

Міністерство освіти і науки України

Модельна навчальна програма

«Інтегрований курс соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі.

10–12 класи. Поглиблений 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 інтегрованого курсу «Інтегрований курс соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі. 10–12 класи. Поглиблений рівень» для закладів загальної середньої освіти (далі — Програма) підготовлена з урахуванням нормативно — правових актів, що регламентують організацію профільної середньої освіти, зокрема:

– 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 10 жовтня 2024 року № 1451 «Про затвердження Концептуальних засад реформування профільної середньої освіти (академічні ліцеї)»;

– наказу Міністерства освіти і науки України від 20 серпня 2025 року № 1163 «Про затвердження концептуальних засад освітніх галузей на 2025–2030 роки».

Зміст і структура Програми узгоджені з вимогами до модельних навчальних програм, визначеними в 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), а також ураховують специфіку відповідного профілю навчання.

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

Програма спрямована на розвиток у здобувачів / здобувачок освіти здатності ухвалювати усвідомлені рішення, що впливають на особисте майбутнє та майбутнє суспільства; ініціювати зміни навколо себе, розуміти системні процеси та глобальні ризики, які впливають на власне життя, безпеку і здоров'я, а також брати активну участь у розвитку громади.

Таким чином, поглиблений курс орієнтований на формування активної життєвої позиції молоді, розвиток підприємливості, соціальної відповідальності, здатності бачити можливості для змін і реалізовувати власні ідеї в суспільстві.

Актуальність

Сучасний світ характеризується високою швидкістю соціальних, економічних і технологічних змін. Молодь дедалі частіше стикається з необхідністю ухвалювати складні життєві рішення в умовах невизначеності,

ширше взаємодіяти в цифровому середовищі, планувати професійний розвиток і брати участь у суспільному житті, ураховуючи глобальні та локальні зміни, нові виклики та цифровий прогрес.

У цих умовах освіта має першочергово не просто передавати знання, а формувати здатність людини усвідомлювати ризики, можливості, виклики та зміни суспільства, системно аналізувати соціальні процеси, діяти відповідально, ініціативно та творчо, планувати власні проєкти та реалізовувати їх у співпраці з іншими.

Зміст поглибленого курсу побудовано як послідовний перехід від усвідомлення до дії: від розуміння власних можливостей і ресурсів до здатності планувати особистий розвиток. У межах курсу розглядаються питання соціальних інновацій, біоетики, економіки уваги, командної взаємодії, використання цифрових інструментів для реалізації ідей, а також значення особистих цінностей у процесах суспільних змін.

Особливу увагу приділено формуванню в старшокласників / старшокласниць не лише вміння аналізувати суспільні проблеми, а й бачити можливості для їхнього вирішення, а також формуванню сценарного мислення та адаптивності, що є невід'ємною компетентністю для майбутнього. Крім того, важливим результатом навчання є розвиток підприємливості, критичного мислення, медіаграмотності, комунікативної культури.

Реалізація програми передбачає практикоорієнтований підхід до навчання. Це охоплює: аналіз реальних ситуацій (кейси, групові роботи, дослідницькі та аналітичні завдання); рольові ігри, моделювання, презентації та симуляції. Такі форми роботи сприяють розвитку комунікативних навичок, критичного, системного та сценарного мислення, емоційного інтелекту та вміння аргументувати власну позицію. Курс сприяє формуванню життєвої компетентності здобувачів / здобувачок освіти.

Поглиблений курс логічно продовжує зміст соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі базової школи. Водночас він розширює цей зміст, спрямовуючи навчання на розвиток здатності не лише орієнтуватися в складних життєвих ситуаціях, а й активно впливати на середовище, ініціювати зміни та усвідомлювати зв'язок між особистими локальними діями та суспільними змінами.

Метою курсу є комплексна підготовка здобувачів / здобувачок освіти до дорослого життя в умовах невизначеності, формування навичок саморегуляції, стратегічного мислення та ухвалення відповідальних рішень щодо власного

здоров'я. Курс спрямований на оволодіння інструментами фінансового успіху, планування кар'єри, зокрема, в умовах розвитку штучного інтелекту; розвиток здатності не лише розуміти суспільні процеси, а й активно впливати на них шляхом власних ініціатив та громадських проєктів.

Основними завданнями курсу є:

- розвиток уміння аналізувати соціальні явища та проблеми, розуміти їхні причини і можливі наслідки;
- формування підприємливості, здатності бачити можливості змін і знаходити нові підходи для вирішення проблем;
- набуття досвіду планування й реалізації індивідуальних та командних проєктів;
- розвиток навичок конструктивної комунікації, співпраці;
- формування економічної та фінансової грамотності, необхідної для самостійного життя й реалізації власних ініціатив;
- формування відповідальності за власне здоров'я, безпеку та добробут;
- формування сценарного та системного мислення;
- розвиток уміння працювати з інформацією, використовувати цифрові інструменти для пошуку, аналізу та представлення ідей;
- усвідомлення значення соціальної відповідальності та власної ролі в розвитку громади і суспільства.

Компетентнісний потенціал курсу охоплює всі ключові компетентності, визначені Державним стандартом профільної середньої освіти, та спрямований на їхній подальший розвиток у контексті соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі. Реалізація компетентнісного потенціалу курсу передбачає:

- урахування ціннісних орієнтирів, визначених Державним стандартом профільної середньої освіти, та їхнє практичне втілення в змісті навчання;
- використання можливостей соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі для розвитку життєвих компетентностей старшокласників та старшокласниць;
- поглиблення знань про здоров'я людини, безпеку особистості та суспільства, добробут, фінансову поведінку, а також процеси особистісного й професійного самовизначення;
- розвиток умінь підтримувати та зміцнювати здоров'я, оцінювати можливі ризики, ухвалювати обґрунтовані рішення, планувати особистий розвиток і визначати власну життєву траєкторію;

- досягнення обов'язкових результатів навчання здобувачів і здобувачок профільної середньої освіти, визначених відповідними додатками Державного стандарту.

Реалізація ключових компетентностей

Вільне володіння державною мовою та здатність спілкуватися іноземними мовами

Учні / учениці навчаються чітко й аргументовано висловлювати власну позицію щодо питань здоров'я, безпеки, добробуту та соціальної відповідальності, брати участь у дискусіях і публічних обговореннях. У процесі навчання вони працюють із різними інформаційними джерелами, готують усні та письмові повідомлення, презентації й навчальні проєкти.

Математична компетентність

Під час навчання учні / учениці аналізують статистичні дані, пов'язані зі станом здоров'я населення, соціальними процесами, фінансовою поведінкою та економічними показниками. Вони навчаються інтерпретувати кількісну інформацію, застосовувати елементи бюджетного планування та оцінювати можливі ризики й наслідки ухвалених рішень.

Компетентності у сфері природничих наук, техніки і технологій

Курс сприяє розумінню біологічних, соціальних і середовищних чинників, що впливають на здоров'я людини. Старшокласники / старшокласниці усвідомлюють роль сучасних технологій і цифрового середовища в щоденному житті, аналізують їхні можливості та потенційні ризики.

Інноваційність

Здобувачі / здобувачки освіти розробляють ідеї соціальних, освітніх або волонтерських ініціатив, спрямованих на підтримку здорового способу життя, безпечної поведінки та добробуту. Важливе місце займає пошук нових підходів до розв'язання життєвих і соціальних проблем.

Екологічна компетентність

Навчання сприяє усвідомленню взаємозв'язку між станом довкілля, здоров'ям людини та якістю життя. Учні / учениці розвивають відповідальне ставлення до природних ресурсів і знайомляться з принципами екологічної безпеки та сталого розвитку.

Інформаційно-комунікаційна компетентність

Здобувачі / здобувачки освіти навчаються працювати з інформацією в цифровому середовищі: аналізувати медіаматеріали, перевіряти їхню достовірність, розпізнавати маніпуляції, дезінформацію та фінансові шахрайські

схеми. Цифрові інструменти використовуються також для пошуку, оброблення та представлення інформації.

Навчання впродовж життя

Курс сприяє розвитку навичок саморефлексії та самооцінювання, допомагає учням / ученицям визначати власні цілі, цінності й пріоритети. Значна увага приділяється плануванню особистого розвитку та готовності до навчання й професійного зростання впродовж життя.

Громадянська та соціальна компетентності

Учні / учениці усвідомлюють свою роль як відповідальних членів суспільства, розвивають культуру взаємодії та співпраці, долучаються до громадських і волонтерських ініціатив.

Культурна компетентність

Навчання сприяє повазі до культурного різноманіття, соціальних норм і цінностей. Учні / учениці усвідомлюють вплив культури на спосіб життя, поведінку і взаємини між людьми, формують культуру здоров'я та безпечної поведінки.

