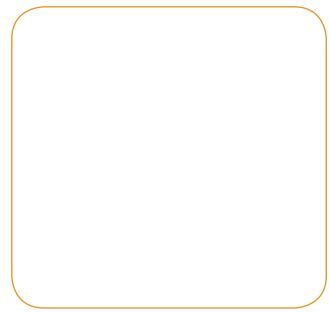
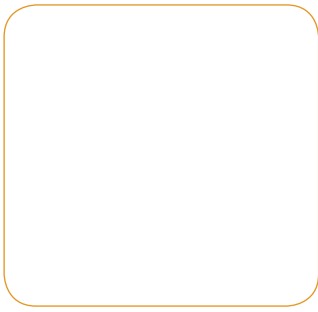
- виконати завдання до теми у зошиті;
- подивитись відеопросмітте спалювальні заводи і заповнити бланк кінокритика;
- якщо учні вивчають англійську мову, то запропонуйте їм послухати пісню «Save the Planet song for kids» (у матеріалах до § 7) і почитати слова пісні (Додаток 1, § 7, урок «Природа і технічний прогрес»)

2. За наявності часу запропонуйте учням виконати деякі завдання на онлайн-платформі Liveworksheet.



<https://tinyurl.com/3ndjd39m>

3. Діти стоять у колі. Запропонуйте їм уявити, що в лівій долоні вони тримають те, що знали і вміли до цього тренінгу, а в правій – те, чого навчилися сьогодні. За командою всі з'єднують долоні й вигукують «Так!». Попрощайтесь оплесками.



§ . Природа і технічний прогрес



Мета

Ознайомити учнів з деякими технологіями. Дослідити позитивні та негативні наслідки технічного прогресу. Обговорити, як подбати про добробут наступних поколінь.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- розповідають, як змінилося техногенне середовище людини упродовж останнього століття;
- пояснюють, чому важливо піклуватися про довкілля;
- створюють проєкт «Місто (містечко, село) через 50 років».



Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери;
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проектор (бажано).



Що підготувати заздалегідь

- Перевірити наявність матеріалів до уроку і відео.
- Роздрукувати *Додаток 2*.
- Роздрукувати слова пісні «Good Foods» (*урок «Збалансоване харчування» Додаток 2*)

ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН УРОКУ

АКТИВНОСТІ	Час
Стартові завдання	5 хв
Розвиток технологій (<i>за наявності часу</i>)	
Перегляд відео (<i>додаткова справа</i>)	
Робота у групах «Небезпека техногенного середовища»	8 хв
Руханка	4 хв
Екологічні проблеми довкілля (<i>за наявності часу</i>)	
Як подбати про добробут наступних поколінь	8 хв
Перегляд і обговорення відео	8 хв
Робота у групах	5 хв
Підсумкові завдання	7 хв
Усього тривалість	45 хв

Стартові завдання

1. Зворотний зв'язок. «Про що ми говорили на минулому уроці?» Вислухайте відповіді, підсумуйте сказане: «Ми обговорювали вплив природи на здоров'я людини. Провели показ мод і визначали, який одяг підходить для спекотної погоди, а який — для прохолодної».
2. Знайомство. *Слово вчителя:* «Згадайте куточок природи — прекрасне місце, де вам доводилося бути раніше чи бачити по телевізору або читати про нього в книжці. Спробуйте визначити, що робить його особливим. Опишіть, який воно має вигляд, його звуки і запахи. А також почуття, що виникають, коли ви потрапляєте туди або уявляєте його». Об'єднайте учнів у групи по 5–6 осіб і попросіть коротко описати одне одному те, що вони уявили.
3. Поміркуйте, що може зіпсувати красу і спокій цих прекрасних куточків природи (стихійне лихо, забруднення побутовим сміттям, вирубування лісу, війна...).

Розвиток технологій (за наявності часу)

1. Прочитайте інформацію у підручнику на с. 41 і розгляньте мал. 21 про унікальні медичні технології. Назвіть інші технології, які, на вашу думку, мали значний вплив на розвиток людства.
2. Виконайте дослідження про розвиток технологій у XX–XXI століттях. Для цього:

- перейдіть за QR-кодом, завантажте і роздрукуйте бланк інтерв'юера;
- розпитайте дідуся чи бабусю про техніку (автомобілі, побутові прилади, засоби зв'язку), які були в часи їхнього дитинства;
- заповніть бланк і порівняйте технології минулого із сучасними (*примітка: це завдання учні можуть виконати вдома*).



<https://tinyurl.com/y4ve7apx>

3. Об'єднайте учнів у групи. Попросіть їх створити власні стрічки часу про еволюцію техніки (літака, велосипеда, потяга) (*зразок надано за QR-кодом*).

Перегляд відео (додаткова справа)

Перегляньте відео про 10 винаходів українців, які змінили світ. Обговоріть, які з винаходів українців вас найбільше вразили. Як ці винаходи вплинули на розвиток людства?



<https://tinyurl.com/mvdxs5xh>

Робота у групах «Небезпека техногенного середовища»

1. Запропонуйте учням прочитати інформацію у підручнику на с. 42 і розглянути мал. 22 про небезпеки техногенного середовища.
2. Об'єднайте учнів у дві групи зручним для вас способом. Запропонуйте групам провести мозковий штурм про:
 - група 1: переваги технічного прогресу;
 - група 2: недоліки технічного прогресу.Групи по черзі презентують результати своєї роботи.
3. Обговоріть, як можна зменшити негативний вплив технічного прогресу на природу.

Руханка

Запропонуйте учням потанцювати під пісню, повторюючи рухи.



<https://tinyurl.com/58dvacp9>

Екологічні проблеми довкілля (за наявності часу)

1. Разом з учнями за допомогою інтернету або ЗМІ дослідіть інформацію про наслідки військового конфлікту у вашому регіоні.
2. Проведіть мозковий штурм. Назвіть екологічні проблеми або катастрофи, які вам відомі. Що було причиною цих подій?
3. Дослідіть, які з екологічних проблем є

у вашому краї та обговоріть, як можна їх подолати.

Як подбати про добробут наступних поколінь

1. Запропонуйте учням прочитати інформацію у підручнику (с. 43). Обговоріть, як вони розуміють правило 3R.
2. Об'єднайте учнів у три групи: «Дім», «Школа», «Громада». Роздайте їм інформацію з *Додатку 1*. Запропонуйте групам написати способи зменшення сміття (його утилізацію тощо) вдома, у школі, у громаді (парк, зупинка громадського транспорту, крамниця). Організуйте презентацію групової роботи.
3. Обговоріть, які небезпеки для довкілля несе забруднення відходами.

Перегляд і обговорення відео

1. Перегляньте відео про сміттєспалювальні заводи (підручник, с. 43). Обговоріть, які ще способи зменшення кількості сміття знають учні.



<https://tinyurl.com/2p939jxh>

2. Перегляньте відео про міста майбутнього на цій же сторінці. Поділіться враженням від побаченого.



<https://tinyurl.com/2j3772ea>

- Які незнайомі слова ви записали до бланку «Кінокритика»? Чи все тепер зрозуміло?
- Підійміть руки ті, хто порадили б його подивитися друзям? Чому? *(дайте слово 1–2 бажаним)*
- Ті хто не підняв руку, чому б ви не порадили це відео? *(1–2 бажаних)*

Робота у групах

Примітка: групову роботу учні можуть продовжити вдома.

Об'єднайтесь у групи «Місто», «Містечко», «Село». Уявіть себе архітекторами. Створіть груповий проєкт: «Місто (містечко, село) через 50 років». Зробіть презентацію, малюнок чи макет населеного пункту майбутнього.

Підсумкові, домашні завдання

1. Домашнє завдання:
 - допрацювати груповий проєкт;
 - за наявності часу запропонуйте учням виконати деякі завдання на онлайн-платформі Liveworksheet.



<https://tinyurl.com/4zubyfrk>

- виконати завдання до теми у зошиті;

- якщо учні вивчають англійську мову, то запропонуйте їм послухати пісню «Good Foods» (у матеріалах до § 9) і почитати слова пісні (*Додаток 2, § 9, урок «Збалансоване харчування»*)

(Додаткове завдання) Заплануйте на вихідний день позакласний захід «День природи». Посадіть дерева у дворі школи, усім класом приберіть сміття на прилеглий вулиці. Обговоріть, чим цей день відрізняється від звичайних вихідних? Чому важливо постійно дбати про довкілля?

2. Зворотний зв'язок *(за наявності часу)*. Продовжіть фразу: «На цьому уроці я зрозуміла(в)...».

3. Завершення уроку. Діти стають у коло. Беруться за руки. Вчитель каже: «Сьогодні ми вивчали вплив технічного прогресу на довкілля. Винайдення електрики було видатним досягненням технічного прогресу. Зараз ми спробуємо імітувати електричний струм. Я щось запусну по колу, а ви передавайте далі те, що отримаєте».

- Двічі потисніть руку тому, хто стоїть поряд з вами справа, і дочекайтесь, поки цей сигнал прийде до вас зліва. Потім пошліть інший сигнал.

Завершіть заняття оплесками.

Save the Planet song for kids

Lets see what we can do
To save the planet for me and you

Earth, planet earth is a happy place

Lets see what we can do
To save the planet for me and you
Lets see what we can do
To save the planet for me and you

E is for environment to keep it clean
If we stand together we'll be the best team
A is for the animals that we love
Swimming and walking and flying about

Lets see what we can do
To save the planet for me and you
Lets see what we can do
To save the planet for me and you

R for recycle or use it again
Separate your trash into the right bin
Tis for traveling every day
Leave the car and rather a walk this way

Lets see what we can do
To save the planet for me and you
Lets see what we can do
To save the planet for me and you

H is for humans that's what we are
If we work together we can go so far

Earth, planet earth is a happy place

Lets see what we can do
To save the planet for me and you (x3)

Save the Planet song for kids

Lets see what we can do
To save the planet for me and you

Earth, planet earth is a happy place

Lets see what we can do
To save the planet for me and you
Lets see what we can do
To save the planet for me and you

E is for environment to keep it clean
If we stand together we'll be the best team
A is for the animals that we love
Swimming and walking and flying about

Lets see what we can do
To save the planet for me and you
Lets see what we can do
To save the planet for me and you

R for recycle or use it again
Separate your trash into the right bin
Tis for traveling every day
Leave the car and rather a walk this way

Lets see what we can do
To save the planet for me and you
Lets see what we can do
To save the planet for me and you

H is for humans that's what we are
If we work together we can go so far

Earth, planet earth is a happy place

Lets see what we can do
To save the planet for me and you (x3)



ВДОМА



- Планувати покупки в крамниці заздалегідь, щоб уникнути імпульсивних покупок.
- Брати з собою багаторазову сумку для покупок.
- Купувати товари з меншою кількістю упаковки або в упаковці, яку можна повторно використати.
- Уникати купівлі модних речей, які швидко виходять з ужитку.



- Мінімізувати використання одноразових виробів, наприклад, одноразових виделок, ложок, чашок.
- Пакувати їжу в багаторазовий контейнер.
- Використовувати ганчірку замість паперової серветки для очищення поверхностей.
- Повторно використовувати використану скляну тару як ємності для зберігання.
- Ремонт та відновлення несправних електронних приладів.
- Використовувати старий одяг як ганчір'я для прибирання.
- Передавати старий одяг у хорошому / придатному для використання стані іншим.
- Подарувати підручники, книги та іграшки.



У ШКОЛІ



- Розміщувати на території школи сміттєві баки для відсортованого сміття.
- Розміщувати оголошення для учнів, вчителів, батьків на дошках оголошень, або робити розсилку в соціальній мережі замість того, щоб робити їх копії для розповсюдження.
- Придбати пристрої та канцелярські товари, які є довговічними.
- Писати/друкувати на обох сторонах паперу.
- Заохочувати учнів використовувати індивідуальні пляшки з водою замість того, щоб купувати одноразові паперянки для кулера.
- Організовувати «Дні чистоти» у класах.
- Проводити просвітницьку діяльність серед учнів, батьків, педагогічного колективу стосовно екоспоживання.



Розділ 1. Фізичне здоров'я

Рекомендована тематика	Тривалість
1. Харчування і здоров'я	1 год
2. Збалансоване харчування	1 год
3. Наслідки неправильного харчування	1 год
4. Особиста гігієна	1 год
5. Профілактика інфекційних захворювань	1 год

Орієнтовні / проблемні запитання:

- Чому люди мають потребу в харчуванні?
- Які є поживні речовини, та з яких джерел їх можна отримати?
- Що впливає на формування харчових звичок?
- Як визначати калорійність страв?
- Що таке йододефіцит, цукровий діабет?
- Чому важливо дотримуватися особистої гігієни?
- Як правильно доглядати за ротовою порожниною?

Цілі розділу:

1. Створити і підтримати мотивацію до правильного харчування.
2. Сформувати бажання харчуватися збалансовано.
3. Вчити учнів обирати продукти харчування, та як діяти у разі загрози харчового отруєння.
4. Ознайомити учнів з проблемами йододефіциту і цукрового діабету.
5. Навчити учнів правильно доглядати за ротовою порожниною.
6. Пояснити дітям необхідність дотримуватись правил особистої гігієни.

Очікувані результати розділу:

Наприкінці вивчення розділу учні:

- називають поживні речовини і продукти, з яких їх можна отримати;
- пояснюють, що впливає на формування харчових звичок;
- з'ясовують необхідність визначати калорійність страв;
- розповідають про причини, ознаки і дії у разі харчового отруєння;
- вміють рахувати калорійність страв;
- усвідомлюють важливість здорового харчування і фізичної активності у профілактиці йододефіциту, цукрового діабету, харчового отруєння;
- демонструють уміння правильно мити руки;
- вміють правильно доглядати за ротовою порожниною;
- пояснюють необхідність дотримуватись правил особистої гігієни.

Очікувані результати за Державним стандартом базової середньої освіти

Загальні результати	Конкретні результати
СОЦІАЛЬНА І ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ	
Турбота про особисте здоров'я і безпеку, уникання факторів ризику, реагування на чинники і діяльність, яка становить загрозу для життя, здоров'я, добробуту власного та інших осіб	
Надає допомогу [СЗО 1.3]	<p>Надає першу долікарську допомогу, звертається до необхідних служб відповідно до ситуації [6 СЗО 1.3.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • моделює ситуацію надання першої долікарської допомоги в разі травматизму чи поганого самопочуття [6 СЗО 1.3.1-1] • здатний викликати необхідні рятувальні служби, повідомляючи відповідно до ситуації необхідну інформацію [6 СЗО 1.3.1-2]
Визначення альтернатив, прогнозування наслідків, прийняття рішень з користю для власної безпеки та безпеки інших осіб, здоров'я та добробуту	
Приймає рішення [СЗО 2.3]	<p>Використовує перевірену інформацію для прийняття рішення в типових (знайомих) повсякденних ситуаціях [6 СЗО 2.3.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • використовує перевірену інформацію для прийняття рішення щодо вибору повсякденної поведінки на користь здоров'я, безпеки та добробуту [6 СЗО 2.3.1-1] • приймає рішення щодо надання самопомоги та допомоги іншим особам, звернення до інших осіб чи відповідних служб [6 СЗО 2.3.1-2]
Аргументований вибір здорового способу життя, аналіз і оцінка наслідків і ризиків	
Обмірковує альтернативи власних дій і рішень [СЗО 3.1]	<p>Обмірковує альтернативні рішення стосовно свого здоров'я, безпеки і особистого добробуту в умовах вибору [6 СЗО 3.1.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • пояснює вибір власних альтернатив і рішень з огляду на вплив зовнішніх чинників [6 СЗО 3.1.1-1] • обґрунтовує наслідки вибору альтернативного рішення щодо моделей поведінки, спрямованих на збереження здоров'я, добробуту та безпеки [6 СЗО 3.1.1-2]

<p>Аналізує вплив поведінки на здоров'я [СЗО 3.3]</p>	<p>Усвідомлює наслідки впливу індивідуальної поведінки на стан здоров'я [6 СЗО 3.3.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • досліджує та обговорює чинники, що впливають на стан здоров'я і розвиток організму, зокрема профілактичні заходи щодо інфекційних і неінфекційних захворювань [6 СЗО 3.3.1-1] • аналізує причини вибору нездорової поведінки [6 СЗО 3.3.1-5]
<p>Аналізує причини вибору нездорової поведінки [6 СЗО 3.3.1-5]</p>	<p>Аналізує і визначає різні аспекти способу життя, що приносять користь і задоволення (радість) для повноцінного життя [6 СЗО 3.4.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • визначає форми поведінки, які приносять задоволення без нанесення шкоди власному здоров'ю і здоров'ю інших осіб [6 СЗО 3.4.1-1] • обирає продукти харчування, способи проведення дозвілля, відповідний одяг тощо, які приносять задоволення і користь для здоров'я, безпеки і добробуту [6 СЗО 3.4.1-2] • аналізує вибір свій та інших осіб з урахуванням користі і задоволення (радісті) для здорового, безпечного життя [6 СЗО 3.4.1-3]
<p>Підприємливість та етична поведінка для поліпшення здоров'я, безпеки і добробуту</p>	
<p>Знаходить і перевіряє інформацію [СЗО 4.2]</p>	<p>Знаходить, аналізує і перевіряє інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту, здобуту в різних джерелах [6 СЗО 4.2.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • знаходить інформацію щодо здоров'я, безпеки та добробуту в різних джерелах і перевіряє її достовірність [6 СЗО 4.2.1-1] • оцінює надійність різних джерел інформації (засоби масової інформації, реклама, соціальні мережі тощо) [6 СЗО 4.2.1-2]
<p>Планує, запроваджує і оцінює фінансові рішення [СЗО 4.9]</p>	<p>Пояснює потенціал фінансових ресурсів [6 СЗО 4.9.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • вміє обирати продукти і товари за показниками якості, строків придатності, складу [6 СЗО 4.9.1-5] • правильно інтерпретує інформацію, наведену на маркувальних знаках, упаковках для безпечного і раціонального використання харчових і промислових продуктів [6 СЗО 4.9.1-6]

