

Міністерство освіти і науки України

Модельна навчальна програма
«Інтегрований курс соціальної та здоров'язбережувальної освітньої
галузі. 10–11 класи. Основний рівень»
для закладів загальної середньої освіти

(авт. Тагліна О. В., Копка І. О., Радванська Є. С., Хомич Т. А.)

«Рекомендовано Міністерством освіти і науки України»
(наказ Міністерства освіти і науки України від 21.05.2026 № 819)

Вступна частина

Модельна навчальна програма навчального предмета / інтегрованого курсу «Інтегрований курс соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі. 10–11 класи. Основний рівень» для закладів загальної середньої освіти (далі — Програма) розроблена з урахуванням основних положень:

- наказу Міністерства освіти і науки України від 10 жовтня 2024 року № 1451 «Про затвердження Концептуальних засад реформування профільної середньої освіти (академічні ліцеї)»;
- постанови Кабінету Міністрів України від 25 липня 2024 року № 851 «Про затвердження Державного стандарту профільної середньої освіти» (далі — Державний стандарт);
- наказу Міністерства освіти і науки України від 20 серпня 2025 року № 1163 «Про затвердження концептуальних засад освітніх галузей на 2025–2030 роки».

Програма відповідає вимогам до модельних навчальних програм, визначеним у Типовій освітній програмі для 10–12 класів закладів загальної середньої освіти, що забезпечують здобуття профільної середньої освіти за академічним спрямуванням (затвердженій наказом Міністерства освіти і науки України від 26 травня 2025 року № 765), та враховує особливості відповідного профілю навчання.

Актуальність курсу

Сучасний етап розвитку суспільства характеризується динамічними соціальними, економічними та технологічними змінами, що впливають на умови життя людини, її професійне самовизначення, систему цінностей та моделі поведінки. У цих умовах зростає значення формування в учнів та учениць здатності відповідально ставитися до власного здоров'я, безпеки, добробуту та життєвих рішень.

Особливої актуальності набуває підготовка молоді до самостійного життя в умовах складного інформаційного середовища, поширення цифрових технологій, зростання соціальних, економічних і безпекових ризиків. Перед сучасними здобувачами / здобувачками освіти старшої школи дедалі частіше постає питання вибору та особистої відповідальності в ухваленні рішень, що стосуються способу життя, фінансової поведінки, професійного вибору, соціальної взаємодії та особистої безпеки. У цьому контексті пріоритетом освіти є розвиток життєвих компетентностей майбутніх випускників / випускниць, які

забезпечать їхню здатність до самостійного, зваженого та безпечного ухвалення рішень у дорослому житті.

Інтегрований курс соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі для 10–11 класів спрямований на розвиток у здобувачів / здобувачок освіти цілісного уявлення про взаємозв'язок здоров'я, безпеки, добробуту та особистісного розвитку. Програма курсу орієнтована на формування усвідомленого ставлення до власного фізичного, психічного та соціального здоров'я, розвиток навичок безпечної поведінки, відповідального ставлення до фінансових ресурсів і планування життєвої траєкторії.

Програма реалізує всі обов'язкові результати навчання основного рівня в соціальній і здоров'язбережувальній освітній галузі, визначені в Державному стандарті (додаток 16).

Зміст курсу побудований відповідно до логіки поступового переходу від усвідомлення особистих ресурсів і потреб до формування життєвих стратегій та відповідальної соціальної поведінки. У межах курсу розглядаються питання культури здорового способу життя, ментального здоров'я, безпеки в соціальному та цифровому середовищі, фінансової поведінки, економічної самостійності, відповідального споживання, а також планування особистого розвитку.

Особливу увагу приділено формуванню здатності аналізувати інформацію, оцінювати ризики, ухвалювати обґрунтовані рішення, планувати власну діяльність і відповідально взаємодіяти з іншими. Важливим компонентом курсу є розвиток медіаграмотності, фінансової грамотності, емоційної компетентності, уміння діяти в умовах невизначеності та змін.

Реалізація програми передбачає використання активних методів навчання: аналізу життєвих ситуацій, дискусій, проектної діяльності, дослідницьких завдань, моделювання соціальних практик. Це сприяє розвитку комунікативних умінь, критичного та креативного мислення, здатності до співпраці та ухваленню відповідальних рішень.

Курс є логічним продовженням змісту соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі базової школи та спрямований на поглиблення знань і формування практичних умінь здобувачів / здобувачок освіти профільної школи в чотирьох взаємопов'язаних змістових напрямках: здоров'я людини і якість життя, безпека особистості та суспільства, добробут і економічна самореалізація, особистісний розвиток і життєва стратегія.

Таким чином, інтегрований курс відповідає компетентнісному підходу Нової української школи, сприяє формуванню життєвої компетентності

здобувачів / здобувачок освіти та підготовці молоді до відповідального й безпечного життя в сучасному суспільстві.

Метою інтегрованого курсу є формування в учнів та учениць життєвої компетентності, що передбачає усвідомлене ставлення до власного здоров'я, безпеки та добробуту, розвиток здатності ухвалювати відповідальні рішення, планувати особисту життєву траєкторію, ефективно взаємодіяти з іншими та діяти безпечно й відповідально в різних життєвих ситуаціях.

Курс спрямований на розвиток умінь зберігати та зміцнювати фізичне й психічне здоров'я, оцінювати ризики, формувати відповідальну фінансову поведінку, планувати особистий розвиток і брати участь у соціально значущій діяльності.

Основні завдання курсу

- Формування усвідомленого ставлення до здоров'я як важливої умови якості життя, розвиток умінь зберігати й зміцнювати фізичне, психічне та соціальне здоров'я.
- Розвиток навичок безпечної поведінки в щоденному житті, у соціальному та цифровому середовищі, формування здатності оцінювати ризики та діяти відповідально в різних життєвих ситуаціях.
- Формування фінансової грамотності та відповідальної економічної поведінки, усвідомлення взаємозв'язку між фінансовими рішеннями, особистим добробутом і довгостроковими життєвими цілями.
- Розвиток умінь планувати особистий розвиток і життєву траєкторію, визначати власні цінності, життєві пріоритети та цілі.
- Формування навичок критичного мислення та медіаграмотності, здатності аналізувати інформацію, протидіяти маніпуляціям і ухвалювати обґрунтовані рішення.
- Розвиток емоційної компетентності, умінь саморегуляції, управління стресом, конструктивної комунікації, установлення особистих меж та етичної взаємодії в партнерських і професійних стосунках.
- Формування соціальної відповідальності та активної громадянської позиції, готовності брати участь у соціальних ініціативах, волонтерській діяльності та житті громади.
- Розвиток навичок створення гнучких особистих планів, визначати пріоритети та ефективно керувати часом і власними ресурсами в умовах невизначеності.

Компетентнісний потенціал курсу охоплює всі ключові компетентності, визначені Державним стандартом профільної середньої освіти, і передбачає:

- реалізацію ціннісних орієнтирів, визначених Державним стандартом;
- урахування компетентнісного потенціалу соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі;
- формування системи базових знань щодо здоров'я людини, безпеки особистості та суспільства, добробуту, фінансової поведінки й життєвого самовизначення;
- розвиток умінь зберігати й зміцнювати здоров'я, оцінювати ризики, ухвалювати відповідальні рішення, планувати особистий розвиток і життєву траєкторію;
- забезпечення розвитку обов'язкових результатів навчання здобувачів і здобувачок профільної середньої освіти, передбачених відповідними додатками Державного стандарту.

У процесі реалізації програми особлива увага приділяється розвитку наскрізних умінь здобувачів і здобувачок освіти, зокрема, критичного та системного мислення, вміння аналізувати інформацію й оцінювати ризики, здатності до конструктивної комунікації та співпраці, розвитку емоційного інтелекту, умінь саморегуляції та відповідального ухвалення рішень. Формування цих умінь сприяє усвідомленню власної відповідальності за здоров'я, безпеку та добробут, розвитку здатності діяти в умовах невизначеності, планувати особисту життєву траєкторію та брати активну участь у житті громади й суспільства.

Реалізація ключових компетентностей

Реалізація компетентнісного потенціалу курсу передбачена через формування та розвиток таких ключових компетентностей:

Вільне володіння державною мовою та здатність спілкуватися іноземними мовами. Аргументоване висловлення власної позиції щодо питань здоров'я, безпеки, добробуту та соціальної відповідальності; участь у дискусіях, дебатах і публічних обговореннях; робота з інформаційними джерелами, створення усних і письмових повідомлень, презентацій та проєктів.

Математична компетентність. Аналіз статистичних даних щодо стану здоров'я, соціальних процесів, фінансової поведінки та економічних показників; інтерпретація кількісної інформації; застосування елементів планування бюджету, оцінювання ризиків і наслідків рішень.

Компетентності в галузі природничих наук, техніки й технологій. Розуміння біологічних, соціальних і середовищних чинників здоров'я; усвідомлення впливу технологій і цифрового середовища на спосіб життя людини; аналіз ризиків і можливостей, пов'язаних із сучасними технологіями.

Інноваційність. Сприймання викликів та криз як можливості для пошуку нових рішень, формування навичок створення інноваційних життєвих стратегій з урахуванням глобальних трендів і технологічного прогресу, стимулювання пошуку альтернативних джерел доходу, методів заощадження та нових форм соціальної активності, як-от стартапи чи волонтерські ініціативи.

Екологічна компетентність. Усвідомлення взаємозв'язку між станом довкілля, здоров'ям людини та якістю життя; формування відповідального ставлення до природних ресурсів; підтримка принципів екологічної безпеки та сталого розвитку.

Інформаційно-комунікаційна компетентність. Критичний аналіз інформації з медіа та цифрових джерел; розпізнавання маніпуляцій, дезінформації та фінансових шахрайств; використання цифрових інструментів для пошуку, аналізу та представлення інформації.

Навчання впродовж життя. Формування здатності до саморефлексії, самооцінювання та планування особистого розвитку; усвідомлення власних життєвих цілей, цінностей і пріоритетів; готовність до адаптації в умовах змін.

Громадянська та соціальна компетентності. Усвідомлення ролі людини як відповідального члена суспільства; розвиток культури взаємодії, співпраці та соціальної відповідальності; участь у громадських і волонтерських ініціативах.

Культурна компетентність. Повага до культурного різноманіття, соціальних норм і цінностей; усвідомлення впливу культури на спосіб життя, поведінку та міжособистісні взаємини; формування культури здоров'я та безпечної поведінки.

Підприємливість і фінансова грамотність. Формування відповідальної фінансової поведінки; планування особистого бюджету, заощаджень і витрат; усвідомлення взаємозв'язку між економічними рішеннями, добробутом і життєвими стратегіями.

Реалізація Програми курсу передбачає дотримання таких **принципів**:

- доступності та посильності — урахування вікових, психологічних та індивідуальних особливостей здобувачів і здобувачок освіти, забезпечення поступового ускладнення змісту навчання;

- системності та цілісності — розгляд здоров'я, безпеки, добробуту та особистісного розвитку як взаємопов'язаних складників життєвої компетентності людини;
- зв'язку навчання з життям — орієнтація змісту курсу на аналіз реальних життєвих ситуацій, соціальних викликів і практичних рішень стосовно здоров'я, безпеки та добробуту;
- наочності та цифрової інтеграції — використання статистичних даних, інфографіки, прикладів із сучасного інформаційного середовища, цифрових ресурсів та інструментів для аналізу й представлення інформації;
- активної участі здобувачів та здобувачок освіти — залучення учнів і учениць до дискусій, аналізу життєвих ситуацій, рольового моделювання, проєктної та дослідницької діяльності;
- формування відповідальної поведінки — спрямування освітнього процесу на розвиток здатності ухвалювати обґрунтовані рішення, оцінювати ризики та діяти відповідально щодо власного здоров'я, безпеки та добробуту.

Спеціальні принципи курсу

Принцип усвідомленого ставлення до здоров'я — формування розуміння здоров'я як комплексної цінності, що поєднує фізичні, психічні та соціальні складники й визначає якість життя людини.

Принцип відповідальної безпеки — розвиток здатності оцінювати ризики та діяти безпечно в щоденному, соціальному та цифровому середовищі, усвідомлюючи наслідки власних рішень для себе та інших.

Принцип ресурсного мислення — формування вміння усвідомлювати та ефективно використовувати особисті ресурси (час, здоров'я, знання, фінанси), планувати їх використання для досягнення життєвих цілей і забезпечення добробуту.

Принцип життєвого проєктування — розвиток здатності планувати власну життєву траєкторію, визначати цінності, пріоритети та довгострокові цілі, адаптувати життєві плани до змінних умов.

Принцип соціальної відповідальності та активності — формування готовності брати участь у суспільному житті, реалізовувати соціальні ініціативи, спрямовані на підтримку здоров'я, безпеки та добробуту громади.

Програма курсу містить такі структурні елементи.

Вступна частина, у якій подається загальна характеристика курсу, визначено його мету та завдання, окреслено компетентнісний потенціал, ціннісні орієнтири, дидактичні та спеціальні принципи реалізації, а також особливості організації освітнього процесу на основному рівні.

Основна частина, що визначає обов'язкові результати навчання, пропонований зміст навчального матеріалу та орієнтовні види навчальної діяльності.

Прикінцева частина, у якій окреслено методичні підходи до реалізації курсу, принципи педагогічної взаємодії між учителем / учителькою і здобувачами / здобувачками освіти, а також рекомендації щодо досягнення очікуваних результатів навчання.

Основна частина Програми розрахована на два роки навчання та представлена вісьмома навчальними розділами, які забезпечують послідовне формування життєвої компетентності здобувачів і здобувачок освіти. Програма структурована відповідно до логіки вікового розвитку старшокласників / старшокласниць і передбачає поступовий перехід від усвідомлення цінності здоров'я, безпеки та добробуту людини до розвитку навичок ухвалення відповідальних рішень, планування особистої життєвої траєкторії та активної соціальної поведінки.

Зміст курсу спрямований на формування цілісного уявлення про взаємозв'язок фізичного, психічного та соціального здоров'я, безпеки особистості та суспільства, економічної поведінки людини та життєвих стратегій. Такий підхід сприяє розвитку здатності учнів і учениць аналізувати життєві ситуації, оцінювати ризики, ухвалювати обґрунтовані рішення, відповідально керувати власними ресурсами та діяти в умовах сучасних соціальних і технологічних викликів. Зміст програми реалізується через інтеграцію знань, формування ціннісних орієнтирів і розвиток практичних умінь, необхідних для успішної самореалізації молоді в сучасному суспільстві.

10 КЛАС. «Життєві рішення»

Розділ 1. Здоров'я як ресурс особистісного розвитку

Тема 1. Здоров'я як основа якості життя людини.

Тема 2. Фізичне, психічне і соціальне здоров'я.

Тема 3. Генетичні та середовищні чинники здоров'я.

Тема 4. Стереотипи краси в медіапросторі та їхній вплив на самооцінку й здоров'я.

Тема 5. Формування здорових звичок, культура профілактики та регулярних медичних оглядів.

Розділ 2. Безпека людини в сучасному суспільстві

Тема 1. Особиста та громадська безпека.

Тема 2. Правова безпека людини в щоденному житті.

Тема 3. Медіаграмотність і критичне сприйняття інформації.

Тема 4. Ризики цифрового середовища та використання штучного інтелекту.

Тема 5. Безпека в умовах криз і надзвичайних ситуацій.

Розділ 3. Добробут і фінансова поведінка людини.

Тема 1. Добробут як складник життєвої стратегії людини.

Тема 2. Фінансові рішення та їхній вплив на добробут людини.

Тема 3. Психологія фінансових рішень і типові помилки фінансової поведінки.

Тема 4. Відповідальне споживання.

Тема 5. Права споживачів.

Тема 6. Фінансові шахрайства та захист власних коштів.

Розділ 4. Культура довгострокового планування життя

Тема 1. Керування часом та особистими ресурсами.

Тема 2. Особистий життєвий план.

Тема 3. Довгострокове планування життя в умовах змін.

Тема 4. Цінності та життєві пріоритети.

Тема 5. Особистісні межі та фінансова відповідальність у партнерських стосунках.

Тема 6. Особистісні межі в професійній діяльності.

11 КЛАС. «Життєва траєкторія»

Розділ 5. Здоров'я впродовж життя

Тема 1. Ментальне здоров'я та емоційна грамотність.

Тема 2. Подолання «синдрому відкладеного життя».

Тема 3. Керування стресом, саморегуляція, життєва стійкість.

Тема 4. Біоетика професійної діяльності.

Тема 5. Культура добробуту в професійному середовищі.

Тема 6. Цифрова гігієна навчання й праці. Баланс онлайн- та офлайн-активності.

Розділ 6. Безпека в глобалізованому світі

Тема 1. Глобальні загрози.

Тема 2. Екологічна безпека.

Тема 3. Соціальні та цифрові ризики. Мова ворожнечі та онлайн-агресія.

Тема 4. Основи медичної медіаграмотності та критичного аналізу інформації.

Тема 5. Репутаційна безпека.

Тема 6. Відповідальна громадянська поведінка в сучасному суспільстві.

Розділ 7. Добробут і економічна самостійність

Тема 1. Фінансова незалежність, заощадження та інвестиції.

Тема 2. Економічна поведінка людини.

Тема 3. Власний бізнес: перші кроки.

Тема 4. Менеджмент особистих ресурсів.

Тема 5. Ризик-менеджмент, страхування та фінансовий захист.

Тема 6. Уплив економічних факторів на добробут людини.

Тема 7. Адаптивність життєвих планів в умовах економічної невизначеності.

Розділ 8. Соціальна відповідальність

Тема 1. Волонтерство: організація, напрями, вплив.

Тема 2. Громадянська активність молоді в житті громади.

Тема 3. Соціальне підприємництво та меценатство.

Тема 4. Соціальні ініціативи: створення громадських організацій та молодіжних просторів.

Тема 5. Як формуються суспільні зміни: розвиток громади та спільні ініціативи.

Тема 6. Моя роль у світі: мислення «зсередини системи» та відповідальне громадянство

Особливості організації освітнього процесу

Освітній процес за Програмою інтегрованого курсу соціальної та здоров'язберезувальної освітньої галузі організовується з урахуванням вікових особливостей учнів / учениць і спрямований на формування життєвої компетентності, що поєднує знання, ціннісні орієнтири та практичні уміння, необхідні для відповідальної поведінки в сучасному суспільстві.

Навчання здійснюється на засадах компетентнісного, діяльнісного та практико-орієнтованого підходів. Значна увага приділяється формуванню здатності здобувачів і здобувачок освіти застосовувати отримані знання для аналізу життєвих ситуацій, оцінювання ризиків, ухвалення обґрунтованих рішень та планування особистого розвитку.

Технології реалізації курсу в освітньому процесі

Для досягнення очікуваних результатів навчання, закладених в основній частині програми, пріоритет надається таким педагогічним технологіям:

1. Тренінгові технології та соціальне моделювання

Метод рольового моделювання: відпрацювання алгоритмів дій у типових та критичних ситуаціях.

Практики саморегуляції: використання технік стабілізації емоційного стану та ресурсних вправ для підтримки ментального здоров'я.

2. Кейс-технологія

Аналіз реальних життєвих сценаріїв: робота з реальними (анонімізованими) або змодельованими ситуаціями, що потребують прийняття рішень у сферах фінансів, безпеки та міжособистісних стосунків.

Оперативне прийняття рішень: технологія швидкого прийняття рішень в умовах невизначеності, що розвиває адаптивність та критичне мислення.

3. Проектно-дослідницька діяльність

Соціальне та життєве проектування: розроблення та реалізація мініпроектів, спрямованих на покращення добробуту громади; розробка індивідуальних життєвих стратегій та групових проектів.

4. Цифрові та змішані технології навчання

Гейміфікація: використання симуляторів фінансової поведінки, мобільних застосунків для трекінгу здорових звичок та квестів з інформаційної безпеки.

Критична робота з інформацією: аналіз цифрового контенту, виявлення маніпуляцій та дослідження впливу штучного інтелекту на життєвий простір.

5. Технологія фасилітації та рефлексії

Дискусійні методи: організація обговорення складних тем та соціальних стереотипів, де вчитель моделює простір для аргументації власних позицій.

Рефлексивний аналіз: систематичне використання самооцінювання та взаємооцінювання через рефлексивні вправи після кожного тематичного блоку, впровадження технік формувального оцінювання через рефлексивні щоденники, портфоліо.

У процесі навчання доцільно використовувати сучасні цифрові ресурси, статистичні матеріали, інформаційні джерела, медіаматеріали, результати

соціальних досліджень, що сприяє розвитку медіаграмотності, критичного мислення та навичок роботи з інформацією.

Важливою умовою реалізації програми є створення безпечного, підтримувального освітнього середовища, яке сприяє відкритому обговоренню суспільно значущих питань, формуванню культури діалогу, поваги до різних точок зору та розвитку соціальної відповідальності.

Оцінювання результатів навчання здійснюється з урахуванням компетентнісного підходу й передбачає використання різних форм: усних і письмових відповідей, виконання практичних завдань, презентацій, участі у дискусіях, аналізу ситуаційних завдань, захисту індивідуальних або групових проєктів, формування портфоліо навчальних досягнень.

Викладання курсу здійснюється педагогічними працівниками / працівницями, які мають відповідну фахову підготовку у сфері соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі, зокрема, з основ здоров'я, громадянської освіти, соціальних наук, економіки, психології або інших суміжних дисциплін. Реалізація курсу передбачає володіння сучасними інтерактивними методиками навчання, досвідом організації проєктної та дослідницької діяльності. Роль педагогічного працівника в межах курсу трансформується від транслятора знань до фасилітатора та модератора, який створює безпечний, підтримувальний простір для відкритого обговорення суспільно значущих питань та формування активної громадянської позиції молоді.