Підприємливість і фінансова грамотність

Курс допомагає здобувачам / здобувачкам освіти зрозуміти принципи відповідальної фінансової поведінки, планувати особистий бюджет, оцінювати витрати й заощадження. Вони усвідомлюють взаємозв'язок між економічними рішеннями, добробутом людини та її життєвими стратегіями.

Реалізація Програми курсу ґрунтується на таких принципах:

- **діяльнісної спрямованості** — організації освітнього процесу так, щоб учні та учениці були активними учасниками / учасницями навчання, брали участь у розв'язанні практичних завдань і застосовували знання в реальних ситуаціях;
- **міждисциплінарності** — поєднання знань із різних освітніх галузей для глибшого розуміння соціальних процесів, життєвих проблем і шляхів їхнього розв'язання;
- **практичної значущості** — спрямування навчання на аналіз і вирішення реальних життєвих ситуацій, із якими можуть стикатися молоді люди;
- **співпраці** — розвиток культури командної роботи, взаємної підтримки та спільного ухвалення рішень;
- **інноваційності** — підтримку творчого підходу до пошуку рішень, створення нових ідей і реалізації ініціатив.

Спеціальні принципи курсу

1. *Принцип ініціативності* передбачає підтримку прагнення учнів / учениць самостійно визначати проблеми та пропонувати можливі способи їхнього розв'язання.

2. *Принцип підприємливості* спрямований на розвиток умінь планувати діяльність, оцінювати наявні ресурси та реалізовувати власні ідеї і проекти.

3. *Принцип соціальної взаємодії* підкреслює значення співпраці з іншими людьми, уміння домовлятися, координувати дії та досягати спільних результатів.

4. *Принцип відповідального впливу* передбачає усвідомлення того, що кожне рішення має наслідки для інших людей, громади та суспільства.

5. *Принцип життєвого проектування* орієнтує навчання на розвиток уміння визначати особисті цілі, планувати власний розвиток і будувати довгострокові життєві стратегії.

Програма курсу складається зі:

- вступної частини, у якій подається загальна характеристика курсу, визначено його мету, завдання та принципи реалізації;
- основної частини, що містить очікувані результати навчання, зміст навчального матеріалу та орієнтовні види навчальної діяльності;
- прикінцевої частини, у якій подаються рекомендації щодо організації освітнього процесу та досягнення очікуваних результатів.

Зміст курсу структуровано в навчальні розділи, які забезпечують послідовний розвиток підприємливості, соціальної активності та здатності до реалізації ініціатив.

Основна частина курсу розрахована на три роки навчання й охоплює 12 навчальних розділів. Програма побудована з урахуванням вікових особливостей здобувачів / здобувачок освіти і спрямована на поступове формування їхньої здатності відповідально діяти в різних життєвих ситуаціях. У процесі навчання увага послідовно переходить від усвідомлення значення здоров'я, безпеки та добробуту людини до розвитку умінь ухвалювати виважені рішення, планувати власний розвиток і брати активну участь у житті суспільства. Реалізація програми ґрунтується на поєднанні знань із різних сфер, формуванні ціннісних орієнтирів і розвитку компетентностей, необхідних для самостійного життя. Це сприяє підготовці молоді до активної участі в суспільстві, здатності адаптуватися до змін і будувати власну життєву стратегію в умовах сучасного світу.

10 клас. «Життєві стратегії сучасної людини»

Розділ 1. Здоров'я людини у XXI столітті

Тема 1. Сучасне розуміння здоров'я: цілісний підхід.

Тема 2. Психічне здоров'я та емоційна стійкість людини.

Тема 3. Глобальні виклики здоров'ю людини.

Тема 4. Біоетика: переваги й ризики використання сучасних технологій для поліпшення фізичного стану.

Тема 5. Культура тіла в медіа: стандарти краси, медійний і рекламний тиск.

Тема 6. Профілактика цифрової залежності: гігієна споживання контенту.

Тема 7. Домедична допомога: стандарти MARCH.

Розділ 2. Безпека в інформаційному та технологічному середовищах

Тема 1. Кібербезпека і цифрова гігієна.

Тема 2. Інформаційні маніпуляції та дезінформація.

Тема 3. Психологічний тиск у соціальному й цифровому середовищі.

Тема 4. Цифрова ідентичність.

Тема 5. Цифровий слід і персональні дані.

Тема 6. Ризики використання штучного інтелекту.

Тема 7. Стратегії цифрової безпеки в умовах криз.

Розділ 3. Добробут і фінансова поведінка людини

Тема 1. Моделі формування особистого добробуту.

Тема 2. Індикатори якості життя.

Тема 3. Фінансові рішення людини та їхні довгострокові наслідки.

Тема 4. Психологічні механізми та поведінкові моделі фінансових рішень.

Тема 5. Права споживачів і відповідальність виробників та продавців.

Тема 6. Фінансова безпека та захист коштів під час покупок онлайн і офлайн.

Тема 7. Етика споживання та сталий розвиток у сучасному суспільстві.

Розділ 4. Культура довгострокового планування життя

Тема 1. Час як стратегічний ресурс життя.

Тема 2. Ресурсний потенціал людини та його розвиток.

Тема 3. Проєктування власного життєвого шляху.

Тема 4. Сценарії майбутнього і життєве планування.

Тема 5. Життєві ролі людини: цінності та пріоритети вибору.

Тема 6. Партнерство та міжособистісні взаємини: межі, домовленості і фінансова автономія.

Тема 7. Формування довіри й культури підтримки у взаєминах.

Тема 8. Баланс залученості та самозбереження в професійній діяльності.

10 клас. «Стратегії рішень і можливостей»

Розділ 5. Внутрішня стійкість та професійне благополуччя

Тема 1. Ментальне здоров'я та емоційний інтелект як ресурси особистісного розвитку.

Тема 2. Феномен відкладеного життя: причини, наслідки та шляхи подолання.

Тема 3. Внутрішня стійкість людини: керування станами й подолання напруження.

Тема 4. Етика професійних рішень і відповідальність за їхні наслідки.

Тема 5. Професійне середовище і добробут людини: культура психологічної безпеки.

Тема 6. Цифрове благополуччя людини: керування увагою, навантаженням і балансом діяльності.

Розділ 6. Світ ризиків: безпека людини та відповідальні рішення

Тема 1. Глобальні кризи та їхній вплив на життя людини.

Тема 2. Екологічні виклики сучасності та майбутнього. Екологічна відповідальність.

Тема 3. Цифрова агресія та соціотехнічні ризики: стратегії активної протидії.

Тема 4. Псевдонаука, медичні фейки та міфи: критичний аналіз інформації.

Тема 5. Репутаційні ризики для освіти і кар'єри.

Тема 6. Психологія ризикованої поведінки та звичок. Відповідальність рішень.

Розділ 7. Фінансова культура та економічні стратегії людини

Тема 1. Інвестиційна культура: моделі довгострокового фінансового зростання, ризики інвестиційних рішень.

Тема 2. Поведінкова економіка та фінансові помилки молоді.

Тема 3. Реалізація бізнес-ідеї: планування, команда, ресурси.

Тема 4. Ризик-менеджмент, страхові інструменти та фінансова «подушка безпеки».

Тема 5. Кар'єрна стратегія в умовах мінливого ринку праці та професійна мобільність. Професії, які не зможе замінити штучний інтелект.

Тема 6. Гнучкість в умовах невизначеності: сценарне планування, ризики, альтернативні стратегії.

Розділ 8. Механізми суспільних змін та громадянський вплив

Тема 1. Волонтерство: вплив, управління проєктами та соціальний ефект.

Тема 2. Соціальне підприємництво: бізнес-моделі та економічні механізми.

Тема 3. Меценатство: інституції, фінансування, механізми підтримки, суспільний вплив.

Тема 4. Гібридні форми організацій: різниця між ГС (громадська спілка), ГО (громадська організація) та БО (благодійна організація).

Тема 5. Бренд-менеджмент ініціативи та масштабування проєктів.

11 клас. «Стратегії успіху і впливу»

Розділ 9. Медицина як соціальна система

Тема 1. Системи охорони здоров'я: моделі, принципи та ефективність.

Тема 2. Світові моделі медичного страхування.

Тема 3. Медицина і технології: нові можливості для здоров'я людини.

Тема 4. Профілактична медицина і культура здоров'я в сучасному суспільстві.

Тема 5. Політика здоров'я: як держави формують здоров'я населення.

Тема 6. Біоетика й медичні рішення у XXI столітті.