МОВНО-ЛІТЕРАТУРНА ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ

Взаємодія з іншими особами усно, сприймання і використання інформації для досягнення життєвих цілей у різних комунікативних ситуаціях

Сприймає усну інформацію [МОВ 1.1]	<p>Слухає висловлювання (зокрема художні тексти, медіатексти) у різних формах (монолог, діалог, полілог), сприймаючи подану в достатньо вільному темпі інформацію відповідного обсягу на відому і частково нову тематику [6 МОВ 1.1.1]</p> <p>Реагує на почуте, уточнюючи важливі для розуміння деталі [6 МОВ 1.1.2]</p>
Перетворює інформацію з почутого повідомлення в різні форми повідомлень [МОВ 1.2]	<p>Усно відтворює зміст почутого повідомлення (зокрема художнього тексту, медіатексту), акцентуючи увагу на окремих деталях [6 МОВ 1.2.1]</p> <p>Фіксує основний зміст почутого повідомлення (зокрема художнього тексту, медіатексту) відповідно до поставленого завдання [6 МОВ 1.2.2]</p>
Виокремлює усну інформацію [МОВ 1.3]	Добирає відповідно до поставленого завдання або самостійно визначених цілей інформацію з одного чи кількох джерел (зокрема художніх текстів, медіатекстів) [6 МОВ 1.3.1]
Аналізує та інтерпретує усну інформацію [МОВ 1.4]	<p>Визначає мету повідомлення [6 МОВ 1.4.4]</p> <p>Пов'язує, зіставляє почуте із життєвим досвідом [6 МОВ 1.4.5]</p>
Висловлює та обстоює власні погляди, ідеї, переконання [МОВ 1.6]	<p>Конструктивно спілкується, використовуючи типові мовленнєві конструкції [6 МОВ 1.6.1]</p> <p>Обстоює власну позицію щодо окремих питань, зокрема тих, що порушені в почутому повідомленні (зокрема художньому тексті, медіатексті) [6 МОВ 1.6.2]</p>
Використовує вербальні та невербальні засоби під час представлення своїх думок [МОВ 1.7]	<p>Взаємодіє із співрозмовниками, супроводжуючи власне мовлення окремими вербальними та невербальними засобами для досягнення комунікативної мети [6 МОВ 1.7.1]</p> <p>Регулює власні емоції в комунікації [6 МОВ 1.8.2]</p>
Сприймання, аналіз, інтерпретація, критичне оцінювання інформації в текстах різних видів (зокрема художніх текстах, медіатекстах) та використання її для збагачення власного досвіду	

Сприймає текст [МОВ 2.1]	Відповідно до мети застосовує основні види читання текстів (цілісних, перерваних, змішаних) (зокрема художніх текстів, медіатекстів) [6 МОВ 2.1.1] Робить висновки на основі аналізу тексту (зокрема художнього тексту, медіатексту) [6 МОВ 2.2.7]
Оцінює текст [МОВ 2.4]	Пояснює значення здобутої з прочитаного тексту (зокрема художнього тексту, медіатексту) інформації в контексті власного досвіду для розв'язання визначених завдань [6 МОВ 2.4.1]
Висловлювання думок, почуттів і ставлень, письмова взаємодія з іншими особами, зокрема інтерпретація літературних творів українських і зарубіжних письменників; взаємодія з іншими особами у цифровому середовищі, дотримання норм літературної мови	
Створює письмові висловлення [МОВ 3.1]	Записує (від руки або з використанням спеціальних, зокрема цифрових, пристроїв) власні міркування або інформацію з різних джерел [6 МОВ 3.1.1] Добирає потрібні мовні засоби, дотримується основних мовних норм [6 МОВ 3.1.4]
Взаємодіє письмово в режимі реального часу (у цифровому середовищі) [МОВ 3.2]	Створює невеликі типові повідомлення / медіатексти на захищених цифрових сервісах і в соціальних мережах щодо проблем, пов'язаних з особистим досвідом та освітньою діяльністю [6 МОВ 3.2.1]
МОВНО-ЛІТЕРАТУРНА ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ (ІНШОМОВНА ОСВІТА)	
Сприйняття усної інформації та письмових текстів іноземною мовою в умовах безпосереднього та опосередкованого міжкультурного спілкування	
Сприймає усну інформацію [ІНО 1.1]	Сприймає усну інформацію з відеозаписів, якщо мовлення чітке та повільне [6 ІНО 1.1.5] • визначає теми у переглянутих відеозаписах, складає враження про їх основний зміст [6 ІНО 1.1.5-1]
ТЕХНОЛОГІЧНА ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ	
Турбота про власний побут, задоволення власних потреб і потреб інших осіб	

<p>Організовує власну діяльність у побуті [ТЕО 4.1]</p>	<p>Удосконалює власний чи спільний життєвий простір у різних сферах побутової діяльності [інтер'єр, одяг, харчування тощо] [6 ТЕО 4.1.2]</p> <ul style="list-style-type: none"> • розрізняє корисні для здоров'я елементи життєвого простору, обґрунтовує раціональність їх використання [6 ТЕО 4.1.2-2] • облаштовує або вдосконалює власний життєвий простір з урахуванням власних потреб, потреб інших осіб [6 ТЕО 4.1.2-5]
---	--

ІНФОРМАТИЧНА ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ

Створення інформаційних продуктів і програм для ефективного розв'язання задач/проблем, творчого самовираження (індивідуально і у співпраці) за допомогою цифрових пристроїв і без них

<p>Співпрацює в команді для створення інформаційного продукту [ІФО 2.5]</p>	<p>Складає план виконання своєї роботи із створення інформаційного продукту відповідно до ролі в групі [6 ІФО 2.5.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • бере участь у спільному проєкті (он-лайн та оф-лайн) із створення інформаційних продуктів для реалізації власних і суспільних інтересів [6 ІФО 2.5.1-1]
---	--

Усвідомлене використання інформаційних і комунікаційних технологій та цифрових пристроїв для доступу до інформації, спілкування та співпраці як творця та/або споживача

<p>Використовує комунікаційні технології та мережі для власного розвитку, спілкування і співпраці [ІФО 3.3]</p>	<p>Використовує онлайн-сервіси та онлайн-ресурси для індивідуальної або групової діяльності і комунікації [6 ІФО 3.3.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • використовує онлайн-ресурси для доступу до інформації, спілкування, навчання, задоволення власних інтересів чи участі в суспільній діяльності [6 ІФО 3.3.1-4] • наводить приклади онлайн-сервісів та їх можливостей [6 ІФО 3.3.1-2] • використовує онлайн-ресурси для доступу до інформації, спілкування, навчання, задоволення власних інтересів чи участі в суспільній діяльності [6 ІФО 3.3.1-4]
---	---

ГРОМАДЯНСЬКА ТА ІСТОРИЧНА ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ

Історико-хронологічне мислення, орієнтація в історичному часі, встановлення причинно-наслідкових зв'язків між подіями, явищами і процесами, діяльністю людей та її результатами в часі, виявлення змін і тягlosti в житті суспільства

Орієнтується в історичному часі [ГІО 1.1]	<p>Пояснює, як відбувається відлік часу в історії [6 ГІО 1.1.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • пояснює різницю між одиницями вимірювання історичного часу і співвідносить їх (рік – століття – тисячоліття) [6 ГІО 1.1.1-1] • розрізняє системи літочислення, пояснює їх на прикладах [6 ГІО 1.1.1-2]
	<p>Демонструє знання перебігу подій в часі в межах теми, локалізує події в часі [6 ГІО 1.1.2]</p> <ul style="list-style-type: none"> • розташовує події у хронологічній послідовності, укладає хронологічну таблицю [6 ГІО 1.1.2-1] • встановлює послідовність історичних подій за допомогою лінії часу [6 ГІО 1.1.2-2]
	<p>Встановлює віддаленість та тривалість подій [6 ГІО 1.1.3]</p> <ul style="list-style-type: none"> • встановлює одночасність подій в історичному просторі, тривалість подій, явищ, процесів та їх віддаленість одних від одних (у межах теми, з допомогою вчителя) [6 ГІО 1.1.3-1]
Критичне мислення, робота з різними джерелами інформації та формулювання історично обґрунтованих питань	
Визначає достовірність історичної та суспільної інформації [ГІО 3.3]	<p>Розрізняє факт і судження в запропонованому тексті/ медіатексті [6 ГІО 3.3.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • формулює запитання щодо достовірності інформації з різних джерел [6 ГІО 3.3.1-1] • застосовує критерії визначення достовірності інформації (з допомогою вчителя) [6 ГІО 3.3.1-2] • розпізнає прояви маніпулювання інформацією на конкретних прикладах [6 ГІО 3.3.1-3]
	<p>Розвиває емпатію [6 ГІО 6.2.2]</p> <ul style="list-style-type: none"> • пояснює, що вдалося та не вдалося досягти під час виконання роботи [6 ГІО 6.2.2-1]
ПРИРОДНИЧА ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ	
Художньо-образне, асоціативне мислення під час творчої діяльності в різних видах мистецтва	

<p>Усвідомлює проблему і аналізує її [ПРО 4.2]</p>	<p>Розпізнає з допомогою вчителя чи інших осіб пізнавальну проблему в запропонованій ситуації [6 ПРО 4.2.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • виявляє невідомі для себе знання [6 ПРО 4.2.1-1] • відповідає самостійно на чітко сформульовані запитання за відомою / опрацьованою інформацією природничого змісту [6 ПРО 4.2.1-2] • визначає з допомогою вчителя чи інших осіб протиріччя в запропонованій ситуації [6 ПРО 4.2.1-3]
--	---

ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА»

Формування психічної та соціально-психологічної сфер особистості засобами фізичного виховання

<p>Визначає мету систематичної рухової діяльності [ФІО 1.1]</p>	<p>Систематично займається фізичними вправами, досягаючи мети, визначеної з допомогою вчителя або самостійно [6 ФІО 1.1.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • пояснює мету виконання фізичних вправ, з допомогою вчителя визначає завдання [6 ФІО 1.1.1-1]
---	---

§ 9. Харчування і здоров'я



Мета

Ознайомити учнів з основними поживними речовинами, навчити відрізняти корисну їжу від тієї, що може зашкодити здоров'ю.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- *називають* причини, для чого люди їдять; основні складові харчових продуктів та їх значення для організму;
- *демонструють* вміння відрізняти корисні продукти від тих, які можна вживати зрідка;
- *описують* вплив харчування на самопочуття і здоров'я людей та особливості харчування підлітків.
- *розрізняють* терміни «харчова цінність» та «енергетична цінність», «поживність» та «калорійність».



Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери;
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проєктор (бажано).



Що підготувати заздалегідь

- Аркуші паперу, ручки, фломастери, олівці для роботи в групах.
- Перевірити наявність матеріалів до уроку.
- Роздрукувати бланк «Кінокритика» (Додаток 3, § 3).
- Роздрукувати *Додаток 1* за необхідністю.

ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН УРОКУ

АКТИВНОСТІ	Час
Стартові завдання	6 хв
Робота у групах	6 хв
Вправа «Вода і поживні речовини»	10 хв
Інтерактивна вправа	6 хв
Руханка	4 хв
Вправа «Поживність і калорійність продуктів харчування»	д/з
Вправа «Особливості харчування підлітків»	8 хв
Підсумкові завдання	5 хв
Усього тривалість	45 хв

Стартові завдання

1. Привітайтеся з учнями. Запропонуйте учням представити свою групову роботу.
2. Зворотний зв'язок із минулими темами: «Друзі, ми вже дослідили, як довкілля впливає на розвиток і здоров'я людини. Ми знаємо, що наше благополуччя залежить від соціального, психічного і фізичного здоров'я. Сьогодні ми починаємо вивчати новий розділ про фізичне здоров'я». Попросіть учнів прочитати, що вони вивчатимуть у цьому розділі (с. 45 підручника).
3. Запропонуйте учням прочитати текст у підручнику на с. 46 і обговорити, що їм хочеться дізнатися якнайшвидше.
4. Знайомство. По черзі наведіть причини, чому люди мають їсти (щоб втамувати голод, нормально розвиватися, отримати задоволення, заряд енергії, підтримати компанію, зігрітися...).

Робота в групах

1. Прочитайте інформацію (с. 47 підручника). Розгляньте інфографіку й з'ясуйте, скільки людей страждають від наслідків нераціонального харчування.
2. Об'єднайте учнів у три групи. Групи мають назвати фізичні відчуття, емоції, здатність до навчання та іншої праці, коли вони:
 - група 1: страшенно голодні;
 - група 2: з'їли надто багато;
 - група 3: смачно і в міру поїли.

Підсумуйте: «Те, що ми споживаємо, впливає на наше фізичне, емоційне,

інтелектуальне і навіть соціальне благополуччя».

Вправа «Вода і поживні речовини»

1. Запропонуйте учням пригадати, скільки води вони п'ють протягом дня. Прочитайте інформацію про роль води в організмі людини (с. 48 підручника).
2. Розкажіть дітям про важливість макро і мікроелементів для правильної роботи організму (інфографіка с. 48 підручника). Попросіть учнів пригадати, які є макроелементи і назвати мікроелементи, які вони знають.
3. Об'єднайте учнів у дві групи: «Мікроелементи» та «Макроелементи». Завдання групам: за допомогою таблиць, розташованих за QR-кодом (або у *Додатку 1*), намалювати інфографіку про відповідні поживні речовини і джерела їх надходження. Презентувати її у класі.



<https://tinyurl.com/28s46e8j>

Інтерактивна вправа

Запропонуйте учням виконати інтерактивну вправу на онлайн платформі LearningApps.



<https://tinyurl.com/2p8rhy3t>

Руханка

Запропонуйте учням поспівати пісню «Good Foods» і потанцювати під неї.



<https://tinyurl.com/y36r3msp>

Вправа «Поживність і калорійність продуктів харчування»

Примітка: з умови нестачі часу це завдання учні можуть продовжити виконувати вдома.

1. Прочитайте інформацію про поживність і калорійність продуктів харчування (підручник, с. 49).
2. Об'єднайте учнів у пари. Попросіть написати 5 своїх улюблених справ. Обговоріть у парах свої вподобання. Чи співпали деякі страви? Які з цих страв ви вважаєте найкориснішими? Чому?
3. Запропонуйте учням перейти за QR-кодом на с. 49 підручника. Визначте скільки кілокалорій міститься у 100 г ваших страв. Для цього введіть назву страви у поле «Знайти за назвою страви» (мал. 25). Обговоріть, яка зі страв має найбільшу калорійність, а яка – найменшу.



<https://tinyurl.com/2p8vws8w>

Вправа «Особливості харчування підлітків»

1. Запропонуйте учням прочитати інформацію про особливості харчування підлітків (с. 50 підручника). Прочитайте історії дітей і обговоріть питання.

Запитання для обговорення:










- Чому під час активних фізичних навантажень потрібно пити більше води і вживати калорійнішу їжу?
- Які порушення харчування у дітей?
- Щоб ви могли їм порадити?
- Які ще порушення харчування або харчові розлади ви знаєте? Що може стати причиною цих розладів?

Підсумуйте: «Оскільки те, що ми їмо, впливає на наше здоров'я, важливо з дитинства формувати правильні харчові звички».

Підсумкові, домашні завдання

1. Домашнє завдання:
 - виконати завдання до теми у зошиті;
2. Зворотний зв'язок. «Відкритий мікрофон». Попросіть учнів по черзі назвати одну річ, яка їх найбільше вразила їх сьогодні.
3. Прощання. Учитель пропонує уявити, що в лівій руці ви тримаєте те, що знали і вміли до цього тренінгу, а в правій — те, чого навчилися сьогодні. За командою з'єднуємо долоні рук і вигукуємо «Так!», Попрощатися оплесками.