Особливістю курсу є його інтегрований характер, що передбачає можливість міжпредметної взаємодії та залучення педагогічних працівників / працівниць різних освітніх галузей. За потреби реалізація програми може здійснюватися в командній моделі викладання або через інтеграцію з іншими навчальними предметами і курсами, що сприяє комплексному розгляду питань здоров'я, безпеки, добробуту та соціальної відповідальності.

Курс належить до обов'язкового освітнього компонента і є профілетвірним.

Основна частина

	Очікувані результати навчально-пізнавальної діяльності учнів / учениць	Пропонований зміст	Пропоновані види навчальної діяльності
10 КЛАС. «Життєві рішення»			
Розділ 1. Здоров'я як ресурс особистісного розвитку			
1	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бере на себе відповідальність за збереження, формування і розвиток власних здоров'я, безпеки та добробуту та здоров'я, безпеки і добробуту інших осіб на основі особистих і суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.1] - обґрунтовує оптимальні стратегії відповідальної поведінки щодо збереження здоров'я, формування і розвитку безпеки та добробуту [12 СЗО 1.1.2-1] - презентує стратегії безпечної поведінки у різних заходах, які ґрунтуються на знаннях, здобутих під час критичного сприймання інформації з різних джерел [12 СЗО 2.4.1-3] - демонструє відповідальне ставлення до обрання рішень, які стосуються власного життя і здоров'я [12 СЗО 2.4.1-5] - уміє вирізняти прийнятні та неприйнятні альтернативні рішення і ризику для здоров'я, 	<p>Тема 1. Здоров'я як основа якості життя людини</p> <p>Поняття здоров'я. Здоров'я як комплексна характеристика фізичного, психічного і соціального благополуччя людини. Здоров'я як важлива умова повноцінного життя, самореалізації та досягнення життєвих цілей.</p> <p>Якість життя людини та її складники. Взаємозв'язок здоров'я, способу життя, соціального середовища та рівня добробуту. Роль здоров'я в забезпеченні активності, працездатності, емоційного благополуччя та життєвої задоволеності.</p> <p>Цінність здоров'я в системі життєвих пріоритетів людини. Усвідомлення особистої відповідальності за збереження та зміцнення здоров'я. Уплив</p>	<p>Кейс-аналіз «Життєві рішення і здоров'я» — аналіз реальних або змодельованих життєвих ситуацій (режим дня, навчальне навантаження, цифрові звички, харчування, сон) та обговорення їхнього впливу на якість життя людини.</p> <p>Самоаналіз «Мій ресурс здоров'я» — виконання рефлексійної вправи або чекліста для оцінювання власних звичок, режиму дня, рівня фізичної активності, емоційного стану та визначення можливих напрямів покращення.</p> <p>Мінідослідження «Фактори здоров'я молоді» — робота в групах із пошуком і аналізом статистичних даних, інфографіки або результатів досліджень про здоров'я підлітків і молоді, презентація висновків.</p>

	<p>безпеки та добробуту, зокрема, під час використання інформаційно-комунікаційних технологій [12 СЗО 3.1.1-2]</p> <p>- аналізує власну поведінку та вмє оцінити наслідки в короткостроковій і тривалій перспективі для себе і для інших осіб [12 СЗО 3.3.1-1]</p> <p>- здійснює оцінювання впливу поведінки власної та інших осіб на власні безпеку, життя та здоров'я, а також на безпеку, життя і здоров'я інших осіб [12 СЗО 3.3.2]</p>	<p>життєвих рішень, звичок і поведінкових моделей на стан здоров'я.</p> <p>Здоров'я як особистий ресурс розвитку. Уплив здоров'я на навчання, професійне самовизначення, соціальні відносини та життєві перспективи людини.</p> <p>Формування усвідомленого ставлення до здоров'я як важливого складника життєвого добробуту</p>	<p>Проектна робота «Здоров'я як життєва стратегія» — створення коротких рекомендацій, постерів або цифрових матеріалів про рішення та звички, що сприяють збереженню здоров'я та підвищенню якості життя</p>
2	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- утілює в життєдіяльність оптимальні стратегії відповідальної поведінки для забезпечення особистого та суспільного добробуту на основі суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.2]</p> <p>- презентує обрану стратегію власного способу життя та обґрунтовує її з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1-2]</p> <p>- визначає алгоритм і моделює безпечну поведінку для запобігання виникненню небезпечних ситуацій різного характеру [12 СЗО 2.4.1-1]</p> <p>- обирає безпечні моделі поведінки в разі виникнення небезпеки невизначеного характеру</p>	<p>Тема 2. Фізичне, психічне і соціальне здоров'я</p> <p>Складники здоров'я людини: фізичне, психічне та соціальне здоров'я. Взаємозв'язок і взаємовплив цих складників у житті людини.</p> <p>Фізичне здоров'я. Основні показники фізичного здоров'я: стан організму, фізична активність, сон, харчування, режим дня. Роль здорових звичок у підтриманні фізичного благополуччя.</p> <p>Психічне здоров'я. Психоемоційний стан людини, здатність до саморегуляції, природа стресу, опанування технік швидкого заспокоєння та</p>	<p>Інтерактивна вправа «Баланс здоров'я» — учні / учениці працюють із моделлю «колеса здоров'я» (фізичне, психічне, соціальне) та аналізують, як різні життєві звички і рішення впливають на баланс складових здоров'я.</p> <p>Кейс-обговорення «Що відбувається зі здоров'ям?» — аналіз змодельованих життєвих ситуацій (перевантаження навчанням, конфлікти в спілкуванні, нестача сну, цифрове перевантаження) з визначенням впливу на різні складники здоров'я.</p> <p>Мінідослідження «Що підтримує психічне здоров'я молоді» —</p>

	<p>[12 СЗО 2.4.1-2] - аналізує та обґрунтовує альтернативи власних дій і рішень для забезпечення здорового способу життя, урахуваючи користь для себе та інших осіб</p> <p>[12 СЗО 3.1.1-1] - сприймає вікові зміни власного організму як закономірний процес дорослішання і розвитку, зумовлений різними факторами</p> <p>[12 СЗО 3.2.1] - усвідомлює наслідки власних дій щодо власного здоров'я тепер і в майбутньому</p> <p>[12 СЗО 3.3.1] - пояснює особистісну та суспільну цінність налагодження і підтримки стосунків, співпраці на принципах рівності, довіри та взаємоповаги</p> <p>[12 СЗО 4.7.1-1] - демонструє готовність виконувати різні командні ролі і завдання, об'єктивно оцінює власні сильні сторони, уміння, здібності щодо результативності командної роботи, зважаючи на обставини</p> <p>[12 СЗО 4.7.1-3] - оцінює наслідки недотримання етичних норм поведінки та їхній вплив на людей, сім'ю, суспільство і середовище</p> <p>[12 СЗО 4.8.1-2]</p>	<p>відновлення. Уплив емоцій, інформаційного середовища та соціальних взаємодій на психічне здоров'я. Соціальне здоров'я. Соціальні зв'язки, комунікація, підтримка з боку родини, друзів і громади. Роль довіри, взаємоповаги та безпечного соціального середовища у формуванні соціального благополуччя. Взаємозалежність фізичного, психічного і соціального здоров'я. Уплив життєвих рішень, стилю життя та соціального середовища на стан здоров'я людини. Усвідомлення цілісності здоров'я як важливої умови гармонійного розвитку особистості та якості життя</p>	<p>робота в групах з аналізом сучасних досліджень, інфографіки або соціальних опитувань щодо добробуту підлітків та обговорення результатів.</p> <p>Рефлексійна вправа «Мій ресурс підтримки» — учні / учениці визначають особисті ресурси підтримки фізичного, психічного і соціального здоров'я (звички, діяльність, люди, середовище) та презентують власні висновки</p>
3	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- розпізнає та застосовує прийоми емоційної підтримки інших осіб у разі виникнення в</p>	<p>Тема 3. Генетичні та середовищні чинники здоров'я Чинники, що впливають на здоров'я людини.</p>	<p>Кейс-аналіз «Що впливає на здоров'я?» — аналіз життєвих історій або змодельованих ситуацій,</p>

<p>них проблемних ситуацій (фізичних, психічних, соціальних) [12 СЗО 1.3.2-3]</p> <p>- ухвалює рішення та здійснює вибір стратегії безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1]</p> <p>- демонструє безпечну поведінку вдома, у закладі освіти, на вулиці, у громадських місцях, запобігає виникненню небезпечних ситуацій різного характеру [12 СЗО 2.4.1]</p> <p>- уміє робити вибір на користь власного здоров'я і безпеки [12 СЗО 3.4.1-2]</p> <p>- знає сучасні стратегії і тактики комунікації для порозуміння в спілкуванні з метою досягнення позитивних результатів для безпеки та добробуту [12 СЗО 4.4.1-1]</p> <p>- визначає цінності та потреби, пов'язані з різними сферами життя, саморозвитку і самореалізації для створення моделі власного майбутнього [12 СЗО 4.6.1-1]</p> <p>- зіставляє прогнозовані та непрогнозовані життєві ситуації [12 СЗО 2.1.1-1]</p>	<p>Спадковість, спосіб життя, соціальне середовище та умови довкілля як складники формування здоров'я. Генетичні чинники здоров'я. Поняття спадковості. Роль генетичних особливостей у формуванні фізичних характеристик, схильності до окремих захворювань та індивідуальних особливостей організму. Середовищні чинники здоров'я. Уплив умов життя, екологічного стану довкілля, соціального середовища, харчування, фізичної активності та інформаційного середовища на здоров'я людини. Взаємодія спадкових і середовищних чинників. Усвідомлення спадкових особливостей, способи життя та життєві рішення людини за таких умов. Відповідальне ставлення до здоров'я. Значення профілактики, здорових звичок і безпечного середовища для підтримання здоров'я та зниження ризиків для організму</p>	<p>у яких учні / учениці визначають роль спадкових особливостей і вплив середовища (харчування, фізична активність, екологія, соціальні умови) на здоров'я людини.</p> <p>Інтерактивна вправа «Гени чи спосіб життя?» — робота в групах із визначенням, які чинники (генетичні або середовищні) можуть упливати на різні аспекти здоров'я, обговорення прикладів і формування висновків.</p> <p>Мінідослідження «Фактори здоров'я молоді» — пошук і аналіз сучасних матеріалів, інфографіки або результатів досліджень щодо чинників, що впливають на здоров'я підлітків, представлення результатів у вигляді коротких презентацій.</p> <p>Візуалізація «Карта чинників здоров'я» — створення схеми або ментальної карти, що демонструє взаємодію генетичних і середовищних чинників у формуванні здоров'я людини</p>
--	---	--

4	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обстоює права людини, пов'язані зі збереженням здоров'я, безпекою та добробутом [12 СЗО 1.2.1] - запобігає виникненню ситуацій неповаги до прав людини, приниження гідності себе та інших осіб [12 СЗО 1.2.1-1] - визначає альтернативи власних дій та рішень для успішної життєдіяльності з метою розвитку, формування здорового способу життя [12 СЗО 3.1.1] - сприймає вікові зміни власного організму як закономірний процес дорослішання і розвитку, зумовлений різними факторами [12 СЗО 3.2.1-1] - обґрунтовує наслідки власних дій щодо безпеки і здоров'я та їхній вплив на інших осіб [12 СЗО 3.3.1-3] - моделює поведінку, яка приносить користь і задоволення для здоров'я і життя, зважаючи на вплив зовнішніх факторів [12 СЗО 3.4.1-1] - використовує принципи медіаграмотності щодо здоров'я, безпеки та добробуту в різних джерелах [12 СЗО 4.2.1] - використовує підходи щодо уникнення небезпечного / шкідливого контенту і залучення до його поширення [12 СЗО 4.2.1-2] 	<p>Тема 4. Стереотипи краси в медіапросторі та їхній вплив на самооцінку й здоров'я</p> <p>Поняття стандартів і стереотипів краси. Історична змінність уявлень про красу в різних культурах і суспільствах. Медіапростір як середовище формування уявлень про зовнішність. Роль реклами, соціальних мереж, блогерів та інфлюенсерів у поширенні образів «ідеальної» зовнішності. Медіаконструювання образів зовнішності. Використання фільтрів, ретушування, цифрових технологій та маркетингових стратегій у створенні медіаобразів. Уплив стереотипів краси на самооцінку людини. Формування уявлень про власну зовнішність, соціальний тиск, порівняння себе з медіаобразами. Потенційні ризики для психічного і фізичного здоров'я: зниження самооцінки, емоційне напруження, формування нереалістичних очікувань щодо зовнішності. Критичне сприйняття медіаконтенту. Усвідомлення</p>	<p>Медіааналіз «Як створюється образ краси» — аналіз прикладів реклами, постів у соціальних мережах або контенту інфлюенсерів з визначенням використаних прийомів (фільтри, ретушування, постановка кадру, маркетингові меседжі).</p> <p>Дискусія «Реальність і медіаобраз» — обговорення впливу соціальних мереж на самооцінку молоді, порівняння реальних прикладів життя з медійними образами, формування аргументованої позиції.</p> <p>Мініпроект «Різноманіття краси» — створення постерів, цифрових презентацій або коротких відео, що демонструють різноманіття зовнішності та підкреслюють важливість позитивного ставлення до себе.</p> <p>Рефлексійна вправа «Медіа і моя самооцінка» — аналіз власного медіадосвіду (час у соцмережах, вплив контенту на настрій і самосприйняття) та формування рекомендацій щодо</p>
---	---	--	--

	<p>- уміє розпізнавати приховану рекламу як комерційного, так і соціального характеру [12 СЗО 4.2.1-4]</p>	<p>різноманіття людської зовнішності, формування позитивного ставлення до себе та відповідального ставлення до інформації в медіапросторі</p>	<p>безпечної медіаповедінки</p>
5	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - аналізує вияви відповідальної і безвідповідальної поведінки в соціальному, родинному і природному середовищі з урахуванням суспільно-державних (національних) та особистих цінностей [12 СЗО 1.1.1-1] - застосовує інформацію щодо роботи служб, які надають компетентну і фахову допомогу, та за потреби відповідально її застосовує [12 СЗО 1.1.1-2] - прогнозує наслідки безвідповідальних стосунків [12 СЗО 2.2.2-2] - моделює алгоритми звернення за консультацією щодо власного розвитку і здоров'я до компетентних фахівців [12 СЗО 3.2.1-3] - читає, розуміє та аналізує науково-популярні тексти щодо змін організму людини відповідно до віку [12 СЗО 3.2.1-4] - оцінює ймовірну вартість витрат на підтримання здоров'я та порівнює такі витрати з витратами на лікування і реабілітацію 	<p>Тема 5. Формування здорових звичок, культура профілактики та регулярних медичних оглядів</p> <p>Поняття здорових звичок. Роль повсякденних поведінкових практик у збереженні та зміцненні здоров'я людини. Уплив режиму дня, фізичної активності, харчування, сну та відпочинку на стан організму.</p> <p>Формування звичок як процес. Усвідомлені життєві рішення, самоконтроль і відповідальність за власне здоров'я. Роль середовища, соціальних норм і прикладу оточення у формуванні поведінкових моделей.</p> <p>Профілактика як основа збереження здоров'я. Значення профілактичних заходів для попередження захворювань і підтримання фізичного та психічного благополуччя.</p> <p>Культура регулярних медичних оглядів. Поняття профілактичних</p>	<p>Практична вправа «Конструктор здорових звичок» — учні / учениці аналізують власний режим дня та визначають невеликі зміни, які можуть позитивно вплинути на фізичне і психічне здоров'я (сон, рухова активність, цифровий баланс, харчування).</p> <p>Мініпроект «Профілактика працює» — робота в групах над підготовкою коротких інформаційних матеріалів (постер, інфографіка, цифровий слайд) про роль профілактики та регулярних медичних оглядів у збереженні здоров'я.</p> <p>Кейс-аналіз «Рішення для здоров'я» — аналіз змодельованих життєвих ситуацій, у яких необхідно визначити, які звички або рішення можуть сприяти збереженню здоров'я і профілактиці захворювань.</p>

	<p>[12 СЗО 3.3.1-2] - аналізує та оцінює власне хобі щодо користі, задоволення з урахуванням сприяння безпеці, збереженню здоров'я, добробуту [12 СЗО 3.4.1-3] - моделює власне майбутнє, усвідомлюючи значущість усіх сфер життя з урахуванням власних інтересів і можливостей самореалізації, власних і суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 4.6.1]</p>	<p>медичних оглядів (чек-апів), їхнє значення для раннього виявлення можливих проблем зі здоров'ям. Формування відповідального ставлення до медичних консультацій та профілактичної медицини. Особиста відповідальність за здоров'я. Усвідомлення ролі щоденних рішень і поведінкових звичок у підтриманні здоров'я та якості життя</p>	<p>Рефлексійна вправа «Мій профілактичний план» — складання індивідуального переліку дій і звичок, що допомагають підтримувати здоров'я, включно з регулярними профілактичними практиками та турботою про психічне благополуччя</p>
--	---	---	--

Розділ 2. Безпека людини в сучасному суспільстві

6	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: - застосовує інформацію щодо роботи служб, які надають компетентну і фахову допомогу, та за потреби відповідально її застосовує [12 СЗО 1.1.1-2] - аналізує та моделює втілення у власне життя оптимальних стратегій безпечної поведінки для збереження власного життя та здоров'я, а також життя і здоров'я інших осіб у різних життєвих ситуаціях [12 СЗО 1.1.2-2] - уміє застосовувати стандартні моделі поведінки в ситуаціях порушення прав людини [12 СЗО 1.2.1-2] - читає з розумінням документи, які гарантують права громадян, і</p>	<p>Тема 1. Особиста та громадська безпека Поняття безпеки людини. Особиста і громадська безпека як умова стабільного функціонування суспільства та як важливий складник якості життя людини. Основні сфери безпеки: фізична, соціальна, інформаційна, економічна та громадська. Взаємозв'язок особистої поведінки людини та рівня безпеки в суспільстві. Права та обов'язки громадян / громадян у сфері безпеки. Роль</p>	<p>Сценарна вправа «Безпечне рішення» — аналіз змодельованих життєвих ситуацій (громадський транспорт, масові заходи, конфліктні ситуації, незнайомі люди) з визначенням можливих ризиків і варіантів безпечної поведінки. Інтерактивна карта безпеки громади — робота в групах із визначенням факторів, що впливають на безпеку в громадському просторі (освітлення, транспорт, людні місця, служби допомоги), створення схеми або цифрової</p>
---	--	--	--

	<p>вміє використовувати здобуті знання під час вирішення ситуацій, пов'язаних із здоров'ям, безпекою та добробутом [12 СЗО 1.2.1-3]</p> <p>- оцінює ризики й ухвалює рішення щодо надання домедичної допомоги собі та іншим особам у невідкладних станах відповідно до протоколів і алгоритмів [12 СЗО 1.3.1]</p> <p>- застосовує техніки самопомоги в кризових і стресових ситуаціях [12 СЗО 1.3.1-3]</p> <p>- зіставляє прогнозовані та непередбачені небезпечні ситуації природного, техногенного, соціального і воєнного походження [12 СЗО 2.1.1]</p> <p>- аналізує ризики виникнення надзвичайних ситуацій [12 СЗО 2.2.1-1]</p>	<p>законів, правил і соціальних норм у забезпеченні безпечного середовища. Безпечна поведінка в громадських місцях і щоденному житті. Усвідомлення ризиків і відповідальне ставлення до власної безпеки та безпеки інших людей. Роль громади та суспільної взаємодії в підтриманні безпеки. Взаємодопомога, солідарність, відповідальна громадянська позиція як чинники формування безпечного соціального середовища. Формування культури безпечної поведінки та відповідального ставлення до правил і норм суспільного життя</p>	<p>карти безпечного середовища. Дебатна вправа «Безпека і відповідальність громадян» — обговорення ролі правил, законів і громадянської поведінки в підтриманні безпеки суспільства, формування аргументованих позицій. Мініпроект «Правила безпечної поведінки» — розроблення коротких рекомендацій, постерів або цифрових матеріалів щодо безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях</p>
7	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- обґрунтовує роль громадянської активності та оборонної свідомості для особистого та суспільного добробуту [12 СЗО 1.1.2-3]</p> <p>- обстоює права та інтереси власні та інших осіб [СЗО 1.2]</p> <p>- практично застосовує відповідні протоколи і алгоритми надання допомоги собі та іншим особам за потреби</p>	<p>Тема 2. Правова безпека людини в щоденному житті Поняття правової безпеки людини. Правова культура як умова захисту прав, свобод і законних інтересів особи. Права та обов'язки громадян у щоденному житті. Основні правові норми, що регулюють взаємини між людьми в суспільстві.</p>	<p>Кейс-аналіз «Моя правова ситуація» — аналіз змодельованих життєвих ситуацій (онлайн-покупка, підписання угоди, використання персональних даних, конфлікт у громадському місці) з визначенням можливих правових ризиків і способів їхнього вирішення.</p>