Розділ 10. Соціальні основи безпеки сучасного суспільства

Тема 1. Соціальна політика та цілі сталого розвитку.

Тема 2. Суспільство ризику: природа сучасних загроз і трансформація безпеки.

Тема 3. Інститути безпеки: системи керування, розподіл повноважень і громадянська участь.

Тема 4. Цивільна безпека.

Тема 5. Колективна поведінка людей у кризових ситуаціях.

Тема 6. Довіра і стійкість суспільних систем.

Тема 7. Особиста безпека: правові межі самооборони.

Розділ 11. Самоменеджмент і психологія успіху

Тема 1. Самоменеджмент і керування життєвими ресурсами.

Тема 2. Психологія високої ефективності та внутрішня мотивація.

Тема 3. Мислення зростання: ставлення до помилок і розвиток здібностей.

Тема 4. Когнітивні упередження й помилки мислення під час ухвалення рішень.

Тема 5. Керування увагою у світі інформаційного перевантаження.

Тема 6. Антикрихіткість і адаптивність у складних ситуаціях.

Тема 7. Архітектура особистого успіху.

Розділ 12. Мислення можливостей і соціальні інновації

Тема 1. Мислення можливостей.

Тема 2. Lean-підхід і перевірка ідей: мінімально життєздатний продукт (MVP) та тестування рішень.

Тема 3. Соціальні інновації: нові моделі розв'язання суспільних проблем.

Тема 4. Формування команди і лідерство в проєктах.

Тема 5. Цифрові платформи як інструмент реалізації ініціатив.

Тема 6. Людина як ініціатор змін: особиста місія та довгостроковий вплив.

Особливості організації освітнього процесу

Освітній процес у межах курсу організовується на засадах діяльнісного та практикоорієнтованого підходів.

Навчання передбачає активну участь здобувачів / здобувачок освіти у створенні власних ініціатив, розробленні проєктів та їхніх презентаціях.

Викладання курсу можуть здійснювати педагогічні працівники / працівниці, які мають фахову освіту або відповідну підготовку у сфері соціальної та здоров'язбережувальної освітньої галузі, громадянської освіти, економіки, соціології чи інших споріднених галузей знань.

Методичні особливості та технології реалізації курсу

Реалізація програми поглибленого рівня базується на сценарному підході та дизайні життєвого шляху. Методична структура курсу спрямована на перехід від пасивного засвоєння знань до життєвого проєктування та формування «антикрихкості» (здатності до розвитку в умовах невизначеності). Основна увага приділяється трансформації знань у конкретні соціальні та особистісні дії через такі технології:

1. Технологія соціального та життєвого моделювання

Сценарний аналіз та прогнозування: відпрацювання алгоритмів дій у ситуаціях високої невизначеності (кризи, воєнний стан, глобальні виклики). Учні/учениці вчаться будувати альтернативні моделі поведінки («сценарне мислення»), оцінюючи короткострокові та довгострокові наслідки рішень.

Моделювання життєвих траєкторій: використання вправ на баланс професійної залученості та самозбереження. Це дозволяє здобувачам освіти відпрацювати навички профілактики емоційного вигорання та формування внутрішньої стійкості (резильєнтності).

2. Кейс-технологія

Кейси з «економіки уваги»: дослідження механізмів впливу цифрових платформ на когнітивні процеси та прийняття рішень. Кейси фокусуються на розпізнаванні технік утримання уваги та збереженні ментального здоров'я.

Біоетична рефлексія: методичний аналіз етичних дилем, пов'язаних із використанням штучного інтелекту, біотехнологій та генетичних досліджень. Технологія дебатів у цій сфері сприяє формуванню ціннісних орієнтирів та правової свідомості.

3. Проєктно-дослідницька діяльність та соціальні інновації

Апробація соціальних ідей: технологія швидкої перевірки соціальних ідей та волонтерських ініціатив через створення «мінімально життєздатного продукту».

Соціальне підприємництво: технологія розроблення бізнес-моделей, що мають на меті не лише економічну вигоду, а й розв'язання суспільних проблем громади.

4. Цифрові та змішані технології

Фактчекінг-лабораторії: методичне використання інструментів для виявлення діпфейків, маніпуляцій штучного інтелекту. Здобувачі освіти працюють із реальним контентом, відпрацьовуючи навички верифікації інформації та протидії цифровій агресії.

Гейміфіковані фінансові стратегії: застосування симуляторів фінансової та інвестиційної поведінки для формування культури довгострокового планування та захисту активів.

Педагогічна діяльність у межах курсу передбачає використання сучасних освітніх методів, організацію співпраці та командної роботи учнівства, підтримку учнівських ініціатив, а також створення умов для активної участі здобувачів / здобувачок освіти в обговореннях, проєктній діяльності та спільному ухваленні рішень.

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

Основна частина

№	Очікувані результати навчання	Пропонований зміст інтегрованого курсу	Пропоновані види навчальної діяльності
10 клас. Життєві стратегії сучасної людини			
Розділ 1. Здоров'я людини у XXI столітті			
1	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: активно шукає, порівнює та зіставляє різні джерела інформації, оцінюючи їх надійність і достовірність, визначає власні альтернативні дії щодо здорового способу життя [12 СЗО 3.1.1–1 П]; досліджує моделі поведінки, спрямовані на покращення стану організму, ураховуючи вікові зміни як закономірний процес [12 СЗО 3.2.1–1 П]; обґрунтовує та оцінює вплив власної поведінки та поведінки інших осіб на власні безпеку, життя і здоров'я та на безпеку, життя і здоров'я інших осіб на прикладах власних знань і досвіду та відповідних джерел інформації [12 СЗО 3.3.2–1 П]</p>	<p>Тема 1. Сучасне розуміння здоров'я: цілісний підхід</p> <p>Сучасний підхід до розуміння здоров'я як комплексного стану фізичного, психічного та соціального благополуччя людини. Розгляд концепції holistic health, відповідно до якої стан людини формується під впливом взаємопов'язаних чинників: способу життя, емоційного стану, соціального середовища, щоденних звичок і поведінки.</p> <p>Взаємозв'язок між щоденними рішеннями людини, умовами середовища та загальним самопочуттям.</p> <p>Розуміння здоров'я як цілісної системи, у якій фізичні, психічні та соціальні аспекти взаємодіють між собою.</p> <p>Аналіз чинників, що впливають на стан людини, та розвиток уміння ухвалювати відповідальні рішення щодо власного способу життя</p>	<p>Вправа «Система здоров'я людини». Створення системи складників цілісного здоров'я (фізичної, психічної, соціальної, поведінкової) з визначенням факторів, що впливають на кожну з них, та обговоренням взаємозв'язків між різними аспектами здоров'я.</p> <p>Кейс-вправа «24 години з мого життя». Аналіз прикладу розкладу дня підлітка (сон, навчання, використання гаджетів, фізична активність, спілкування, відпочинок) із визначенням факторів, що підтримують або послаблюють стан здоров'я, та пропозиція більш збалансованого режиму дня.</p> <p>Візуальна вправа «Карта впливів середовища». Створення візуальної схеми факторів із визначенням їхнього впливу на самопочуття людини та обговоренням способів збереження психологічної рівноваги.</p> <p>Аналітична вправа «Життєві ресурси». Визначення основних сфер</p>

			життя та обговорення їхнього значення для підтримання фізичного самопочуття,
--	--	--	------------------------------------------------------------------------------

			емоційної стійкості й загального життєвого балансу
--	--	--	----------------------------------------------------

2	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: застосовує техніки психологічної допомоги собі та іншим у кризових і стресових ситуаціях [12 СЗО 1.3.1–2 П];</p> <p>пояснює принципи і правила першої психологічної допомоги в надзвичайних ситуаціях [12 СЗО 1.3.2–2 П];</p> <p>активно шукає, порівнює та зіставляє різні джерела інформації, оцінюючи їх надійність і достовірність, визначає власні альтернативні дії щодо здорового способу життя [12 СЗО 3.1.1–1 П]</p>	<p>Тема 2. Психічне здоров'я та емоційна стійкість людини Поняття психічного здоров'я як важливого складника загального благополуччя людини.</p> <p>Чинники, що можуть впливати на емоційний стан: навчальне навантаження, соціальні очікування, взаємини з однолітками, інформаційне середовище та життєві зміни.</p> <p>Емоційна стійкість як здатність людини зберігати внутрішню рівновагу, адаптуватися до стресових обставин та конструктивно реагувати на труднощі. Значення емоцій у поведінці людини, ухваленні рішень та взаємодії з іншими людьми.</p> <p>Ознайомлення зі способами підтримання психічного благополуччя: усвідомлення власних емоцій, розвиток навичок саморегуляції, формування здорових способів відновлення психологічного ресурсу</p>	<p>Вправа «Емоційна карта дня». Створення візуальної карти свого умовного дня та визначення емоцій у різних ситуаціях.</p> <p>Симуляційна вправа «Стрессова ситуація». Аналіз коротких життєвих сценаріїв і визначення можливих емоційних реакцій людини.</p> <p>Вправа «Мої ресурси відновлення». Розгляд видів діяльності та умов, які допомагають людині відновлювати емоційну енергію, створення схеми власних ресурсів психологічного відновлення.</p> <p>Кейс «Складний тиждень». Аналіз запропонованої ситуації й різні варіанти дій, які можуть допомогти зменшити напруження та підтримати емоційну стійкість людини</p>
3	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p>	<p>Тема 3. Глобальні виклики здоров'ю людини</p>	<p>Вправа «Глобальний детектив». Аналіз реальних подій, з'ясування їхніх</p>

