**Орієнтовне календарно-тематичне планування**

**з «Основ здоров’я» для 8 класу**

**35 год, 4 год – резервні**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № з/п | Дата проведення | Примітка | Зміст навчального матеріалу | Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності |
|  |  | **Розділ І. Здоров’я людини** |
| 1 |  |  | **На порозі дорослого життя**Фізіологічна, психологічна та соціальна зрілість. | ***Знаннєвий компонент****Учні:**називають***:** - складові та ознаки фізіологічної, психологічної та соціальної зрілості; - ознаки надзвичайних ситуацій; - види і рівні надзвичайних ситуацій; - права і обов’язки людини при надзвичайних ситуаціях та в період ліквідації їх наслідків;*наводять приклади***:** - соціальних ролей, які люди виконують упродовж життя; - надзвичайних ситуацій природного, техногенного і соціального походження;*розпізнають***:** - ознаки надзвичайних ситуацій;- ступені термічних опіків;- ситуації, в яких треба надати першу допомогу;*пояснюють:*- роль життєвих навичок для адаптації людей у сучасному світі***Діяльнісний компонент****Учні:**уміють:*- оцінювати рівень ризику у надзвичайних ситуаціях;- виконувати найпростіші рятувальні роботи; - користуватися засобами індивідуального захисту і рятувальним спорядженням;- визначати стан потерпілого; - виконувати алгоритм рятування людей на пожежі та алгоритм надання першої допомоги потерпілому;*дотримуються правил***:** - евакуації із небезпечної зони;- особистої безпеки під час надання першої допомоги***Ціннісний компонент****Учні:**демонструють:*- особисту відповідальність за своє життя і здоров’я; - взаємодопомогу, готовність грамотно діяти у надзвичайних ситуаціях |
| 2 |  |  | Соціальні ролі і життєві навички в сучасному світі. |
| 3 |  |  | **Надзвичайні ситуації**Класифікація надзвичайних ситуацій. Основні принципи порятунку і захисту людей у надзвичайних ситуаціях*Практична робота № 1*«Опрацювання алгоритму дій при отриманні повідомлень засобів масової інформації про надзвичайні ситуації»  |
| 4 |  |  | Основні положення законодавства України щодо порятунку і захисту людей у надзвичайних ситуаціях |
| 5 |  |  | Визначення стану потерпілого. Перша допомога при надзвичайних ситуаціях.*Практична робота № 2*«Відпрацювання навичок надання першої допомоги потерпілому» |
| 6 |  |  | Алгоритм рятування людей під час пожежі*Практична робота № 3*«Відпрацювання навичок рятування людей на пожежі» ***Тематичне оцінювання по розділу І «Здоров’я людини».*** |
|  |  | Розділ ІІ. Фізична складова здоров’я (5 год) |
| 7 |  |  | **Оздоровчі системи**Поняття про оздоровчі системи та їх складові. | ***Знаннєвий компонент****Учні:**називають:* - основні складові оздоровчих систем; - причини харчових отруєнь;*наводять приклади***:** - традиційних і сучасних оздоровчих систем; - страв своєї національної кухні; - отруйних рослин і грибів своєї місцевості;*розпізнають:*- міфи і факти про дієти;- симптоми харчового отруєння***Діяльнісний компонент****Учні:**пояснюють***:**  - як формуються харчові звички; - принципи харчування для здоров’я; - небезпеку незбалансованого харчування; - необхідність консультування щодо вживання харчових добавок;*уміють* надавати першу допомогу при харчових отруєннях і кишкових інфекціях;*дотримуються правил***:** **-** харчування для здоров’я;- обробки і зберігання харчових продуктів.***Ціннісний компонент****Учні:**називають:* - види спорту, які розвивають фізичні якості людини; - наслідки незбалансованого харчування. |
| 8 |  |  | **Безпека харчування**Вибір харчових продуктів. |
| 9 |  |  | Традиційні і сучасні системи харчування.  |
| 10 |  |  | Профілактика захворювань незбалансованого харчування. Харчові добавки. Симптоми харчового отруєння. |