	<p>[12 СЗО 1.3.1-2] - запобігає виникненню конфліктних ситуацій у взаємодії з іншими особами, надає допомогу іншим у запобіганні та вирішенні конфліктних ситуацій</p> <p>[12 СЗО 1.3.2] - аналізує взаємодію факторів у надзвичайних і небезпечних життєвих ситуаціях</p> <p>[12 СЗО 2.2.1-2] - обґрунтовує рішення щодо вибору стратегії поведінки для збереження власних безпеки, здоров'я та добробуту з урахуванням аналізу опрацьованої інформації та ймовірних моделей небезпечних ситуацій</p> <p>[12 СЗО 2.3.1-1] - аналізує, оцінює та коригує власні моделі поведінки, які приносять користь і задоволення та сприяють збереженню здоров'я, безпеки, добробуту</p> <p>[12 СЗО 3.4.1] - уміє застосовувати ефективні стратегії керування емоціями, поведінкою та контролю власного емоційного стану</p> <p>[12 СЗО 4.4.1-2] - демонструє вміння запобігати виникненню конфліктних ситуацій в команді, вирішує їх у разі виникнення, використовуючи ефективні методи</p> <p>[12 СЗО 4.7.1-2]</p>	<p>Відповідальність за порушення законодавства.</p> <p>Правові ризики в щоденних ситуаціях: укладання угод, користування послугами, цифрова взаємодія, захист персональних даних, відповідальність за дії в онлайн-просторі.</p> <p>Правова грамотність як засіб захисту від маніпуляцій, шахрайства та порушення прав людини.</p> <p>Механізми захисту прав людини. Можливості звернення до державних установ, правоохоронних органів, органів місцевого самоврядування, громадських організацій.</p> <p>Формування відповідальної правової поведінки, поваги до закону та прав інших людей як основи безпечного соціального середовища</p>	<p>Інтерактивна вправа «Знай свої права» — робота в групах із визначенням прав і обов'язків людини в різних щоденних ситуаціях та представлення коротких рекомендацій щодо правомірної поведінки.</p> <p>Мінідослідження «Куди звертатися по допомогу?» — пошук інформації про установи та організації, що забезпечують захист прав людини (правоохоронні органи, служби допомоги, громадські організації), створення інформаційної схеми або постера.</p> <p>Сценарна вправа «Правове рішення» — моделювання ситуацій, у яких необхідно ухвалити рішення відповідно до правових норм та пояснити можливі наслідки різних варіантів поведінки</p>
8	Після опрацювання теми учень / учениця:	Тема 3. Медіаграмотність і	Фактчекінг-лабораторія «Правда»

<p>- визначає та пояснює інтереси людей з іншими переконаннями з питань збереження здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 1.2.2-1]</p> <p>- обґрунтовує альтернативи споживчого вибору, використовує можливості дізнатися про безпечність продуктів і виробництва для підтримки здорового способу життя [12 СЗО 3.1.1-3]</p> <p>- сприймає зміни свого організму й особливості стану здоров'я [12 СЗО 3.2.1-2]</p> <p>- оцінює важливий вплив відповідальної поведінки на власні безпеку, життя, здоров'я і добробут тепер і в майбутньому [12 СЗО 3.3.2-1]</p> <p>- моделює поведінку, яка приносить користь і задоволення для здоров'я і життя, зважаючи на вплив зовнішніх факторів [12 СЗО 3.4.1-1]</p> <p>- аналізує інформацію в різних медіа, зіставляє її та робить висновки щодо правдивості інформації з питань здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 4.2.1-1]</p> <p>- розуміє й аналізує інформацію, записану (передану) в різний спосіб, виявляє приховану та очевидну інформацію [12 СЗО 4.2.1-3]</p> <p>- здійснює раціональний вибір з урахуванням фізіологічних, соціальних, моральних і духовних потреб [12 СЗО 4.5.1-2]</p>	<p>критичне сприйняття інформації</p> <p>Поняття медіаграмотності. Роль медіа та інформаційного середовища в сучасному суспільстві. Основні джерела інформації: традиційні медіа, соціальні мережі, онлайн-платформи.</p> <p>Інформаційні потоки та їхній вплив на свідомість людини. Особливості поширення інформації в цифровому середовищі.</p> <p>Критичне сприйняття інформації. Аналіз джерел, перевірка достовірності повідомлень, розрізнення фактів і суджень.</p> <p>Маніпуляції, фейки, пропаганда та дезінформація. Основні прийоми маніпулятивного впливу в медіа та соціальних мережах.</p> <p>Цифрова інформаційна безпека. Відповідальне споживання й поширення інформації в медіапросторі.</p> <p>Формування медіакультури та відповідальної інформаційної поведінки в умовах сучасного інформаційного суспільства</p>	<p>чи маніпуляція?» — аналіз реальних новин, постів із соціальних мереж або заголовків медіа з використанням простих інструментів перевірки інформації (джерела, дата, авторство, контекст).</p> <p>Інтерактивна вправа «Як працює маніпуляція» — робота з прикладами медіаповідомлень для визначення емоційних тригерів, маніпулятивних заголовків, вирваних із контексту фактів.</p> <p>Мініпроект «Інформаційна гігієна» — створення рекомендацій, постерів або коротких цифрових матеріалів про правила безпечного споживання і поширення інформації в соціальних мережах.</p> <p>Симуляційна вправа «Інформаційний ланцюг» — моделювання поширення інформації в мережі (як новина змінюється, викривлюється або стає фейком) та обговорення наслідків некритичного поширення інформації</p>
---	--	--

	<p>- досліджує вибір матеріальних і культурних цінностей і критично оцінює їхній вплив на здоров'я, безпеку та добробут [12 СЗО 4.5.1-3]</p> <p>- визначає різницю між соціальною, культурною та економічною цінностями [12 СЗО 4.6.1-2]</p> <p>- пояснює власну ієрархію цінностей і потреб, усвідомлює значущість суспільних цінностей [12 СЗО 4.6.1-3]</p> <p>- демонструє і пропагує поведінку з урахуванням норм етики та моралі суспільства, суспільних цінностей, прав людини і соціальної справедливості [12 СЗО 4.8.1]</p>		
9	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- здійснює моніторинг та аналіз інформації для прогнозування наслідків небезпечних ситуацій [12 СЗО 2.2.1-3]</p> <p>- усвідомлює необхідність вибору й діє на користь навчання впродовж життя [12 СЗО 4.1.1]</p> <p>- обирає доцільні інструменти та методи навчання, різноманітні способи розвитку своїх здатностей, пріоритетів і потреб [12 СЗО 4.1.2-2]</p> <p>- створює власну освітню траєкторію з урахуванням власних потреб і запитів суспільства [12 СЗО 4.1.2-3]</p>	<p>Тема 4. Ризики цифрового середовища та використання штучного інтелекту</p> <p>Цифрове середовище сучасної людини. Роль цифрових технологій, онлайн-платформ і соціальних мереж у щоденному житті.</p> <p>Основні ризики цифрового середовища: кібербулінг, онлайн-шахрайство, маніпуляції, витік персональних даних, інформаційне перевантаження.</p> <p>Цифрова безпека та захист персональних даних. Правила безпечної поведінки в інтернеті,</p>	<p>Кейс-симуляція «Цифровий ризик» — аналіз змодельованих ситуацій (фейковий профіль, підозріле повідомлення, витік персональних даних, використання ШІ для створення контенту) з визначенням можливих ризиків і безпечних рішень.</p> <p>Практична вправа «Мій цифровий слід» — дослідження того, яку інформацію про людину можна знайти в інтернеті, обговорення поняття цифрової репутації та правил</p>

	<p>- використовує принципи медіаграмотності щодо здоров'я, безпеки та добробуту в різних джерелах [12 СЗО 4.2.1]</p> <p>- визначає довгострокові цілі, складає та корегує плани дій для досягнення успіху й добробуту в умовах невизначеності та непередбачуваності [12 СЗО 4.3.1-1]</p>	<p>відповідальне користування цифровими ресурсами.</p> <p>Штучний інтелект у сучасному інформаційному середовищі. Основні можливості використання технологій штучного інтелекту в навчанні, роботі та щоденному житті.</p> <p>Ризики й виклики використання штучного інтелекту: поширення недостовірної інформації, маніпулятивний контент, етичні питання використання технологій.</p> <p>Формування відповідальної цифрової поведінки та усвідомленого ставлення до використання технологій штучного інтелекту</p>	<p>захисту персональних даних.</p> <p>Дискусія «Штучний інтелект: можливості і ризики» — обговорення прикладів використання ШІ в навчанні, медіа та щоденному житті, визначення переваг і потенційних викликів.</p> <p>Мініпроект «Правила безпечної цифрової поведінки» — створення коротких рекомендацій, інфографіки або цифрових матеріалів щодо відповідального використання інтернету та технологій штучного інтелекту</p>
10	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- бере на себе відповідальність за збереження, формування і розвиток власних здоров'я, безпеки та добробуту та здоров'я, безпеки і добробуту інших осіб на основі особистих і суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.1]</p> <p>- застосовує інформацію щодо роботи служб, які надають компетентну і фахову допомогу,</p>	<p>Тема 5. Безпека в умовах криз і надзвичайних ситуацій.</p> <p>Поняття кризових і надзвичайних ситуацій. Основні види надзвичайних ситуацій: природні, техногенні, соціальні.</p> <p>Ризики та загрози для життя і здоров'я людини в умовах кризових ситуацій. Усвідомлення</p>	<p>Сценарна симуляція «Що робити в кризовій ситуації?» — моделювання різних типів надзвичайних ситуацій (повітряна тривога, пожежа, природна небезпека, техногенна аварія) з відпрацюванням алгоритмів безпечних дій.</p> <p>Інтерактивна вправа «Рішення за 60 секунд»</p>

<p>та за потреби відповідально її застосовує [12 СЗО 1.1.1-2]</p> <p>- обстоює інтереси людини, пов'язані зі збереженням здоров'я, безпекою та добробутом [12 СЗО 1.2.2]</p> <p>- володіє вміннями надання домедичної допомоги з урахуванням оцінювання ризиків, власних можливостей і дотримання правил безпеки [12 СЗО 1.3.1-1]</p> <p>- ідентифікує способи запобігання виникненню конфліктних ситуацій і вирішення їх самостійно та у взаємодії з іншими особами [12 СЗО 1.3.2-1]</p> <p>- зіставляє прогнозовані та непередбачені небезпечні ситуації природного, техногенного, соціального і воєнного походження [12 СЗО 2.1.1]</p> <p>- аналізує взаємодію факторів у надзвичайних і небезпечних життєвих ситуаціях [12 СЗО 2.2.1-2]</p> <p>- прогнозує наслідки небезпечних ситуацій природного, техногенного, соціального характеру і воєнного походження, аналізуючи та оцінюючи ситуацію [12 СЗО 2.2.2]</p> <p>- визначає ймовірну модель розвитку небезпечних ситуацій та їхніх наслідків природного, техногенного, соціального і воєнного характеру на основі</p>	<p>важливості готовності до дій у разі небезпеки.</p> <p>Основні правила безпечної поведінки під час надзвичайних ситуацій. Алгоритми дій у разі виникнення загрози для життя і здоров'я.</p> <p>Роль державних служб і громадських структур у забезпеченні безпеки населення. Значення координації дій, інформування та взаємодопомоги.</p> <p>Психологічна стійкість у кризових ситуаціях.</p> <p>Здатність зберігати самоконтроль, ухвалювати зважені рішення та діяти відповідально.</p> <p>Формування культури безпеки, готовності до відповідальних дій і взаємодопомоги в умовах кризових ситуацій</p>	<p>— робота в групах зі швидким аналізом кризових ситуацій та визначенням найбезпечніших варіантів реагування.</p> <p>Практична робота «Карта безпеки» — створення схеми або цифрової карти безпечних місць у школі чи громаді (укриття, служби допомоги, маршрути евакуації).</p> <p>Мініпроект «Правила безпеки в надзвичайних ситуаціях» — розроблення коротких інструкцій, інфографіки або цифрових матеріалів щодо дій у разі виникнення небезпечних ситуацій</p>
--	---	--

<p>встановлення причинно-наслідкових зв'язків [12 СЗО 2.2.2-1]</p> <p>- аналізує ризики виникнення надзвичайних ситуацій [12 СЗО 2.2.1-1]</p> <p>- здійснює моніторинг та аналіз інформації для прогнозування наслідків небезпечних ситуацій [12 СЗО 2.2.1-3]</p>		
---	--	--

Розділ 3. Добробут і фінансова поведінка людини

<p>11 Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- обгрунтовує важливість збереження українських суспільно-державних (національних) цінностей для забезпечення особистого та суспільного добробуту [12 СЗО 1.1.1-3]</p> <p>- аналізує та моделює втілення у власне життя оптимальних стратегій безпечної поведінки для збереження власного життя та здоров'я, а також життя і здоров'я інших осіб у різних життєвих ситуаціях [12 СЗО 1.1.2-2]</p> <p>- визначає ймовірні ризики в умовах невизначеності [12 СЗО 2.1.1-2]</p> <p>- ухвалює рішення та здійснює вибір стратегії безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1]</p> <p>- оцінює вагомість норм безпечної поведінки для власного життя, здоров'я,</p>	<p>Тема 1. Добробут як складник життєвої стратегії людини</p> <p>Поняття добробуту людини. Матеріальні та нематеріальні складники добробуту: фінансова стабільність, здоров'я, освіта, соціальні зв'язки, безпека та можливості самореалізації.</p> <p>Добробут як результат життєвих рішень і довгострокового планування.</p> <p>Взаємозв'язок між освітою, професійним розвитком, фінансовою поведінкою та якістю життя.</p> <p>Фінансові та нефінансові ресурси людини. Рациональне використання ресурсів, відповідальне ставлення до власних можливостей і життєвих пріоритетів.</p> <p>Цінності та життєві цілі у формуванні особистої</p>	<p>Інтерактивна вправа «Моя формула добробуту» — учні / учениці визначають складники особистого добробуту (освіта, здоров'я, фінанси, соціальні зв'язки, самореалізація) та створюють візуальну модель або ментальну карту життєвих пріоритетів.</p> <p>Кейс-аналіз «Життєві рішення і добробут» — аналіз змодельованих життєвих ситуацій (вибір освіти, професії, фінансових рішень) із визначенням можливих наслідків для майбутнього добробуту людини.</p> <p>Мініпроект «Мій життєвий ресурс» — робота в групах над визначенням ресурсів, що допомагають досягати добробуту</p>
---	--	--

	<p>добробуту з урахуванням традицій, звичаїв, сучасних тенденцій як захисту власних інтересів, так і інших осіб [12 СЗО 3.3.2-2]</p> <p>- створює власну освітню траєкторію на основі самоаналізу, потреби самореалізації, запитів суспільства і перспектив його розвитку [12 СЗО 4.1.2]</p> <p>- знаходить і перевіряє інформацію [12 СЗО 4.2]</p> <p>- діє ефективно та самостійно, виявляючи наполегливість у досягненні довгострокових цілей для досягнення успіху й добробуту в законний спосіб [12 СЗО 4.3.1]</p>	<p>стратегії добробуту. Уплив життєвих установок, соціального середовища та економічних умов на уявлення про успіх і благополуччя. Усвідомлення ролі відповідальних рішень, фінансової грамотності та особистої активності в досягненні стабільного добробуту та життєвої самореалізації</p>	<p>(знання, навички, соціальні контакти, фінансова грамотність), представлення результатів у вигляді постера або короткої презентації.</p> <p>Рефлексійна вправа «Рішення на майбутнє» — обговорення життєвих цілей і можливих шляхів їхнього досягнення, формування усвідомленого ставлення до особистих рішень і довгострокового планування</p>
12	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- демонструє свідому поведінку і раціональний вибір матеріальних і культурних цінностей, орієнтуючись на власні фізіологічні, соціальні, моральні та духовні потреби [12 СЗО 4.5.1]</p> <p>- планує майбутнє [12 СЗО 4.6]</p> <p>- моделює власне майбутнє в умовах невизначеності, декількох можливих сценаріїв, швидких змін [12 СЗО 4.6.2]</p> <p>- співпрацює для досягнення результату діяльності [12 СЗО 4.7]</p> <p>- обґрунтовує фінансові рішення і моделює обачливу фінансову</p>	<p>Тема 2. Фінансові рішення та їхній вплив на добробут людини</p> <p>Поняття фінансових рішень у щоденному житті. Основні види фінансових рішень: витрати, заощадження, планування бюджету, використання фінансових послуг.</p> <p>Фінансова поведінка людини. Уплив щоденних фінансових виборів на особистий і сімейний добробут. Планування особистого бюджету. Доходи, витрати, пріоритети у</p>	<p>Фінансова симуляція «Місячний бюджет» — учні / учениці працюють зі змодельованими доходами та витратами, планують особистий бюджет і визначають, як різні фінансові рішення впливають на можливість заощадження.</p> <p>Кейс-аналіз «Фінансове рішення і його наслідки» — аналіз життєвих ситуацій (імпульсивна покупка, кредит, накопичення коштів, інвестиція в освіту) з обговоренням короткострокових і</p>

	<p>поведінку для досягнення цілей у законний спосіб на основі аналізу та застосування економічних знань [12 СЗО 4.9.1-1]</p> <p>- розрізняє форми особистої зайнятості [12 СЗО 4.9.1-2]</p> <p>- розуміє, як формується винагорода за працю [12 СЗО 4.9.1-3]</p> <p>- аналізує та ухвалює рішення щодо власного освітньо-професійного розвитку з урахуванням власних здібностей, цінностей, інтересів, ресурсів і можливостей [12 СЗО 4.11.1]</p>	<p>використанні фінансових ресурсів. Короткострокові та довгострокові фінансові рішення. Значення планування та відповідального ставлення до фінансів для досягнення життєвих цілей. Ризики необдуманих фінансових рішень. Наслідки імпульсивних витрат, фінансових зобов'язань і неправильного управління коштами. Формування відповідальної фінансової поведінки як складника особистого добробуту</p>	<p>довгострокових наслідків для добробуту людини. Практична вправа «Фінансові пріоритети» — визначення особистих фінансових потреб і бажань, ранжування витрат за важливістю, обговорення принципів відповідального використання коштів. Мініпроект «Фінансова стратегія молоді людини» — створення рекомендацій або інфографіки про основні принципи ухвалення фінансових рішень, що сприяють формуванню стабільного добробуту.</p>
13	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: - ухвалює рішення та здійснює вибір стратегії безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1]</p> <p>- визначає алгоритм і моделює безпечну поведінку для запобігання виникненню небезпечних ситуацій різного характеру [12 СЗО 2.4.1-1]</p> <p>- безпечно й конструктивно виявляє емоції, допомагає іншим під час стресових ситуацій [12 СЗО 2.4.1-4]</p>	<p>Тема 3. Психологія фінансових рішень і типові помилки фінансової поведінки Психологічні чинники фінансової поведінки людини. Уплив емоцій, установок, соціального середовища та життєвого досвіду на ухвалення фінансових рішень. Раціональні та емоційні фінансові рішення. Усвідомлення ролі імпульсивності, соціального тиску, реклами та моди у</p>	<p>Інтерактивна вправа «Фінансові пастки» — аналіз прикладів рекламних пропозицій, акцій і кредитних пропозицій для визначення можливих маніпуляцій та психологічних прийомів впливу на споживача / споживачку. Кейс-аналіз «Чому люди роблять фінансові помилки?» — розгляд змодельованих життєвих ситуацій (імпульсивні покупки, витрати під</p>

	<p>- аналізує, оцінює та коригує власні моделі поведінки, які приносять користь і задоволення та сприяють збереженню здоров'я, безпеки, добробуту [12 СЗО 3.4.1]</p> <p>- обґрунтовує необхідність вибору на користь навчання впродовж життя на основі життєвих прикладів та інформації з різних джерел [12 СЗО 4.1.1-1]</p> <p>- аналізує прояви тиску та маніпуляцій і добирає способи протистояння таким проявам [12 СЗО 4.3.1-3]</p> <p>- здійснює раціональний вибір матеріальних і культурних цінностей на основі їхнього впливу на здоров'я, безпеку та добробут [12 СЗО 4.5.1-1]</p>	<p>формуванні фінансових виборів.</p> <p>Поведінкові особливості людини у сфері фінансів.</p> <p>Поняття фінансових упереджень і когнітивних помилок.</p> <p>Типові помилки фінансової поведінки: імпульсивні витрати, недооцінювання ризиків, надмірна довіра до реклами, відкладання фінансових рішень.</p> <p>Уплив медіа, реклами та соціальних мереж на споживчу поведінку.</p> <p>Формування усвідомленої фінансової поведінки. Розвиток навичок критичного аналізу фінансових пропозицій та ухвалення зважених фінансових рішень</p>	<p>упливом реклами, необдумані фінансові рішення) з визначенням причин і можливих наслідків.</p> <p>Рольова вправа «Фінансове рішення» — моделювання ситуації вибору між кількома фінансовими варіантами (купівля, заощадження, інвестиція) з аргументацією власного рішення.</p> <p>Мінідослідження «Уплив реклами на споживчу поведінку» — аналіз прикладів реклами з визначенням психологічних прийомів, що стимулюють витрати, та обговорення способів ухвалення більш усвідомлених фінансових рішень</p>
14	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- ухвалює рішення та здійснює вибір стратегії безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1]</p> <p>- демонструє відповідальне ставлення до обрання рішень, які стосуються власного життя і здоров'я [12 СЗО 2.4.1-5]</p> <p>- демонструє здатність навчатися спільно та автономно і</p>	<p>Тема 4. Відповідальне споживання</p> <p>Поняття споживання та споживчої поведінки людини. Потреби й бажання в структурі споживання.</p> <p>Усвідомлення різниці між необхідними витратами та надмірним споживанням.</p> <p>Відповідальне споживання як складник сталого розвитку.</p> <p>Раціональне</p>	<p>Практична вправа «Потреба чи бажання?» — аналіз прикладів покупок та визначення, які з них є реальними потребами, а які — імпульсивними бажаннями, обговорення впливу таких рішень на особистий бюджет.</p> <p>Кейс-аналіз «Історія одного товару» — дослідження походження товару (виробництво, ресурси,</p>