	<p>досліджує прогнозовані та непрогнозовані небезпечні ситуації з використанням різних джерел інформації та знань з різних галузей [12 СЗО 2.1.1–1 П];</p> <p>досліджує наслідки ризиків небезпечних ситуацій природного, техногенного, соціального характеру і воєнного походження, використовуючи різноманітні джерела інформації [12 СЗО 2.2.2–1 П];</p> <p>прогнозує ймовірні моделі розвитку небезпечних ситуацій та їхніх наслідків природного, техногенного, соціального і воєнного характеру на основі встановлення причиново-наслідкових зв'язків [12 СЗО 2.2.2–2 П];</p> <p>бере участь у поширенні знань про важливу роль здорового способу життя серед населення [12 СЗО 3.4.1–2 П]</p>	<p>Сучасні глобальні процеси, що впливають на здоров'я населення в різних країнах світу. Приклади таких викликів: поширення інфекційних захворювань, наслідки зміни клімату, забруднення довкілля, дефіцит чистої води та якісного харчування, малорухливий спосіб життя, інформаційне перевантаження.</p> <p>Обговорення того, як глобальні процеси можуть позначитися на житті окремої людини та місцевої громади.</p> <p>Роль міжнародних організацій і національних систем охорони здоров'я в запобіганні та подоланні глобальних загроз.</p> <p>Взаємозв'язок між здоров'ям людини, її способом життя та процесами, що відбуваються у світі</p>	<p>причин та пояснення, як це впливає на здоров'я людей.</p> <p>Гра «Виклики та наслідки». Робота з інформацією про глобальні явища й аналіз того, як вони можуть впливати на здоров'я людей. Рольова гра «Рішення для світу». Моделювання обговорення глобальної проблеми здоров'я й пошук можливих рішень на рівні держав, громад і окремих людей.</p> <p>Дискусія «Що може зробити людина?» Аналіз глобальної проблеми й пропозиції, як зменшити негативний вплив цієї проблеми на здоров'я людей</p>
4	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: активно шукає, порівнює різні джерела інформації щодо зменшення впливу</p>	<p>Тема 4. Біоетика: переваги й ризики використання сучасних технологій для поліпшення фізичного стану</p>	<p>Дебати «Технології і людина». Аналіз запропонованих технологій і дискусії про етичні ризики та можливі обмеження.</p>

	<p>неправдивої інформації щодо здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 4.2.1–1 П];</p> <p>аналізує ймовірні ризики виникнення небезпечних ситуацій у професійній діяльності з використанням науково-обґрунтованих досліджень [12 СЗО 2.2.1–2 П];</p> <p>розуміє роль рішень на рівні органів влади для збереження індивідуального і колективного здоров'я [12 СЗО 3.4.1–1 П]</p>	<p>Поняття біоетики як галузі знань, що розглядає моральні питання, пов'язані з розвитком медицини, біології та біотехнологій. Приклади сучасних технологій, які застосовують для підтримання або відновлення фізичного стану людини: біонічні протези, медичні імпланти, технології реабілітації, генетичні дослідження, системи цифрового моніторингу здоров'я. Можливості, ризики та етичні питання використання таких технологій. Межі між лікуванням, відновленням і можливим підсиленням фізичних можливостей людини</p>	<p>Вправа «Медицина майбутнього». Розгляд прикладів нових медичних технологій і з'ясування, які проблеми здоров'я ці технології можуть вирішити та які етичні питання постають.</p> <p>Сценарна вправа «Етичний вибір». Опис ситуації щодо використання нової медичної технології й обговорення можливих переваг, ризиків та умов, за яких використання цих технологій може бути виправданим.</p> <p>Вправа «Технології в спорті». Аналіз прикладів використання технологічних засобів у спорті й обговорення, де проходить межа між лікуванням, відновленням та штучним підсиленням можливостей людини</p>
5	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: створює власний медіапродукт щодо безпеки, здоров'я і добробуту з використанням принципу медіаграмотності [12 СЗО 4.2.1–2 П];</p> <p>обґрунтовує та оцінює вплив власної поведінки та поведінки інших осіб на власні безпеку, життя і здоров'я та на безпеку, життя і здоров'я інших</p>	<p>Тема 5. Культура тіла в медіа: стандарти краси, медійний і рекламний тиск</p> <p>Розгляд того, як медіа, реклама та соціальні мережі формують уявлення про «ідеальне» тіло. Сучасні та історичні приклади стандартів зовнішності, які поширюються через фотографії, живопис, рекламу, блогерів / блогерок або популярну культуру.</p>	<p>Аналіз медіазображень «Реальність і редагування». Порівняння оброблених світлин із реклами або соціальних мереж із прикладами зображень до обробки: зміни образів людей за допомогою фільтрів, ретуші та постановки кадру. Вправа «Медіаповідомлення». Аналіз рекламних або медійних повідомлень, пов'язаних із красою, фітнесом чи харчуванням, та визначення, які ідеї та</p>

	<p>осіб на прикладах власних знань і досвіду та відповідних джерел інформації [12 СЗО 3.3.2–1 П]; бере участь у поширенні знань про важливу роль здорового способу життя серед населення [12 СЗО 3.4.1–2 П]</p>	<p>Уплив медіастандартів на самооцінку людини, сприйняття власного тіла та поведінку. Розрізнення реального здорового способу життя та ідеалізованих образів, які створюють медіа. Різноманітність людського тіла та значення поваги до власного здоров'я і самопочуття</p>	<p>стандарты вони поширюють і з якою метою. Кейс-аналіз «Стандарти краси в різні періоди». Розгляд історичних прикладів щодо уявлень про красу й обговорення впливів різноманітних стандартів на реальне життя людей і їхнього ставлення до свого тіла. Творча вправа «Стандарти краси майбутнього». Аналіз різних сценаріїв майбутнього і з'ясування, як ці зміни можуть уплинути на уявлення про зовнішність та здоров'я людини</p>
6	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: активно шукає, порівнює різні джерела інформації щодо зменшення впливу неправдивої інформації щодо здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 4.2.1–1 П]; обґрунтовує та оцінює вплив власної поведінки та поведінки інших осіб на власні безпеку, життя і здоров'я та на безпеку, життя і здоров'я інших осіб на прикладах власних знань і досвіду та відповідних джерел інформації [12 СЗО 3.3.2–1 П];</p>	<p>Тема 6. Профілактика цифрової залежності: гігієна споживання контенту Цифрова залежність та фактори, що можуть сприяти її формуванню. Поняття «економіки уваги»: чому цифрові платформи зацікавлені утримувати увагу користувачів / користувачок і як це може впливати на цифрові звички людини. Аналіз впливу надмірного використання соціальних мереж, ігор або онлайн-контенту на сон, увагу, навчання, емоційний стан і соціальні взаємини. Формування цифрових звичок: чому деякі види</p>	<p>Симуляція «Хто бореться за мою увагу?». Розгляд прикладів популярних додатків, соціальних мереж або ігор і формування в учнівства вміння бачити й визначати елементи-гачки. Вправа-експеримент «Одна година без алгоритмів». Моделювання учнівством стрічки новин без алгоритмів та порівняння й аналіз такої стрічки з тією, що укладається з урахуванням алгоритмів. Рольова вправа «Карта наслідків». Умовна карта про можливі наслідки надмірного використання соціальних мереж чи ігор для сну, уваги, навчання, настрою та спілкування. Проектна вправа «Дизайн здорової соціальної</p>