	ЗНАЧЕННЯ ДЛЯ ОРГАНІЗМУ	ДЖЕРЕЛА НАДХОДЖЕННЯ:	
		Корисні для здоров'я	Додаткові
ВУГЛЕВОДИ	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вуглеводи дають відчуття ситості на тривалий час (хліб, картопля) 2. Деякі допомагають швидко втамувати голод і подолати втоми (фрукти, мед, цукор) 3. Клітковина сприяє нормалізації процесів травлення 		
БІЛКИ	<ol style="list-style-type: none"> 4. Білки — основний будівельний матеріал для організму 5. Білки крові транспортують поживні речовини 6. Деякі білки (ферменти і гормони) регулюють обмін речовин та інші процеси в організмі 		
ЖИРИ	<ol style="list-style-type: none"> 1. Жири — найбагатше джерело енергії для організму 2. Захищають внутрішні органи від переохолодження 3. Важливі для засвоєння деяких вітамінів 4. Поліпшують смак продуктів 5. Утворюють в організмі запаси, що використовуються під час голодування 		

НАЗВА	Значення для організму	Джерела надходження		
ВІТАМІНИ	A	Необхідний для здоров'я шкіри, волосся, слизових оболонок, нормалізує зір (особливо нічний)	Сметана, вершкове масло, печінка, яйця, жирна риба, морква, томати, вишні, полуниці, апельсини	
	D	Необхідний для росту і підтримання здоров'я скелета	Жирна риба, яйця, сир; утворюється в організмі під дією сонячного світла	
	E	Нейтралізує дію шкідливих для здоров'я чинників довкілля	Горіхи, насіння, зародки пшениці, олія	
	C	Сприяє росту, зміцнює імунітет організму	Чорна смородина, болгарський перець, апельсини, лимони, шипшина, капуста	
	Вітаміни групи B	Допомагають вивільнити енергію з усіх продуктів, що містять калорії	Неочищені крупи, молоко, риба, горіхи, м'ясо, боби, морепродукти	
МІНЕРАЛЬНІ РЕЧОВИНИ	Кальцій	Необхідний для формування кісток і зубів	Молоко, тверді і м'які сири, продукти з сої, рибні консерви з кістками	
	Калій і натрій	Калій сприяє виведенню води з організму, а натрій, навпаки, затримує її	Абикоси, курага, кабачки, картопля, кольрабі, боби, томати, бангани, хлібобулочні вироби, часник, квашені овочі, кухонна сіль, консерви, копченості	
	Залізо	Відіграє важливу роль у кровотворенні	Печінка і нирки, хліб з висівками, квасоля, соя, курага, абрикоси, печені яблука, червоне м'ясо	
	Йод	Сприяє розвитку розумових здібностей, регулює функції щитоподібної залози	Йодована кухонна сіль, морепродукти	

**Good Foods | Healthy Foods Song for
Kids | Jack Hartmann**

What makes your muscles grow big and strong?
Grow, grow, grow big and strong
What makes your legs run real fast?
Run, run, run real fast
What helps your arms swim in the water?
Swim, swim, swim in the water
What helps your body grow
It's good foods
Help your body grow
Good foods help you run real fast
Good foods help your arms to swim
Good foods alright!
Good foods alright!
Like apples
bananas
oranges
and grapes
chicken
fish
ham
and steak
broccoli
beans
carrots
and corn
potatoes
rice
May I have a little more?
What helps your body jump in the air?
Jump, jump, jump in the air
What helps your hands shoot a basketball?

Shoot, shoot, shoot a basketball
What helps your arms paddle a boat?
Paddle, paddle, paddle a boat
What helps your body grow?
It's good foods help you jump in the air
It's good foods help you shoot a basketball
Good foods help you paddle a boat
Good foods alright!
Good foods alright!
Like apples
bananas
oranges
and grapes
chicken
fish
ham
and steak
broccoli
beans
carrots
and corn
potatoes
and rice
May I have a little more?
Please
It's good foods
Help your body grow
Good foods help you run real fast
Good foods help your arms to swim
Good foods alright!
Good foods eat them everyday

§ 9. Збалансоване харчування



Мета

Розглянути принципи раціонального харчування. Навчитись визначати калорійність свого раціону.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- називають, що впливає на формування харчових звичок;
- розповідають про принципи раціонального харчування;
- визначають калорійність свого раціону;
- вміють правильно обирати страви, коли їдять не вдома.



Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери;
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проектор (бажано).



Що підготувати заздалегідь

- Перевірити матеріали до уроку і онлайн вправу.
- Роздрукувати *Додаток 1 (за необхідністю)*.
- Роздрукувати слова пісні «Nutrition Song» (*Додаток 2, § 10*).
- Роздрукувати бланк «Кінокритика» (*Додаток 3, § 3*).

ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН УРОКУ

АКТИВНОСТІ	Час
Стартові завдання	5 хв
Вправа «Харчові звички»	6 хв
Вправа «Раціональне харчування»	10 хв
Руханка	4 хв
Вправа «Гарвардська тарілка»	8 хв
Робота у парах «Як правильно обідати, коли ви не вдома» (<i>за наявності часу</i>)	
Визначення калорійності харчового раціону	8 хв
Підсумкові завдання	4 хв
Усього тривалість	45 хв

Стартові завдання

1. Зворотний зв'язок. Запропонуйте учням за бажанням висловитися що вони запам'ятали з минулого уроку.
2. Знайомство. Назвати по черзі одну страву, яка подобається, й одну — яка не подобається. Обговоріть, чи завжди те, що подобається є корисним для здоров'я.

Вправа «Харчові звички»

1. Запропонуйте дітям прочитати інформацію про харчові звички (с. 52 підручника) і розглянути мал. 27.
2. За допомогою мал. 27 назвіть чинники, які найбільше вплинули на формування ваших харчових звичок.

Вправа «Раціональне харчування»

1. Запропонуйте учням прочитати інформацію про принципи раціонального харчування і розповісти, що означає помірність, різноманітність і збалансованість у підручнику (с. 53).
2. Розгляньте піраміду харчування і назвіть, скільки порцій харчових продуктів потрібно вживати щодня. Розгляньте мал. 29 на с. 54 підручника. Які групи продуктів потрібно вживати більше, які — менше?
3. Запропонуйте учням виконати інтерактивну вправу на онлайн платформі Liveworksheets.



<https://tinyurl.com/2hp636xv>

Руханка

Запропонуйте учням порухатись.



<https://tinyurl.com/2p9yw6cv>

Вправа «Гарвардська тарілка»

1. Перейдіть за QR-кодом і подивіться відео про гарвардську тарілку.



<https://tinyurl.com/3s2k946d>

- Які незнайомі слова ви записали до бланку «Кінокритика»? Чи все тепер зрозуміло?
 - Підійміть руки ті, хто порадили б його подивитися друзям? Чому? *(дайте слово 1–2 бажуючим)*
 - Ті хто не підняв руку, чому б ви не порадили це відео? *(1–2 бажуючих)*
2. Запропонуйте учням виконати завдання в зошиті. Намалювати або написати на тарілці продукти для свого обіду чи вечері. За відсутності зошита можна роздати учням шаблон з Додатку 1.



<https://tinyurl.com/4nmpn3zt>

Визначення калорійності харчового раціону

1. Розкажіть учням інформацію про калорійність харчування (підручнику, с. 55).
2. Розгляньте малюнок і обговоріть, яка кількість калорій витрачається, та якими стравами їх можна поповнити.
3. За допомогою харчової піраміди і мал. 29 (с. 53–54) складіть ваш раціон для днів, коли не займаєтеся спортом. За допомогою мал. 29 додайте до цього раціону страви достатньої калорійності для днів, коли займаєтеся спортом чи фізичною працею.
4. Перейдіть за QR-кодом і перевірте, як ви запам'ятали правила раціонального харчування.



<https://tinyurl.com/yafra2dp>

Робота у парах «Як правильно обідати, коли ви не вдома» (за наявності часу)

Об'єднайте учнів у пари. Запропонуйте їм дослідити меню одного з кафе або ресторану (їх можна знайти в інтернеті). Учні мають скласти поради для тих, хто часто обідає не вдома, підібравши страви

відповідно до їх калорійності. Учні мають написати перелік страв, якими вони самі можуть пообідати у цьому ресторані.

Підсумкові, домашні завдання

1. Домашнє завдання:
 - виконати завдання до теми у зошиті;
 - подивитись відео про йод (*матеріали до уроку § 10 «Наслідки неправильного харчування»*) і заповнити бланки «Кінокритика» (*Додаток 3, § 3*);
 - прочитати слова пісні «Nutrition Song» (*Додаток 2, § 10 «Наслідки неправильного харчування»*);
 - принести упаковки (етикетки) харчових продуктів.
2. Зворотний зв'язок. Роздайте учням аркуші паперу, олівці і запропонуйте написати одну річ, яку вони відкрили для себе завдяки цьому уроку, одну річ, яку вони будуть робити по-іншому. За наявності часу бажаючі можуть поділитися своїми відкриттями.



§ 11. Наслідки неправильного харчування



Мета

Визначити причини і ознаки цукрового діабету, йододефіциту, харчового отруєння. Ознайомитись з правилами зберігання і обробки продуктів, щоб уникнути харчового отруєння.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- називають ознаки цукрового діабету і йододефіциту;
- вміють обирати продукти харчування;
- розповідають, як діяти у разі загрози харчового отруєння.



Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери;
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проектор (бажано).
- Етикетки харчових продуктів.



Що підготувати заздалегідь

- Перевірити матеріали до уроку.
- Нагадати учням принести етикетки харчових продуктів.
- Роздрукувати *Додаток 1*.

ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН УРОКУ

АКТИВНОСТІ	Час
Стартові завдання	4 хв
Бесіда «Неправильне харчування і цукровий діабет»	5 хв
Інформаційне повідомлення «Проблема йододефіциту»	5 хв
Практична робота «Харчове отруєння»	8 хв
Вправа «Зберігання продуктів»	8 хв
Руханка	3 хв
Аналіз етикетки	6 хв
Вправа «Харчові добавки»	д/з
Купівля продуктів (<i>додатково</i>) (<i>на розсуд вчителя</i>)	
Підсумкові завдання	6 хв
Усього тривалість	45 хв

Стартові завдання

1. Зворотний зв'язок, знайомство. Запропонуйте учням назвати один продукт, який вони найчастіше купують у крамниці.
2. Оголосіть тему уроку. Скажіть, що сьогодні ви будете вивчати наслідки неправильного харчування.

Бесіда «Неправильне харчування і цукровий діабет»

1. *Запитання для обговорення:*
 - Що таке неправильне харчування? (*їсти надто мало, надто багато, надто рідко, надто часто, похапцем, вживати мало фруктів, овочів, забагато смаженого, жирного, неякісні продукти...*)
 - До яких проблем призводить неправильне харчування? (*зайва чи недостатня вага, погане самопочуття, харчові отруєння...*)
 - У яких випадках людям призначають спеціальні дієти? (*під час хвороби, якщо вони мають проблеми з вагою, коли займаються спортом...*)
 - Про які дієти ви чули? (*не їсти хліба, їсти один раз на день, інтервальне голодування, кето-дієта...*)?
 - Які принципи раціонального харчування порушують такі дієти? Хто має право призначати дієту? (*Наголосити: ЛІКАР! Дуже небезпечно призначати собі дієти, користуючись порадами друзів, сайтів чи модних блогерів!*)
2. Прочитайте інформацію про цукровий діабет у підручнику (с. 57).
3. Розгляньте мал. 31 та назвіть чинники ризику й захисту щодо цукрового

діабету II типу.

Запитання для обговорення:

- Що означає здорове харчування?
- Як здійснювати контроль маси тіла?
- Як фізична активність впливає на загальне здоров'я?

Підсумуйте: «Фізична активність, контроль маси тіла, збалансоване харчування сприяють здоровому розвитку організму».

Інформаційне повідомлення «Проблема йододефіциту»

1. Прочитайте інформацію про проблему йододефіциту (с. 58 підручника). Обговоріть, у яких продуктах міститься йод. Які з цих продуктів ви найчастіше вживаєте?
2. Перегляньте відео про факти і міфи стосовно йоду.



<https://tinyurl.com/3v8n3whj>

Запитання для обговорення:

- Які міфи вас здивували?
- Як можна перевірити наявність чи відсутність йододефіциту? (*клінічно*)
- Які незнайомі слова ви записали до бланку «Кінокритика»? Чи все тепер зрозуміло?
- Підійміть руки ті, хто порадили б його подивитися друзям? Чому? (*дайте слово 1–2 бажаним*)
- Ті хто не підняв руку, чому б ви не порадили це відео? (*1–2 бажаних*)

Практична робота «Харчове отруєння»

Примітка: можна організувати роботу у трьох групах. Перша група готує інформаційне повідомлення про причини і ознаки харчового отруєння (с. 59 підручника), друга – про правила обробки і зберігання продуктів (с. 60, третя – про інформацію на етикетці (с. 60-61). Організуйте презентацію робіт груп.

Або можна провести бесіду усім класом на ці теми, як описано далі.

1. Запитайте учнів, чи стикались вони з харчовим отруєнням. Які його ознаки?
2. Прочитайте про причини і ознаки харчових отруєнь в підручнику (с. 59).
3. Обговоріть, що вживання в їжу лісових грибів може спричинити отруєння. Наголосіть, що дітям вживати такі гриби шкідливо. Натомість можна вживати так звані технічні гриби: шампіньйони, гливи, шийтаке, ерінги.
4. Роздайте учням *Додаток 1*. За допомогою тесту попросіть учнів потренуватися правильно надавати першу допомогу при харчовому отруєнні.

Запитання для обговорення

- Чому за підозри на харчове отруєння треба викликати «швидку допомогу»?
- Чому у разі харчового отруєння слід попередити всіх, хто вживав той самий продукт?

Вправа «Зберігання продуктів»

1. Прочитайте інформацію про правила обробки і зберігання харчових продуктів і розгляньте малюнок у підручнику (с. 60).

2. Обговоріть, що значить кожна частина правила: мити, розділяти, охолоджувати, нагрівати.
3. Попросіть учнів перейти за QR-кодом і перевірити, як вони запам'ятали правила обробки і зберігання харчових продуктів.



<https://tinyurl.com/2y9ns2dzf>

Руханка

Запропонуйте учням поспівати пісню «Nutrition Song» і потанцювати під неї, показуючи жестами, яка їжа корисна, а яка – ні.



<https://tinyurl.com/bde4mtrs>

Аналіз етикетки

1. Роздайте учням етикетки продуктів харчування.
2. Попросіть проаналізувати інформацію на етикетці за допомогою пам'ятки на с. 61.
3. Обговоріть, чи всі відомості надано виробником.
4. Запропонуйте учням вдома разом з дорослими проаналізувати етикетки продуктів харчування, які в родині вживають часто.

Вправа «Харчові добавки»

Примітка: за нестачі часу цю вправу можна виконати вдома.

1. Прочитайте інформацію про харчові добавки у підручнику (с. 62).
3. Перейдіть за QR-кодом на сайт про харчові добавки.



<https://uk.dobavkam.net/>

- Наведіть приклади небезпечних харчових добавок.
- Проаналізуйте склад будь-якого продукту на наявність небезпечних харчових добавок.

Купівля продуктів (додатково) (на розсуд вчителя)

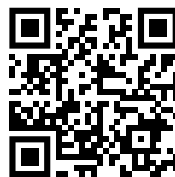
Примітка: ця вправа має на меті виробити в учнів навички критичного аналізу і економічну грамотність, зокрема, вміння розпоряджатися кишеньковими грошима. Якщо немає можливості купити товар, учні можуть сфотографувати його і сфотографувати етикетку, на якій написано всі відомості.

1. Запропонуйте учням піти до магазину і купити один продукт, який не містить шкідливих харчових добавок. І один продукт, який не містить цукру.
2. За можливості можна порівняти аналогічні продукти в різних крамницях, або порівняти склад продукту від різних виробників.

3. Попросіть учнів зробити відповідні висновки і поділитися ними з класом.

Підсумкові, домашні завдання

1. Домашнє завдання:
 - виконати завдання до теми у зошиті;
 - проаналізувати етикетки товарів в крамниці (або ті, які є вдома).
2. За наявності часу запропонуйте учням виконати деякі завдання на онлайн-платформі Liveworksheet.



<https://tinyurl.com/bdhcrxbm>

3. Зворотний зв'язок, прощання. Слово вчителя: «Складаємо в тарілку все те, про що дізналися сьогодні на уроці». Запитайте учнів: «Вам подобається, що у вас на тарілці?». Підсумуйте: «Їсти з розумом корисно для здоров'я».