	<p>самостійно організувати навчання [12 СЗО 4.1.1-2]</p> <p>- прогнозує наслідки порушення правил техніки безпеки на робочому місці [12 СЗО 2.2.2-3]</p> <p>- аналізує та обґрунтовує альтернативи власних дій і рішень для забезпечення здорового способу життя, ураховуючи користь для себе та інших осіб [12 СЗО 3.1.1-1]</p> <p>- усвідомлює наслідки власних дій щодо власного здоров'я тепер і в майбутньому [12 СЗО 3.3.1]</p>	<p>використання ресурсів, свідомий вибір товарів і послуг, зменшення негативного впливу на довкілля.</p> <p>Економічні, соціальні та екологічні наслідки споживчої поведінки. Уплив індивідуальних рішень споживачів на суспільство, економіку та довкілля.</p> <p>Інформаційна обізнаність споживача / споживачки. Аналіз інформації про товар або послугу: якість, походження, умови виробництва, вплив на здоров'я та довкілля.</p> <p>Формування культури відповідального споживання: свідомий вибір, поміркованість, довгострокове планування витрат.</p> <p>Усвідомлення ролі особистих споживчих рішень у формуванні добробуту людини та сталого розвитку суспільства</p>	<p>транспортування, утилізація) та обговорення його впливу на довкілля і суспільство.</p> <p>Мініпроект «Відповідальні споживачі» — створення інфографіки, постера або короткої презентації про принципи свідомого вибору товарів і послуг.</p> <p>Експеримент «Тиждень свідомих покупок» — виконання невеликого спостереження за власними покупками протягом тижня з подальшим аналізом витрат і висновками щодо відповідального споживання</p>
15	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- уміє вирізняти прийнятні та неприйнятні альтернативні рішення і ризику для здоров'я, безпеки та добробуту, зокрема, під час використання інформаційно-комунікаційних технологій [12 СЗО 3.1.1-2]</p>	<p>Тема 5. Права споживачів</p> <p>Поняття споживача / споживачки. Роль споживача / споживачки в сучасній економіці та ринкових відносинах.</p> <p>Основні права споживача / споживачки. Право на безпечні та якісні товари</p>	<p>Кейс-аналіз «Порушення прав споживача / споживачки» — аналіз змодельованих життєвих ситуацій (неякісний товар, відмова в поверненні, недостовірна реклама) з визначенням прав</p>

	<p>- обґрунтовує альтернативи споживчого вибору, використовує можливості дізнатися про безпечність продуктів і виробництва для підтримки здорового способу життя [12 СЗО 3.1.1-3]</p> <p>- уміє робити вибір на користь власного здоров'я і безпеки [12 СЗО 3.4.1-2]</p> <p>- використовує принципи медіаграмотності щодо здоров'я, безпеки та добробуту в різних джерелах [12 СЗО 4.2.1]</p> <p>- співпрацює в команді на основі особистих знань, умінь і прагнень кожного її члена для досягнення результату діяльності, спрямованої на здоров'я, безпеку та добробут [12 СЗО 4.7.1]</p> <p>- оцінює власні можливості, здібності, знання, вміння, ресурси, потреби та обмеження [12 СЗО 4.11.1-1]</p>	<p>й послуги, право на інформацію про товар, право на вибір, право на захист і відшкодування збитків.</p> <p>Інформація про товари і послуги. Значення маркування, інструкцій, умов використання та гарантійних зобов'язань. Типові порушення прав споживачів. Неналежна якість товарів або послуг, недостовірна реклама, приховування важливої інформації.</p> <p>Механізми захисту прав споживачів. Можливості звернення до продавця, виробника, органів захисту прав споживачів, громадських організацій.</p> <p>Формування правової культури споживача / споживачки та відповідального ставлення до власних прав і обов'язків у сфері споживання</p>	<p>споживача / споживачки та можливих способів їхнього захисту.</p> <p>Практична вправа «Читаємо інформацію про товар» — дослідження упаковок або онлайн-описів товарів для визначення важливої інформації (склад, умови використання, гарантія, виробник).</p> <p>Рольова вправа «Діалог із продавцем» — моделювання ситуації звернення до продавця щодо обміну або повернення товару з аргументацією власної позиції.</p> <p>Мініпроект «Пам'ятка споживачів» — створення інфографіки або коротких рекомендацій про основні права споживачів / споживачок і правила безпечної поведінки під час придбання товарів і послуг</p>
16	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- ухвалює рішення та здійснює вибір стратегії безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1]</p>	<p>Тема 6. Фінансові шахрайства та захист власних коштів</p> <p>Поняття фінансового шахрайства. Основні форми фінансових шахрайств у сучасному суспільстві.</p>	<p>Кейс-аналіз «Шахрайська схема» — аналіз реальних або змодельованих ситуацій фінансового шахрайства (фішингові повідомлення, телефонні дзвінки «від банку», підозрілі інвестиційні</p>

<p>- визначає алгоритм і моделює безпечну поведінку для запобігання виникненню небезпечних ситуацій різного характеру [12 СЗО 2.4.1-1]</p> <p>- безпечно і конструктивно виявляє емоції, допомагає іншим під час стресових ситуацій [12 СЗО 2.4.1-4]</p> <p>- аналізує, оцінює та коригує власні моделі поведінки, які приносять користь і задоволення та сприяють збереженню здоров'я, безпеки, добробуту [12 СЗО 3.4.1]</p> <p>- обґрунтовує необхідність вибору на користь навчання впродовж життя на основі життєвих прикладів та інформації з різних джерел [12 СЗО 4.1.1-1]</p> <p>- аналізує прояви тиску та маніпуляцій і добирає способи протистояння таким проявам [12 СЗО 4.3.1-3]</p> <p>- здійснює раціональний вибір матеріальних і культурних цінностей на основі їхнього впливу на здоров'я, безпеку та добробут [12 СЗО 4.5.1-1]</p>	<p>Поширені схеми шахрайства: телефонне та інтернет-шахрайство, фішинг, шахрайські фінансові пропозиції, псевдоінвестиції, маніпуляції з банківськими картками. Ризики цифрового фінансового середовища. Використання соціальних мереж, електронних платежів і онлайн-платформ у фінансових операціях.</p> <p>Ознаки шахрайських дій і маніпуляцій. Виявлення підозрілих фінансових пропозицій та недостовірної інформації. Правила фінансової безпеки. Захист персональних і банківських даних, відповідальне користування цифровими фінансовими сервісами. Дії у випадку фінансового шахрайства. Можливості звернення до банківських установ, правоохоронних органів і служб підтримки.</p> <p>Формування відповідальної фінансової поведінки та усвідомленого ставлення до захисту власних коштів</p>	<p>пропозиції) з визначенням ознак небезпеки та способів реагування.</p> <p>Практична вправа «Розпізнай шахрайство» — робота з прикладами електронних листів, повідомлень або рекламних пропозицій для виявлення маніпулятивних ознак і потенційних ризиків.</p> <p>Симуляційна вправа «Фінансове рішення» — моделювання ситуацій вибору між різними фінансовими пропозиціями з оцінюванням їхньої надійності та можливих ризиків.</p> <p>Мініпроект «Правила фінансової безпеки» — створення інфографіки, пам'ятки або цифрових матеріалів про основні правила захисту персональних і банківських даних та безпечної фінансової поведінки</p>
---	--	---

Розділ 4. Культура довгострокового планування життя

17	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - визначає пріоритети в різних сферах власної навчальної діяльності на основі самоаналізу і потреби в самореалізації [12 СЗО 4.1.2-1] - розпізнає й реалізує нові можливості власного розвитку в законний спосіб на основі самостійного аналізу досвіду та отриманих уроків [12 СЗО 4.3.1-2] - уміє знаходити мотивацію та виявляє гнучкість щодо власної діяльності та досягнення цілей в умовах швидких змін і складнощів [12 СЗО 4.6.2-3] - моделює власне майбутнє, усвідомлюючи значущість усіх сфер життя з урахуванням власних інтересів і можливостей самореалізації, власних і суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 4.6.1] - аналізує варіанти власних рішень без впливу упереджень щодо професій і гендерно-рольових моделей [12 СЗО 4.11.1-4] 	<p>Тема 1. Керування часом та особистими ресурсами</p> <p>Поняття часу як особистого ресурсу людини. Значення раціонального використання часу для навчання, професійного розвитку, відпочинку та особистого життя.</p> <p>Особисті ресурси людини: час, енергія, знання, навички, соціальні контакти. Взаємозв'язок між управлінням ресурсами та досягненням життєвих цілей.</p> <p>Основи управління часом. Планування діяльності, визначення пріоритетів, розподіл часу між навчанням, особистим розвитком і відпочинком.</p> <p>Типові труднощі у використанні часу: перевантаження, прокрастинація, відволікання в цифровому середовищі.</p> <p>Методи організації діяльності та планування часу. Усвідомлене ставлення до власних ресурсів як умова ефективної діяльності.</p> <p>Формування навичок відповідального управління часом і особистими ресурсами як</p>	<p>Практична вправа «Аудит мого часу» — учні / учениці аналізують власний розподіл часу протягом дня або тижня, визначають основні «поглиначі часу» та формують рекомендації для ефективнішого планування.</p> <p>Інтерактивна вправа «Матриця пріоритетів» — робота з моделлю визначення пріоритетів (важливе / термінове) для планування навчальних і особистих справ.</p> <p>Мініпроект «Мій ресурсний баланс» — створення візуальної схеми або ментальної карти особистих ресурсів (час, енергія, знання, підтримка) та їхнє використання для досягнення цілей.</p> <p>Цифрова практика «Інструменти планування» — ознайомлення із сучасними інструментами організації часу (календарі, списки завдань, тайм-трекери) та обговорення їхніх можливостей для навчання й особистого розвитку</p>
----	---	---	---

		складника життєвої стратегії людини	
18	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ухвалює рішення та здійснює вибір стратегії безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1] - визначає альтернативи власних дій та рішень для успішної життєдіяльності з метою розвитку, формування здорового способу життя [12 СЗО 3.1.1] - визначає цінності та потреби, пов'язані з різними сферами життя, саморозвитку і самореалізації для створення моделі власного майбутнього [12 СЗО 4.6.1-1] - ставить чіткі цілі щодо власного майбутнього та вибудовує стратегії їхнього досягнення [12 СЗО 4.6.2-1] - конструктивно сприймає зміни та ефективно адаптує свої плани й ресурси в умовах швидких змін як можливість нового рішення для задоволення своїх потреб [12 СЗО 4.6.2-2] 	<p>Тема 2. Особистий життєвий план</p> <p>Поняття життєвого планування. Значення усвідомленого визначення життєвих цілей і пріоритетів для особистісного розвитку людини.</p> <p>Життєві цілі та їхня роль у формуванні особистої стратегії розвитку.</p> <p>Короткострокові, середньострокові та довгострокові цілі.</p> <p>Фактори, що впливають на формування життєвих планів: особисті інтереси, цінності, здібності, освітні можливості, соціальне середовище.</p> <p>Планування освіти, професійного розвитку та особистого життя.</p> <p>Усвідомлення ролі відповідальних рішень у побудові майбутнього.</p> <p>Гнучкість життєвих планів. Здатність адаптувати цілі та плани відповідно до змін у життєвих обставинах.</p> <p>Формування навичок усвідомленого планування власного майбутнього та відповідального</p>	<p>Практична вправа «Моя життєва траєкторія» — створення візуальної схеми або карти життєвих цілей (освіта, професія, особистий розвиток, добробут) із визначенням можливих кроків для їхнього досягнення.</p> <p>Вправа «Цілі і пріоритети» — визначення короткострокових і довгострокових цілей, обговорення їхньої реалістичності та взаємозв'язку з особистими цінностями.</p> <p>Кейс-аналіз «Життєвий вибір» — аналіз змодельованих життєвих ситуацій (вибір освітнього шляху, професії, можливостей розвитку) з обговоренням можливих наслідків різних рішень.</p> <p>Мініпроект «План розвитку на найближчі роки» — розроблення індивідуального плану навчання та особистого розвитку з визначенням необхідних ресурсів і можливих кроків для його реалізації</p>

		ставлення до життєвих рішень	
19	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ухвалює рішення та здійснює вибір стратегії безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1] - визначає альтернативи власних дій та рішень для успішної життєдіяльності з метою розвитку, формування здорового способу життя [12 СЗО 3.1.1] - визначає цінності та потреби, пов'язані з різними сферами життя, саморозвитку й самореалізації для створення моделі власного майбутнього [12 СЗО 4.6.1-1] - ставить чіткі цілі щодо власного майбутнього та вибудовує стратегії їхнього досягнення [12 СЗО 4.6.2-1] - уміє знаходити мотивацію та виявляє гнучкість щодо власної діяльності та досягнення цілей в умовах швидких змін і складнощів [12 СЗО 4.6.2-3] - конструктивно сприймає зміни та ефективно адаптує свої плани й ресурси в умовах швидких змін як можливість нового рішення для задоволення своїх потреб [12 СЗО 4.6.2-2] 	<p>Тема 3. Довгострокове планування життя в умовах змін</p> <p>Поняття довгострокового планування життя. Значення планування майбутнього для особистісного розвитку, професійного становлення та життєвого добробуту.</p> <p>Сучасний світ як середовище швидких змін. Соціальні, економічні, технологічні та глобальні фактори, що впливають на життєві можливості людини.</p> <p>Невизначеність як особливість сучасного життя. Усвідомлення необхідності гнучкого мислення та готовності до змін.</p> <p>Стратегічне мислення в плануванні життя. Визначення довгострокових цілей, можливих сценаріїв розвитку та шляхів їхнього досягнення.</p> <p>Адаптивність життєвих планів. Уміння коригувати власні цілі відповідно до змін у суспільстві, економіці та особистих обставинах.</p> <p>Формування здатності поєднувати</p>	<p>Сценарна вправа «Майбутнє у варіантах» — робота в групах над створенням кількох можливих сценаріїв розвитку життя (освіта, професія, зміни у світі) з обговоренням можливих рішень у різних умовах.</p> <p>Інтерактивна вправа «Фактори змін» — аналіз прикладів соціальних, економічних і технологічних змін (цифровізація, нові професії, глобальні виклики) та їхнього можливого впливу на життєві плани людини.</p> <p>Мініпроект «Мій адаптивний план» — створення схеми або карти життєвих цілей із визначенням альтернативних шляхів їхнього досягнення в разі змін обставин.</p> <p>Рефлексійна вправа «Навички майбутнього» — визначення ключових умінь і компетентностей, які допомагають людині адаптуватися до змін і планувати власний розвиток</p>

		довгострокове бачення майбутнього з гнучкістю в ухваленні життєвих рішень	
20	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - ухвалює рішення та здійснює вибір стратегії безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1] - визначає альтернативи власних дій та рішень для успішної життєдіяльності з метою розвитку, формування здорового способу життя [12 СЗО 3.1.1] - визначає цінності та потреби, пов'язані з різними сферами життя, саморозвитку і самореалізації для створення моделі власного майбутнього [12 СЗО 4.6.1-1] - ставить чіткі цілі щодо власного майбутнього та вибудовує стратегії їхнього досягнення [12 СЗО 4.6.2-1] - конструктивно сприймає зміни та ефективно адаптує свої плани й ресурси в умовах швидких змін як можливість нового рішення для задоволення своїх потреб [12 СЗО 4.6.2-2] 	<p>Тема 4. Цінності та життєві пріоритети</p> <p>Поняття цінностей у житті людини. Особисті та суспільні цінності, їхня роль у формуванні світогляду та життєвих орієнтирів.</p> <p>Життєві пріоритети людини. Уплив цінностей на вибір цілей, життєвих стратегій й ухвалення рішень.</p> <p>Фактори формування цінностей: родина, культура, освіта, соціальне середовище, медіапростір.</p> <p>Баланс між різними сферами життя: освіта, професійна діяльність, здоров'я, особисті стосунки, самореалізація.</p> <p>Цінності як основа відповідальних життєвих рішень. Взаємозв'язок між цінностями, поведінкою людини та її життєвими результатами.</p> <p>Формування здатності усвідомлювати власні цінності, визначати життєві пріоритети та узгоджувати їх із довгостроковими життєвими цілями</p>	<p>Інтерактивна вправа «Моя система цінностей» — визначення особистих цінностей за допомогою карток або списку життєвих орієнтирів (здоров'я, сім'я, освіта, свобода, самореалізація тощо) та обговорення їхнього значення для життєвих рішень.</p> <p>Вправа «Дилема вибору» — аналіз змодельованих життєвих ситуацій, у яких необхідно зробити вибір між різними цінностями або пріоритетами, обговорення можливих наслідків такого вибору.</p> <p>Мініпроект «Баланс життєвих сфер» — створення візуальної моделі або схеми, що відображає співвідношення основних сфер життя (здоров'я, освіта, кар'єра, стосунки, розвиток) та їхнє значення для особистого добробуту.</p> <p>Рефлексійна вправа «Мій життєвий компас» — визначення власних життєвих</p>

			пріоритетів і обговорення того, як вони можуть упливати на майбутні рішення та життєві цілі
21	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оцінює ризики й надає допомогу іншим особам у запобіганні та вирішенні конфліктних ситуацій [12 СЗО 1.3.2-2] - аналізує ризики виникнення, взаємодію факторів небезпечних ситуацій природного, техногенного, соціального і воєнного походження [12 СЗО 2.2.1] - визначає альтернативи власних дій та рішень для успішної життєдіяльності з метою розвитку, формування здорового способу життя [12 СЗО 3.1.1] - знає сучасні стратегії й тактики комунікації для порозуміння в спілкуванні з метою досягнення позитивних результатів для безпеки та добробуту [12 СЗО 4.4.1-1] - ухвалює рішення та здійснює вибір стратегії безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1] - обґрунтовує рішення щодо вибору стратегії поведінки для збереження власних безпеки, здоров'я та добробуту з урахуванням аналізу 	<p>Тема 5. Особисті межі та фінансова відповідальність у партнерських стосунках</p> <p>Поняття особистих меж у міжособистісних взаєминах. Значення поваги до особистого простору, прав і відповідальності кожної людини в партнерських стосунках.</p> <p>Фінансова відповідальність у спільному житті. Основи взаємної домовленості щодо використання фінансових ресурсів, розподілу витрат і фінансових зобов'язань.</p> <p>Фінансова культура партнерських стосунків. Відкритість у фінансових питаннях, довіра, спільне планування витрат і фінансових рішень.</p> <p>Можливі конфлікти у фінансових питаннях та способи їхнього конструктивного вирішення. Значення діалогу, взаємоповаги та відповідальності.</p> <p>Ризики фінансової залежності та маніпуляцій у</p>	<p>Аналіз життєвих кейсів «Фінанси у стосунках» — робота з короткими ситуаціями (спільні витрати, борги, фінансова допомога, спільні покупки) з обговоренням можливих рішень та меж фінансової відповідальності.</p> <p>Рольова вправа «Домовленості в партнерстві» — моделювання діалогу між партнерами / партнерками щодо розподілу витрат, планування бюджету або ухвалення фінансових рішень із подальшим обговоренням принципів взаємної поваги та відповідальності.</p> <p>Інтерактивна вправа «Межі та згода» — обговорення різних ситуацій, у яких важливо визначати та поважати особисті межі (фінансові рішення, спільні витрати, подарунки, фінансова підтримка).</p> <p>Мінідослідження «Фінансова культура партнерських</p>

	<p>опрацьованої інформації та ймовірних моделей небезпечних ситуацій [12 СЗО 2.3.1-1]</p>	<p>партнерських стосунках. Усвідомлення важливості збереження особистої фінансової самостійності. Формування культури відповідальних партнерських стосунків, що ґрунтуються на взаємній повазі, довірі та усвідомленій фінансовій поведінці</p>	<p>стосунків» — робота в групах над створенням переліку правил або принципів здорових фінансових стосунків, їхня презентація та обговорення</p>
22	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - утілює в життєдіяльність оптимальні стратегії відповідальної поведінки для забезпечення особистого та суспільного добробуту на основі суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.2] - обґрунтовує роль громадянської активності та оборонної свідомості для особистого та суспільного добробуту [12 СЗО 1.1.2-3] - запобігає виникненню ситуацій неповаги до прав людини, приниження гідності себе та інших осіб [12 СЗО 1.2.1-1] - розпізнає та застосовує прийоми емоційної підтримки інших осіб у разі виникнення в них проблемних ситуацій (фізичних, психічних, соціальних) [12 СЗО 1.3.2-3] - ухвалює рішення та здійснює вибір стратегії безпечної 	<p>Тема 6. Особисті межі в професійній діяльності Поняття особистих меж у професійному середовищі. Значення поваги до особистого часу, ресурсів і прав працівника. Баланс між професійною діяльністю та особистим життям. Ризики професійного перевантаження та емоційного виснаження. Етичні норми професійної взаємодії. Повага, відповідальність, дотримання професійної етики та конструктивна комунікація в робочому середовищі. Професійні ролі, відповідальність і межі повноважень. Усвідомлення власних обов'язків і відповідальності в професійній діяльності. Профілактика професійного вигорання.</p>	<p>Аналіз професійних кейсів «Межі на роботі» — робота з реалістичними ситуаціями (перевантаження завданнями, робочі повідомлення в позаробочий час, конфлікти ролей) із визначенням можливих рішень та обговоренням важливості професійних меж.</p> <p>Рольова вправа «Складна розмова» — моделювання діалогу між працівником / працівницею і керівником / керівницею або колегами щодо розподілу завдань, робочого часу чи відповідальності з подальшим аналізом ефективних комунікаційних стратегій.</p> <p>Інтерактивна вправа «Баланс життя й</p>

<p>поведінки в різних життєвих ситуаціях з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1]</p> <p>- демонструє здатність навчатися спільно та автономно й самостійно організувати навчання [12 СЗО 4.1.1-2]</p> <p>- аналізує прояви тиску та маніпуляцій і добирає способи протистояння таким проявам [12 СЗО 4.3.1-3]</p> <p>- уміє застосовувати ефективні стратегії керування емоціями, поведінкою та контролю власного емоційного стану [12 СЗО 4.4.1-2]</p> <p>- співпрацює в команді на основі особистих знань, умінь і прагнень кожного її члена для досягнення результату діяльності, спрямованої на здоров'я, безпеку та добробут [12 СЗО 4.7.1]</p> <p>- визначає вплив різних форм дискримінації на здоров'я, безпеку та добробут [12 СЗО 4.8.1-1]</p>	<p>Значення саморегуляції, управління ресурсами та підтримання психологічного благополуччя.</p> <p>Формування культури здорового професійного середовища, що ґрунтується на взаємоповазі, відповідальності та дотриманні особистих і професійних меж</p>	<p>роботи» — створення особистої схеми розподілу часу між основними сферами життя (робота, навчання, відпочинок, особистий розвиток) з обговоренням принципів здорового балансу.</p> <p>Мініпроект «Правила здорового робочого середовища» — робота в групах над створенням переліку принципів взаємоповаги, відповідальності та дотримання професійних меж у колективі</p>
--	--	---