	<p>класифікує ймовірні ризики в умовах невизначеності [12 СЗО 2.1.1–2 П]</p>	<p>онлайн-активності можуть викликати надмірне залучення. Принципи гігієни споживання контенту: усвідомлене користування соціальними мережами, контроль часу онлайн-активності, критичне ставлення до інформації та збереження балансу між онлайн- і офлайн-життям. Формування відповідального ставлення до використання цифрових технологій</p>	<p>мережі». Створення учнівством концепції соціальної платформи, яка не формує залежності</p>
7	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: науково обґрунтовує протокольні вимоги / дії щодо особливостей надання домедичної допомоги [12 СЗО 1.3.1–1 П]; уміє надати інформаційно-консультаційну підтримку щодо застосування відповідних протоколів і алгоритмів надання домедичної допомоги та роботи українських і міжнародних служб допомоги [12 СЗО 1.3.1–3 П]; демонструє лідерську позицію та бере</p>	<p>Тема 7. Домедична допомога: стандарти MARCH Принципи домедичної допомоги в екстрених ситуаціях. Значення першої допомоги постраждалому / постраждалій до прибуття медичних працівників або працівниць. Поняття алгоритму MARCH як послідовності дій під час надання допомоги постраждалому / постраждалій: зупинка критичної кровотечі, контроль дихальних шляхів, оцінка дихання, підтримання кровообігу</p>	<p>Практична вправа «Алгоритм MARCH». Робота зі схемою алгоритму MARCH, визначення послідовності дій під час надання допомоги постраждалому / постраждалій. Ситуаційна вправа «Що робити спочатку?» Вправа на відпрацювання алгоритму MARCH. Візуальна вправа «Схема порятунку». Аналіз надзвичайної ситуації й окреслення послідовності дій за алгоритмом MARCH саме для цієї ситуації. Кейс-вправа «Знайди помилку». Розгляд опису дій людини під час надання домедичної допомоги та</p>

	<p>відповідальність в ухваленні рішень і діяльності щодо виходу з кризових ситуацій [12 СЗО 1.1.1–2 П]; складає інструкції щодо запобігання виникненню небезпечних ситуацій різного характеру і безпечної поведінки в разі виникнення небезпечних ситуацій з урахуванням нормативно-правової бази [12 СЗО 2.4.1–1 П]</p>	<p>та запобігання переохолодженню. Розгляд типових ситуацій, у яких може знадобитися домедична допомога, та послідовності дій для збереження життя людини. Усвідомлення важливості швидкої реакції, безпеки для себе і постраждалого / постраждалої та виклику екстрених служб</p>	<p>аналіз помилок чи неправильної послідовності дій (відповідно до алгоритму MARCH)</p>
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------

Розділ 2. Безпека в інформаційному та технологічному середовищах

8	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: моделює свою поведінку, уникаючи ситуацій підвищеної небезпеки з урахуванням її впливу на власні безпеку, життя та здоров'я, а також на безпеку, життя та здоров'я інших осіб [12 СЗО 2.4.1–2 П]; активно шукає, порівнює різні джерела інформації щодо зменшення впливу неправдивої інформації щодо здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 4.2.1–1 П]; створює власний медіапродукт щодо безпеки, здоров'я і добробуту з</p>	<p>Тема 1. Кібербезпека і цифрова гігієна Поняття кібербезпеки як системи захисту особистих даних, пристроїв і цифрових сервісів у мережі «Інтернет». Основні загрози в цифровому середовищі: шахрайство, фішингові повідомлення, злам акаунтів, шкідливі програми, витік персональних даних. Принципи цифрової гігієни під час використання інтернет-ресурсів: створення надійних паролів, двофакторна аутентифікація, обережність під час відкриття посилань і файлів, захист</p>	<p>Рольова гра «“Хакер” і “користувач”». Пояснення на конкретній розіграній ситуації, як правильно діяти. Вправа «1 хвилина на злам». Робота з паролями. Симуляція «Що станеться далі?» На основі сценарію кіберзагрози визначення того, як і на якому кроці проблему можна зупинити. Вправа «Найнебезпечніша дія». За переліком звичайних онлайн-дій з'ясування того, у яких випадках ці дії можуть бути безпечними чи небезпечними. Пропонува учнівства трьох найризикованіших ситуацій</p>
---	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	використанням принципу медіаграмотності [12 СЗО 4.2.1–2 П]	персональних даних у соціальних мережах. Усвідомлення відповідальності людини за власну цифрову безпеку та безпечну поведінку в онлайн-середовищі	
9	Після опрацювання теми учень / учениця: активно шукає, порівнює різні джерела інформації щодо зменшення впливу неправдивої інформації щодо здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 4.2.1–1 П]; складає інструкції щодо запобігання виникненню небезпечних ситуацій різного характеру і безпечної поведінки в разі виникнення небезпечних ситуацій з урахуванням нормативно-правової бази [12 СЗО 2.4.1–1 П]; досліджує прогнозовані та не прогнозовані небезпечні ситуації з використанням різних джерел інформації та знань із різних галузей [12 СЗО 2.1.1–1 П]	Тема 2. Інформаційні маніпуляції та дезінформація Особливості сучасного інформаційного середовища, у якому значна частина новин, повідомлень і думок поширюється через соціальні мережі, месенджери та онлайн-платформи. Поняття дезінформації та інформаційних маніпуляцій. Приклади прийомів інформаційного впливу (емоційні заголовки, перебільшення, виривання фактів із контексту тощо). Уплив алгоритмів соціальних мереж на поширення інформації та формування «інформаційних бульбашок». Ознайомлення зі способами перевірки інформації: пошук джерела повідомлення, порівняння інформації в різних медіа, аналіз	Кейс-розслідування «Звідки ця історія?». Робота учнівства щодо аналізу достовірності чи недостовірності інформації. Гра «Зупини повідомлення». Робота з короткими повідомленнями: доцільність, правдивість, загрози, ризики. Ситуаційна вправа «Інформація про подію». Опис однієї події в трьох різних варіантах від учнівства. Рольова вправа «Інформаційна бульбашка». На основі картки з інтересами формування повідомлення відповідно окресленим інтересам. Аналіз варіацій

		фактів і аргументів. Усвідомлення відповідальності людини за поширення інформації в цифровому середовищі	
10	Після опрацювання теми учень / учениця: досліджує причини й наслідки ігнорування можливостей запобігання конфліктам [12 СЗО 4.7.1–1 П]; досліджує різні моделі створення команд і командної роботи за різних умов у різних життєвих ситуаціях [12 СЗО 4.7.1–2 П]; володіє базовими стратегіями медіації та застосовує їх для вирішення конфліктних ситуацій з урахуванням безпекового фактора [12 СЗО 1.3.2–1 П]	Тема 3. Психологічний тиск у соціальному й цифровому середовищі Поняття психологічного тиску в соціальній взаємодії. Ситуації, у яких людина може відчувати тиск групи. Особливості психологічного тиску в цифровому середовищі. Роль коментарів, лайків, групових чатів, рейтингів популярності та публічності онлайн-комунікації. Розпізнавання різних форм тиску: прямі вимоги, насмішки, ігнорування, публічне оцінювання або масове схвалення певної поведінки. Можливі наслідки психологічного тиску для емоційного стану людини, її самооцінки та рішень. Формування навичок збереження власної позиції, відповідальної онлайн-поведінки та підтримки інших людей у ситуаціях соціального або цифрового тиску	Кейс-вправа «Розпізнай тиск». Робота над виявленням ситуацій, де має місце психологічний тиск: маркери, реакції, дії. Ситуаційна вправа «Цифровий тиск: що робити?». Укладання списку рішень. Аналітична вправа «Причини тиску». На основі коротких ситуацій із життя або онлайн-спілкування визначення виявів тиску, його мотивів та наслідків. Практична вправа «Фрази захисту». Розгляд прикладів соціального або цифрового тиску та розроблення ефективних варіантів протидії
11	Після опрацювання теми учень / учениця:	Тема 4. Цифрова ідентичність	Вправа «Моє “Я”». Визначення враження про