ТЕСТ «ЯК ДІЯТИ У РАЗІ ХАРЧОВОГО ОТРУЄННЯ»

1. Якщо після їди комусь стало погано, ви викличете «швидку допомогу» (перейдіть до пункту 4) чи сподіватиметеся, що само минеться (перейдіть до пункту 5)?
2. До прибуття «швидкої допомоги» спробуєте промити постраждалому шлунок (перейдіть до пункту 6) або чекатимете, поки приїдуть лікарі (перейдіть до пункту 7)?
3. Попередите про харчове отруєння всіх, хто вживав ті самі продукти (перейдіть до пункту 9), чи вважаєте, що цього не треба робити (перейдіть до пункту 8)?
4. Правильно. Серед харчових отруєнь трапляються такі, що загрожують життю людини. Вони важко піддаються лікуванню. Тому допомогти таким хворим можна лише в лікарні (перейдіть до пункту 2).
5. Отруєння харчовим продуктом, особливо грибами, може бути смертельно небезпечним. Тому зволікання неприпустиме (перейдіть до пункту 1).
6. Дати хворому випити 5—6 склянок кип'яченої води і викликати блювання. Підсолена вода, несолодкий чай після промивання шлунку запобігають зневодненню організму (перейдіть до пункту 3).
7. Якщо нічого не робити, отрута всмоктуватиметься у кров, і стан хворого погіршиться (перейдіть до пункту 2).
8. Залежно від особливостей організму та властивостей їжі отрута може всмоктуватись у кров повільно, а ознаки отруєння виявлятимуться згодом. Тому профілактичних заходів мають вжити всі, хто куштував страву, що спричинила отруєння (перейдіть до пункту 3).
9. Ознаки харчового отруєння у деяких людей можуть виявитися згодом. Тому вжити профілактичних заходів слід усім, хто куштував сумнівну страву.

Nutrition Song

(By The Learning Station (Also, known as Leaning Station) ©Monopoli/The Learning Station (All rights reserved)

LYRICS:

Thumbs up to nutritious foods to eat,
thumbs down to the things that are much
too sweet.

It's okay to have a treat as long as that
snack is good to eat.

Eat smart, not sweet, thumbs up to nutritious
foods to eat.

When we awake we need to eat energy foods
like eggs and whole wheat.

Sugar in the morning is very bad. It gives us
the fidgets or makes us sad.

Eat smart, not sweet, thumbs up to nutritious
foods to eat,

thumbs down to the things that are much
too sweet.

Oatmeal-THUMBS UP Orange Juice-
THUMBS UP

Sugar Coated Cereals- THUMBS DOWN

Fresh Fruit- THUMBS UP

Eat smart, not sweet, thumbs up to nutritious
foods to eat.

Time to break from all your play, have
some lunch in the middle of the day.

Peanut butter crackers and a slice of cheese,
add a crunchy carrot, it's sure to please.

Eat smart, not sweet, thumbs up to nutritious
foods to eat,

thumbs down to the things that are much
too sweet.

Milk-THUMBS UP Chicken Soup-THUMBS
UP Candy Bars-THUMBS DOWN Yogurt-
THUMBS UP

Eat smart, not sweet, thumbs up to nutritious
foods to eat.

Dinner now for everyone, mealtime is a lot of
fun.

Eating right is smart you see. It gives you all
your energy.

Eat smart, not sweet, thumbs up to nutritious
foods to eat,
thumbs down to the things that are much
too sweet.

Soda Pop-THUMBS DOWN Broccoli-
THUMBS UP Steak-THUMBS UP
Marshmallows-THUMBS DOWN

Eat smart, not sweet, thumbs up to nutritious
foods to eat.

A balanced meal is good for me. We need a
big variety of vegetables and
fruits and greens, milk and meat and in
between.

Eat smart, not sweet, thumbs up to nutritious
foods to eat,

thumbs down to the things that are much
too sweet.

Apples-THUMBS UP Lollipops-THUMBS
DOWN Peas-THUMBS UP Fudge-THUMBS
DOWN

Eat smart, not sweet, thumbs up to nutritious
foods to eat.

Here's a story of a boy named Ray. He ate
cookies for lunch today.

It came time to run the race, he slowed
down, couldn't keep the pace.

Eat smart, not sweet, thumbs up to nutritious
foods to eat,

thumbs down to the things that are much
too sweet.

Grapefruit-THUMBS UP Corn-THUMBS
UP Cookies-THUMBS DOWN Spinach-
THUMBS UP

Eat smart, not sweet, thumbs up to nutritious
foods to eat.

Here's a story of a girl named Kate. She ate
and ate and ate and ate
candy bars, ice-cream and cake, and now she's
got a belly ache.

Eat smart, not sweet, thumbs up to nutritious
foods to eat,

thumbs down to the things that are much
too sweet.

§ 11. Особиста гігієна



Мета

Допомогти учням систематизувати знання правил особистої гігієни і розвивати відповідні практичні навички: догляду за руками, тілом, ротовою порожниною.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- розповідають, чому гігієна важлива для здоров'я;
- називають ситуації, в яких треба мити руки;
- вміють правильно доглядати за ротовою порожниною.



Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери;
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проектор (бажано).
- Лялька або манекен для демонстрації правил миття тіла (за необхідності).



Що підготувати заздалегідь

- Перевірити матеріали до уроку, справність технічного обладнання.
- Роздрукувати *Додаток 1 (за необхідності)*.
- Роздрукувати бланк «Кінокритика» (Додаток 3, §3).
- Лялька або манекен для демонстрації правил миття тіла (за необхідності)

ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН УРОКУ

АКТИВНОСТІ	Час
Стартові завдання	7 хв
Робота з підручником	5 хв
Практична робота «Миємо руки»	9 хв
Інформаційне повідомлення про гігієну шкіри	5 хв
Руханка	3 хв
Вправа «Гігієна ротової порожнини»	6 хв
Робота в парах	5 хв
Робота в групах «Демонстрація правил гігієни» (за наявності часу)	
Підсумкові завдання	5 хв
Усього тривалість	45 хв

Стартові завдання

1. Зворотний зв'язок. Запропонуйте учням за бажанням висловитися щодо результатів аналізу етикеток харчових продуктів, які вони придбали, або знайшли вдома.
2. Актуалізація теми і знайомство. Запропонуйте учням пригадати ситуації та описати свої відчуття, коли кожен з них був:
 - абсолютно чистим: щойно вимився, помив голову, почистив зуби, вдягнув усе чисте;
 - справді брудним: після гри у футбол, роботи на городі, подорожі в потягу тощо.
3. Скажіть, що сьогодні на уроці ви будете говорити про гігієну тіла, рук, ротової порожнини.

Робота з підручником

Запропонуйте дітям прочитати інформацію у підручнику (с. 64 підручника) і виконати завдання.

- Проведіть мозковий штурм. Називайте різні предмети і засоби особистої гігієни. Записуйте їх на дошку.
- Позначте О предмети та засоби гігієни, призначені для догляду за обличчям, В – волоссям, Р – ротовою порожниною, Н – нігтями, У – усім тілом.
- З'ясуйте, які з них є засобами особистої гігієни, а якими можна поділитися з другом/подругою. Чому?
- За допомогою дорослих оберіть засоби гігієни, що найкраще підходять саме вам.

Підсумуйте: «Багатьом небезпекам можна запобігти за допомогою правил особистої гігієни.»

Практична робота у «Миємо руки»

1. Об'єднайте учнів у пари. У парах:
 - Описати один день з життя своїх рук.
 - Записати ситуації, коли на них могла потрапити інфекція.
 - По черзі називати ситуації і записувати їх на дошці.
2. Обговоріть у парах, які з цих ситуацій трапляються у вас найчастіше, які – рідше.
3. Розгляньте інфографіку, як потрібно мити руки (мал. 36 у підручнику (с. 65)).
4. Перейдіть за QR-кодом і подивіться відео про техніку миття рук.



<https://tinyurl.com/4u8w34n6>

5. Продемонструйте, як правильно мити руки. Порівняйте ваші дії з алгоритмом миття рук на цій же сторінці. Обговоріть, які миючі засоби використовують для миття рук. Де у школі можна помити руки?

Підсумуйте: «Миття рук протягом 20 секунд захистить вас від інфекцій».

Інформаційне повідомлення про гігієну шкіри

1. Прочитайте інформацію про «Догляд за шкірою» (підручник, с. 66).
2. Обговоріть, у якому середовищі краще розмножуються мікроби. Як різні погодні умови впливають на стан шкіри?

Руханка

Уявіть себе якоюсь твариною і протягом хвилини імітуйте її рухи (стрибайте, бігайте). Розігрілись і спітніли? Так ви продемонстрували здатність шкіри до охолодження. Під час фізичної активності температура тіла підвищується, і організм через шкіру виділяє піт, щоб охолонути.

Вправа «Гігієна ротової порожнини»

1. Запитайте учнів, що вони знають про догляд за ротовою порожниною. Чи знають вони, яка тканина в організмі людини найміцніша? Скажіть, що про це вони зараз дізнаються.
2. Прочитайте інформацію про «Гігієну ротової порожнини» (підручник, с. 67) і розгляньте малюнок з будовою зуба.

Запитання для обговорення:

- Яка тканина в людському організмі найміцніша?
- Чому зуби мають різну форму?
- Які частини зуба захищають його від ушкоджень?

Робота в парах

1. Об'єднайте учнів у пари. Прочитайте порядок догляду за ротовою порожниною і правила здорових зубів (за посиланням у підручнику або роздрукуйте *Додаток 1*) і обговоріть:
 - Які засоби для догляду за зубами ви використовуєте, а які — ні?
 - Які дії ви виконуєте правильно, а які — ні?



<https://tinyurl.com/5n99777b>

2. Складіть та оформте пам'ятку про особисту гігієну школяра.
3. Попросіть учнів виконати інтерактивну вправу на платформі Liveworksheets.



<https://tinyurl.com/ydtp4sbc>

Робота в групах «Демонстрація правил гігієни» (за наявності часу)

Примітка: цю вправу можна проводити для закріплення отриманих знань, або на початку уроку об'єднати учнів у чотири групи і дати групам завдання підготувати інформаційні повідомлення і презентувати їх класові.

1. Об'єднайте учнів у 4 групи. За допомогою підручника підготувати інформаційні повідомлення і демонстрації, щоб закріпити отримані знання:

Група 1. «Як правильно мити руки».

Група 2. «Як правильно мити тіло (демонстрація за допомогою ляльки або манекена).

Група 3. «Як правильно чистити зуби».

Група 4. «Десять правил здоров'я зубів».

2. Презентації груп, обговорення.

Підсумкові, домашні завдання

1. Домашнє завдання: подивитись відео про туберкульоз, ковід (посилання за QR-кодами у підручнику, с. 72, 73) і заповнити бланки «Кінокритика (Додаток 3, § 3).
2. Запропонуйте учням виконати інтерактивну вправу на платформі Learningapps.



<https://tinyurl.com/yx9ey75b>

2. Зворотний зв'язок. Проведіть «Відкритий мікрофон». Попросіть учнів по черзі розказати, що їм запам'яталось із сьогоднішнього уроку.
3. Завершення уроку. Вправа «Прочистка мізків». Стати в коло і приготуватися до процедури, яка подарує свіжість, зібраність і бадьорість. Поставити руки так, щоб вони були на відстані 20 см від вух. Уявити, що тримаєте за кінчики шерстяну нитку (або шовкову хусточку), яка проходить крізь голову і виходить через вуха. Потягнути її уявно спочатку вправо, а потім вліво — прочистити мізки, щоб швидко думати, добре чути і ясно бачити на наступному уроці. Треба намагатися виконувати вправу синхронно. Закінчується вона тоді, коли учні підлаштуються під заданий вчителем ритм.

АЛГОРИТМ ДОГЛЯДУ ЗА РОТОВОЮ ПОРОЖНИНОЮ

1

Сполосніть щітку і витисніть на неї зубну пасту розміром з горошину.



2



Зовнішню і внутрішню поверхні зубів слід чистити рухами в напрямку від ясен по 5 разів біля кожної пари зубів.

3

Поступово переміщуйте щітку від бічних зубів до центральних.



4



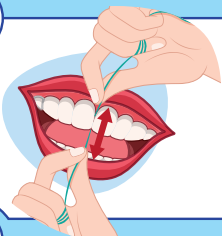
Поверхні змикання зубів очищають горизонтальними рухами: 10 зліва направо і 5 вперед-назад біля кожної пари зубів.

5

Обережно очистьте язик у напрямку від кореня до кінчика (найкраще за допомогою спеціальної насадки на зубній щітці).



6



Відірвіть приблизно 15 см зубної нитки і намотайте її кінчики на середні пальці. Вставте нитку в проміжок між зубами й очистьте його рухами вгору-вниз. Намагайтеся не пошкодити ясна.

7

Ретельно прополощіть рот, сполосніть зубну щітку.

ДЕСЯТЬ ПРАВИЛ ЗДОРОВИХ ЗУБІВ



Вживайте достатню кількість сирих овочів і фруктів, нежирного м'яса, сиру і молока



Не захоплюйтеся солодощами



Постарайтеся не їсти водночас холодну і гарячу їжу



Не розгризайте горіхи, кістки, олівці та інші тверді предмети. Так ви можете пошкодити емаль чи зламати зуб



Захищайте зуби під час занять контактними видами спорту



Не курить. Під дією тютюну зуби жовтіють, руйнуються емаль, виникають хвороби ясен



Щодня чистіть зуби двічі на день



Зубну щітку треба міняти раз на три місяці



Один раз на день користуйтеся зубною ниткою



Двічі на рік відвідуйте стоматолога. Звертайтеся до нього за перших ознак захворювання зубів чи ясен

§ 12. Профілактика інфекційних захворювань



Мета

Пояснити дітям необхідність користуватися достовірними джерелами інформації. Обговорити, як знизити ризик захворіти на туберкульоз і коронавірус;



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- називають небезпечні інфекції, про які вони дізнались;
- розповідають, як знизити ризик захворіти на туберкульоз і коронавірус;
- знають про важливість вакцинації для збереження здоров'я.



Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери;
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проектор (бажано).
- Картки з Додатку 3 або смужки жовтого, зеленого, червоного кольорів, роздруківки, клей, ножиці для виготовлення стрічки часу.



Що підготувати заздалегідь

- Перевірити матеріали до уроку.
- Роздрукувати Додатки 1-5.

ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН УРОКУ

АКТИВНОСТІ	Час
Стартові завдання	5 хв
Виготовлення стрічки часу	д/з
Робота у групах	10 хв
Вправа «ВІЛ/СНІД»	7 хв
Руханка	3 хв
Інформаційне повідомлення про туберкульоз	7 хв
Інформаційне повідомлення про коронавірусну хворобу	8 хв
Підсумкові завдання	5 хв
Усього тривалість	45 хв

Стартові завдання

1. Зворотний зв'язок. Пригадайте, що ви вивчали минулого уроку.
2. Знайомство. Запропонуйте учням по черзі назвати способи, які вони використовують, щоб уберегтися від хвороб (*правильно харчуються, мють руки з милом, двічі на день чистять зуби, загартовуються, вживають фрукти і овочі, роблять щеплення тощо*).
3. Оголосіть тему уроку. скажіть, що сьогодні вони досліджуватимуть інфекційні хвороби, їх причини і ознаки. А ще дізнаються, де можна знайти достовірну інформацію про щеплення.

Виготовлення стрічки часу (за наявності часу)

1. Розгляньте стрічку часу на с. 68-69. Про які захворювання ви чули? Яке захворювання забрало найбільше життів?
2. Запропонуйте дітям перейти за QR-кодом (с. 69 підручника), завантажити шаблони і виготовити стрічку часу. (Або роздрукувати *Додаток 1*).



<https://tinyurl.com/45w6umab>

Робота у групах

1. Прочитайте інформацію про профілактичні щеплення у підручнику (с. 70). Обговоріть, що діти чули

про щеплення. Чи знають вони, які щеплення є обов'язковими? Хто і де роблять щеплення?

2. Об'єднайте учнів у три групи. Завдання для груп:
 - розподіліть запропоновані джерела інформації про вакцинацію (мал. 39).
 - Розкажіть, про що ви дізналися.
 - Чи можна вважати ці джерела достовірними? Чому?
 - Які ще достовірні джерела інформації про питання здоров'я ви можете запропонувати?

Вправа «ВІЛ/СНІД»

Примітка для вчителя: інформацію про ВІЛ/СНІД можна взяти за посиланням <http://autta.org.ua/ua/resources/PTNZ/>.

1. Прочитайте інформацію про ВІЛ/СНІД у підручнику на с. 71.
2. Розгляньте мал. 40 і з'ясуйте, як ВІЛ передається. Наведіть приклади ситуацій, коли ВІЛ не передається.
3. *Слово вчителя:* «ВІЛ відкрили не так давно, і тому в суспільстві є ще чимало неправильних уявлень про цю хворобу».
3. Прочитайте і обговоріть міфи і факти про ВІЛ і СНІД за посиланням на с. 71 підручника (або у *Додатку 2*).
4. Роздайте учням картки з кольорами рівнів ризику з *Додатку 3* і табличку з описом рівнів ризику (*Додаток 4*). Попросіть їх прочитати про ризик зараження ВІЛ-інфекцією.
5. Зачитуйте ситуації з *Додатку 4*, а учні мають піднімати кольорові картки з відповідним рівнем ризику. Обговоріть суперечливі питання, якщо такі виникають.