| 11 |  |  | Отруйні рослини і гриби. Профілактика харчових отруєнь. Перша допомога при харчових отруєннях та кишкових інфекціях.*Практична робота № 4*«Відпрацювання навичок першої допомоги при харчових отруєннях і кишкових інфекцій»***Тематичне оцінювання по розділу ІІ «Фізична складова здоров’я».*** |
|  |  | Розділ ІІІ. Психічна й духовна складові здоров’я (5 год) |
| 12 |  |  | **Становлення особистості**Біосоціальний характер особистості. Розвиток особистості. Формування самосвідомості у підлітковому віці | ***Знаннєвий компонент****Учні:**називають:* - стадії і завдання психосоціального розвитку особистості; - складові свого духовного розвитку; - структуру потреб людини; - ознаки зовнішньої та внутрішньої краси; - чинники, що сприяють і перешкоджають розвитку інтелекту;*наводять приклади***:** - фізіологічних, соціальних і духовних потреб; - можливих небезпечних наслідків пластичної хірургії, пірсингу і татуювання; - принципів ефективного запам’ятовування, концентрації уваги;***Діяльнісний компонент****Учні:**розпізнають* рекламні стратегії, пов’язані з індустрією моди;*уміють:*- користуватися прийомами ефективного читання і замам’ятовування;- складати карти пам’яті;*демонструють* налаштованість на успіх, наполегливість у досягненні мети.***Ціннісний компонент****Учні:**пояснюють:* - біосоціальний характер формування особистості; - значення духовних потреб; - необхідність планувати своє майбутнє |
| 13 |  |  | Складові духовного розвитку особистості. Формування системи цінностей.  |
| 14 |  |  | Моральний розвиток особистості. Піраміда потреб. Планування майбутнього*Практична робота № 5*«Відпрацювання алгоритму постановки й досягнення мети» |
| 15 |  |  | **Краса і здоров’я**Ідеали краси і здоров’я. Вплив модних тенденцій на здоров’я  |
| 16 |  |  | **Уміння вчитися**Складові уміння вчитися. Важливість налаштування на успіх. Бар’єри ефективного навчання*Практична робота № 6*«Моделювання прийомів ефективного запам’ятовування, концентрації уваги». |
| 17 |  |  | Розвиток логічного та образного мислення. Принципи зпам’ятовування. Розвиток пам’яті та уваги*Практична робота № 7*«Вправи на розвиток пам’яті та уваги»***Тематичне оцінювання по розділу ІІІ «Психічна і духовна складові здоров’я».*** |
|  |  | Розділ IV. Соціальна складова здоров’я (15 год) |
| 18 |  |  | Тема 1. **Соціальний добробут.**Соціальні аспекти статевого дозрівання.  | ***Знаннєвий компонент****Учні:**називають* шляхи інфікування ВІЛ та ІПСШ та методи захисту;*наводять приклади***:**  - висловлення почуттів дружби, приязні, кохання; - бактеріальних та вірусних ІПСШ***Діяльнісний компонент****Учні:**розпізнають*ситуації, що загрожують сексуальним насиллям;*пояснюють:*- вплив психоактивних речовин на розвиток репродуктивної системи підлітків; - причини утримання від ранніх статевих стосунків;*уміють*відмовлятися від небезпечних пропозицій; *дотримуються правил*рівноправного і не насильницького спілкування між статями***Ціннісний компонент****Учні:**пояснюють:*- фізіологічні та соціально-психологічні наслідки ранніх статевих стосунків та штучного переривання вагітності. |
| 19 |  |  | Особливості дії тютюнового диму, алкоголю і наркотиків на розвиток репродуктивної системи підлітків*Практична робота № 8*«Відпрацювання алгоритму відмови від небезпечних пропозицій в умовах тиску» |
| 20 |  |  | Спілкування хлопців і дівчат. Принципи рівноправного спілкування. Право на фізичну недоторканість і приватність. Неприпустимість небажаних дотиків, образливих натяків та сексуальних домагань. Психологічні і соціальні наслідки ранніх статевих стосунків, підліткової вагітності. *Практична робота № 9 «*Відпрацювання правил рівноправного та ненасильницького спілкування (створення пам’ятки). |
| 21 |  |  | Небезпека інфікування ВІЛ, інфекціями, що передаються статевим шляхом (ІПСШ). ВІЛ/СНІД: проблема людини і проблема людства. Формула індивідуального захисту. Тестування на ВІЛ-інфекцію, гепатити В і С. |