11 КЛАС. «Життєва траєкторія»

Розділ 5. Здоров'я впродовж життя

23	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none">- аналізує та моделює втілення у власне життя оптимальних стратегій безпечної поведінки для збереження власного життя та здоров'я, а також життя і здоров'я інших осіб у різних життєвих ситуаціях [12 СЗО 1.1.2-2]- запобігає виникненню ситуацій неповаги до прав людини, приниження гідності себе та інших осіб [12 СЗО 1.2.1-1]- визначає та пояснює інтереси людей з іншими переконаннями з питань збереження здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 1.2.2-1]- ухвалює рішення та здійснює вибір стратегії безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1]- аналізує власну поведінку та вмє оцінити наслідки в короткостроковій і тривалій перспективі для себе й для інших осіб [12 СЗО 3.3.1-1]- оцінює важливий вплив відповідальної поведінки на власні безпеку, життя, здоров'я і добробут тепер і в майбутньому [12 СЗО 3.3.2-1]	<p>Тема 1. Ментальне здоров'я та емоційна грамотність</p> <p>Поняття ментального здоров'я та його значення для якості життя людини. Взаємозв'язок ментального, фізичного та соціального здоров'я. Емоції та їхня роль у житті людини. Основні види емоцій, їхні функції та значення для самопізнання і взаємодії з іншими людьми.</p> <p>Поняття емоційної грамотності. Усвідомлення, розпізнавання та конструктивне вираження власних емоцій.</p> <p>Уплив емоційного стану на поведінку, ухвалення рішень і міжособистісні взаємини.</p> <p>Навички емоційної саморегуляції. Способи управління емоціями в складних життєвих ситуаціях.</p> <p>Підтримка ментального здоров'я в щоденному житті. Роль відпочинку, соціальної підтримки, комунікації та здорових звичок.</p>	<p>Інтерактивна вправа «Емоційний барометр» — визначення та обговорення різних емоційних станів у щоденних ситуаціях, аналіз того, як емоції впливають на поведінку та ухвалення рішень.</p> <p>Практикум «Навички емоційної саморегуляції» — ознайомлення з простими техніками управління емоціями (дихальні вправи, пауза перед реакцією, усвідомлення емоцій) та їхнє відпрацювання на прикладах життєвих ситуацій.</p> <p>Мінідослідження «Що підтримує ментальне здоров'я» — робота в групах над визначенням факторів, що позитивно впливають на психоемоційний стан людини (відпочинок, спілкування, фізична активність, творчість), із подальшою презентацією результатів.</p> <p>Рефлексійна вправа «Мій ресурсний список» — створення індивідуального</p>
----	--	--	--

	<p>- створює власну освітню траєкторію на основі самоаналізу, потреби самореалізації, запитів суспільства і перспектив його розвитку [12 СЗО 4.1.2]</p> <p>- аналізує прояви тиску та маніпуляцій і добирає способи протистояння таким проявам [12 СЗО 4.3.1-3]</p> <p>- знає сучасні стратегії і тактики комунікації для порозуміння в спілкуванні з метою досягнення позитивних результатів для безпеки та добробуту [12 СЗО 4.4.1-1]</p>	<p>Формування відповідального ставлення до власного психоемоційного стану та готовності звертатися по допомогу в разі потреби</p>	<p>переліку занять, практик або звичок, які допомагають підтримувати емоційну рівновагу та психологічне благополуччя</p>
24	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- аналізує та моделює втілення у власне життя оптимальних стратегій безпечної поведінки для збереження власного життя та здоров'я, а також життя і здоров'я інших осіб у різних життєвих ситуаціях [12 СЗО 1.1.2-2]</p> <p>- розпізнає та застосовує прийоми емоційної підтримки інших осіб у разі виникнення в них проблемних ситуацій (фізичних, психічних, соціальних) [12 СЗО 1.3.2-3]</p> <p>- зіставляє прогнозовані та непрогнозовані життєві ситуації [12 СЗО 2.1.1-1]</p> <p>- презентує обрану стратегію власного способу життя та обґрунтовує її з урахуванням отриманої інформації</p>	<p>Тема 2. Подолання «синдрому відкладеного життя»</p> <p>Поняття «синдрому відкладеного життя». Причини виникнення цього явища в сучасному суспільстві: страх помилки, невпевненість у собі, соціальні очікування, перфекціонізм.</p> <p>Уплив установки «жити потім» на життєві рішення, мотивацію та психологічний стан людини.</p> <p>Роль усвідомлення власних цінностей, потреб і життєвих цілей у подоланні відкладання важливих рішень і дій.</p> <p>Формування активної життєвої позиції.</p>	<p>Вправа «Життя зараз чи потім?» — аналіз типових життєвих ситуацій, у яких люди відкладають важливі рішення або дії, обговорення причин і можливих наслідків такої поведінки.</p> <p>Інтерактивна вправа «Маленькі кроки до мети» — визначення особистої мети та розроблення короткого плану її досягнення через послідовні невеликі дії.</p> <p>Мінідослідження «Що заважає діяти?» — робота в групах над визначенням факторів, що спричиняють прокрастинацію (страх помилки, невпевненість, перевантаження</p>

	<p>[12 СЗО 2.3.1-2] - аналізує ризики виникнення, взаємодію факторів небезпечних ситуацій природного, техногенного, соціального і воєнного походження</p> <p>[12 СЗО 2.2.1] - демонструє відповідальне ставлення до обрання рішень, які стосуються власного життя і здоров'я</p> <p>[12 СЗО 2.4.1-5] - визначає альтернативи власних дій та рішень для успішної життєдіяльності з метою розвитку, формування здорового способу життя</p> <p>[12 СЗО 3.1.1]</p>	<p>Значення маленьких кроків, реалістичних цілей і поступового досягнення результатів. Прокрастинація та її вплив на особистий розвиток. Відмінність між відпочинком і відкладанням важливих справ. Стратегії подолання «синдрому відкладеного життя»: постановка короткострокових цілей, планування діяльності, розвиток відповідальності за власні рішення. Формування установки на усвідомлене життя, активну самореалізацію та відповідальність за власний життєвий шлях</p>	<p>інформацією), з подальшим обговоренням способів їхнього подолання.</p> <p>Рефлексійна вправа «Мій план дій на найближчий час» — формулювання конкретних короткострокових цілей і визначення першого кроку для їхньої реалізації</p>
--	---	--	---

25	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бере на себе відповідальність за збереження, формування і розвиток власних здоров'я, безпеки та добробуту і здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб на основі особистих і суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.1] - утілює в життєдіяльність оптимальні стратегії відповідальної поведінки для забезпечення особистого та суспільного добробуту на основі суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.2] - ідентифікує способи запобігання виникненню конфліктних ситуацій і вирішення їх самостійно та у взаємодії з іншими особами [12 СЗО 1.3.2-1] - зіставляє прогнозовані та непрогнозовані життєві ситуації [12 СЗО 2.1.1-1] - ухвалює рішення та здійснює вибір стратегії безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1] - безпечно і конструктивно виявляє емоції, допомагає іншим під час стресових ситуацій [12 СЗО 2.4.1-4] - демонструє відповідальне ставлення до обрання рішень, які стосуються власного життя і здоров'я 	<p>Тема 3. Керування стресом, саморегуляція, життєва стійкість</p> <p>Поняття стресу та його роль у житті людини. Види стресу та причини його виникнення в сучасному житті. Уплив стресу на фізичний і психоемоційний стани людини. Ознаки перевтоми, емоційного напруження та тривалого стресу. Поняття саморегуляції. Значення усвідомлення власного емоційного стану та навичок управління емоціями й поведінкою. Життєва стійкість (резильєнтність) як здатність людини долати труднощі, адаптуватися до змін та відновлювати внутрішні ресурси. Практичні способи керування стресом: планування діяльності, відпочинок, фізична активність, підтримка соціальних зв'язків, техніки емоційної саморегуляції. Формування відповідального ставлення до власного психоемоційного стану, розвиток навичок підтримання психологічного</p>	<p>Інтерактивна вправа «Карта стресу» — визначення типових ситуацій, що викликають стрес у щоденному житті, та обговорення можливих способів реагування та підтримання емоційної рівноваги.</p> <p>Практикум «Техніки саморегуляції» — ознайомлення та відпрацювання простих технік керування емоційним станом (дихальні вправи, короткі паузи відновлення, усвідомлення емоцій).</p> <p>Мінідослідження «Що допомагає долати труднощі» — робота в групах над визначенням факторів життєвої стійкості (підтримання близьких, планування, позитивне мислення, фізична активність) із подальшим обговоренням.</p> <p>Рефлексійна вправа «Мій ресурсний набір» — створення індивідуального переліку способів відновлення внутрішніх ресурсів і підтримання психологічного благополуччя</p>
----	--	---	---

<p>[12 СЗО 2.4.1-5]</p> <ul style="list-style-type: none"> - оцінює важливий вплив відповідальної поведінки на власні безпеку, життя, здоров'я і добробут тепер і в майбутньому [12 СЗО 3.3.2-1] - моделює поведінку, яка приносить користь і задоволення для здоров'я і життя, зважаючи на вплив зовнішніх факторів [12 СЗО 3.4.1-1] - визначає пріоритети в різних сферах власної навчальної діяльності на основі самоаналізу і потреби в самореалізації [12 СЗО 4.1.2-1] - визначає довгострокові цілі, складає та корегує плани дій для досягнення успіху й добробуту в умовах невизначеності та непередбачуваності [12 СЗО 4.3.1-1] - вибудовує стратегії комунікації щодо безпеки і добробуту [СЗО 4.4.1] - моделює власне майбутнє, усвідомлюючи значущість усіх сфер життя з урахуванням власних інтересів і можливостей самореалізації, власних і суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 4.6.1] - оцінює наслідки недотримання етичних норм поведінки та їхній вплив на людей, сім'ю, суспільство і середовище [12 СЗО 4.8.1-2] 	<p>благополуччя та життєвої стійкості</p>	
---	---	--

26	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - запобігає виникненню ситуацій неповаги до прав людини, приниження гідності себе та інших осіб [12 СЗО 1.2.1-1] - розпізнає та застосовує прийоми емоційної підтримки інших осіб у разі виникнення в них проблемних ситуацій (фізичних, психічних, соціальних) [12 СЗО 1.3.2-3] - аналізує взаємодію факторів у надзвичайних і небезпечних життєвих ситуаціях [12 СЗО 2.2.1-2] - визначає алгоритм і моделює безпечну поведінку для запобігання виникненню небезпечних ситуацій різного характеру [12 СЗО 2.4.1-1] - безпечно та конструктивно виявляє емоції, допомагає іншим під час стресових ситуацій [12 СЗО 2.4.1-4] - аналізує власну поведінку та вмє оцінити наслідки в короткостроковій і тривалій перспективі для себе і для інших осіб [12 СЗО 3.3.1-1] - використовує принципи медіаграмотності щодо здоров'я, безпеки та добробуту в різних джерелах [12 СЗО 4.2.1] - вибудовує стратегії комунікації щодо безпеки і добробуту [СЗО 4.4.1] 	<p>Тема 4. Біоетика професійної діяльності</p> <p>Поняття біоетики та її значення в сучасному суспільстві. Біоетика як система моральних принципів, що регулюють відповідальне ставлення людини до життя, здоров'я та довкілля.</p> <p>Етичні засади професійної діяльності. Взаємозв'язок професійної відповідальності, моральних норм і суспільних очікувань.</p> <p>Повага до гідності людини, прав людини та принципів справедливості в професійній діяльності.</p> <p>Етичні виклики сучасного світу: розвиток науки й технологій, використання штучного інтелекту, вплив професійних рішень на життя людей і довкілля.</p> <p>Відповідальність фахівця / фахівчині за наслідки професійних рішень.</p> <p>Поняття професійної доброчесності та етичної поведінки.</p> <p>Формування усвідомленого ставлення до етичних принципів у професійній діяльності та готовності ухвалювати відповідальні рішення з</p>	<p>Аналіз етичних кейсів «Складний професійний вибір» — робота з прикладами ситуацій, у яких фахівець / фахівчиня має ухвалити рішення з урахуванням моральних принципів і можливих наслідків для людей та довкілля.</p> <p>Дискусія «Етика професії майбутнього» — обговорення етичних викликів, пов'язаних із розвитком технологій, використанням штучного інтелекту, впливом професійних рішень на суспільство.</p> <p>Рольова вправа «Етична дилема» — моделювання ситуацій професійної відповідальності, у яких учасники / учасниці пропонують можливі рішення та аргументують їх із позицій етичних принципів.</p> <p>Мініпроект «Кодекс відповідального фахівця / відповідальної фахівчині» — розроблення в групах короткого переліку принципів етичної професійної поведінки та їхня презентація</p>
----	---	---	--

	<p>- співпрацює в команді на основі особистих знань, умінь і прагнень кожного її члена для досягнення результату діяльності, спрямованої на здоров'я, безпеку та добробут [12 СЗО 4.7.1]</p>	<p>урахуванням суспільного блага</p>	
27	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - оцінює наслідки недотримання етичних норм поведінки та їхній вплив на людей, сім'ю, суспільство і середовище [12 СЗО 4.8.1-2] - розробляє стратегії подолання викликів, пов'язаних із використанням фінансово-економічних ресурсів для добробуту в законний спосіб [12 СЗО 4.9.1] - розрізняє форми особистої зайнятості [12 СЗО 4.9.1-2] - розуміє, як формується винагорода за працю [12 СЗО 4.9.1-3] - планує різні варіанти освітньо-професійного шляху на основі балансу власних ресурсів і цінностей, інформації щодо ринку праці, аналізуючи наслідки власних рішень [12 СЗО 4.11.1-3] - співпрацює в команді на основі особистих знань, умінь і прагнень кожного її члена для досягнення результату діяльності, спрямованої на здоров'я, безпеку та добробут [12 СЗО 4.7.1] 	<p>Тема 5. Культура добробуту в професійному середовищі</p> <p>Поняття добробуту в професійному житті людини. Взаємозв'язок професійної діяльності, якості життя та психологічного благополуччя.</p> <p>Культура добробуту в організації. Значення поваги, довіри, взаємної підтримки та етичної взаємодії в професійному колективі.</p> <p>Уплив умов праці, організації робочого часу та професійних взаємин на самопочуття й мотивацію працівників / працівниць.</p> <p>Професійне середовище та психологічна безпека. Значення відкритої комунікації, взаємної поваги та недопущення дискримінації, тиску або приниження.</p> <p>Баланс між професійною діяльністю та особистим життям як складник культури добробуту.</p>	<p>Аналіз кейсів «Здорове робоче середовище» — обговорення прикладів різних моделей професійного середовища (підтримувального та токсичного) з визначенням факторів, що впливають на добробут працівників та працівниць</p> <p>Інтерактивна вправа «Психологічна безпека в команді» — визначення правил взаємоповаги, підтримки та конструктивної комунікації в професійному колективі.</p> <p>Мінідослідження «Фактори професійного добробуту» — робота в групах над визначенням умов, які сприяють задоволеності працею (баланс роботи і життя, повага, можливості розвитку, справедливе ставлення).</p> <p>Мініпроект «Модель здорового професійного середовища» —</p>

		Формування відповідального ставлення до власного професійного розвитку, добробуту та підтримання здорового й безпечного робочого середовища	створення схеми або презентації, що відображає принципи культури добробуту в сучасному робочому середовищі
28	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - здійснює моніторинг та аналіз інформації для прогнозування наслідків небезпечних ситуацій [12 СЗО 2.2.1-3] - ухвалює рішення та здійснює вибір стратегії безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1] - уміє вирізняти прийнятні та неприйнятні альтернативні рішення і ризики для здоров'я, безпеки та добробуту, зокрема, під час використання інформаційно-комунікаційних технологій [12 СЗО 3.1.1-2] - уміє робити вибір на користь власного здоров'я і безпеки [12 СЗО 3.4.1-2] - аналізує інформацію в різних медіа, зіставляє її, та робить висновки щодо правдивості інформації з питань здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 4.2.1-1] - використовує підходи щодо уникнення небезпечного / шкідливого контенту і залучення до його поширення 	<p>Тема 6. Цифрова гігієна навчання й праці. Баланс онлайн- та офлайн-активності</p> <p>Поняття цифрової гігієни та її значення в сучасному житті людини. Уплив цифрових технологій на навчання, працю та щоденну діяльність. Переваги та ризики використання цифрових технологій. Надмірне використання гаджетів, інформаційне перевантаження, залежність від соціальних мереж. Баланс між онлайн- та офлайн-активностями як умова збереження фізичного та психоемоційного здоров'я. Організація навчальної та професійної діяльності в цифровому середовищі. Планування часу роботи з цифровими пристроями. Основи відповідального та безпечного використання цифрових</p>	<p>Мінідослідження «Мій цифровий день» — аналіз власного використання цифрових пристроїв протягом дня (навчання, спілкування, відпочинок) та обговорення можливостей оптимізації цифрового навантаження.</p> <p>Інтерактивна вправа «Баланс онлайн і офлайн» — створення індивідуальної схеми розподілу часу між цифровими та нецифровими активностями (навчання, фізична активність, відпочинок, спілкування).</p> <p>Групова робота «Правила цифрової гігієни» — розроблення переліку рекомендацій щодо безпечного та відповідального використання цифрових технологій у навчанні та щоденному житті.</p> <p>Мініпроект «Цифровий детокс» — планування</p>

	<p>[12 СЗО 4.2.1-2] - застосовує елементарні правила організації роботи з цифровими пристроями та інформаційними ресурсами (10 СЗО 3.3.1); - уміє розпізнавати приховану рекламу як комерційного, так і соціального характеру [12 СЗО 4.2.1-4]</p>	<p>ресурсів під час навчання та праці. Формування навичок підтримання цифрового балансу, відповідального ставлення до власного інформаційного середовища та збереження здоров'я в умовах цифровізації</p>	<p>короткого періоду обмеження використання гаджетів із подальшим обговоренням впливу такого досвіду на самопочуття, концентрацію та продуктивність</p>
--	--	---	---

Розділ 6. Безпека в глобалізованому світі

29	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: - бере на себе відповідальність за збереження, формування і розвиток власних здоров'я, безпеки та добробуту і здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб на основі особистих і суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.1] - аналізує та моделює втілення у власне життя оптимальних стратегій безпечної поведінки для збереження власного життя та здоров'я, а також життя і здоров'я інших осіб у різних життєвих ситуаціях [12 СЗО 1.1.2-2] - обґрунтовує роль громадянської активності та оборонної свідомості для особистого та суспільного добробуту [12 СЗО 1.1.2-3] - зіставляє прогнозовані та непрогнозовані життєві ситуації [12 СЗО 2.1.1-1]</p>	<p>Тема 1. Глобальні загрози Поняття глобальних загроз у сучасному світі. Особливості сучасного глобалізованого суспільства та взаємозалежність країн і регіонів. Основні види глобальних загроз: екологічні, економічні, соціальні, технологічні, інформаційні. Вплив глобальних криз і конфліктів на безпеку людей, держав і світового співтовариства. Роль міжнародної співпраці та глобальних інституцій у подоланні сучасних викликів. Відповідальна поведінка людини в умовах глобальних викликів. Значення поінформованості, критичного мислення та</p>	<p>Аналіз актуальних новин «Глобальні події та їхні наслідки» — робота із сучасними інформаційними повідомленнями про глобальні події (екологічні кризи, технологічні ризики, міжнародні конфлікти) з обговоренням їхнього можливого впливу на життя людей. Групова вправа «Карта глобальних викликів» — створення схеми або інфографіки, що відображає різні типи глобальних загроз та їхній взаємозв'язок. Мінідослідження «Як глобальні процеси впливають на наше життя» — робота в групах над прикладами впливу глобальних змін (економічних, екологічних,</p>
----	--	---	---

	<p>- аналізує ризики виникнення надзвичайних ситуацій [12 СЗО 2.2.1-1]</p> <p>- аналізує взаємодію факторів у надзвичайних і небезпечних життєвих ситуаціях [12 СЗО 2.2.1-2]</p> <p>- здійснює моніторинг та аналіз інформації для прогнозування наслідків небезпечних ситуацій [12 СЗО 2.2.1-3]</p> <p>- демонструє безпечну поведінку вдома, у закладі освіти, на вулиці, у громадських місцях, запобігає виникненню небезпечних ситуацій різного характеру [12 СЗО 2.4.1]</p> <p>- аналізує інформацію в різних медіа, зіставляє її та робить висновки щодо правдивості інформації з питань здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 4.2.1-1]</p> <p>- демонструє свідому поведінку і раціональний вибір матеріальних і культурних цінностей, орієнтуючись на власні фізіологічні, соціальні, моральні та духовні потреби [12 СЗО 4.5.1]</p>	<p>громадянської відповідальності. Формування усвідомлення взаємозв'язку між глобальними процесами та повсякденним життям людини, готовності відповідально реагувати на сучасні виклики</p>	<p>технологічних) на щоденне життя людини. Дискусія «Відповідальність людини в глобалізованому світі» — обговорення ролі громадянської позиції, відповідальної поведінки та поінформованості в подоланні сучасних глобальних викликів</p>
30	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- обґрунтовує роль громадянської активності та оборонної свідомості для особистого та суспільного добробуту [12 СЗО 1.1.2-3]</p>	<p>Тема 2. Екологічна безпека Поняття екологічної безпеки та її значення для життя людини і розвитку суспільства. Взаємозв'язок між станом довкілля, здоров'ям людей і якістю життя.</p>	<p>Мінідослідження «Екологічні проблеми моєї громади» — аналіз місцевих екологічних викликів (забруднення, відходи, стан води або зелених зон) та обговорення можливих шляхів їхнього вирішення.</p>