Підказка для вчителя:

- Контактувати тілами через одяг (*немає*)
- Бути покусаним одним комаром (*немає*)
- Користуватися спільними голками для ін'єкцій (*високий*)
- Користуватися спільною ванною, душем, басейном (*немає*)
- Користуватися спільним фонтанчиком для води (*немає*)
- Сидіти за однією партою з ВІЛ-позитивним учнем (*немає*)
- Потискати руку ВІЛ-позитивному другу (*немає*)
- Обіймати його (*немає*)
- Перев'язувати ВІЛ-інфікованій людині рану без латексних рукавичок (*низький, але якщо у того, хто перев'язує є відкрита рана, то ризик високий*)

Руханка

Запропонуйте учням виконати антиковідну руханку від учнів 4 клас ЗШ 3 м. Павлоград (*матеріал взято за посиланням <https://tinyurl.com/wvx5766s>*).



<https://tinyurl.com/4mvphh87>

Інформаційне повідомлення про туберкульоз

1. Запропонуйте дітям прочитати інформацію «Туберкульоз» у підручнику (с. 72).

2. Перегляньте відео туберкульоз.



<https://tinyurl.com/4uaetm5a>

Запитання для обговорення:

- Які є форми туберкульозу? Чим вони відрізняються?
 - Які симптоми відкритої форми туберкульозу?
 - Чим небезпечна закрита форма туберкульозу?
 - Які чинники сприяють ризику захворіти на туберкульоз?
 - Які незнайомі слова ви записали до бланку «Кінокритика»? Чи все тепер зрозуміло?
 - Підійміть руки ті, хто порадили б його подивитися друзям? Чому? (*дайте слово 1–2 бажаним*)
 - Ті хто не підняв руку, чому б ви не порадили це відео? (*1–2 бажаних*)
3. Прочитайте і обговоріть міфи та факти про туберкульоз.

Інформаційне повідомлення про коронавірусну хворобу

1. Обговоріть, що учні знають про коронавірусну хворобу. Де вони дізнались цю інформацію?
2. Запропонуйте дітям прочитати інформацію про коронавірусну хворобу у підручнику (с. 73). Розгляньте інфографіку (мал. 42) та назвіть найпоширеніші симптоми коронавірусу.
3. Запропонуйте дітям переглянути відео про коронавірусну хворобу за

посиланням у підручнику (с. 73).



<https://tinyurl.com/49ed43ca87>

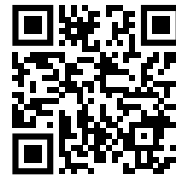
Запитання для обговорення:

- Як має поводитися хворий на коронавірус?
- Коли потрібно звертатися за медичною допомогою?
- Як знизити ризик інфікування коронавірусом?
- Які незнайомі слова ви записали до бланку «Кінокритика»? Чи все тепер зрозуміло?
- Підійміть руки ті, хто порадили б його подивитися друзям? Чому? (*дайте слово 1–2 бажачим*)
- Ті хто не підняв руку, чому б ви не порадили це відео? (*1–2 бажачих*)
- Отже, як захиститися від коронавірусної інфекції?

Підсумкові, домашні завдання

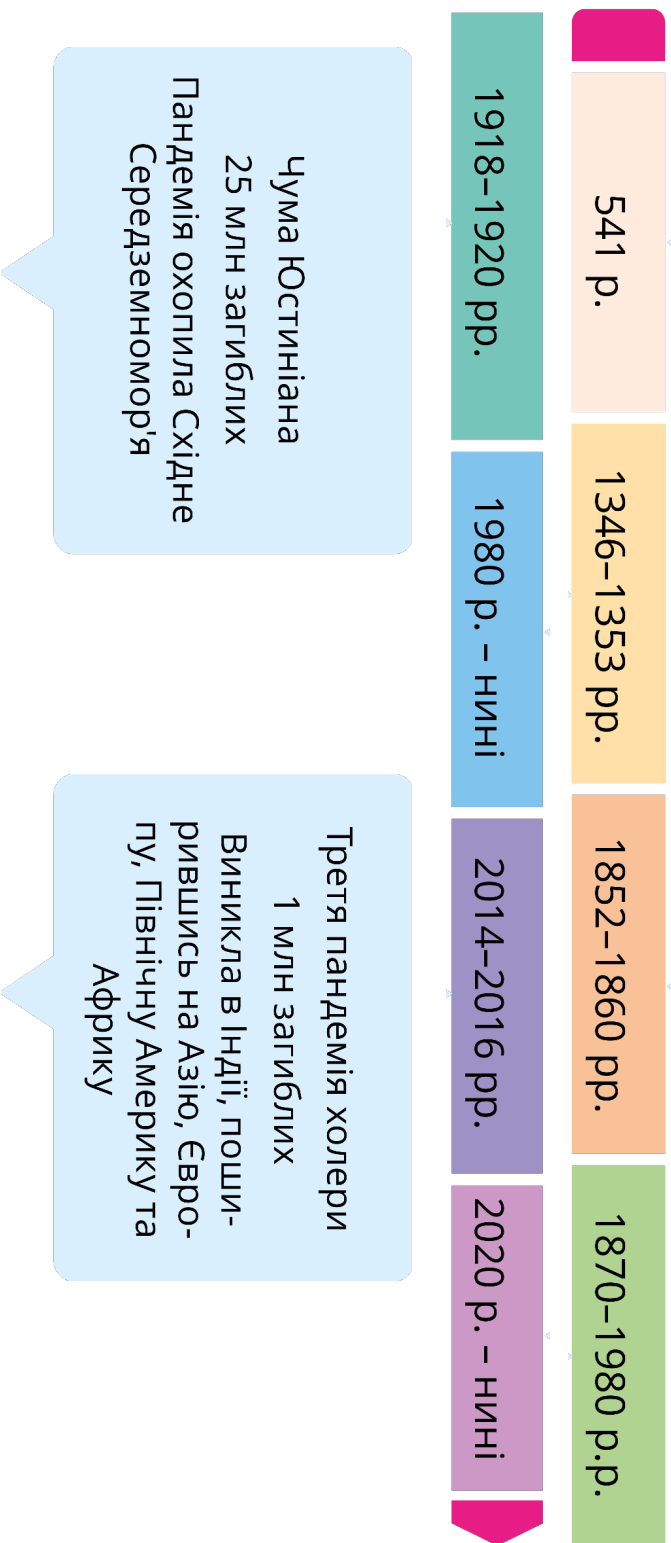
1. Домашнє завдання:

- виконати завдання до теми у зошиті;
 - виготовити і принести на наступний урок паперові фігурки, вдсятеро менші за їхній зріст.
2. За наявності часу запропонуйте учням виконати деякі завдання на онлайн-платформі Liveworksheet.



<https://tinyurl.com/52bbnztX>

3. Роздайте учням *Додаток 5*. Попросіть зафарбувати одну частину кола відповідно до оцінки роботи на уроці. Запропонуйте бажачим висловитися.
4. Завершіть заняття побажаннями здоров'я один одному.



«Чорна смерть»
75-200 млн загиблих
Пандемія чуми пошири-
лася Європою, Африкою
та Азією

Іспанський грип
20-50 млн загиблих
У результаті цієї пандемії
заразилася більш ніж тре-
тина населення світу

Натуральна віспа
300-500 млн загиблих
У 1980 р. ВООЗ оголоси-
ли, що хворобу повніс-
тю подолано завдяки
вакцинації

Ебола
11 308 загиблих
Найбільші спалахи хворо-
би були в Гвінеї, Ліберії та
Сьєрра-Леоне

ВІЛ/СНІД

35 млн загиблих
В даний час із ВІЛ живе
від 31 до 35 мільйонів
людей

Covid19

> 6 млн загиблих
Пандемія коронавірусної
хвороби поширилася на
226 країн

МІФИ І ФАКТИ ПРО ВІЛ І СНІД

- Міф** СНІД — це хвороба африканців. Нас вона не стосується.
- Факт** Останнім часом ВІЛ-інфекція набагато швидше поширюється у Східній Європі, зокрема в Україні, ніж на Африканському континенті.
- Міф** Це мене не стосується, тому що всі мої рідні і друзі здорові.
- Факт** Ніхто не може бути впевненим у цьому. Адже ВІЛ не має специфічних симптомів, наприклад висипки, яку можна побачити. Він не проявляється одразу болем чи високою температурою, як, скажімо, грип. Людина може багато років жити з ВІЛ і навіть не здогадуватися про це.
- Міф** Не можна пускати ВІЛ-інфікованих дітей до школи. Вони можуть заразити інших школярів.
- Факт** За більш як 40 років існування епідемії не зареєстровано жодного випадку зараження дитини дитиною. ВІЛ має дуже обмежені шляхи передання. Він не передається побутовим шляхом — через повітря, предмети, їжу, одяг.
- Міф** ВІЛ передається через кров, отже, можна заразитися від укусу комара.
- Факт** ВІЛ справді передається через кров, але комарі та інші кровососи його не передають. Коли комар жалить людину, він впрыскує у неї свою слину, а не кров попередньої жертви. Збудники деяких хвороб, наприклад малярії, здатні розмножуватися в слині комах, але ВІЛ — ні.
- Міф** ВІЛ-інфікованим дітям не можна відвідувати басейн. Адже вони можуть отримати травму, і їхня кров потрапить у воду.
- Факт** Якщо інфікована кров потрапить у басейн, вона вмить розчиниться, і концентрація ВІЛ стане надто малою для зараження.

РИЗИК ВИСОКИЙ

РИЗИК НИЗЬКИЙ

РИЗИКУ НЕМАЄ

Ризик високий	Ризик низький	Ризику немає
Значний контакт з кров'ю.	Існує можливість незначного контакту з кров'ю, наприклад, коли вона потрапить на неушкоджену шкіру.	Немає контакту з кров'ю.

Контактувати тілами через одяг



Бути покусаним одним комаром



Користуватися спільними голками для ін'єкцій



Користуватися спільною ванною, душем, басейном



Користуватися спільним фонтанчиком для води



Сидіти за однією партою з ВІЛ-позитивним учнем



Потискати руку ВІЛ-позитивному другу

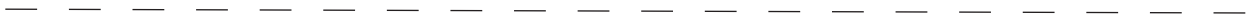


Обіймати його



Перев'язувати ВІЛ-інфікованій людині рану без латексних рукавичок





Розділ 2. Психічне і духовне здоров'я

Рекомендована тематика	Тривалість
1. Розвиток підлітка	1 год
2. Самооцінка і здоров'я	1 год
3. Прийняття рішень	1 год
4. Протидія соціальному тиску	2 год
5. Тютюн, алкоголь і здоров'я	2 год

Орієнтовні / проблемні запитання:

- Чим розвиток людини відмінний від розвитку інших живих істот?
- Як змінюються і розвиваються потреби людини?
- Що впливає на формування самооцінки?
- Як визначати мету?
- Чому треба вчитися приймати рішення?
- Хто і що впливає на ваші рішення?
- Як працює реклама?
- Чому небезпечні наслідки куріння та вживання алкоголю.

Цілі розділу:

1. Дослідити, як розвиваються і змінюються потреби людини.
2. Розглянути, як формується самооцінка.
3. Вчити учнів приймати зважені рішення.
4. Обговорити, як формується самооцінка, як вона впливає на поведінку людини та її здоров'я.
5. Тренувати навички постановки і досягнення мети.
6. Навчитись розрізняти прості, щоденні та складні рішення.
7. З'ясувати, хто і що впливає на рішення.
8. Ознайомити учнів з деякими рекламними хитрощами.
9. Дослідити, як куріння й алкоголь впливають на організм людини.

Очікувані результати розділу:

Наприкінці вивчення розділу учні:

- розповідають про фізичний і психічний розвиток підлітків;
- пояснюють, чому треба вчитись приймати рішення;
- з'ясовують, що впливає на формування самооцінки;
- вміють ставити мету створювати план для її досягнення;
- усвідомлюють важливість уміння приймати зважені рішення;
- демонструють уміння критично аналізувати рекламу;
- пояснюють, як куріння й алкоголь впливають на життя і здоров'я людини.

Очікувані результати за Державним стандартом базової середньої освіти

Загальні результати	Конкретні результати
СОЦІАЛЬНА І ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ	
Турбота про особисте здоров'я і безпеку, уникання факторів ризику, реагування на чинники і діяльність, яка становить загрозу для життя, здоров'я, добробуту власного та інших осіб	
Діє відповідально [СЗО 1.1]	<p>Демонструє прихильність до безпечних і корисних практик поведінки, які зменшують ризики для життя і здоров'я або запобігають їм [6 СЗО 1.1.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • демонструє модель безпечної поведінки згідно з інструкціями і правилами в соціальному і природному середовищі [6 СЗО 1.1.1-1]
Відстоює власні інтереси та інтереси інших осіб [СЗО 1.2]	
Приймає рішення [СЗО 2.3]	<p>Відстоює власні інтереси та інтереси інших осіб, протидіючи проявам тиску, неповаги і приниження [6 СЗО 1.2.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • протидіє проявам тиску, агресії, маніпуляції і неповаги щодо себе та інших осіб [6 СЗО 1.2.1-1]
Визначення альтернатив, прогнозування наслідків, прийняття рішень з користю для власної безпеки та безпеки інших осіб, здоров'я та добробуту	
Прогнозує наслідки [СЗО 2.2]	<p>Прогнозує наслідки своїх дій для здоров'я, безпеки і добробуту, зокрема під час використання інформаційно-комунікаційних технологій та інших медійних засобів [6 СЗО 2.2.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • пояснює наслідки недотримання здорового способу життя на основі інформації, що міститься в різних текстах [6 СЗО 2.2.1-2]
Приймає рішення [СЗО 2.3]	<p>Використовує перевірену інформацію для прийняття рішення в типових (знайомих) повсякденних ситуаціях [6 СЗО 2.3.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • використовує перевірену інформацію для прийняття рішення щодо вибору повсякденної поведінки на користь здоров'я, безпеки та добробуту [6 СЗО 2.3.1-1]

Аргументований вибір здорового способу життя, аналіз і оцінка наслідків і ризиків	
Обмірковує альтернативи власних дій і рішень [СЗО 3.1]	<p>Обмірковує альтернативні рішення стосовно свого здоров'я, безпеки і особистого добробуту в умовах вибору [6 СЗО 3.1.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • пояснює вибір власних альтернатив і рішень з огляду на вплив зовнішніх чинників [6 СЗО 3.1.1-1] • обґрунтовує наслідки вибору альтернативного рішення щодо моделей поведінки, спрямованих на збереження здоров'я, добробуту та безпеки [6 СЗО 3.1.1-2]
Приймає зміни власного організму [СЗО 3.2]	<p>Вирізняє та пояснює вікові зміни в організмі як ознаку здоров'я та розвитку [6 СЗО 3.2.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • визначає, ідентифікує та обговорює фізичні, психічні (у тому числі емоційні) і соціальні зміни, які відбуваються під час переходу в основну школу [6 СЗО 3.2.1-1] • приймає індивідуальні темпи вікових змін в організмі як вияв норми [6 СЗО 3.2.1-2]
Аналізує вплив поведінки на здоров'я [СЗО 3.3]	<p>Усвідомлює наслідки впливу індивідуальної поведінки на стан здоров'я [6 СЗО 3.3.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • досліджує та обговорює чинники, що впливають на стан здоров'я і розвиток організму, зокрема профілактичні заходи щодо інфекційних і неінфекційних захворювань [6 СЗО 3.3.1-1] • аналізує негативний вплив недотримання правил/інструкцій безпечної поведінки на збереження життя і здоров'я [6 СЗО 3.3.1-2] • аналізує причини вибору нездорової поведінки [6 СЗО 3.3.1-5]
Здійснює вибір, що приносить користь і задоволення (радість) [СЗО 3.4]	<p>Аналізує і визначає різні аспекти способу життя, що приносять користь і задоволення (радість) для повноцінного життя [6 СЗО 3.4.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • визначає форми поведінки, які приносять задоволення без нанесення шкоди власному здоров'ю і здоров'ю інших осіб [6 СЗО 3.4.1-1]
Підприємливість та етична поведінка для поліпшення здоров'я, безпеки і добробуту	
Вчиться вчитися [СЗО 4.1]	<p>Відстежує власний поступ і висловлює бажання пізнавати нове без шкоди для здоров'я [6 СЗО 4.1.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • аналізує власний навчальний розвиток, вказуючи на причини успіхів та невдач [6 СЗО 3.4.1-4] • визначає прагнення і потреби у сфері власного особистісного розвитку та навчання [6 СЗО 3.4.1-5]