	<p>експериментує з різними комбінаціями ресурсів для втілення своїх ідей у дії [12 СЗО 4.3.1–1 П]; створює власний медіапродукт щодо безпеки, здоров'я й добробуту з використанням принципу медіаграмотності [12 СЗО 4.2.1–2 П]; обґрунтовує та оцінює вплив власної поведінки та поведінки інших осіб на власні безпеку, життя і здоров'я та на безпеку, життя і здоров'я інших осіб на прикладах власних знань і досвіду та відповідних джерел інформації [12 СЗО 3.3.2–1 П]</p>	<p>Поняття цифрової ідентичності як образу людини, який формується в онлайн-середовищі через профілі, публікації, фотографії, коментарі та інші дії. Різниця між самопрезентацією людини в щоденному житті та в цифровому середовищі. Елементи цифрової ідентичності. Формування уявлення про те, як ці елементи впливають на сприйняття людини іншими. Усвідомлення відповідальності за власний цифровий образ та його вплив на репутацію, взаємини й можливості в майбутньому</p>	<p>людину на основі цифрових слідів. Гра «Відгадай мене онлайн». Аналіз цифрової самопрезентації (умовного онлайн-профілю людини) і визначення господаря / господині цього профілю. Вправа «Різні історії». Одна світлина — різні підписи. Аналіз сприйняття візуальних елементів. Практична вправа «Цифровий портрет». Аналіз вигаданого профілю людини</p>
12	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: моделює свою поведінку, унікаючи ситуацій підвищеної небезпеки, з урахуванням її впливу на власні безпеку, життя та здоров'я, а також на безпеку, життя та здоров'я інших осіб [12 СЗО 2.4.1–2 П]; класифікує ймовірні ризики в умовах невизначеності [12 СЗО 2.1.1–2 П];</p>	<p>Тема 5. Цифровий слід і персональні дані Поняття цифрового сліду як інформації, яка залишається в інтернеті внаслідок дій людини: публікацій, коментарів, пошукових запитів, реєстрацій на сайтах та використання цифрових сервісів. Активний і пасивний цифровий сліди. Приклади того, яку інформацію про людину можуть зберігати онлайн–</p>	<p>Аналітична вправа «Коли не можна довіряти?». Відпрацювання навичок, спрямованих на те, як не стати жертвою кіберзлочинців. Вправа-розслідування «Що інтернет знає про нас?». Визначення за «цифровими слідами» людини, хто ця людина, яка вона, спосіб її життя. Симуляція «Витік даних». Відпрацювання того, що слід зробити для захисту своїх персональних даних.</p>

	<p>обґрунтовує та оцінює вплив власної поведінки та поведінки інших осіб на власні безпеку, життя і здоров'я та на безпеку, життя і здоров'я інших осіб на прикладах власних знань і досвіду та відповідних джерел інформації [12 СЗО 3.3.2–1 П]</p>	<p>платформи, додатки та вебсайти. Поняття персональних даних. Приклади даних, які можуть розкривати інформацію про людину: ім'я, фотографії, місцезнаходження, контакти, інтереси, історія активності в мережі. Розуміння того, як цифровий слід може впливати на приватність людини, її репутацію та можливості в майбутньому</p>	<p>Практична вправа «Дані в обмін на сервіс». Робота щодо усвідомленого використання цифрових сервісів</p>
13	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: досліджує необхідність навчання впродовж життя для професійного розвитку [12 СЗО 4.1.1–2 П]; досліджує прогнозовані та непрогнозовані небезпечні ситуації з використанням різних джерел інформації та знань із різних галузей [12 СЗО 2.1.1–1 П]; досліджує наслідки ризиків небезпечних ситуацій природного, техногенного, соціального характеру і воєнного походження, використовуючи різноманітні джерела інформації [12 СЗО 2.2.2–1 П]</p>	<p>Тема 6. Ризики використання штучного інтелекту Поширення цифрового контенту, створеного за допомогою сучасних технологій: тексти, зображення, відео та голосові записи. Приклади використання технологій, які можуть змінювати або створювати зображення і відео людей (deepfakes). Можливі ризики поширення такого контенту: маніпуляції інформацією, створення неправдивих матеріалів, використання чужого образу або голосу без згоди людини. Формування уважного ставлення до цифрового контенту та навичок</p>	<p>Кейс-аналіз «Deepfake чи реальність». Визначення матеріалів, створених за допомогою ШІ. Ситуаційна вправа «Як змінюється довіра». Визначення того, що може допомогти відрізнити справжній контент від штучно створеного. Вправа «Один день у мережі». Аналіз матеріалів щодо правдивості контенту чи дезінформації. Практична вправа «Як може використовуватися deepfake». Про ризики використання технологій, що спотворюють реальність</p>

		<p>перевірки інформації у цифровому середовищі. Алгоритмічний вплив на поведінку: як алгоритми соціальних мереж, пошукових систем і онлайн-платформ формують інформаційні потоки, можуть підсилювати певні повідомлення, впливати на увагу, рішення та поведінкові моделі користувачів чи користувачок</p>	
14	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: активно шукає, порівнює різні джерела інформації щодо зменшення впливу неправдивої інформації щодо здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 4.2.1–1 П]; досліджує прогнозовані та непрогнозовані небезпечні ситуації з використанням різних джерел інформації та знань із різних галузей [12 СЗО 2.1.1–1 П]; класифікує ймовірні ризики в умовах невизначеності [12 СЗО 2.1.1–2 П]</p>	<p>Тема 7. Стратегії цифрової безпеки в умовах криз Особливості використання цифрових технологій під час надзвичайних ситуацій, криз або суспільної нестабільності. Роль цифрових сервісів у поширенні інформації, координації допомоги та підтриманні зв'язку між людьми. Ризики цифрового середовища в умовах криз: поширення панічних повідомлень, неправдивої інформації, спроби шахрайства або маніпуляцій. Значення перевірки інформації, використання надійних джерел та відповідального поширення повідомлень у соціальних мережах.</p>	<p>Ситуаційна вправа «Інформація під час кризи». Аналіз повідомлень під час кризових подій: корисні, викликають паніку чи вводять людей в оману. Вправа «Кому можна довіряти?». Аналіз достовірності джерел. Рольова вправа «Цифрова комунікація». Відпрацювання навичок щодо точності передавання важливої інформації. Вправа «Класифікуй повідомлення». Визначення повідомлень за категоріями: перевірена інформація, неперевірена інформація, чутки або панічні повідомлення, корисні поради для людей. Як відрізнити одне від одного?</p>

		Формування навичок безпечної комунікації та відповідальної поведінки в цифровому середовищі під час кризових ситуацій	
Розділ 3. Добробут і фінансова поведінка людини			
15	Після опрацювання теми учень / учениця: активно шукає, порівнює та зіставляє різні джерела інформації, оцінюючи їхню надійність і достовірність, визначає власні альтернативні дії щодо здорового способу життя [12 СЗО 3.1.1–1 П]; досліджує моделі поведінки, спрямовані на покращення стану організму, урахуваючи вікові зміни як закономірний процес [12 СЗО 3.2.1–1 П]; обґрунтовує та оцінює вплив власної поведінки та поведінки інших осіб на власні безпеку, життя і здоров'я та на безпеку, життя і здоров'я інших осіб на прикладах власних знань і досвіду та відповідних джерел інформації [12 СЗО 3.3.2–1 П]	Тема 1. Моделі формування особистого добробуту Поняття особистого добробуту як комплексного стану, що охоплює фізичне, психологічне, соціальне та економічне благополуччя людини. Різні підходи до розуміння добробуту в сучасному суспільстві. Значення балансу між різними сферами життя: здоров'ям, навчанням, працею, відпочинком, взаєминами з іншими людьми. Приклади моделей особистого добробуту, що поєднують турботу про здоров'я, розвиток здібностей, соціальну взаємодію та відповідальне ставлення до власних ресурсів. Усвідомлення ролі особистих рішень, життєвих пріоритетів і щоденних звичок у формуванні добробуту людини	Вправа-роздум «Є / нема». Аналіз різних умов життя людини й визначення добробуту в тих чи тих ситуаціях. Вправа «Маршрут до добробуту». Укладання «маршруту» змін послідовності невеликих кроків, які можуть допомогти поліпшити життя й добробут. Вправа «Що заважає добробуту?». Відпрацювання балансу між навчанням, відпочинком і особистим життям на основі конкретної ситуації. Рольова вправа «Мій добробут». «Я в майбутньому»: які умови або рішення допомогли досягти чи не досягти певного рівня добробуту
16	Після опрацювання теми учень / учениця:	Тема 2. Індикатори якості життя	Вправа «Що впливає на якість життя?». Визначення того, які умови найбільше