	<p>- визначає різницю між соціальною, культурною та економічною цінностями [12 СЗО 4.6.1-2]</p> <p>- пояснює власну ієрархію цінностей і потреб, усвідомлює значущість суспільних цінностей [12 СЗО 4.6.1-3]</p> <p>- демонструє свідому поведінку та раціональний вибір матеріальних і культурних цінностей, орієнтуючись на власні фізіологічні, соціальні, моральні та духовні потреби [12 СЗО 4.5.1]</p> <p>- оцінює наслідки недотримання етичних норм поведінки та їхній вплив на людей, сім'ю, суспільство і середовище [12 СЗО 4.8.1-2]</p> <p>- ініціює, розробляє та реалізує добродійні проекти, залучає інших осіб до їхньої реалізації [12 СЗО 4.10.1]</p>	<p>Основні екологічні проблеми сучасності: забруднення повітря, води і ґрунтів, зміна клімату, виснаження природних ресурсів, накопичення відходів.</p> <p>Уплив господарської діяльності людини на природне середовище. Значення раціонального використання природних ресурсів.</p> <p>Поняття сталого розвитку. Поєднання економічного розвитку, соціального добробуту та збереження природного середовища.</p> <p>Екологічно відповідальна поведінка людини. Раціональне споживання ресурсів, зменшення кількості відходів, відповідальне ставлення до природи.</p> <p>Формування екологічної свідомості та готовності брати участь у збереженні довкілля на рівні громади та суспільства</p>	<p>Інтерактивна вправа «Екологічний слід» — визначення власного впливу на довкілля через щоденні дії (споживання ресурсів, транспорт, використання енергії) та пошук способів його зменшення.</p> <p>Групова робота «Рішення для сталого майбутнього» — розроблення пропозицій щодо екологічно відповідної поведінки в школі, громаді або щоденному житті.</p> <p>Мініпроект «Екологічна ініціатива» — створення ідеї невеликої екологічної акції або інформаційної кампанії (зменшення відходів, сортування сміття, озеленення території)</p>
31	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- утілює в життєдіяльність оптимальні стратегії відповідальної поведінки для забезпечення особистого та суспільного добробуту на основі суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.2]</p>	<p>Тема 3. Соціальні та цифрові ризики. Мова ворожнечі та онлайн-агресія</p> <p>Поняття соціальних і цифрових ризиків у сучасному інформаційному суспільстві. Особливості комунікації в цифровому</p>	<p>Аналіз онлайн-кейсів «Мова ворожнечі чи свобода висловлювання?» — розгляд прикладів комунікації із соціальних мереж або медіа з визначенням ознак мови ворожнечі, агресії чи маніпуляції.</p>

<p>- запобігає виникненню ситуацій неповаги до прав людини, приниження гідності себе та інших осіб [12 СЗО 1.2.1-1]</p> <p>- уміє застосовувати стандартні моделі поведінки в ситуаціях порушення прав людини [12 СЗО 1.2.1-2]</p> <p>- читає з розумінням документи, які гарантують права громадян, і вміє використовувати здобуті знання під час вирішення ситуацій, пов'язаних зі здоров'ям, безпекою та добробутом [12 СЗО 1.2.1-3]</p> <p>- запобігає виникненню конфліктних ситуацій у взаємодії з іншими особами, надає допомогу іншим у запобіганні та вирішенні конфліктних ситуацій [12 СЗО 1.3.2]</p> <p>- уміє робити вибір на користь власного здоров'я і безпеки [12 СЗО 3.4.1-2]</p> <p>- використовує підходи щодо уникнення небезпечного / шкідливого контенту і залучення до його поширення [12 СЗО 4.2.1-2]</p> <p>- аналізує прояви тиску та маніпуляцій і добирає способи протистояння таким проявам [12 СЗО 4.3.1-3]</p> <p>- вибудовує стратегії комунікації щодо безпеки і добробуту [СЗО 4.4.1]</p> <p>- демонструє і пропагує поведінку з урахуванням норм етики та моралі суспільства,</p>	<p>середовищі та їхній вплив на міжособистісні взаємини.</p> <p>Мова ворожнечі як форма дискримінаційного або агресивного висловлювання. Ознаки мови ворожнечі, її вплив на людину, соціальні групи та суспільство.</p> <p>Поняття онлайн-агресії та кібербулінгу. Форми прояву агресивної поведінки в цифровому середовищі.</p> <p>Психологічні та соціальні наслідки мови ворожнечі й онлайн-агресії для особистості та спільнот.</p> <p>Правові та етичні аспекти поведінки в цифровому просторі.</p> <p>Відповідальність за поширення образливого або дискримінаційного контенту.</p> <p>Формування культури відповідальної цифрової комунікації: повага до гідності людини, розвиток критичного мислення та навичок безпечної взаємодії в онлайн-середовищі</p>	<p>Рольова вправа «Реакція на онлайн-агресію» — моделювання ситуацій кібербулінгу або агресивних коментарів із пошуком конструктивних способів реагування та підтримки постраждалої людини.</p> <p>Групова робота «Правила безпечної цифрової комунікації» — створення переліку принципів відповідальної поведінки в онлайн-середовищі та їхня презентація.</p> <p>Мініпроект «Культура спілкування в мережі» — розроблення інформаційного плаката, інфографіки або короткої онлайн-кампанії про важливість поваги, толерантності та безпечної комунікації в цифровому просторі</p>
---	--	--

	<p>суспільних цінностей, прав людини і соціальної справедливості [12 СЗО 4.8.1]</p>		
32	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бере на себе відповідальність за збереження, формування і розвиток власних здоров'я, безпеки та добробуту і здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб на основі особистих і суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.1] - застосовує інформацію щодо роботи служб, які надають компетентну і фахову допомогу, та за потреби відповідально її застосовує [12 СЗО 1.1.1-2] - оцінює ризики й ухвалює рішення щодо надання домедичної допомоги собі та іншим особам у невідкладних станах відповідно до протоколів і алгоритмів [12 СЗО 1.3.1] - зіставляє прогнозовані та непрогнозовані життєві ситуації [12 СЗО 2.1.1-1] - здійснює моніторинг та аналіз інформації для прогнозування наслідків небезпечних ситуацій [12 СЗО 2.2.1-3] - уміє вирізняти прийнятні та неприйнятні альтернативні рішення і ризики для здоров'я, безпеки та добробуту, зокрема, під час використання 	<p>Тема 4. Основи медичної медіаграмотності та критичного аналізу інформації</p> <p>Поняття медичної медіаграмотності.</p> <p>Значення достовірної інформації про здоров'я в сучасному інформаційному середовищі.</p> <p>Особливості поширення медичної інформації в медіа та соціальних мережах. Ризики дезінформації, маніпуляцій та псевдонаукових тверджень.</p> <p>Ознаки надійних і ненадійних джерел медичної інформації.</p> <p>Значення наукових досліджень, експертних висновків і перевірених джерел.</p> <p>Критичний аналіз медичних порад, реклами ліків і методів лікування в медіапросторі.</p> <p>Відповідальне ставлення до інформації про здоров'я. Необхідність звернення до фахівців / фахівчинь і недопущення</p>	<p>Аналіз медіаповідомлень «Правда чи міф?» — розгляд прикладів медичних порад із соціальних мереж або реклами з визначенням ознак достовірної та недостовірної інформації.</p> <p>Інтерактивна вправа «Надійне джерело» — порівняння різних джерел медичної інформації (новинні сайти, блоги, наукові ресурси) та визначення критеріїв їхньої надійності.</p> <p>Мінідослідження «Як перевірити медичну інформацію» — робота в групах над створенням алгоритму перевірки медичних повідомлень у медіапросторі.</p> <p>Мініпроект «Інформаційна пам'ятка про здоров'я» — створення короткої інфографіки або плаката з правилами відповідального ставлення до медичної інформації та профілактики поширення фейків</p>

	<p>інформаційно-комунікаційних технологій [12 СЗО 3.1.1-2]</p> <p>- читає, розуміє та аналізує науково-популярні тексти щодо змін організму людини відповідно до віку [12 СЗО 3.2.1-4]</p> <p>- усвідомлює наслідки власних дій щодо власного здоров'я тепер і в майбутньому [12 СЗО 3.3.1]</p> <p>- оцінює важливий вплив відповідальної поведінки на власні безпеку, життя, здоров'я і добробут тепер і в майбутньому [12 СЗО 3.3.2-1]</p> <p>- уміє робити вибір на користь власного здоров'я і безпеки [12 СЗО 3.4.1-2]</p> <p>- використовує принципи медіаграмотності щодо здоров'я, безпеки та добробуту в різних джерелах [12 СЗО 4.2.1]</p> <p>- уміє розпізнавати приховану рекламу як комерційного, так і соціального характеру [12 СЗО 4.2.1-4]</p>	<p>самолікування на основі неперевірених джерел. Формування навичок критичного мислення під час сприйняття медичної інформації та відповідального ставлення до власного здоров'я</p>	
33	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- бере на себе відповідальність за збереження, формування і розвиток власних здоров'я, безпеки та добробуту і здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб на основі особистих і суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.1]</p>	<p>Тема 5. Репутаційна безпека Поняття репутації та її значення в сучасному суспільстві. Особиста, професійна та цифрова репутація людини. Фактори формування репутації: поведінка, комунікація, інформація в медіапросторі та соціальних мережах.</p>	<p>Аналіз кейсів «Цифровий слід» — розгляд прикладів публікацій у соціальних мережах та обговорення того, як вони можуть впливати на особисту або професійну репутацію людини. Інтерактивна вправа «Мій цифровий профіль» — визначення</p>

<p>- обґрунтовує роль громадянської активності та оборонної свідомості для особистого й суспільного добробуту [12 СЗО 1.1.2-3]</p> <p>- запобігає виникненню ситуацій неповаги до прав людини, приниження гідності себе та інших осіб [12 СЗО 1.2.1-1]</p> <p>- обстоює інтереси людини, пов'язані зі збереженням здоров'я, безпекою та добробутом [12 СЗО 1.2.2]</p> <p>- ухвалює рішення та здійснює вибір стратегії безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1]</p> <p>- уміє вирізняти прийнятні та неприйнятні альтернативні рішення і ризики для здоров'я, безпеки та добробуту, зокрема, під час використання інформаційно-комунікаційних технологій [12 СЗО 3.1.1-2]</p> <p>- аналізує інформацію в різних медіа, зіставляє її та робить висновки щодо правдивості інформації з питань здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 4.2.1-1]</p> <p>- використовує підходи щодо уникнення небезпечного / шкідливого контенту і залучення до його поширення [12 СЗО 4.2.1-2]</p>	<p>Цифровий слід людини та його вплив на можливості навчання, працевлаштування і соціальної взаємодії.</p> <p>Ризики для репутації в цифровому середовищі: поширення недостовірної інформації, необережна публікація контенту, конфлікти в публічному просторі.</p> <p>Відповідальна поведінка в медіапросторі.</p> <p>Дотримання етичних норм комунікації, критичне ставлення до поширення інформації.</p> <p>Формування навичок збереження та підтримання позитивної особистої і професійної репутації в реальному та цифровому середовищі</p>	<p>факторів, що формують цифрову репутацію, та обговорення принципів відповідальної поведінки в медіапросторі.</p> <p>Групова робота «Правила репутаційної безпеки» — розроблення рекомендацій щодо збереження позитивної репутації в соціальних мережах і публічному спілкуванні.</p> <p>Мініпроект «Відповідальна комунікація онлайн» — створення інфографіки або короткої інформаційної кампанії про правила етичної поведінки в цифровому середовищі</p>
---	--	--

	<p>- аналізує прояви тиску та маніпуляцій і добирає способи протистояння таким проявам [12 СЗО 4.3.1-3]</p> <p>- знає сучасні стратегії і тактики комунікації для порозуміння в спілкуванні з метою досягнення позитивних результатів для безпеки та добробуту [12 СЗО 4.4.1-1]</p> <p>- оцінює наслідки недотримання етичних норм поведінки та їхній вплив на людей, сім'ю, суспільство і середовище [12 СЗО 4.8.1-2]</p>		
34	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- утілює в життєдіяльність оптимальні стратегії відповідальної поведінки для забезпечення особистого та суспільного добробуту на основі суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.2]</p> <p>- запобігає виникненню ситуацій неповаги до прав людини, приниження гідності себе та інших осіб [12 СЗО 1.2.1-1]</p> <p>- читає з розумінням документи, які гарантують права громадян, і вміє використовувати здобуті знання під час вирішення ситуацій, пов'язаних зі здоров'ям, безпекою та добробутом [12 СЗО 1.2.1-3]</p> <p>- розпізнає й реалізує нові можливості власного розвитку в законний спосіб на основі</p>	<p>Тема 6. Відповідальна громадянська поведінка в сучасному суспільстві</p> <p>Поняття громадянської відповідальності та її значення для розвитку демократичного суспільства.</p> <p>Права та обов'язки громадянина / громадянки. Значення дотримання законів, поваги до прав і свобод інших людей.</p> <p>Участь громадян / громадян у житті громади: волонтерство, громадські ініціативи, участь у суспільних обговореннях та ухваленні рішень.</p> <p>Відповідальна поведінка в публічному просторі та медіасередовищі.</p> <p>Значення поваги,</p>	<p>Аналіз кейсів «Активний громадянин» — розгляд прикладів громадських ініціатив або волонтерських проєктів із визначенням їхнього значення для розвитку громади.</p> <p>Рольова вправа «Громадські слухання» — моделювання обговорення суспільної проблеми (екологія, благоустрій громади, молодіжні простори) з формуванням аргументованих пропозицій.</p> <p>Мінідослідження «Можливості участі молоді в житті громади» — пошук і аналіз прикладів молодіжних ініціатив,</p>

<p>самостійного аналізу досвіду та отриманих уроків [12 СЗО 4.3.1-2]</p> <p>- знає сучасні стратегії й тактики комунікації для порозуміння в спілкуванні з метою досягнення позитивних результатів для безпеки та добробуту [12 СЗО 4.4.1-1]</p> <p>- уміє застосовувати ефективні стратегії керування емоціями, поведінкою та контролю власного емоційного стану [12 СЗО 4.4.1-2]</p> <p>- здійснює раціональний вибір матеріальних і культурних цінностей на основі їхнього впливу на здоров'я, безпеку та добробут [12 СЗО 4.5.1-1]</p> <p>- пояснює особистісну та суспільну цінність налагодження і підтримки стосунків, співпраці на принципах рівності, довіри та взаємоповаги [12 СЗО 4.7.1-1]</p> <p>- демонструє і пропагує поведінку з урахуванням норм етики та моралі суспільства, суспільних цінностей, прав людини і соціальної справедливості [12 СЗО 4.8.1]</p> <p>- пояснює добродійну (волонтерську) діяльність як вияв соціальної відповідальності та суспільно-корисної діяльності [12 СЗО 4.10.1-1]</p> <p>- розробляє добродійні проекти щодо здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 4.10.1-2]</p>	<p>толерантності та культури діалогу. Роль активної громадянської позиції в розв'язанні соціальних проблем та розвитку громади. Формування готовності брати участь у житті громади, відповідально ставитися до суспільних процесів та діяти в інтересах спільного блага</p>	<p>громадських організацій або волонтерських рухів. Мініпроект «Ідея для моєї громади» — розроблення пропозиції невеликої соціальної ініціативи, спрямованої на вирішення актуальної проблеми в школі або громаді</p>
---	---	--

	<p>- аналізує пропозиції закладів освіти, критерії зарахування, аналізуючи різні джерела інформації [12 СЗО 4.11.1-2]</p>		
Розділ 7. Добробут і економічна самостійність			
35	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- аналізує вияви відповідальної і безвідповідальної поведінки в соціальному, родинному і природному середовищі з урахуванням суспільно-державних (національних) та особистих цінностей [12 СЗО 1.1.1-1]</p> <p>- утілює в життєдіяльність оптимальні стратегії відповідальної поведінки для забезпечення особистого та суспільного добробуту на основі суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.2]</p> <p>- зіставляє прогнозовані та непрогнозовані життєві ситуації [12 СЗО 2.1.1-1]</p> <p>- аналізує ризики виникнення, взаємодію факторів небезпечних ситуацій природного, техногенного, соціального і воєнного походження [12 СЗО 2.2.1]</p> <p>- ухвалює рішення та здійснює вибір стратегії безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1]</p>	<p>Тема 1. Фінансова незалежність, заощадження та інвестиції</p> <p>Поняття фінансової незалежності та її значення для особистого добробуту і життєвої стабільності людини.</p> <p>Основи фінансового планування. Доходи, витрати, заощадження як складники особистого фінансового управління.</p> <p>Роль заощаджень у забезпеченні фінансової безпеки. Формування фінансової «подушки безпеки».</p> <p>Поняття інвестицій та їхнє значення для довгострокового фінансового розвитку.</p> <p>Основні види інвестицій.</p> <p>Принципи відповідального ставлення до інвестування: ризики, обачність, необхідність отримання достовірної інформації.</p> <p>Формування навичок відповідального керування власними</p>	<p>Інтерактивна вправа «Фінансова стратегія» — моделювання різних життєвих ситуацій (перший дохід, великі покупки, заощадження) та вибір оптимальних фінансових рішень.</p> <p>Мініпроект «Мій фінансовий план» — розроблення умовного плану керування особистими фінансами (доходи, витрати, заощадження, фінансові цілі).</p> <p>Групова робота «Інвестиції: можливості та ризики» — обговорення різних форм інвестування, їхніх потенційних переваг і ризиків.</p> <p>- Практична вправа «Фінансова подушка безпеки» — розрахунок прикладів формування резервних заощаджень та обговорення їхнього значення для фінансової стабільності людини</p>

	<p>- визначає алгоритм і моделює безпечну поведінку для запобігання виникненню небезпечних ситуацій різного характеру [12 СЗО 2.4.1-1]</p> <p>- презентує стратегії безпечної поведінки в різних заходах, які ґрунтуються на знаннях, здобутих під час критичного сприймання інформації з різних джерел [12 СЗО 2.4.1-3]</p> <p>- уміє вирізняти прийнятні та неприйнятні альтернативні рішення і ризику для здоров'я, безпеки та добробуту, зокрема, під час використання інформаційно-комунікаційних технологій [12 СЗО 3.1.1-2]</p> <p>- використовує принципи медіаграмотності щодо здоров'я, безпеки та добробуту в різних джерелах [12 СЗО 4.2.1]</p> <p>- діє ефективно та самостійно, виявляючи наполегливість у досягненні довгострокових цілей для досягнення успіху і добробуту в законний спосіб [12 СЗО 4.3.1]</p>	<p>фінансовими ресурсами та усвідомлення значення довгострокового фінансового планування для досягнення економічної самостійності</p>	
36	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- обґрунтовує оптимальні стратегії відповідальної поведінки щодо збереження здоров'я, формування й розвитку безпеки та добробуту [12 СЗО 1.1.2-1]</p>	<p>Тема 2. Економічна поведінка людини Поняття економічної поведінки людини. Уплив економічних рішень на особистий добробут і якість життя. Основні чинники економічної поведінки:</p>	<p>Аналіз життєвих кейсів «Економічний вибір» — розгляд ситуацій щоденних фінансових рішень (покупки, заощадження, використання ресурсів) із визначенням їхніх</p>

<p>- здійснює моніторинг та аналіз інформації для прогнозування наслідків небезпечних ситуацій [12 СЗО 2.2.1-3]</p> <p>- визначає алгоритм і моделює безпечну поведінку для запобігання виникненню небезпечних ситуацій різного характеру [12 СЗО 2.4.1-1]</p> <p>- визначає альтернативи власних дій та рішень для успішної життєдіяльності з метою розвитку, формування здорового способу життя [12 СЗО 3.1.1]</p> <p>- використовує принципи медіаграмотності щодо здоров'я, безпеки та добробуту в різних джерелах [12 СЗО 4.2.1]</p> <p>- демонструє свідому поведінку і раціональний вибір матеріальних і культурних цінностей, орієнтуючись на власні фізіологічні, соціальні, моральні та духовні потреби [12 СЗО 4.5.1]</p> <p>- визначає цінності та потреби, пов'язані з різними сферами життя, саморозвитку і самореалізації для створення моделі власного майбутнього [12 СЗО 4.6.1-1]</p> <p>- розробляє стратегії подолання викликів, пов'язаних із використанням фінансово-економічних ресурсів для добробуту в законний спосіб [12 СЗО 4.9.1]</p>	<p>потреби, інтереси, ресурси, соціальне середовище.</p> <p>Раціональні та ірраціональні економічні рішення. Уплив інформації, реклами та соціальних стереотипів на економічну поведінку людини.</p> <p>Планування доходів і витрат як складник відповідальної економічної поведінки.</p> <p>Економічна відповідальність людини в споживанні, використанні ресурсів і ухваленні фінансових рішень.</p> <p>Формування навичок усвідомленого ухвалення економічних рішень та відповідального ставлення до власних ресурсів</p>	<p>наслідків для особистого добробуту.</p> <p>Інтерактивна вправа «Потреби та можливості» — визначення різниці між потребами й бажаннями та обговорення принципів раціонального використання ресурсів.</p> <p>Групова робота «Як реклама впливає на вибір» — аналіз рекламних повідомлень і визначення механізмів впливу реклами на економічну поведінку людини.</p> <p>Мініпроект «Моє відповідальне споживання» — створення індивідуальних або групових рекомендацій щодо раціонального використання фінансових і матеріальних ресурсів у щоденному житті</p>
--	--	--