<p>Діє ефективно та самостійно [СЗО 4.3]</p>	<p>Діє ефективно для реалізації короткострокових цілей для досягнення успіху та задоволення власних потреб і потреб інших осіб [6 СЗО 4.3.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • визначає свої потреби, бажання, інтереси та цілі [6 СЗО 4.3.1-1] • самостійно створює та реалізовує короткострокові плани щодо досягнення успіху, зокрема в навчанні, спорті, побуті [6 СЗО 4.3.1-2] • моделює кроки задоволення власних потреб з урахуванням можливостей своїх та інших осіб [6 СЗО 4.3.1-3]
<p>Виявляє культуру споживання [СЗО 4.5]</p>	<p>Пояснює обмеженість ресурсів, необхідність ощадного ставлення та потребу повторного використання їх для здоров'я, безпеки і добробуту [6 СЗО 4.5.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • аналізує взаємозв'язок між потребами людини та обмеженістю ресурсів [6 СЗО 4.5.1-1] • визначає потребу ощадливого використання ресурсів і повторної переробки вторинної сировини [6 СЗО 4.5.1-2]
<p>Планує майбутнє [СЗО 4.6]</p>	<p>Аналізує потенціал опанування різних видів діяльності [6 СЗО 4.6.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • доводить, що здоров'я, безпека і добробут є підґрунтям успішного майбутнього [6 СЗО 4.6.1-1] • виявляє зацікавлення до тривалої систематичної діяльності (хобі, спорт, мистецтво, навчання тощо) та наполегливість у досягненні мети [6 СЗО 4.6.1-2] • розуміє перспективність своєї діяльності для успішного майбутнього [6 СЗО 4.6.1-3] • визначає цілі власної діяльності і стратегії їх досягнення [6 СЗО 4.6.1-4]
<p>Співпрацює для досягнення результату діяльності [СЗО 4.7]</p>	<ul style="list-style-type: none"> • працює самостійно або з іншими особами, виконуючи різні ролі та встановлюючи нові контакти [6 СЗО 4.7.1] • бере участь у груповій роботі, враховуючи індивідуальні особливості і потреби [6 СЗО 4.7.1-1] • розуміє взаємовплив емоційного стану, переконань, поведінки всіх учасників спільної діяльності [6 СЗО 4.7.1-2] • виконує різні ролі в груповій роботі [6 СЗО 4.7.1-3] • встановлює нові контакти та ефективно співпрацює для досягнення результату, використовує різні засоби зв'язку [6 СЗО 4.7.1-4]

МОВНО-ЛІТЕРАТУРНА ГАЛУЗЬ

Сприймає усну інформацію [МОВ 1.1]	Слухає висловлювання (зокрема художні тексти, медіатексти) у різних формах (монолог, діалог, полілог), сприймаючи подану в достатньо вільному темпі інформацію відповідного обсягу на відому і частково нову тематику [6 МОВ 1.1.1]
	Реагує на почуте, уточнюючи важливі для розуміння деталі [6 МОВ 1.1.2]
Перетворює інформацію з почутого повідомлення в різні форми повідомлень [МОВ 1.2]	Усно відтворює зміст почутого повідомлення (зокрема художнього тексту, медіатексту), акцентуючи увагу на окремих деталях [6 МОВ 1.2.1]
	Фіксує основний зміст почутого повідомлення (зокрема художнього тексту, медіатексту) відповідно до поставленого завдання [6 МОВ 1.2.2]
Виокремлює усну інформацію [МОВ 1.3]	Добирає відповідно до поставленого завдання або самостійно визначених цілей інформацію з одного чи кількох джерел (зокрема художніх текстів, медіатекстів) [6 МОВ 1.3.1]
Аналізує та інтерпретує усну інформацію [МОВ 1.4]	Визначає мету повідомлення [6 МОВ 1.4.4]
	Пов'язує, зіставляє почуте із життєвим досвідом [6 МОВ 1.4.5]
Висловлює та обстоює власні погляди, ідеї, переконання [МОВ 1.6]	Конструктивно спілкується, використовуючи типові мовленнєві конструкції [6 МОВ 1.6.1]
	Обстоює власну позицію щодо окремих питань, зокрема тих, що порушені в почутому повідомленні (зокрема художньому тексті, медіатексті) [6 МОВ 1.6.2]
Використовує вербальні та невербальні засоби під час представлення своїх думок [МОВ 1.7]	Взаємодіє із співрозмовниками, супроводжуючи власне мовлення окремими вербальними та невербальними засобами для досягнення комунікативної мети [6 МОВ 1.7.1]
	Регулює власні емоції в комунікації [6 МОВ 1.8.2]
Сприймання, аналіз, інтерпретація, критичне оцінювання інформації в текстах різних видів (зокрема художніх текстах, медіатекстах) та використання її для збагачення власного досвіду	
Сприймає текст [МОВ 2.1]	Відповідно до мети застосовує основні види читання текстів (цілісних, перерваних, змішаних) (зокрема художніх текстів, медіатекстів) [6 МОВ 2.1.1]
	Робить висновки на основі аналізу тексту (зокрема художнього тексту, медіатексту) [6 МОВ 2.2.7]

Оцінює текст [МОВ 2.4]	Пояснює значення здобутої з прочитаного тексту (зокрема художнього тексту, медіатексту) інформації в контексті власного досвіду для розв'язання визначених завдань [6 МОВ 2.4.1]
Висловлювання думок, почуттів і ставлень, письмова взаємодія з іншими особами, зокрема інтерпретація літературних творів українських і зарубіжних письменників; взаємодія з іншими особами у цифровому середовищі, дотримання норм літературної мови	
Створює письмові висловлення [МОВ 3.1]	Записує (від руки або з використанням спеціальних, зокрема цифрових, пристроїв) власні міркування або інформацію з різних джерел [6 МОВ 3.1.1] Добирає потрібні мовні засоби, дотримується основних мовних норм [6 МОВ 3.1.4]
Взаємодіє письмово в режимі реального часу (у цифровому середовищі) [МОВ 3.2]	Створює невеликі типові повідомлення / медіатексти на захищених цифрових сервісах і в соціальних мережах щодо проблем, пов'язаних з особистим досвідом та освітньою діяльністю [6 МОВ 3.2.1]
МОВНО-ЛІТЕРАТУРНА ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ (ІНШОМОВНА ОСВІТА)	
Сприйняття усної інформації та письмових текстів іноземною мовою в умовах безпосереднього та опосередкованого міжкультурного спілкування	
Сприймає усну інформацію [ІНО 1.1]	Сприймає усну інформацію з відеозаписів, якщо мовлення чітке та повільне [6 ІНО 1.1.5] • визначає теми у переглянутих відеозаписах, складає враження про їх основний зміст [6 ІНО 1.1.5-1]
ТЕХНОЛОГІЧНА ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ	
Турбота про власний побут, задоволення власних потреб і потреб інших осіб	
Сприймає текст [МОВ 2.1]	Відповідно до мети застосовує основні види читання текстів (цілісних, перерваних, змішаних) (зокрема художніх текстів, медіатекстів) [6 МОВ 2.1.1] Робить висновки на основі аналізу тексту (зокрема художнього тексту, медіатексту) [6 МОВ 2.2.7]
Оцінює текст [МОВ 2.4]	Пояснює значення здобутої з прочитаного тексту (зокрема художнього тексту, медіатексту) інформації в контексті власного досвіду для розв'язання визначених завдань [6 МОВ 2.4.1]
Висловлювання думок, почуттів і ставлень, письмова взаємодія з іншими особами, зокрема інтерпретація літературних творів українських і зарубіжних письменників; взаємодія з іншими особами у цифровому середовищі, дотримання норм літературної мови	

Створює письмові висловлення [МОВ 3.1]	Записує (від руки або з використанням спеціальних, зокрема цифрових, пристроїв) власні міркування або інформацію з різних джерел [6 МОВ 3.1.1] Добирає потрібні мовні засоби, дотримується основних мовних норм [6 МОВ 3.1.4]
Взаємодіє письмово в режимі реального часу (у цифровому середовищі) [МОВ 3.2]	Створює невеликі типові повідомлення/ медіатексти на захищених цифрових сервісах і в соціальних мережах щодо проблем, пов'язаних з особистим досвідом та освітньою діяльністю [6 МОВ 3.2.1]
МОВНО-ЛІТЕРАТУРНА ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ (ІНШОМОВНА ОСВІТА)	
Сприйняття усної інформації та письмових текстів іноземною мовою в умовах безпосереднього та опосередкованого міжкультурного спілкування	
Сприймає усну інформацію [ІНО 1.1]	Сприймає усну інформацію з відеозаписів, якщо мовлення чітке та повільне [6 ІНО 1.1.5] • визначає теми у переглянутих відеозаписах, складає враження про їх основний зміст [6 ІНО 1.1.5-1]
ТЕХНОЛОГІЧНА ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ	
Турбота про власний побут, задоволення власних потреб і потреб інших осіб	
Організовує власну діяльність у побуті [ТЕО 4.1]	Удосконалює власний чи спільний життєвий простір у різних сферах побутової діяльності [інтер'єр, одяг, харчування тощо] [6 ТЕО 4.1.2] • розрізняє корисні для здоров'я елементи життєвого простору, обґрунтовує раціональність їх використання [6 ТЕО 4.1.2-2] • облаштовує або вдосконалює власний життєвий простір з урахуванням власних потреб, потреб інших осіб [6 ТЕО 4.1.2-5]
ІНФОРМАТИЧНА ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ	
Створення інформаційних продуктів і програм для ефективного розв'язання задач/проблем, творчого самовираження (індивідуально і у співпраці) за допомогою цифрових пристроїв і без них	
Співпрацює в команді для створення інформаційного продукту [ІФО 2.5]	Складає план виконання своєї роботи із створення інформаційного продукту відповідно до ролі в групі [6 ІФО 2.5.1] • бере участь у спільному проекті (он-лайн та оф-лайн) із створення інформаційних продуктів для реалізації власних і суспільних інтересів [6 ІФО 2.5.1-1]

Усвідомлене використання інформаційних і комунікаційних технологій та цифрових пристроїв для доступу до інформації, спілкування та співпраці як творця та/або споживача

<p>Використовує комунікаційні технології та мережі для власного розвитку, спілкування і співпраці [ІФО 3.3]</p>	<p>Використовує онлайн-сервіси та онлайн-ресурси для індивідуальної або групової діяльності і комунікації [6 ІФО 3.3.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • використовує онлайн-ресурси для доступу до інформації, спілкування, навчання, задоволення власних інтересів чи участі в суспільній діяльності [6 ІФО 3.3.1-4] • наводить приклади онлайн-сервісів та їх можливостей [6 ІФО 3.3.1-2] • використовує онлайн-ресурси для доступу до інформації, спілкування, навчання, задоволення власних інтересів чи участі в суспільній діяльності [6 ІФО 3.3.1-4]
---	---

ГРОМАДЯНСЬКА ТА ІСТОРИЧНА ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ

Критичне мислення, робота з різними джерелами інформації та формулювання історично обґрунтованих питань

<p>Аналізує та синтезує історичну та суспільно важливу інформацію [ГІО 3.2]</p>	<p>Використовує історичну та суспільно важливу інформацію із запропонованих ресурсів [6 ГІО 3.2.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • формулює питання різного типу до тексту/ медіатексту, візуальних джерел [6 ГІО 3.2.1-4]
<p>Визначає достовірність історичної та суспільної інформації [ГІО 3.3]</p>	<p>Розрізняє факт і судження в запропонованому тексті/ медіатексті [6 ГІО 3.3.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> • формулює запитання щодо достовірності інформації з різних джерел [6 ГІО 3.3.1-1] • застосовує критерії визначення достовірності інформації (з допомогою вчителя) [6 ГІО 3.3.1-2] • розпізнає прояви маніпулювання інформацією на конкретних прикладах [6 ГІО 3.3.1-3]

§ 13. Розвиток підлітка



Мета

Пояснити учням важливість змін, що відбуваються у підлітковому віці. Дослідити розвиток людських потреб.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- *пояснюють*, чим розвиток людини відмінний від розвитку інших живих істот;
- *усвідомлюють*, що зміни — це нормальне явище, і кожна людина має власний біологічний «календар змін»;
- *демонструють* розуміння того, що потреби людини змінюються з віком.



Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери;
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проектор (бажано).



Що підготувати заздалегідь

- Перевірити матеріали до уроку.
- Роздрукувати *Додатки 1-3*.
- Нагадати учням принести фігурки з паперу.

ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН УРОКУ

АКТИВНОСТІ	Час
Стартові завдання	6 хв
Робота в групах	8 хв
Міні-лекція «Потреби»	8 хв
Руханка	4 хв
Інтерактивна вправа	4 хв
Виготовлення стрічки часу	д/з
Практична робота «Профіль класу»	6 хв
Підсумкові завдання	5 хв
Усього тривалість	45 хв

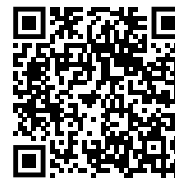
Стартові завдання

1. Зворотний зв'язок, знайомство. Привітайтеся, назвіть теми і завдання розділу «Психічне і духовне здоров'я» (с. 75 підручника).
2. Оголосіть тему уроку. Скажіть, що сьогодні ви будете вивчати розвиток підлітків.
3. Знайомство та актуалізація теми. Слово вчителя: «Як же дізнатися, що ви ростете і розвиваєтеся? Може, за один рік увесь ваш одяг став замалим для вас, чи бабуся, яка не бачила вас з минулого літа, зауважила, як ви виростили; чи, може, тепер ви знаєте або вмієте набагато більше, ніж раніше; а може, вже не боїтеся темряви чи не соромитеся купувати щось у магазині? Продовжте по черзі речення: «Я думаю, що расту (розвиваюся), тому що...»».
4. Продемонструйте учням малюнок з Додатку 1 (роздайте або виведіть його на дошку). Порівняйте стадії розвитку тварин і людини. Пригадайте, які тварини народжуються зовсім не схожими на своїх батьків (жаби, метелики). Обговоріть, які фізичні особливості людини на кожній стадії розвитку.

Робота в групах

1. Об'єднайте учнів у 2 групи. Групи працюють з підручником (с.77-78). Перша група готує повідомлення про фізичний розвиток підлітка, друга — про психологічний. Організуйте виступи представників груп.
2. Запропонуйте учням визначити свій зріст і масу тіла: перейти за QR-кодом у підручнику (с. 77) (або роздрукуйте

їм Додаток 2) і визначити індекс маси тіла.



<https://tinyurl.com/3d797p74>

Підсумуйте: «Усі фізичні та психологічні зміни, що відбуваються з кожним підлітком, — цілком нормальні. Не хвилюйтеся, якщо ваші показники дещо відрізняються. Адже кожен має власний біологічний календар розвитку. Його запрограмовано генетично, і цим календарем ви більше схожі на своїх батьків, ніж на однокласників чи інших однолітків».

Міні-лекція «Потреби»

1. Розкажіть про базові людські потреби та їх розвиток (підручник, с. 79).
2. Запропонуйте учням за допомогою бланка, який розміщений за QR-кодом у підручнику (с. 79) (або роздайте Додаток 3), записати те, що вони люблять їсти, який одяг носити, як їм до вподоби відпочивати, з ким дружити і кому довіряти. Попросіть проаналізувати, які потреби вони задовольняють у такий спосіб.



<https://tinyurl.com/mu8azp8z>

1. Запитання для обговорення:

- Які потреби посідають найвище місце у піраміді потреб А. Маслоу? (*самореалізації, творчості, пізнанні*)
- Які потреби виникають у підлітковому віці?
- Чому важливо дбати про власні потреби?

Руханка

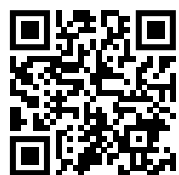
Запропонуйте учням повторювати рухи за героями на відео.



<https://tinyurl.com/yc7jcrx5>

Інтерактивна вправа

Запропонуйте учням виконати вправу на онлайн-платформі Liveworksheets.



<https://tinyurl.com/523r9c9x>

Виготовлення стрічки часу (це завдання можна виконати вдома)

Прочитайте інформацію (підручник, с. 80). Попросіть учнів створити стрічку часу про ключові події свого життя. Розпитати дорослих, коли вони почали ходити, говорити, яким було їх перше слово тощо. Пригадати моменти, коли змінювалися їх потреби.

Запитання для обговорення:

- Які потреби в інших членів вашої родини — батьків, брата, сестри?
- Які особливі потреби у людей похилого віку, наприклад ваших дідуся та бабусі? У чому ви можете їм допомогти?

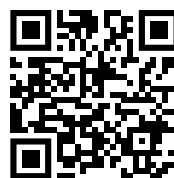
Практична робота «Профіль класу»

Оформіть профіль класу. Учні наклеюють на великому аркуші паперові фігурки, які вони підготували вдома (розміщуйте фігурки не за зростом). Яскраво оформіть плакат.

Примітка: під кожною фігуркою на профілі класу можна наклеїти стикери з очікуваннями учнів щодо вивчення нової теми, а в кінці вивчення теми проаналізувати їх.