<p>пропагує та поширює науково обґрунтовані знання щодо відповідальності безпечної поведінки для збереження власного життя та здоров'я, а також життя і здоров'я інших осіб та забезпечення добробуту на основі суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.2–2 П]; класифікує ймовірні ризики в умовах невизначеності [12 СЗО 2.1.1–2 П]; розуміє роль рішень на рівні органів влади для збереження індивідуального і колективного здоров'я [12 СЗО 3.4.1–1 П]; бере участь у поширенні знань про важливу роль здорового способу життя серед населення [12 СЗО 3.4.1–2 П]</p>	<p>Поняття якості життя як показника умов і можливостей, у яких живе людина. Основні сфери, що впливають на якість життя: здоров'я, освіта, безпека, матеріальні умови, доступ до послуг, можливості для розвитку та соціальної взаємодії. Приклади індикаторів якості життя, які використовуються в дослідженнях і міжнародних рейтингах країн: тривалість життя, рівень освіти, доступ до медичної допомоги, екологічні умови, рівень безпеки та можливості для самореалізації. Розуміння того, що якість життя залежить як від умов суспільства, так і від особистих рішень людини та її способу життя</p>	<p>впливають на якість життя людей і що могло б це поліпшити. Гра «Рейтинг населених пунктів». Визначення якості життя на основі конкретних показників і пропозиція того, як поліпшити рівень життя. Творча вправа «Ідеальне місце для життя». Опис міста або громади з високою якістю життя. Аналітична вправа «Що змінює якість життя?». З'ясування того, які зміни і яким чином можуть найбільше впливати на якість життя людей у конкретній громаді</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

17	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: пояснює, що діяльність із створення цінності може набувати різних форм (бізнес, соціальне підприємництво тощо) [12 СЗО 4.6.1–1 П]; експериментує з різними комбінаціями ресурсів для втілення своїх ідей у дії [12 СЗО 4.3.1–1 П]; досліджує ефективні стратегії навчання для розвитку власної освітньої траєкторії [12 СЗО 4.1.2–1 П]; обґрунтовує та оцінює вплив власної поведінки та поведінки інших осіб на власні безпеку, життя і здоров'я та на безпеку, життя і здоров'я інших осіб на прикладах власних знань і досвіду та відповідних джерел інформації [12 СЗО 3.3.2–1 П]; аналізує, визначає та узагальнює рівні конкретних ризиків у професійній діяльності для власного здоров'я, безпеки та добробуту, а також для здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб [12 СЗО 2.2.1–1 П]</p>	<p>Тема 3. Фінансові рішення людини та їхні довгострокові наслідки</p> <p>Фінансові рішення як частина щоденного життя людини. Приклади фінансових рішень: витрати, заощадження, використання кредитів, планування великих покупок.</p> <p>Зв'язок між фінансовими рішеннями та майбутніми можливостями людини. Уплив фінансових звичок на матеріальну стабільність, можливості розвитку та якість життя.</p> <p>Приклади короткострокових і довгострокових фінансових наслідків рішень: накопичення коштів, фінансові ризики, боргові зобов'язання.</p> <p>Формування відповідального ставлення до фінансових рішень та розуміння важливості планування особистих ресурсів</p>	<p>Вправа «Два сценарії». Обговорення того, як короткострокові рішення можуть змінювати можливості людини в майбутньому.</p> <p>Симуляція «Обмежені ресурси». Визначення того, як розподілити ресурси так, щоб зберегти фінансову стабільність і можливості розвитку.</p> <p>Симуляція «Обери варіант». Аналіз того, як різні фінансові рішення можуть вплинути на фінансову стабільність і можливості людини.</p> <p>Аналітична вправа «Фінансові рішення відомих історій». Визначення ключових фінансових рішень (за запропонованими ситуаціями) та альтернативні варіанти розвитку подій</p>
18	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p>	<p>Тема 4. Психологічні механізми та</p>	<p>Експеримент «Вибір під тиском часу». Аналіз та</p>

	<p>шукає можливості зміцнення своїх сильних сторін та зменшення або компенсації своїх слабкостей для розвитку власної освітньої траєкторії [12 СЗО 4.1.2–2 П];</p> <p>експериментує з різними комбінаціями ресурсів для втілення своїх ідей у дії [12 СЗО 4.3.1–1 П];</p> <p>досліджує та презентує можливості для перетворення ідей в особисту, соціальну і професійну діяльність [12 СЗО 4.6.2–1 П]</p>	<p>поведінкові моделі фінансових рішень</p> <p>Психологічні чинники, які можуть упливати на фінансові рішення людини. Роль емоцій, звичок, соціального оточення та інформаційного середовища у формуванні фінансової поведінки.</p> <p>Приклади поведінкових моделей, які можуть упливати на фінансові рішення: прагнення наслідувати інших людей, страх втратити вигідну можливість, уплив реклами тощо.</p> <p>Поняття короткострокових і довгострокових фінансових мотивацій. Уплив миттєвого задоволення та відкладеної вигоди на ухвалення рішень.</p> <p>Усвідомлення ролі власних звичок і психологічних реакцій у фінансовій поведінці</p>	<p>порівняння рішень, які можуть упливати на фінансову поведінку людини.</p> <p>Вправа «Як формуються фінансові звички». Визначення того, які дії можуть перетворюватися на фінансові звички і як ці звички можуть упливати на фінансову ситуацію людини через кілька років.</p> <p>Аналітична вправа «Наше сприйняття». З'ясування того, чому люди можуть по-різному реагувати на однакову інформацію і як спосіб подання впливає на рішення.</p> <p>Аналітична вправа «Ефект втрати». Визначення того, чому люди можуть сильніше реагувати на можливість втрати, ніж на можливість отримання вигоди, і як це може впливати на фінансові рішення</p>
19	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: досліджує вплив культури споживання з метою вироблення рекомендацій щодо покращення здоров'я, безпеки та добробуту місцевої громади і суспільства [12 СЗО 4.5.1–1 П];</p>	<p>Тема 5. Права споживачів і відповідальність виробників та продавців</p> <p>Поняття прав споживача як системи гарантій, що забезпечують безпечно придбання товарів і послуг. Основні права споживачів під час</p>	<p>Вправа «Шлях товару до споживача». Визначення того, хто несе відповідальність за якість і безпеку товару.</p> <p>Аналітична вправа «Ситуація вибору». Аналіз того, які можливі ризики для споживача / споживачки можуть виникнути в запропонованих конкретних</p>

	<p>аналізує ситуацію із захисту інтересів осіб, урахуваючи нормативно-правову базу, зокрема, іноземною мовою [12 СЗО 1.2.2–1 П];</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 П]</p>	<p>купівлі товарів і користування послугами: право на інформацію, безпеку продукції, якість товарів і можливість захисту своїх інтересів.</p> <p>Відповідальність виробників і продавців за якість товарів, достовірність інформації про продукцію та дотримання умов продажу.</p> <p>Типові ситуації порушення прав споживачів: продаж неякісних товарів, прихована або неправдива інформація, відмова в поверненні товару.</p> <p>Значення обізнаності споживача / споживачки для ухвалення відповідальних рішень під час купівлі товарів і послуг</p>	<p>ситуаціях та як можна уникнути визначених ризиків.</p> <p>Симуляція «Ринок товарів». З'ясування того, як інформація про товар і репутація виробника впливають на рішення споживача / споживачки щодо придбання товарів.</p> <p>Аналітична вправа «Чому потрібні правила для ринку?». Обговорення того, чому в багатьох країнах існують правила захисту прав споживачів і яку роль вони відіграють у безпеці людей</p>
20	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: обстоює права свої та інших осіб шляхом звернення до відповідних органів правового захисту як України, так і міжнародних організацій, зокрема, іноземною мовою [12 СЗО 1.2.1–1 П];</p> <p>аргументовано обстоює думку про те, що збереження власного</p>	<p>Тема 6. Фінансова безпека та захист коштів під час покупок онлайн і офлайн</p> <p>Фінансове шахрайство як незаконні дії, спрямовані на отримання чужих коштів або доступу до фінансових ресурсів шляхом обману чи маніпуляції.</p> <p>Сучасні форми фінансового шахрайства. Приклади схем, які</p>	<p>Розслідування «Фінансова схема». Відновлення «логіки шахрайства» та представлення «схеми шахрайства». Обговорення того, на яких етапах шахрайство можна було зупинити.</p> <p>Аналітична вправа «Психологія шахрайства». Визначення прийомів шахрайства і пропозиція дій для розпізнавання маніпуляцій.</p>