37	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - обґрунтовує важливість збереження українських суспільно-державних (національних) цінностей для забезпечення особистого та суспільного добробуту [12 СЗО 1.1.1-3] - утілює в життєдіяльність оптимальні стратегії відповідальної поведінки для забезпечення особистого та суспільного добробуту на основі суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.2] - обґрунтовує роль громадянської активності та оборонної свідомості для особистого та суспільного добробуту [12 СЗО 1.1.2-3] - обстоює права людини, пов'язані зі збереженням здоров'я, безпекою та добробутом [12 СЗО 1.2.1] - діє ефективно та самостійно, виявляючи наполегливість у досягненні довгострокових цілей для досягнення успіху і добробуту в законний спосіб [12 СЗО 4.3.1] - вибудовує стратегії комунікації щодо безпеки і добробуту [СЗО 4.4.1] - розробляє стратегії подолання викликів, пов'язаних із використанням фінансово-економічних ресурсів для добробуту в законний спосіб 	<p>Тема 3. Власний бізнес: перші кроки</p> <p>Поняття підприємництва та його роль у розвитку економіки і добробуту суспільства.</p> <p>Основні риси підприємницької діяльності: ініціативність, відповідальність, здатність до ухвалення рішень і готовність до ризику.</p> <p>Ідея бізнесу та її формування. Пошук можливостей для створення власної справи.</p> <p>Основні етапи започаткування власної справи: визначення мети, аналіз потреб споживачів / споживачок, планування діяльності.</p> <p>Роль планування, організації ресурсів і відповідального ставлення до фінансових рішень у підприємницькій діяльності.</p> <p>Соціальна відповідальність підприємництва.</p> <p>Значення етичної поведінки, доброчесності та поваги до споживачів / споживачок.</p> <p>Формування уявлення про можливості підприємницької діяльності як одного зі</p>	<p>Інтерактивна вправа «Ідея для стартапу» — генерування ідей для власної справи на основі потреб людей у школі або громаді та обговорення їхньої потенційної користі.</p> <p>Групова робота «Мінібізнес-модель» — створення простої моделі майбутнього бізнесу (ідея, клієнти, продукт або послуга, ресурси) та презентація результатів.</p> <p>Аналіз кейсів «Історії успішних підприємців / успішних підприємниць» — ознайомлення з прикладами підприємницьких ініціатив і визначення факторів їхнього успіху.</p> <p>Мініпроект «Мій перший бізнес-план» — розроблення короткої концепції власної підприємницької ідеї з визначенням мети, продукту та потенційних споживачів / споживачок</p>
----	--	--	--

	[12 СЗО 4.9.1]	шляхів економічної самореалізації людини	
38	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - утілює в життєдіяльність оптимальні стратегії відповідальної поведінки для забезпечення особистого та суспільного добробуту на основі суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.2] - презентує обрану стратегію власного способу життя та обґрунтовує її з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1-2] - здійснює раціональний вибір матеріальних і культурних цінностей на основі їхнього впливу на здоров'я, безпеку та добробут [12 СЗО 4.5.1-1] - аналізує та ухвалює рішення щодо власного освітньо-професійного розвитку з урахуванням власних здібностей, цінностей, інтересів, ресурсів і можливостей [12 СЗО 4.11.1] - визначає пріоритети в різних сферах власної навчальної діяльності на основі самоаналізу і потреби в самореалізації [12 СЗО 4.1.2-1] - моделює власне майбутнє, усвідомлюючи значущість усіх сфер життя з урахуванням власних інтересів і можливостей самореалізації, власних і 	<p>Тема 4. Менеджмент особистих ресурсів</p> <p>Поняття особистих ресурсів людини. Основні види ресурсів: час, енергія, знання і навички, фінансові ресурси, соціальні зв'язки. Значення ефективного керування особистими ресурсами для досягнення життєвих і професійних цілей, підтримання добробуту та життєвої стійкості. Принципи раціонального використання особистих ресурсів. Визначення пріоритетів, планування діяльності, розподіл часу і зусиль. Баланс між навчанням, працею, відпочинком і особистим розвитком як умова ефективного використання ресурсів. Уплив усвідомленого управління ресурсами на продуктивність, самореалізацію та якість життя людини. Формування навичок відповідального ставлення до власних ресурсів, здатності планувати діяльність і ухвалювати обґрунтовані рішення щодо їхнього використання</p>	<p>Інтерактивна вправа «Карта моїх ресурсів» — визначення власних ресурсів (час, знання, енергія, фінанси, соціальні контакти) та обговорення можливостей їхнього ефективного використання.</p> <p>Практична вправа «Тиждень мого часу» — аналіз розподілу часу протягом тижня з подальшим визначенням пріоритетів і можливостей оптимізації.</p> <p>Групова робота «Рішення в умовах обмежених ресурсів» — моделювання ситуацій, у яких необхідно розподілити обмежені ресурси для досягнення поставленої мети.</p> <p>Мініпроект «Мій план розвитку ресурсів» — створення індивідуального плану розвитку власних ресурсів (знань, навичок, часу, здоров'я) для досягнення особистих цілей</p>

	<p>суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 4.6.1]</p> <p>- обґрунтовує фінансові рішення і моделює обачливу фінансову поведінку для досягнення цілей у законний спосіб на основі аналізу та застосування економічних знань [12 СЗО 4.9.1-1]</p>		
39	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- ухвалює рішення та здійснює вибір стратегії безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1]</p> <p>- презентує стратегії безпечної поведінки в різних заходах, які ґрунтуються на знаннях, здобутих під час критичного сприймання інформації з різних джерел [12 СЗО 2.4.1-3]</p> <p>- визначає довгострокові цілі, складає та корегує плани дій для досягнення успіху й добробуту в умовах невизначеності та непередбачуваності [12 СЗО 4.3.1-1]</p> <p>- уміє знаходити мотивацію та виявляє гнучкість щодо власної діяльності та досягнення цілей в умовах швидких змін і складнощів [12 СЗО 4.6.2-3]</p> <p>- обґрунтовує фінансові рішення і моделює обачливу фінансову поведінку для досягнення цілей у законний спосіб на основі</p>	<p>Тема 5. Ризик-менеджмент, страхування та фінансовий захист</p> <p>Поняття ризику у фінансовій діяльності людини. Основні види ризиків у щоденному житті: фінансові, соціальні, професійні. Поняття ризик-менеджменту. Значення передбачення можливих ризиків та планування дій для їхнього зменшення. Фінансові інструменти захисту: заощадження, резервні фонди, страхування. Поняття страхування та його роль у забезпеченні фінансової безпеки людини. Основні види страхування. Значення відповідального ставлення до фінансових рішень у ситуаціях невизначеності. Формування навичок оцінювання можливих ризиків, ухвалення</p>	<p>Аналіз кейсів «Фінансовий ризик» — розгляд життєвих ситуацій (утрата доходу, несподівані витрати, пошкодження майна) з визначенням можливих ризиків і способів їхнього зменшення.</p> <p>Інтерактивна вправа «Стратегія фінансового захисту» — моделювання різних сценаріїв фінансових ризиків і вибір оптимальних способів захисту (заощадження, страхування, планування витрат).</p> <p>Групова робота «Види страхування» — дослідження різних форм страхування (майнове, медичне, страхування життя) та обговорення їхнього значення для фінансової безпеки.</p> <p>Мініпроект «План фінансової безпеки» — створення умовного</p>

	<p>аналізу та застосування економічних знань [12 СЗО 4.9.1-1]</p> <p>- розрізняє форми особистої зайнятості [12 СЗО 4.9.1-2]</p> <p>- розуміє, як формується винагорода за працю [12 СЗО 4.9.1-3]</p>	<p>зважених фінансових рішень і використання інструментів фінансового захисту</p>	<p>плану дій для захисту особистих фінансів у ситуаціях ризику або невизначеності</p>
40	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- утілює в життєдіяльність оптимальні стратегії відповідальної поведінки для забезпечення особистого та суспільного добробуту на основі суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.2]</p> <p>- визначає ймовірні ризики в умовах невизначеності [12 СЗО 2.1.1-2]</p> <p>- ухвалює рішення та здійснює вибір стратегії безпечної поведінки в різних життєвих ситуаціях з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1]</p> <p>- уміє вирізняти прийнятні та неприйнятні альтернативні рішення і ризики для здоров'я, безпеки та добробуту, зокрема, під час використання інформаційно-комунікаційних технологій [12 СЗО 3.1.1-2]</p> <p>- аналізує, оцінює та коригує власні моделі поведінки, які приносять користь і задоволення та сприяють збереженню здоров'я, безпеки, добробуту</p>	<p>Тема 6. Уплив економічних факторів на добробут людини</p> <p>Поняття добробуту людини та його складники. Взаємозв'язок між економічними умовами життя та якістю життя людини.</p> <p>Основні економічні фактори, що впливають на добробут: рівень доходів, зайнятість, ціни на товари й послуги, економічна стабільність.</p> <p>Уплив економічних змін у державі та світі на фінансове становище людей.</p> <p>Роль освіти, професійної підготовки та розвитку навичок у забезпеченні економічної самостійності людини.</p> <p>Значення усвідомлених економічних рішень, планування витрат і відповідального використання ресурсів для підтримання особистого добробуту.</p>	<p>Аналіз кейсів «Економічні зміни і життя людей» — обговорення прикладів впливу економічних факторів (інфляція, зміни на ринку праці, економічні кризи) на щоденне життя людини.</p> <p>Інтерактивна вправа «Фактори добробуту» — визначення основних умов, що впливають на добробут людини (освіта, професія, доходи, економічна стабільність), та обговорення їхнього взаємозв'язку.</p> <p>Групова робота «Шлях до економічної самостійності» — моделювання можливих життєвих стратегій досягнення фінансової стабільності через освіту, професійний розвиток і відповідальні економічні рішення.</p> <p>Мініпроект «Формула особистого добробуту» — створення</p>

	<p>[12 СЗО 3.4.1]</p> <ul style="list-style-type: none"> - аналізує роль освіти, професійної підготовки та розвитку навичок у забезпеченні економічної самостійності (10 СЗО 4.3.1-1); - висловлює аргументовану думку щодо значення відповідального ставлення до фінансових ресурсів для підтримання добробуту (10 СЗО 3.3.1); - демонструє готовність урахувати економічні умови та фактори під час планування власного життя і діяльності (10 СЗО 4.3.1-2). 	<p>Формування розуміння взаємозв'язку між економічними процесами в суспільстві та можливостями людини забезпечувати власний добробут</p>	<p>інфографіки або схеми, що відображає основні фактори, які сприяють досягненню й підтриманню добробуту людини</p>
41	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - пояснює поняття економічної невизначеності та її можливий вплив на життя людини (10 СЗО 4.2.1-1); - наводить приклади економічних змін, що можуть упливати на професійні та життєві плани (10 СЗО 4.2.1-2); - описує значення адаптивності та гнучкого планування в сучасному економічному середовищі (10 СЗО 4.2.1-3); - обґрунтовує необхідність вибору на користь навчання впродовж життя на основі життєвих прикладів та інформації з різних джерел [12 СЗО 4.1.1-1] 	<p>Тема 7. Адаптивність життєвих планів в умовах економічної невизначеності</p> <p>Поняття економічної невизначеності в сучасному світі. Причини змін в економічному середовищі: технологічні трансформації, глобальні економічні процеси, соціальні та політичні фактори.</p> <p>Уплив економічної нестабільності на можливості працевлаштування, професійний розвиток та фінансове планування людини.</p> <p>Поняття адаптивності як здатності людини</p>	<p>Сценарна вправа «Світ змінюється» — моделювання різних економічних сценаріїв (зміни на ринку праці, технологічні трансформації, економічні кризи) та обговорення можливих стратегій адаптації.</p> <p>Інтерактивна вправа «Гнучкий життєвий план» — створення схеми власних життєвих цілей із визначенням альтернативних шляхів їхнього досягнення в разі змін умов.</p> <p>Мінідослідження «Професії майбутнього» — аналіз змін у світі праці та визначення</p>

<p>- демонструє здатність навчатися спільно та автономно і самостійно організувати навчання [12 СЗО 4.1.1-2]</p> <p>- визначає пріоритети в різних сферах власної навчальної діяльності на основі самоаналізу і потреби в самореалізації [12 СЗО 4.1.2-1]</p> <p>- визначає довгострокові цілі, складає та корегує плани дій для досягнення успіху й добробуту в умовах невизначеності та непередбачуваності [12 СЗО 4.3.1-1]</p> <p>- аналізує та ухвалює рішення щодо власного освітньо-професійного розвитку з урахуванням власних здібностей, цінностей, інтересів, ресурсів і можливостей [12 СЗО 4.11.1]</p>	<p>змінювати власні плани відповідно до нових умов. Значення гнучкого планування, розвитку нових компетентностей і готовності до змін у професійній та економічній діяльності. Роль освіти, безперервного навчання й розвитку навичок у забезпеченні економічної стійкості людини. Формування здатності ухвалювати зважені рішення в умовах невизначеності та коригувати власні життєві плани з урахуванням змін у соціально-економічному середовищі</p>	<p>компетентностей, які допомагають людині залишатися конкурентоспроможною. Мініпроект «Навички для життя в умовах змін» — визначення ключових навичок (адаптивність, критичне мислення, навчання впродовж життя) та створення короткого плану їхнього розвитку</p>
--	--	--

Розділ 8. Соціальна відповідальність

<p>42 Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- бере на себе відповідальність за збереження, формування й розвиток власних здоров'я, безпеки та добробуту і здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб на основі особистих і суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.1]</p> <p>- аналізує вияви відповідальної і безвідповідальної поведінки в соціальному, родинному і природному середовищі з урахуванням суспільно-</p>	<p>Тема 1. Волонтерство: організація, напрями, вплив</p> <p>Поняття волонтерства та його роль у сучасному суспільстві. Цінності добровільної допомоги, солідарності та взаємопідтримки. Основні напрями волонтерської діяльності: соціальна допомога, підтримка вразливих груп населення, допомога в надзвичайних ситуаціях, екологічні ініціативи,</p>	<p>Кейс-аналіз «Волонтерські ініціативи сучасної України» — дослідження реальних прикладів волонтерських проєктів, аналіз їхнього впливу на громаду та обговорення чинників їхньої ефективності. Мапа можливостей «Я можу бути волонтером» — створення переліку напрямів волонтерської діяльності у своїй громаді та визначення</p>
---	--	---

	<p>державних (національних) та особистих цінностей [12 СЗО 1.1.1-1]</p> <p>- аналізує та моделює втілення у власне життя оптимальних стратегій безпечної поведінки для збереження власного життя та здоров'я, а також життя і здоров'я інших осіб у різних життєвих ситуаціях [12 СЗО 1.1.2-2]</p> <p>- визначає та пояснює інтереси людей з іншими переконаннями з питань збереження здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 1.2.2-1]</p> <p>- застосовує інформацію щодо роботи служб, які надають компетентну і фахову допомогу, та за потреби відповідально її застосовує [12 СЗО 1.1.1-2]</p> <p>- безпечно і конструктивно виявляє емоції, допомагає іншим під час стресових ситуацій [12 СЗО 2.4.1-4]</p> <p>- визначає алгоритм і моделює безпечну поведінку для запобігання виникненню небезпечних ситуацій різного характеру [12 СЗО 2.4.1-1]</p>	<p>культурні та освітні проекти, волонтерство у сфері розвитку громад. Організація волонтерської діяльності: індивідуальне та командне волонтерство, діяльність громадських організацій, молодіжних ініціатив, благодійних фондів. Роль волонтерства в розвитку громадянського суспільства та місцевих громад. Уплив волонтерської діяльності на особистісний розвиток людини: формування соціальної відповідальності, розвиток комунікаційних навичок, співпраці, лідерства. Етичні принципи волонтерської діяльності та відповідальність волонтера / волонтерки. Значення волонтерства для суспільних змін та зміцнення соціальної згуртованості</p>	<p>можливих форм участі молоді. Мініпроект «Ідея соціальної ініціативи» — розроблення в групах концепції невеликого волонтерського або соціального проекту для школи чи громади. Дискусія «Чому люди стають волонтерами?» — обговорення мотивів добровільної діяльності, її суспільного значення та впливу на розвиток особистості</p>
43	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: - бере на себе відповідальність за збереження, формування і розвиток власних здоров'я, безпеки та добробуту та здоров'я, безпеки і добробуту інших осіб на основі особистих і</p>	<p>Тема 2. Громадянська активність молоді в житті громади Поняття громадянської активності та її значення для розвитку демократичного суспільства.</p>	<p>Аналіз кейсів «Молодь змінює громаду» — дослідження реальних прикладів молодіжних ініціатив в Україні або світі, обговорення їхніх результатів та чинників успіху.</p>

	<p>суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.1]</p> <p>- аналізує вияви відповідальної і безвідповідальної поведінки в соціальному, родинному і природному середовищі з урахуванням суспільно-державних (національних) та особистих цінностей [12 СЗО 1.1.1-1]</p> <p>- аналізує документи, які гарантують права та обов'язки громадян, пов'язані із забезпеченням добробуту України, та застосовує їх [12 СЗО 1.2.1-3]</p> <p>- визначає та пояснює інтереси людей з іншими переконаннями з питань збереження здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 1.2.2-1]</p> <p>- запобігає виникненню ситуацій неповаги до прав людини, приниження гідності себе та інших осіб [12 СЗО 1.2.1-1]</p> <p>- обґрунтовує роль громадянської активності та оборонної свідомості для особистого та суспільного добробуту [12 СЗО 1.1.2-3]</p>	<p>Роль молоді в житті громади. Форми участі молодих людей у суспільному житті: участь у громадських ініціативах, молодіжних організаціях, учнівському самоврядуванні, громадських обговореннях та соціальних проектах. Можливості впливу молоді на розвиток громади: участь в ухваленні рішень, громадські консультації, місцеві ініціативи, молодіжні ради. Громадянська відповідальність і культура участі в суспільному житті. Приклади успішних молодіжних ініціатив та їхній вплив на розвиток місцевих громад. Формування навичок співпраці, комунікації та колективного вирішення проблем громади. Значення громадянської активності для розвитку демократичних цінностей, відповідального громадянства та соціальної згуртованості</p>	<p>Мапування проблем громади — робота в групах із визначення актуальних проблем місцевої громади та пошук можливих шляхів участі молоді у їхньому вирішенні.</p> <p>Моделювання громадських ініціатив — розроблення в групах ідей молодіжних проєктів або громадських ініціатив, спрямованих на покращення життя школи або громади.</p> <p>Дискусія «Як молодь може впливати на рішення в громаді?» — обговорення механізмів участі молоді в громадському житті та значення активної громадянської позиції</p>
44	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- бере на себе відповідальність за збереження, формування і</p>	<p>Тема 3. Соціальне підприємництво та меценатство</p>	<p>Кейс-аналіз «Соціальні підприємства, що змінюють світ» — дослідження прикладів</p>

<p>розвиток власних здоров'я, безпеки та добробуту і здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб на основі особистих і суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.1]</p> <p>- аналізує вияви відповідальної і безвідповідальної поведінки в соціальному, родинному і природному середовищі з урахуванням суспільно-державних (національних) та особистих цінностей [12 СЗО 1.1.1-1]</p> <p>- аналізує документи, які гарантують права та обов'язки громадян, пов'язані із забезпеченням добробуту України, та застосовує їх [12 СЗО 1.2.1-3]</p> <p>- визначає та пояснює інтереси людей з іншими переконаннями з питань збереження здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 1.2.2-1]</p> <p>- прогнозує наслідки порушення правил техніки безпеки на робочому місці [12 СЗО 2.2.2-3]</p> <p>- обирає безпечні моделі поведінки в разі виникнення небезпеки невизначеного характеру [12 СЗО 2.4.1-2]</p>	<p>Поняття соціального підприємництва та його відмінність від традиційного бізнесу. Поєднання економічної діяльності та вирішення соціальних проблем.</p> <p>Основні напрями соціального підприємництва:</p> <p>підтримка вразливих груп населення, розвиток місцевих громад, екологічні ініціативи, освітні та культурні проекти.</p> <p>Принципи діяльності соціального підприємництва:</p> <p>соціальна місія, економічна стійкість, суспільна користь.</p> <p>Поняття меценатства та благодійності. Роль благодійних фондів, громадських організацій та приватних ініціатив у підтримці соціальних, культурних та освітніх проектів.</p> <p>Уплив соціального підприємництва та меценатства на розвиток громад та суспільства.</p> <p>Приклади соціальних підприємств і благодійних ініціатив в Україні та світі.</p> <p>Формування розуміння можливостей поєднання підприємницької</p>	<p>українських та міжнародних соціальних підприємств, визначення їхньої соціальної місії та впливу на громаду.</p> <p>Міністартап «Бізнес для суспільної користі» — робота в групах над створенням ідеї соціального підприємства, яке поєднує економічну діяльність із вирішенням конкретної соціальної проблеми.</p> <p>Дослідницьке завдання «Історії меценатства» — пошук прикладів меценатів, благодійних фондів або громадських ініціатив та аналіз їхнього внеску в розвиток освіти, культури або громади.</p> <p>Пітчінг соціальних ідей — коротка презентація учнями та ученицями власних ідей соціальних проектів або благодійних ініціатив з обговоренням їхньої суспільної цінності</p>
--	---	---