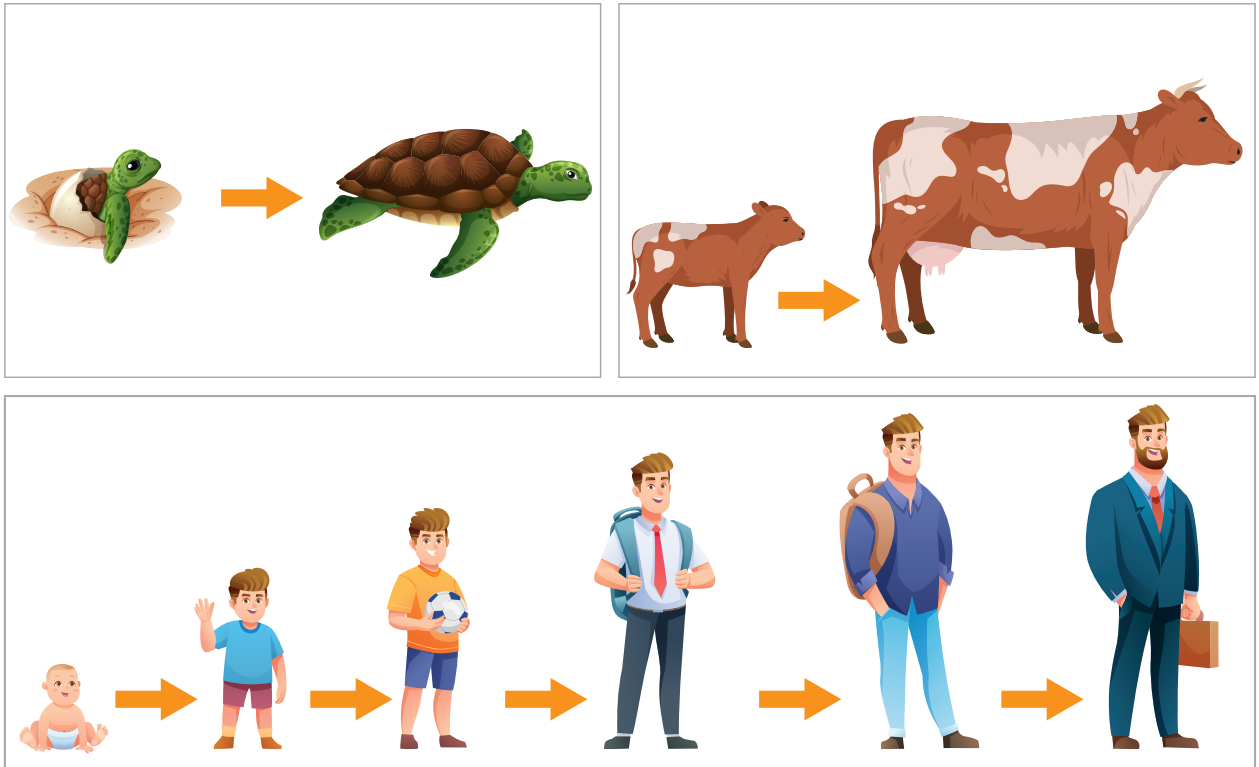
Підсумкові, домашні завдання

1. Домашнє завдання: виконати завдання до теми у зошиті.
2. За наявності часу запропонуйте учням виконати деякі завдання на онлайн-платформі Liveworksheet.



<https://tinyurl.com/3vurkbnj>

3. Попросіть учнів по черзі назвати моменти, коли змінювалися їхні потреби (наприклад, їх перестали цікавити ляльки, сподобалося читати книжки, захотілося мати друга).
4. Завершіть заняття оплесками.



Мал. Ріст і розвиток

- Виміряй свій зріст у сантиметрах і масу тіла у кілограмах та запиши їх.

Зріст _____

Вага _____

- Щоб дізнатися свій ІМТ, скористайся таблицею для своєї статі.
- Знайди у таблиці свій зріст (по вертикалі) і масу тіла (по горизонталі). На перетині рядка і стовпчика знайдеш свій ІМТ.
- Проаналізуй отриманий результат за допомогою порад на наступній сторінці.

Зріст (см)	Маса тіла (кг)									
	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65
125	13	16	19	22	26	29	32	35	38	42
130	12	15	18	21	24	27	30	33	36	38
135	11	14	16	19	22	25	27	30	33	36
140	10	13	15	18	20	23	26	28	31	33
145	10	12	14	17	19	21	24	26	29	31
150	9	11	13	16	18	20	22	24	27	29
155	8	10	12	15	17	19	21	23	25	27
160	8	10	12	14	16	18	20	21	23	25
165	7	9	11	13	15	17	18	20	22	24



Зріст (см)	Маса тіла (кг)									
	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65
125	13	16	19	22	26	29	32	35	38	42
130	12	15	18	21	24	27	30	33	36	38
135	11	14	16	19	22	25	27	30	33	36
140	10	13	15	18	20	23	26	28	31	33
145	10	12	14	17	19	21	24	26	29	31
150	9	11	13	16	18	20	22	24	27	29
155	8	10	12	15	17	19	21	23	25	27
160	8	10	12	14	16	18	20	21	23	25
165	7	9	11	13	15	17	18	20	22	24



Проаналізуйте результат

- Якщо відповідна клітинка блакитного кольору, маса тіла недостатня. Тобі треба краще харчуватися і більше бувати на свіжому повітрі.
- Якщо клітинка зеленого кольору — маса тіла в нормі.
- Якщо клітинка жовтого кольору — ти маєш кілька зайвих кілограмів. Треба більше рухатися і зменшити споживання жирних та солодких продуктів.
- Якщо клітинка червоного кольору — це свідчить про ожиріння, яке загрожує здоров'ю. Разом із дорослими зверніся до дієтолога, він визначить стан здоров'я і призначить лікування.

Мої улюблені страви: _____

Мій улюблений одяг: _____

Моє хобі: _____

Мій улюблений відпочинок: _____

Моя улюблена музика: _____

Мій улюблений фільм: _____

Моя улюблена книжка: _____

Мій улюблений шкільний предмет: _____

Мої друзі: _____

Дорослі, яким я довіряю: _____

§ 12. Самооцінка і здоров'я



Мета

Пояснити учням, як формується самооцінка, обговорити недоліки завищеної і заниженої та переваги здорової самооцінки, тренувати навички постановки і досягнення мети.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- розпізнають у запропонованих ситуаціях занижену, завищену і адекватну самооцінку;
- пояснюють, як самооцінка впливає на поведінку людини;
- демонструють вміння адекватно оцінювати себе, обирати важливу мету й розробляти план її досягнення.



Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери;
- Аркуші паперу, шпильки або скотч.
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проектор (бажано).



Що підготувати заздалегідь

- Перевірити матеріали до уроку.
- Роздрукувати *Додатки 1, 2*.

ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН УРОКУ

АКТИВНОСТІ	Час
Стартові завдання	6 хв
Бесіда «Самооцінка»	8 хв
Інформаційне повідомлення «Самооцінка і здоров'я»	4 хв
Робота в парах	7 хв
Руханка	4 хв
Проект самовдосконалення	11 хв
Підсумкові завдання	5 хв
Усього тривалість	45 хв

Стартові завдання

1. Зворотний зв'язок, знайомство. Привітайтеся, назвіть тему і завдання уроку. Скажіть, що сьогодні ви будете говорити про самооцінку і досягнення мети.
2. Запропонуйте учням пригадати, що вони знають про самооцінку.
3. *Слово вчителя:* «Пограйте в гру «Хто я?». Вона допоможе більше дізнатися одне про одного і побачити, як у дзеркалі, свої сильні та слабкі сторони. На аркушах паперу запишіть цифри від 1 до 5 і п'ять разів дайте відповідь на запитання «Хто я?». Візьміть до уваги риси характеру, свої інтереси, вміння. Наприклад:
 - Я веселий/весела.
 - Я люблю читати.
 - Я добре плаваю.
 - Я вмію куварити.
 - Я не дуже сильний/сильна у математиці.

Відтак пришпиліть аркуші собі на груди і починайте ходити і читати, що написали про себе інші учні. Скажіть їм декілька теплих слів».

Бесіда «Самооцінка»

1. Прочитайте інформацію «З чого складається і як формується самооцінка» (с. 82 підручника).

Запитання для обговорення:

- Які є види самооцінки?
 - З чого формується самооцінка?
2. Прочитайте учням давньогрецьку легенду про Нарциса і обговоріть, про яку самооцінку йде мова.

У річкового бога Кефеса і німфи Лавріони був син, вродливий юнак на ім'я Нарцис. Він ніколи нікого не любив, відмовлявся

навіть від кохання прекрасних німф. Одного разу одна з них вигукнула: «Покохай і ти, але нехай твоє кохання не буде взаємним!» Невдовзі після цього одного спекотного дня Нарцис пішов на полювання. Відчувши спрагу, підійшов до струмка, щоб напиться. Побачивши у воді своє відображення, він тієї ж миті закохався в себе. Забувши про все, Нарцис сидів біля струмка й, не стуляючи очей, милувався собою. Він не спав, не пив, не їв, і сили полишили його. Нарцис помер. На тому місці, де він сидів, виросла запашна квітка з білими пелюстками. Цю квітку називають нарцисом.

Підсумуйте: «Любов до себе — це чудово, але тільки поки вона не переросла у самозакоханість».

Робота в парах

1. Об'єднайте учнів у пари. Запропонуйте їм обговорити, як вони для себе розуміють занижену, адекватну і завищену самооцінку.
2. Роздайте парам ситуації (*Додаток 1*) і попросіть розіграти сценки, які демонструватимуть ту чи іншу самооцінку. Запропонуйте трьом бажаним парам продемонструвати ситуації.

Підсумуйте: «Занижена чи завищена самооцінка негативно впливають на поведінку людини. Адекватна самооцінка сприяє здоровій і безпечній поведінці».

Інформаційне повідомлення «Самооцінка і здоров'я»

Прочитайте інформацію у підручнику (с.83). Обговоріть, як адекватна самооцінка впливає на здоров'я і добробут людини. Запропонуйте учням назвати переваги здорової (адекватної

самооцінки).

Підсумуйте: «Адекватна самооцінка сприяє здоровому розвитку і розбудові».

Руханка

Запропонуйте учням відпочити і потанцювати, повторюючи рухи на відео.



<https://tinyurl.com/ytfbba52>

Проект самовдосконалення

1. *Слово вчителя:* «Оскільки самооцінка залежить від успіхів і невдач у важливих для нас ситуаціях, ми можемо підвищити її, оволодівши навичками досягнення мети». Запропонуйте учням прочитати інформацію у підручнику (с. 84) і виконати вправу на розпізнавання короткострокових і довгострокових цілей, яка розміщений за QR-кодом у підручнику (с. 84).



<https://tinyurl.com/yc6mxhkt>

2. Прочитайте інформацію на с. 85 підручника. Перейдіть за QR-кодом роздрукуйте бланки або роздрукуйте *Додаток 2*. Дайте учням інструкції і попросіть розпочати виконувати проект самовдосконалення.



<https://tinyurl.com/5bcn3hyd>

Підсумкові, домашні завдання

1. Домашнє завдання: виконати завдання до теми в зошиті.
2. За наявності часу запропонуйте учням виконати деякі завдання на онлайн-платформі Liveworksheet.



<https://tinyurl.com/2p8re6c4>

3. Запропонуйте учням пограти у гру «Ти — молодець» (мал. 47, с. 83 підручника). Станьте в коло. Кожен по черзі говорить про те, що він навчився робити, або про свій успіх, наприклад: «Я нещодавно навчилася їздити на велосипеді». А всі хором: «Ти — молодець!» і піднімають угору великий палець.

Матвій дуже добре грає на скрипці. Вчитель музики вимогливий до нього, але хвалить за гарні результати і хоче відправити його для участі у конкурсі талантів. Але Матвій не вірить, що він справді вміє добре грати і думає, що вчителю просто більше нікого відправити на конкурс.

Відповідь: _____

Алла гарно одягається і вважає себе «законодавицею моди» у школі. Подруги завжди хвалять її за вдало підібраний образ. Алла вважає нормальним зневажливо ставитись до тих, хто на її думку, вдягнений не модно. Інколи навіть може сказати щось образливе.

Відповідь: _____

Микола і Аліна вирішили назбирати грошей, які підуть на благодійність. Вони вирішили організувати ярмарок, де продаватимуть саморобки, смаколики та інші речі. Минулого року вони організовували осінній ярмарок у школі, тому впевнені, що і цього разу у них все вийде.

Відповідь: _____

1. Запишіть те, що вам подобається в собі, і те, що не подобається. Оберіть те, що хочете у собі змінити повністю або частково.

Мої переваги	Мої недоліки	
Що я хотів би/хотіла б змінити у собі	Повністю	Частково
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

2. Оберіть одне з того, що ви хотіли б змінити у собі. Поставте це собі за мету і напишіть план етапів її досягнення.

Моя мета:

Дата	Етап	Результат
<input type="text"/>	<input type="text"/>	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	
<input type="text"/>	<input type="text"/>	

§ 15. Прийняття рішень



Мета

Визначити відмінність простих, щоденних та складних рішень. Навчити дітей приймати зважені рішення за допомогою «правила світлофора».



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- *пояснюють*, чому треба вчитися приймати рішення;
- *розрізняють* прості, щоденні та складні рішення;
- *називають* чинники, що впливають на прийняття рішень;
- *демонструють* вміння використовувати алгоритм прийняття рішень за «правилом світлофора».



Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери;
- Кольорові кружечки (червоний, жовтий, зелений);
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проектор (бажано).



Що підготувати заздалегідь

- Перевірити матеріали до уроку.
- Вирізати кружечки для об'єднання у групи.
- Роздрукувати *Додатки 2, 3 (Додаток 1 за необхідності)*.

ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН УРОКУ

ТРЕНІНГОВІ АКТИВНОСТІ	Час
Стартові завдання	6 хв
Інтерактивна вправа	3 хв
Бесіда і читання легенди	4 хв
Робота в групах «Правило світлофора»	10 хв
Практична робота	10 хв
Робота у парах (<i>за наявності часу</i>)	
Робота у групах «Прийняття рішень»	7 хв
Підсумкові завдання	5 хв
Усього тривалість	45 хв

Стартові завдання

1. Зворотний зв'язок, знайомство. Привітайтеся, назвіть тему і завдання уроку. Скажіть, що сьогодні вони будуть вчитися приймати рішення.
2. Знайомство і мозковий штурм. Попросіть учнів по черзі назвати рішення, яке їм доводилося приймати. у їх віці (якщо важко назвати власне рішення – учні називають рішення, яке доводиться приймати їхнім одноліткам). Вчитель записує названі рішення на дошці.
3. Прочитайте інформацію про рішення у підручнику (с. 87). Розгляньте мал. 49 і наведіть приклади простих, щоденних, складних рішень.
4. Проаналізуйте, які із записаних на дошці рішень є простими, щоденними, складними.

Інтерактивна вправа

Попросіть учнів перейти за QR-кодом на с. 87 підручника і виконати вправу на розпізнавання простих, щоденних, складних рішень.



<https://tinyurl.com/mr2r74pz>

Бесіда і читання легенди

1. Прочитайте інформацію про прийняття рішень (підручник, с. 88). Розгляньте малюнки і обговоріть, який вибір краще зробити.

2. Прочитайте легенду за QR-кодом або у *Додатку 1* і наведіть приклади рішень, які можуть вплинути на здоров'я і долю людей (сісти за кермо у нетверезому стані, обрати професію до душі...).

Підсумуйте: «Деякі рішення мають значний вплив на здоров'я і навіть на майбутнє людини. Тому потрібно приймати такі рішення виважено і з розумом».

Робота в групах «Правило світлофора»

1. Прочитайте інформацію і розгляньте «правило світлофора» (підручник, с. 89).
2. Об'єднайте учнів у 3 групи за допомогою кольорових кружечків (червоний, жовтий, зелений). Учні мають опрацювати матеріал підручника (с. 89-91):
 - група «червоні» – зупинись;
 - група «жовті» – подумай;
 - група «зелені» – вибери.Організуйте демонстрацію групових робіт.
3. *(За наявності часу)* Кожен учень готує собі пам'ятку про правила прийняття рішень.

Практична робота

Запропонуйте учням виконати завдання на с. 90 підручника, щоб закріпити отримані знання. Для цього виконати такі завдання:

1. об'єднайтесь в пари. Наведіть приклади ситуацій, коли людина вчинила необдуманно. Які це мало наслідки?

2. Перейдіть за QR-кодом на с. 90 підручника і пригадайте методи, які допомагають заспокоїтись та вгамувати сильні емоції. По черзі назвіть свій улюблений спосіб. (можна поділитися улюбленим способом заспокоєння у парах)



<https://tinyurl.com/2jsxmvas>

3. Слово вчителя: Для прийняття певного рішення (наприклад, записатися у танцювальний колектив чи театральну студію) складіть перелік усіх за і проти. Для цього:

- Розпитайте тих, хто на цьому знається.
- Порадьтеся з дорослими, яким довіряєте».

4. Запропонуйте учням обрати питання для вирішення (наприклад, записатися у танцювальний колектив чи театральну студію тощо), перейти за QR-кодом внизу сторінки 90 підручника і роздрукувати бланк. Записати варіанти своїх рішень і аргументи за і проти кожного з них.



<https://tinyurl.com/mtvsu8j8>

5. Порівняти результати, обрати найкращий варіант.

Підсумуйте: «Для прийняття важливого

рішення потрібно спокійно обдумати можливі наслідки цього рішення і обрати найкращий варіант».

Обговорення ситуацій (за наявності часу)

1. Запропонуйте учням прочитати ситуації, обговорити їх і подумати, як краще вчинити.