| 22 |  |  | Кримінальна відповідальність за злочини сексуального характеру. Алгоритм поведінки жертви сексуального насильства. | ***Знаннєвий компонент****Учні:**називають:* - основні групи факторів ризику, що викликають дорожню аварійність; - заходи безпеки для мотоциклістів і пасажирів мотоцикла; - функції правоохоронних органів України щодо збереження життя і здоров’я громадян; - права, обов’язки і відповідальність за правопорушення для різних вікових груп;*наводять приклади***:** - зниження дії чинників ризику дорожньої аварійності; - чинників техногенного впливу на довкілля; - способів очищення і доочищення питної води; - небезпечних ситуацій, пов’язаних із торгівлею людьми, залученням до деструктивних соціальних угруповань, виявами тероризму***Діяльнісний компонент****Учні:**розпізнають:*- пріоритети проїзду перехресть, вузьких і складних ділянок дороги учасниками дорожнього руху; - безпечні джерела питної води; - дії, вчинені у межах допустимої самооборони та з перевищенням цих меж;*пояснюють***:**  - модель безпечного дорожнього середовища («трикутник безпеки»); - вплив чинників екологічної, соціальної інформаційної небезпеки на здоров’я; - правила поведінки у разі загрози пограбування, захоплення в заручники;*уміють:*- приймати відповідальні рішення і відмовлятися від небезпечних пропозицій пов’язаних з використанням мотоцикла; - використовувати найпростіші прийоми самозахисту; правильно поводитись при затриманні правоохоронними органами; - критично аналізувати повідомлення засобів масової інформації;*дотримуються:***-** правил дорожньої безпеки; - правил безпеки при користуванні комп’ютером, Інтернетом***Ціннісний компонент****Учні:**розпізнають:*- дії, вчинені у межах допустимої самооборони та з перевищенням цих меж;*пояснюють***:**  - вплив чинників екологічної, соціальної інформаційної небезпеки на здоров’я |
| 23 |  |  | *Тема 2.* ***Безпека в побуті й навколишньому середовищі*****Безпека на дорозі**Організація дорожнього руху. Модель безпечного дорожнього середовища («трикутник небезпеки»).  |
| 24 |  |  | Правила дорожнього руху. Регулювання дорожнього руху. Регулювання дорожнього руху. Пріоритети в дорожньому русі. *Практична робота № 10*«Визначення пріоритетів у дорожньому русі» |
| 25 |  |  | Мотоцикл і безпека. Правила для мотоциклістів та пасажирів мотоцикла. *Практична робота № 11* «Відпрацювання навичок відмови від небезпечних пропозицій, пов’язаних з транспортними засобами». |
| 26 |  |  | Небезпека керування транспортним засобом у нетверезому стані. |  |
| 27 |  |  | **Екологічна безпека**Забруднення навколишнього середовища і здоров’я. Питна вода і здоров’я. Небезпека купання у забруднених водоймах |
| 28 |  |  | Атмосферні забруднення та їх вплив на здоров’я. Вплив транспорту на навколишнє середовище та здоров’я. Вплив забруднення ґрунтів на здоров’я  |
| 29 |  |  | **Соціальна безпека**Правова відповідальність і закони України. Права, обов’язки і правова відповідальність неповнолітніх |
| 30 |  |  | Види правопорушень. Поведінка підлітків у разі затримання міліцією. |
| 31 |  |  | Захист від кримінальних небезпек. Самооборона та її межі. |
| 32 |  |  | Протидія торгівлі людьми. Дитяча безпритульність і бездоглядність |
| 33 |  |  | Небезпека залучення до деструктивних соціальних угруповань. Загроза тероризму*Практична робота № 12*«Відпрацювання уміння уникати нападу, пограбування, залучення до деструктивних соціальних угрупувань» |
| 34 |  |  | **Інформаційна небезпека**Вплив засобів масової інформації на здоров’я і поведінку людей. |  |
| 35 |  |  | Комп’ютерна безпека. Безпека у мережі Інтернет. Он-лайн безпека для попередження сексуального насильства та зловживань.***Тематичне оцінювання по розділу IV «Соціальна складова здоров’я»*** ***Заліковий урок за ІІ семестр*** |