		діяльності із суспільно корисними ініціативами	
45	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <ul style="list-style-type: none"> - бере на себе відповідальність за збереження, формування і розвиток власних здоров'я, безпеки та добробуту і здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб на основі особистих і суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.1] - аналізує вияви відповідальної і безвідповідальної поведінки в соціальному, родинному і природному середовищі з урахуванням суспільно-державних (національних) та особистих цінностей [12 СЗО 1.1.1-1] - визначає та пояснює інтереси людей з іншими переконаннями з питань збереження здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 1.2.2-1] - аналізує документи, які гарантують права та обов'язки громадян, пов'язані із забезпеченням добробуту України, та застосовує їх [12 СЗО 1.2.1-3] - оцінює ризики й ухвалює рішення щодо надання домедичної допомоги собі та іншим особам у невідкладних станах відповідно до протоколів і алгоритмів [12 СЗО 1.3.1] - володіє вміннями надання домедичної допомоги з 	<p>Тема 4. Соціальні ініціативи: створення громадських організацій та молодіжних просторів</p> <p>Поняття соціальних ініціатив та їхня роль у розвитку громадянського суспільства.</p> <p>Громадські організації та молодіжні об'єднання: мета діяльності, напрями роботи, можливості участі молоді.</p> <p>Основні етапи створення соціальних ініціатив: визначення проблеми, формування команди, планування діяльності, пошук ресурсів та партнерів.</p> <p>Молодіжні простори як середовище для розвитку громадської активності, творчості, освіти та співпраці.</p> <p>Роль молодіжних центрів, громадських організацій та ініціативних груп у розвитку місцевих громад.</p> <p>Формування навичок командної роботи, комунікації, лідерства та організації суспільно корисної діяльності.</p> <p>Значення соціальних ініціатив для розвитку активного громадянства,</p>	<p>Майстерня ідей «Ініціатива для громади» — робота в групах над формуванням ідей соціальної ініціативи або молодіжного простору, визначення його мети, цільової аудиторії та можливих форм діяльності.</p> <p>Кейс-аналіз «Як працюють молодіжні центри» — дослідження прикладів молодіжних просторів або громадських організацій в Україні, аналіз їхніх програм та впливу на громаду.</p> <p>Моделювання створення громадської організації — з'ясування проблем громади, формування команд, розроблення короткого плану діяльності та презентація ідей соціальної ініціативи.</p> <p>Пітчінг громадських проєктів — презентація учнями та ученицями власних ідей соціальних або молодіжних ініціатив з обговоренням їхньої актуальності та можливостей реалізації</p>

	<p>урахуванням оцінки ризиків, власних можливостей і дотримання правил безпеки [12 СЗО 1.3.1-1]</p> <p>- практично застосовує відповідні протоколи і алгоритми надання допомоги собі та іншим особам за потреби [12 СЗО 1.3.1-2]</p>	<p>відповідальності та соціальної взаємодії</p>	
46	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- бере на себе відповідальність за збереження, формування і розвиток власних здоров'я, безпеки та добробуту і здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб на основі особистих і суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.1]</p> <p>- аналізує вияви відповідальної і безвідповідальної поведінки в соціальному, родинному і природному середовищі з урахуванням суспільно-державних (національних) та особистих цінностей [12 СЗО 1.1.1-1]</p> <p>- визначає та пояснює інтереси людей з іншими переконаннями з питань збереження здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 1.2.2-1]</p> <p>- аналізує документи, які гарантують права та обов'язки громадян, пов'язані із забезпеченням добробуту України, та застосовує їх [12 СЗО 1.2.1-3]</p>	<p>Тема 5. Як формуються суспільні зміни: розвиток громади та спільні ініціативи</p> <p>Поняття суспільних змін та їхнє значення для розвитку громад і суспільства.</p> <p>Роль громадянської активності, співпраці та колективних дій у вирішенні суспільних проблем.</p> <p>Механізми розвитку громади: громадські ініціативи, партнерство між громадянами / громадянками, громадськими організаціями, бізнесом та органами місцевого самоврядування.</p> <p>Приклади успішних суспільних змін, що виникли завдяки спільним ініціативам громадян / громадянок.</p> <p>Важливість довіри, комунікації та взаємодії в розвитку громад.</p> <p>Участь молоді в процесах змін на місцевому рівні.</p>	<p>Кейс-аналіз «Як народжуються зміни» — дослідження реальних прикладів громадських ініціатив в Україні або світі, що сприяли позитивним змінам у громаді.</p> <p>Мапування змін у громаді — робота в групах із визначення проблем місцевої громади та обговорення можливих спільних ініціатив для їхнього вирішення.</p> <p>Симуляційна гра «Громадська рада» — моделювання обговорення громадської проблеми за участю різних сторін (мешканці, молодь, громадські організації, місцева влада) та пошук спільного рішення.</p> <p>Мініпроект «Ініціатива для громади» — розроблення учнями та ученицями ідеї громадської ініціативи або соціального проекту,</p>

	<p>- застосовує техніки самодопомоги в кризових і стресових ситуаціях [12 СЗО 1.3.1-3]</p> <p>- розпізнає та застосовує прийоми емоційної підтримки інших осіб у разі виникнення в них проблемних ситуацій (фізичних, психічних, соціальних) [12 СЗО 1.3.2-3]</p>	<p>Формування готовності брати участь у спільних ініціативах, спрямованих на розвиток громади та поліпшення суспільного життя</p>	<p>спрямованого на поліпшення життя в школі або місцевій громаді</p>
47	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p> <p>- бере на себе відповідальність за збереження, формування і розвиток власних здоров'я, безпеки та добробуту і здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб на основі особистих і суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.1]</p> <p>- аналізує вияви відповідальної і безвідповідальної поведінки в соціальному, родинному і природному середовищі з урахуванням суспільно-державних (національних) та особистих цінностей [12 СЗО 1.1.1-1]</p> <p>- аналізує документи, які гарантують права та обов'язки громадян, пов'язані із забезпеченням добробуту України, та застосовує їх [12 СЗО 1.2.1-3]</p> <p>- визначає та пояснює інтереси людей з іншими переконаннями з питань збереження здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 1.2.2-1]</p>	<p>Тема 6. Моя роль у світі: мислення «зсередини системи» та відповідальне громадянство</p> <p>Поняття відповідального громадянства в сучасному демократичному суспільстві.</p> <p>Розуміння суспільства як системи взаємопов'язаних процесів, інституцій і взаємодій між людьми.</p> <p>Мислення «зсередини системи»: усвідомлення власної ролі в соціальних процесах, відповідальність за власні дії та їхній вплив на інших.</p> <p>Значення активної громадянської позиції, участі в житті громади та суспільних ініціативах.</p> <p>Роль особистих рішень і поведінки людини у формуванні суспільних змін.</p>	<p>Вправа на розвиток системного мислення «Я в системі» — створення схеми взаємозв'язків між людиною, громадою, державою та глобальним світом з обговоренням того, як особисті рішення впливають на інші елементи системи.</p> <p>Кейс-аналіз «Одна дія — багато наслідків» — аналіз реальних ситуацій, у яких рішення окремих людей або груп спричинили значні суспільні зміни.</p> <p>Симуляційна гра «Рішення для громади» — моделювання ситуації, у якій учні та учениці мають ухвалити спільне рішення щодо проблеми громади, ураховуючи інтереси різних сторін.</p> <p>Рефлексивна вправа «Мій вплив» — формування короткого</p>

<p>- обстоює права людини, пов'язані зі збереженням здоров'я, безпекою та добробутом [12 СЗО 1.2.1]</p> <p>- презентує обрану стратегію власного способу життя та обґрунтовує її з урахуванням отриманої інформації [12 СЗО 2.3.1-2]</p> <p>- презентує стратегії безпечної поведінки в різних заходах, які ґрунтуються на знаннях, здобутих під час критичного сприймання інформації з різних джерел [12 СЗО 2.4.1-3]</p> <p>- аналізує та моделює втілення у власне життя оптимальних стратегій безпечної поведінки для збереження власного життя та здоров'я, а також життя і здоров'я інших осіб у різних життєвих ситуаціях [12 СЗО 1.1.2-2]</p> <p>- пояснює особистісну та суспільну цінність налагодження і підтримки стосунків, співпраці на принципах рівності, довіри та взаємоповаги [12 СЗО 4.7.1-1]</p> <p>- оцінює наслідки недотримання етичних норм поведінки та їхнього впливу на людей, сім'ю, суспільство і середовище [12 СЗО 4.8.1-2]</p>	<p>Цінності демократичного суспільства: відповідальність, солідарність, взаємоповага, участь у спільному ухваленні рішень. Формування готовності діяти відповідально в суспільному житті та усвідомлювати власний внесок у розвиток громади і суспільства</p>	<p>плану особистих дій, завдяки яким учень / учениця може впливати на життя школи, громади або суспільства</p>
---	---	--

Прикінцеві положення

Оцінювання навчальних досягнень здобувачів / здобувачок освіти

Оцінювання навчальних досягнень здобувачів / здобувачок освіти з курсу здійснюється відповідно до вимог чинного законодавства та орієнтоване на визначення рівня сформованості ключових компетентностей, життєвих навичок і здатності застосовувати отримані знання в реальних життєвих ситуаціях.

Оцінювання має формувальний характер і спрямоване на підтримку навчальної мотивації учнів / учениць, розвиток критичного мислення, уміння аргументувати власну позицію, працювати в команді та брати участь у суспільно значущій діяльності.

У процесі навчання використовуються різні форми оцінювання.

Поточне оцінювання передбачає:

- усні відповіді, участь у дискусіях та обговореннях;
- виконання практичних і творчих завдань;
- аналіз кейсів та життєвих ситуацій;
- виконання індивідуальних і групових дослідницьких завдань;
- створення ментальних карт, схем, моделей;
- участь у рольових і симуляційних вправах;
- самооцінювання та взаємооцінювання.

Тематичне оцінювання може здійснюватися у формі:

- виконання аналітичних або рефлексивних письмових робіт;
- підготовки та презентації індивідуальних або групових проєктів;
- розроблення соціальних ініціатив або мініпроєктів для громади;
- публічного захисту дослідницьких завдань;
- створення портфоліо виконаних робіт за темою або розділом.

Підсумкове оцінювання може передбачати:

- комплексну підсумкову роботу, що охоплює аналіз життєвих ситуацій або соціальних проблем;
- підготовку та презентацію соціального або громадянського проєкту;
- виконання дослідницької або аналітичної роботи з актуальних суспільних тем.

Під час оцінювання враховується не лише рівень засвоєння знань, а й здатність учнів / учениць застосовувати їх у практичній діяльності, аргументовано висловлювати власну позицію, співпрацювати з іншими та демонструвати відповідальну громадянську поведінку.

Методи оцінювання

У процесі реалізації курсу використовуються різноманітні методи оцінювання, спрямовані на визначення рівня сформованості знань, умінь, ціннісних установок та здатності здобувачів / здобувачок освіти застосовувати їх у практичній діяльності.

До основних методів оцінювання належать:

- **спостереження за навчальною діяльністю** учнів / учениць під час виконання практичних завдань, участі в дискусіях, груповій роботі та проєктній діяльності;
- **усне опитування та обговорення**, що дають змогу оцінити розуміння ключових понять, уміння аргументувати власну позицію та брати участь у конструктивному діалозі;
- **письмові роботи** (аналітичні завдання, есе, рефлексивні тексти), спрямовані на перевірку здатності аналізувати інформацію та формулювати висновки;
- **виконання практичних і творчих завдань**, що демонструють уміння застосовувати знання в життєвих ситуаціях;
- **оцінювання навчальних проєктів**, соціальних ініціатив або дослідницьких робіт, які передбачають планування, аналіз проблеми, пошук рішень і презентацію результатів;
- **портфоліо навчальних досягнень**, яке відображає поступ у навчанні, результати виконаних завдань, проєктів і рефлексій;
- **самооцінювання та взаємооцінювання**, що сприяють розвитку рефлексії, відповідальності за власне навчання та культурі конструктивного зворотного зв'язку.

Конкретні ресурси для досягнення мети курсу

Для успішної реалізації мети курсу та впровадження сучасних освітніх технологій використовується комплексна система ресурсів, що поєднує цифрові інструменти, офіційні інформаційні джерела та соціальний контекст громади.

Освітній процес забезпечується через використання сучасних цифрових платформ, зокрема ресурсів **Дія.Освіта** (освітні серіали з кібербезпеки та фінансової грамотності) та матеріалів **Всеукраїнської школи онлайн**. Для формування навичок критичного мислення залучаються спеціалізовані інструменти з медіаграмотності, як-от онлайн-тренажери з фактчекінгу та сервіси для перевірки достовірності інформації: DisinFAKEtion (Дія.Освіта)- освітній серіал-симулятор від Центру протидії дезінформації, StopFake (тренувальні кейси).

Формуванню навичок саморегуляції сприяє використання мобільних застосунків для моніторингу фізичної активності, якості сну та виконання

дихальних вправ: Google Fit / Apple Health, BetterMe: Mental Health - український застосунок із великою бібліотекою дихальних вправ, технік медитації та йоги (має безкоштовний доступ для українців).

Інформаційно-методичне наповнення курсу базується на актуальних рекомендаціях **державних інституцій**: матеріалах ДСНС України щодо дій у надзвичайних ситуаціях, інструкціях Кіберполіції стосовно протидії шахрайству та роз'ясненнях НБУ щодо захисту прав споживачів фінансових послуг. Змістовна частина також спирається на нормативно-правові джерела, представлені в електронних базах законодавства України.

Особлива увага приділяється інтеграції навчання в реальне життя через залучення **соціальних та громадських ресурсів**. Це включає роботу з офіційними порталами територіальних громад, інтерактивними картами безпеки та налагодження комунікації з місцевими молодіжними центрами. Для реалізації проєктної діяльності здобувачі освіти використовують онлайн-конструктори ментальних карт та креативні платформи для візуалізації і презентації результатів своїх досліджень.

Навчально-методичний супровід курсу доповнюється банком практичних кейсів із реальними життєвими сценаріями, збірниками вправ на розвиток емоційного інтелекту та добіркою відеоматеріалів (соціальна реклама, тематичні виступи), що слугують основою для конструктивних дискусій у класі.

Використання цифрових ресурсів спрямоване на розвиток цифрової компетентності учнівства та візуалізацію результатів їхньої практичної діяльності: Canva використовується як основний інструмент для реалізації творчих завдань, що передбачають створення візуальних продуктів. Учні/учениці застосовують платформу для розроблення постерів соціальної реклами, оформлення мініпроєктів, створення інформаційних пам'яток з фінансової та цифрової безпеки, а також для візуалізації індивідуальних планів розвитку. Це сприяє розвитку навичок графічного дизайну та здатності лаконічно подавати складну інформацію. MindMeister застосовується для структурно-логічного моделювання ідей та планування. У межах курсу сервіс використовується для створення інтелект-карт під час аналізу комплексних проблем (наприклад, чинників добробуту громади або ризиків цифрового середовища), структурування етапів реалізації проєктів та побудови персональних карт життєвої траєкторії. Робота з ментальними картами допомагає здобувачам освіти встановлювати причинно-наслідкові зв'язки та систематизувати великі обсяги даних. Padlet слугує спільним інтерактивним простором (віртуальною дошкою) для організації командної роботи та зворотного зв'язку. Платформа використовується для акумуляції результатів групових досліджень, проведення онлайн-дискусій у форматі «форуму», а також для реалізації практик

взаємооцінювання. Вчитель/вчителька використовує Padlet як цифрове портфоліо класу, де зберігаються напрацювання учнів/учениць з різних модулів, що дозволяє відстежувати прогрес формування компетентностей протягом усього курсу.

Важливою складовою є робота з картографічними матеріалами (інтерактивна мапа «Повітряна тривога», Google Maps для створення безпечних маршрутів громадою), актуальними статистичними даними Держстату щодо показників добробуту та інфографікою від Кіберполіції і Національного банку України з питань фінансової гігієни.

За відсутності стабільного доступу до цифрових ресурсів, справи виконуються з використанням паперових носіїв, карток та роздаткових матеріалів.

Освітній простір розширюється за рахунок залучення ресурсів місцевого значення: інфраструктури громади (центри соціальних служб, молодіжні хаби, ЦНАПи), а також природних та безпекових об'єктів (облаштовані укриття, екологічні стежки) для проведення практичних занять, екскурсій та реалізації волонтерських акцій «рівний-рівному».

РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА

Нормативно-правові документи

1. Державний стандарт профільної середньої освіти : затв. постановою Кабінету Міністрів України від 25 липня 2024 р. № 851. — К., 2024.
2. Кодекс цивільного захисту України : Закон України від 02.10.2012 № 5403-VI. — Режим доступу: rada.gov.ua.
3. Концептуальні засади реформування профільної середньої освіти (академічні ліцеї) : наказ МОН України від 10 жовтня 2024 р. № 1451. — К., 2024.
4. Типова освітня програма для 10–12 класів закладів загальної середньої освіти : наказ МОН України від 26 травня 2025 р. № 765. — К., 2025.
5. Освіта для сталого розвитку : методичні рекомендації / МОН України. — К., 2023.
6. Про захист прав споживачів : Закон України від 12.05.1991 № 1023-XII. — Режим доступу: rada.gov.ua.
7. Про забезпечення рівних прав та можливостей жінок і чоловіків : Закон України від 08.09.2005 № 2866-IV. — Режим доступу: rada.gov.ua.
8. Про основні засади забезпечення кібербезпеки України : Закон України від 05.10.2017 № 2163-VIII. — Режим доступу: rada.gov.ua.
9. Про фінансові послуги та фінансові компанії : Закон України від 14.12.2021 № 1953-IX. — Режим доступу: rada.gov.ua.

Рекомендована література

1. Бех І. Д. Особистість у просторі духовного розвитку : навч. посіб. / І. Д. Бех — К. : Академвидав, 2012. — 256 с.
2. Биков В. Ю. Інформаційно-цифрова компетентність учнів: теорія і практика формування : монографія / В. Ю. Биков, О. М. Спірін, О. П. Пінчук. — К. : Пед. думка, 2020. — 188 с.
3. Громадянська освіта: основи демократії : навч. посіб. для учнів старших класів / за ред. О. Пометун. — К. : Освіта, 2018. — 256 с.
4. Громадянська освіта: навчально-методичний посібник / за ред. О. І. Пометун. — К. : Літера ЛТД, 2018. — 320 с.
5. Ковальчук О. Я. Фінансова грамотність : навч. посіб. для закладів освіти / О. Я. Ковальчук. — К. : КНЕУ, 2019. — 312 с.
6. Медіаграмотність у школі : навч.-метод. посіб. / за ред. В. Ф. Іванова, О. В. Волошенюк. — К. : Академія укр. преси, 2016. — 204 с.
7. Нова українська школа: концептуальні засади реформування середньої школи. — К. : Міністерство освіти і науки України, 2016. — 40 с.

8. Основи здоров'я : підручник для закладів загальної середньої освіти / за ред. Т. Є. Бойченко. — К. : Генеза, 2018. — 224 с.
9. Пометун О. І. Критичне мислення як педагогічний феномен : теорія і методика формування : навч. посіб. / О. І. Пометун. — К. : Ліра-К, 2020. — 232 с.
10. Соціальне підприємництво: теорія, практика та перспективи розвитку / за ред. А. А. Свинчука. — К. : ВІ ЕН ЕЙ, 2017. — 304 с.
11. Фінансова грамотність : навч. посіб. для учнів закл. загал. серед. освіти / за ред. Т. С. Кізими. — К. : КНЕУ, 2019. — 312 с.
12. Цифрова компетентність учителя: міжнародні підходи та українські перспективи / за ред. О. В. Овчарук. — К. : Ін-т інформ. технологій і засобів навчання НАПН України, 2019. — 176 с.
13. World Health Organization. Health promotion glossary. — Geneva : WHO, 1998. — 36 p.
14. OECD. Financial literacy and financial inclusion : OECD report. — Paris : OECD Publishing, 2018. — 142 p.

Цифрові сервіси для візуалізації та проєктної діяльності

1. **Canva** [Електронний ресурс] : онлайн-платформа для дизайну та візуалізації (створення постерів, презентацій, інфографіки). – Режим доступу: canva.com. – Назва з екрана.
2. **MindMeister** [Електронний ресурс] : онлайн-конструктор інтелект-карт (ментограм) для структурування ідей та планування проєктів. – Режим доступу: mindmeister.com. – Назва з екрана.
3. **Padlet** [Електронний ресурс] : мультимедійний інструмент для створення віртуальних стін із результатами проєктної діяльності. – Режим доступу: padlet.com. – Назва з екрана.

Рекомендовані інформаційні джерела

1. Абетка безпеки [Електронний ресурс] / Державна служба України з надзвичайних ситуацій. – Режим доступу: dsns.gov.ua. – Назва з екрана.
2. Захист прав споживачів фінансових послуг [Електронний ресурс] : офіційне інтернет-представництво / Національний банк України. – Режим доступу: bank.gov.ua. – Назва з екрана.
3. Кібербезпека та схеми шахрайства [Електронний ресурс] / Департамент Кіберполіції Національної поліції України. – Режим доступу: cyberpolice.gov.ua. – Назва з екрана.
4. Проєкт «ШахрайГудбай» [Електронний ресурс] : інформаційна кампанія з фінансової безпеки / Національний банк України. – Режим доступу: bank.gov.ua. – Назва з екрана.

5. Поради ДСНС щодо дій у надзвичайних ситуаціях в умовах воєнного стану [Електронний ресурс] / Державна служба України з надзвичайних ситуацій. – Режим доступу: dsns.gov.ua. – Назва з екрана.

6. Карта повітряних тривог України [Електронний ресурс] : інтерактивний сервіс моніторингу загроз у режимі реального часу. – Режим доступу: alerts.in.ua. – Назва з екрана.

7. Google Maps (Google Карты) [Електронний ресурс] : багатофункціональний картографічний сервіс для побудови безпечних маршрутів та локалізації інфраструктурних об'єктів. – Режим доступу: google.com. – Назва з екрана.

8. Офіційна мапа укриттів [Електронний ресурс] / Міністерство з питань стратегічних галузей промисловості України. – Режим доступу: kyivcity.gov.ua (або посилання на ресурс вашої громади). – Назва з екрана.