- У Софіїної мами незабаром день народження. Дівчинка вже назбирала гроші на подарунок. Удома знають, що мама мріє про тостер, але Софії здається, що краще купити фен. Адже тоді вона також зможе ним користуватися.
- На новий рік сім'я Андрія збирається купити бабусі телевізор. Батьки Андрія знають, що бабуся мріє про нього, але Андрій пропонує купити планшет. Адже тоді він зможе грати на ньому, коли ходитиме до бабусі.

2. Обговоріть, чим керувались діти, обираючи подарунки рідним. Що допомогло їм обрати найкращий варіант.

Робота у групах «Прийняття рішень»

Об'єднайте учнів у дві групи. Роздайте їм світлофори (Додаток 2) і розподіліть ситуації (с. 91 підручника) для груп. Запропонуйте групам потренуватися обирати зважені рішення, користуючись правилом світлофора. Групи мають написати на кожному кружечку кроки, які вони зробили для прийняття рішення і розіграти можливі варіанти розвитку подій. Обговоріть можливі наслідки таких рішень.

Підсумкові, домашні завдання

1. Домашнє завдання: виконати завдання до теми в зошиті..
2. За наявності часу запропонуйте учням виконати деякі завдання на онлайн-платформі Liveworksheet.



<https://tinyurl.com/pwf9zdwe>

3. Запропонуйте учням виконати вправу «Три – Два – Один». Роздайте їм *Додаток 3* і запропонуйте заповнити таблицю. В першому рядочку написати три факти, які були новими, цікавими, несподіваними на уроці. В другому – два факти, які здалися нецікавими, некорисними, або вже були відомі. В третьому – один факт, який хотілось би вивчити детальніше, поглибити знання. За наявністю часу запропонуйте учням поділитися своїми результатами.

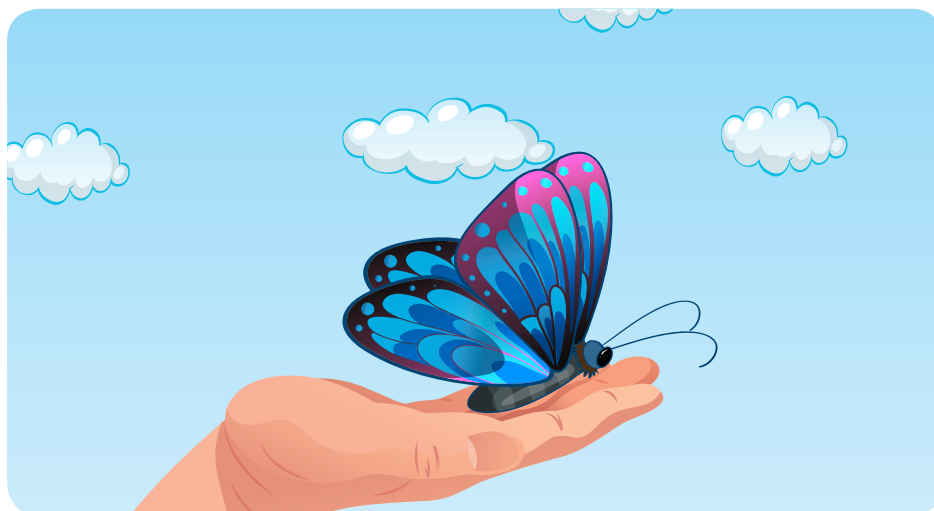
ЛЕГЕНДА ПРО ПИХАТОГО МАНДАРИНА

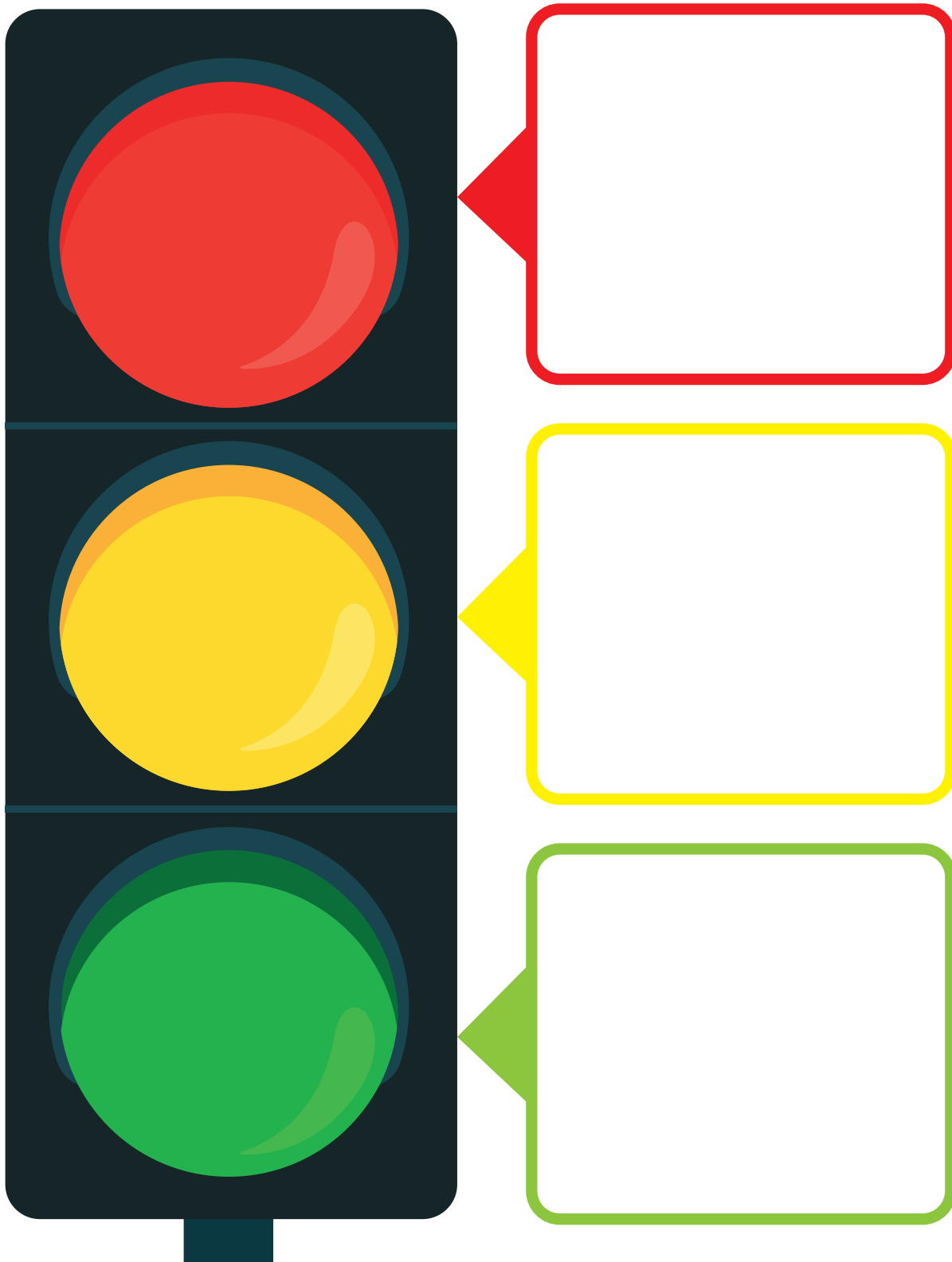
Колись давно в Китаї жив розумний, але пихатий мандарин (знатний вельможа). Цілий день він тільки те й робив, що приміряв розкішне вбрання та вихвалявся перед підданими своїм розумом. Так минали дні, роки... Аж ось країну облетіла звістка, що десь неподалік оселився чернець, розумніший за самого мандарина.

Почувши про це, мандарин розлютився. Вирішив він боронити славу наймудрішого нечесним способом: «Візьму я в руки метелика, сховаю його за спиною і запитаю, що у мене в руках — живе чи мертве? Якщо чернець скаже, що живе, я роздушу метелика, а якщо мертве — я випущу його».

Настав день поєдинку. Чимало людей зібралося, щоб побачити змагання найрозумніших у світі чоловіків.

Мандарин сидів на високому троні, тримав за спиною метелика і з нетерпінням чекав на прихід ченця. Відчинилися двері, і до зали увійшов невисокий худорлявий чоловік. Він підійшов до мандарина, привітався і сказав, що готовий відповісти на будь-яке запитання. Мандарин мовив: «Скажи-но мені, що я тримаю в руках — живе чи мертве?» Мудрець усміхнувся і відповів: «Усе в твоїх руках!» Збентежений мандарин випустив метелика з рук, і той полетів, радісно тріпочучи крильцями.





Три факти, які були новими, цікавими, несподіваними
1.
2.
3.
Два факти, які здалися нецікавими, некорисними
1.
2.
Один факт, який хотілось би вивчити детальніше, поглибити знання
1.

Три факти, які були новими, цікавими, несподіваними
1.
2.
3.
Два факти, які здалися нецікавими, некорисними
1.
2.
Один факт, який хотілось би вивчити детальніше, поглибити знання
1.

§ 14. Протидія соціальному тиску



Мета

Навчити підлітків протидіяти негативному впливу з боку однолітків. Створити соціальну рекламу.



Результати навчання

Наприкінці заняття учні:

- розрізняють позитивні і негативні соціальні впливи;
- розпізнають маніпуляції, факти, фейки і судження;
- описують відмінності між соціальною і комерційною рекламою.



Обладнання і матеріали

- Класна дошка і кольорова крейда або фліпчарт і фломастери;
- Аркуші паперу, ватмани або аркуші фліпчарту для роботи у парах і для соціального проекту.
- Комп'ютер, доступ до інтернету, мультимедійний проектор (бажано).



Що підготувати заздалегідь

- Принести необхідні матеріали для виготовлення плакатів і соціальної реклами.

ОРІЄНТОВНИЙ ПЛАН УРОКУ

АКТИВНОСТІ	Час (1 урок)	Час (2 уроки)
Стартові завдання	5 хв	7 хв
Робота з підручником «Що і хто впливає на прийняття рішень»	5 хв	8 хв
Самооцінка впливу однолітків на прийняття рішень	3 хв	5 хв
Вправа «Факт, фейк і судження»	5 хв	10 хв
Медіаграмотність (додаткова вправа)		12 хв
Руханка	4 хв	4 хв
Вправа «Реклама»	5 хв	8 хв
Вправа «Як працює реклама»	5 хв	10 хв
Соціальна реклама	7 хв	15 хв
Підсумкові завдання	6 хв	10 хв
Усього тривалість	45 хв	90 хв

Стартові завдання

1. Зворотний зв'язок, знайомство. Привітайтеся і попросіть учнів пригадати, про що вони говорили на минулому уроці. Назвіть тему і завдання сьогоднішнього уроку. Скажіть, що сьогодні вони будуть вчитися протидіяти соціальному тиску, визначать відмінності між соціальною і комерційною рекламою.
2. Знайомство і мозковий штурм.
 - Прочитайте про джерела інформації (с. 93 підручника).
 - Проведіть мозковий штурм. Напишіть на дошці джерела інформації, зображені на схемі (мал. 53, с. 93 підручника). Учні доповнюють їх іншими джерелами інформації.
 - Попросіть учнів навести приклади, коли інформація з цих джерел вплинула на них позитивно і негативно.
 - Запропонуйте проаналізувати, які з цих джерел найбільше заслуговують на довіру? Чому?
 - Попросіть учнів по черзі сказати, які рекламні джерела мають найбільший вплив на них? Чому?

Робота з підручником «Що і хто впливає на прийняття рішень»

Слово вчителя: «На наші рішення і поведінку суттєво впливають люди, яким ми довіряємо. У вашому віці це насамперед батьки і вчителі. Але у всьому, що стосується техніки, музики, моди і розваг, ви більше покладаєтесь на думку друзів».

1. Запитайте учнів, які рішення діти найчастіше приймають під впливом

дорослих (у якій школі навчатися, де провести канікули...). Які рішення діти приймають під впливом однолітків (у який гурток записатися, куди піти погуляти, в яку гру пограти, яку музику слухати, який смартфон обрати, пробувати сигарети (пива) чи ні...).

2. Пригадайте, що таке маніпуляції. Скажіть, що маніпуляції — це способи впливу на людину для отримання вигоди. Вони можуть відбуватися свідомо або несвідомо. Обговоріть, чи зустрічались учні з маніпуляціями.
3. Роздайте учням бланк (Додаток 1 або за посилання). Учні мають написати у стовпчик по 3 рішення, які вони приймають: вдома, у школі, з друзями. Попросіть зазначити, що найбільше впливає на кожне з цих рішень: думка дорослих, учителів, друзів, ЗМІ.



<https://tinyurl.com/2xu7h8up>

Підсумуйте: «На прийняття рішень впливає багато чинників: оточення, думка друзів, ЗМІ. Хтось піддається цьому впливу, а хтось навпаки — завжди наполягає на своєму».

Самооцінка впливу однолітків на прийняття рішень

Проведіть в класі умовну лінію. З одного кінця стануть ті, хто у всьому підтримує компанію, а з іншого — ті, хто завжди наполягає на своєму. Решта учнів займають місця ближче до того чи того

краю. Хто бажає, пояснює свій вибір.
Підсумуйте: «Кожен може піддаватися впливу компанії. Хтось більше покладається на свою думку і приймає рішення самостійно, а хтось більше піддається впливові друзів і компанії».

Вправа «Факт, фейк і судження»

Слово вчителя: «Одним із важливих джерел інформації в сучасному світі є інтернет. Але водночас — це найбільш сприятливе місце для поширення фейків. Фейк (у перекладі з англійської «Fake» — підробка) — це навмисне подання неправдивої інформації як достовірної.

Джерелами надійної інформації є сайти державних та освітніх установ. Їх можна розпізнати за елементами електронної адреси.

.gov — сайти державних установ,

.edu — освітні заклади, університети.

Корисно навчитися розрізняти факти і судження. Факти — це завжди правдиві твердження. А судження людей можуть бути істинними (правдивими) або хибними (помилковими)».

Попросіть учнів перейти за QR-кодом і виконати вправу на розпізнавання фактів, суджень і фейків.



<https://tinyurl.com/jtv29drk>

Підсумуйте: «Потрібно вміти відрізнити неправдиву інформацію від істини».

Медіаграмотність (додаткова вправа)

Запропонуйте учням подивитися підбірку відеороликів і звернути увагу на лайфхаки, які допоможуть відрізнити правду від неправдивої інформації (цю вправу можна дати додому).



<https://tinyurl.com/kch9vmst>

(матеріали взято за посиланням <https://tinyurl.com/4txxu76c>, авторка Марія Марковська)

Руханка

Запропонуйте учням порухатись, повторюючи рухи.



<https://tinyurl.com/mw58xvkj>

Вправа «Реклама»

1. Запропонуйте учням прочитати інформацію про те, чи завжди варто довіряти рекламі на с. 94 підручника.
2. Розгляньте мал. 54 і обговоріть, що з цього є рекламою, а що — інформацією, якій можна довіряти.
3. Попросіть учнів пригадати і по черзі розказати про один випадок, коли на їхнє рішення вплинула реклама.

Вправа «Як працює реклама»

Слово вчителя: «Рекламу називають рушійною силою торгівлі. Її мета — забезпечення виробникові прибутку. Інакше навіщо було б витрачатися на неї? Щодня ми бачимо і чуємо величезну кількість реклами: телевізійні ролики, рекламні щити на вулицях, інтернет-розсилка, написи на стінах, наклейки на автомобілях, упаковках».

1. Прочитайте інформацію про те, як працює реклама (с. 95 підручника).
2. Розгляньте мал. 55 і обговоріть, що використовують рекламодавці, щоб продати товари підліткам.
3. Оцініть ступінь впливу реклами на рішення. Для цього проведіть у класі умовну лінію. З одного кінця стануть ті, хто майже всі свої рішення ухвалює під впливом реклами, а з другого — ті, хто на неї взагалі не зважає. Решта займає місця ближче до того чи того краю. Запропонуйте бажаним пояснити свій вибір і порівняти, що більше впливає на їх прийняття рішень — думка однолітків чи реклама.

Соціальна реклама

1. Прочитайте інформацію і розгляньте соціальну рекламу (с. 96 підручника).
2. Обговоріть, яка мета цієї реклами. Що ви можете зробити для української армії?
3. Попросіть учнів виконати інтерактивну вправу.



<https://tinyurl.com/4euucefn>

4. Знайдіть на вулиці (або в інтернеті) соціальну рекламу і обговоріть, яка ціль такої реклами.
5. Наведіть приклади слоганів соціальної й комерційної реклами.
6. Створіть соціальну рекламу у формі плаката чи листівки Презентуйте свої роботи.

Підсумкові, домашні завдання

1. Домашнє завдання: виконати завдання до теми в зошиті..
2. За наявності часу запропонуйте учням виконати деякі завдання на онлайн-платформі Liveworksheet.



<https://tinyurl.com/46f9he5y>

3. Завершальна вправа «Мікрофон». Запропонуйте учням по черзі закінчити речення «Сьогодні, працюючи на уроці, я зрозумів/зрозуміла...».