	<p>здоров'я, власної безпеки та добробуту є правом кожного громадянина [12 СЗО 1.2.1–2 П];</p> <p>аналізує, визначає та узагальнює рівні конкретних ризиків у професійній діяльності для власного здоров'я, безпеки та добробуту, а також для здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб [12 СЗО 2.2.1–1 П]</p>	<p>можуть використовуватися.</p> <p>Особливості цифрового фінансового середовища.</p> <p>Ознаки підозрілих фінансових пропозицій.</p> <p>Основні правила захисту фінансових ресурсів.</p> <p>Значення фінансової обізнаності та уважності під час користування сучасними фінансовими сервісами</p>	<p>Вправа «Шахрайство в реальному житті». Розгляд ситуацій.</p> <p>Рольова вправа «Підозріла пропозиція». Перевірка надійності пропозиції (за конкретною ситуацією)</p>
21	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: моделює свою поведінку, уникаючи ситуацій підвищеної небезпеки з урахуванням її впливу на власні безпеку, життя та здоров'я, а також на безпеку, життя та здоров'я інших осіб [12 СЗО 2.4.1–2 П];</p> <p>розуміє роль рішень на рівні органів влади для збереження індивідуального і колективного здоров'я [12 СЗО 3.4.1–1 П];</p> <p>досліджує вплив культури споживання з метою вироблення рекомендацій щодо покращення здоров'я, безпеки та добробуту місцевої громади і суспільства [12 СЗО 4.5.1–1 П]</p>	<p>Тема 7. Етика споживання та сталий розвиток у сучасному суспільстві</p> <p>Етичне споживання як усвідомлений вибір товарів і послуг з урахуванням їхнього впливу на людей, суспільство та довкілля.</p> <p>Взаємозв'язок між споживчими рішеннями людини та глобальними процесами: використання природних ресурсів, умови виробництва товарів, вплив на навколишнє середовище. Поняття сталого розвитку як моделі розвитку суспільства, що передбачає задоволення потреб сучасного покоління без загрози</p>	<p>Вправа «Моє споживання». Розгляд і аналіз концепту «усвідомлене споживання».</p> <p>Дебати «Чи може споживання бути етичним?». Обговорення того, чи можливо поєднати економічні інтереси з принципами сталого розвитку.</p> <p>Симуляція «Наслідки споживчих рішень». Аналіз наслідків для довкілля, економіки та суспільства (за запропонованими ситуаціями).</p> <p>Симуляційна вправа «Конфлікт інтересів розвитку». Визначення того, як поєднати економічні, соціальні та екологічні інтереси як основу сталого розвитку</p>

		<p>можливостям майбутніх поколінь задовольняти свої потреби.</p>	
--	--	------------------------------------------------------------------	--

		<p>Ідеї сталого розвитку у сфері споживання: відповідальне використання ресурсів, зменшення відходів, повторне використання речей, підтримка екологічно відповідального виробництва. Усвідомлення значення особистих споживчих рішень для майбутнього суспільства та довкілля</p>	
--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Розділ 4. Культура довгострокового планування життя

22	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: обґрунтовує важливість усвідомленого ставлення і діяльності щодо розвитку власного освітньо-професійного шляху з урахуванням особистих можливостей, ресурсів, потреб і обмежень та суспільно-державних запитів [12 СЗО 1.1.1–1 П]; обґрунтовує та оцінює вплив власної поведінки та поведінки інших осіб на власні безпеку, життя і здоров'я та на безпеку, життя і здоров'я інших осіб на прикладах власних знань і досвіду та відповідних джерел інформації [12 СЗО 3.3.2–1 П];</p>	<p>Тема 1. Час як стратегічний ресурс життя Час як обмежений і незворотний ресурс людського життя. Усвідомлення цінності часу в процесі ухвалення життєвих рішень та досягнення довгострокових цілей. Поняття стратегічного використання часу. Зв'язок між щоденними діями людини, її пріоритетами та життєвими результатами. Баланс між різними сферами життя: освіта, професійний розвиток, відпочинок, соціальні взаємини, особистісний розвиток. Фактори, що можуть впливати на використання часу: звички, цифрове</p>	<p>Симуляція «Інвестиція часу». Обговорення того, який спосіб використання часу може найбільше вплинути на майбутні можливості людини. Стратегічна вправа «Життєва траєкторія». Визначення того, які щоденні дії та використання часу можуть наближати людину до цих цілей. Симуляційна вправа «Ціна втраченого часу». Аналіз того, як відкладання справ або неефективне використання часу може змінити результат через місяць, рік або кілька років. Аналітична вправа «Конкуренція за мій час». Обговорення того, які фактори конкурують між собою за час людини; як свідомий вибір пріоритетів може впливати на досягнення особистих цілей</p>
----	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>експериментує з різними комбінаціями ресурсів для втілення своїх ідей у дії [12 СЗО 4.3.1–1 П]</p>	<p>середовище, соціальні очікування, рівень самоорганізації. Роль планування, визначення пріоритетів і відповідальності за власні рішення у формуванні ефективної життєвої стратегії. Усвідомлення впливу використання часу на якість життя та можливості самореалізації</p>	
--	-------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

23	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: пояснює, що діяльність із створення цінності може набувати різних форм (бізнес, соціальне підприємництво тощо) [12 СЗО 4.6.1–1 П]; аналізує та ухвалює рішення щодо власного освітньо-професійного розвитку з урахуванням імовірних обраних професій і можливостей подальшого навчання та розвитку кар'єри [12 СЗО 4.11.1–1 П]</p>	<p>Тема 2. Ресурсний потенціал людини та його розвиток</p> <p>Поняття ресурсного потенціалу людини як сукупності можливостей, які визначають її здатність діяти, ухвалювати рішення та досягати життєвих цілей. Основні види особистих ресурсів: знання, навички, здоров'я, час, соціальні зв'язки, досвід, психологічна стійкість та інші індивідуальні якості. Ресурсний потенціал як основа розвитку людського капіталу. Роль освіти, досвіду, практичної діяльності та соціального середовища у формуванні можливостей людини. Фактори, що можуть упливати на розвиток ресурсного потенціалу: доступ до освіти,</p>	<p>Симуляційна вправа «Різні стартові можливості». Визначення того, які ресурси можуть допомогти людині розширити свої можливості розвитку.</p> <p>Стратегічна вправа «Точка зростання». Аналіз рішень, які можуть найбільше посилити ресурсний потенціал людини й розширити можливості майбутнього.</p> <p>Вправа «Ресурсні обміни». Визначення того, як один ресурс може перетворюватися на інший.</p> <p>Аналітична вправа «Невидимі ресурси». Обговорення того, як ресурси, які не завжди помітні одразу, можуть упливати на можливості розвитку людини</p>
----	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		<p>соціальні умови, особисті рішення, життєві обставини та рівень активності людини. Усвідомлення важливості розвитку власних ресурсів для реалізації життєвих планів та адаптації до змін у сучасному суспільстві</p>	
--	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

24	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: досліджує ефективні стратегії навчання для розвитку власної освітньої траєкторії [12 СЗО 4.1.2–1 П]; шукає можливості зміцнення своїх сильних сторін та зменшення або компенсації своїх слабкостей для розвитку власної освітньої траєкторії [12 СЗО 4.1.2–2 П]; експериментує з різними комбінаціями ресурсів для втілення своїх ідей у дії [12 СЗО 4.3.1–1 П]</p>	<p>Тема 3. Проєктування власного життєвого шляху</p> <p>Поняття життєвого шляху як процесу формування індивідуальної траєкторії розвитку людини. Взаємозв'язок між особистими цілями, цінностями, ресурсами та життєвими рішеннями.</p> <p>Проєктування майбутнього як усвідомлений процес визначення пріоритетів, можливостей і напрямів особистого розвитку.</p> <p>Роль освіти, досвіду, соціального середовища та особистих рішень у формуванні життєвих стратегій.</p> <p>Уплив життєвих виборів і подій на зміну життєвої траєкторії людини.</p> <p>Усвідомлення власної відповідальності за формування життєвих планів та здатності адаптувати їх до змін у суспільстві</p>	<p>Вправа «Цілі та кроки розвитку». Створення ланцюга рішень і дій, які можуть поступово наближати людину до цілей.</p> <p>Інтерактивна вправа «Критичні точки». Життєві ситуації: робота з картками.</p> <p>Аналітична вправа «Що нам допомагає?». Визначення того, які чинники можуть бути важливими і для власного життєвого розвитку людини, і для розвитку суспільства та громади.</p> <p>Практична вправа «Мої сильні сторони». Обговорення того, у яких сферах життя які якості людини можуть бути корисними і як їх можна розвивати</p>
----	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

25	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: пояснює, що діяльність із створення цінності може набувати різних форм (бізнес, соціальне підприємництво тощо) [12 СЗО 4.6.1–1 П]; досліджує ринок праці на локальному рівні [12 СЗО 4.11.1–2 П]; досліджує та презентує можливості для перетворення ідей в особисту, соціальну і професійну діяльність [12 СЗО 4.6.2–1 П]</p>	<p>Тема 4. Сценарії майбутнього і життєве планування</p> <p>Поняття життєвого планування як процесу усвідомленого визначення можливих напрямів власного розвитку.</p> <p>Сценарії майбутнього як різні можливі варіанти розвитку життя людини залежно від рішень, середовища та можливостей.</p> <p>Уплив освіти, навичок, соціальних зв'язків і життєвих виборів на формування майбутніх можливостей.</p> <p>Усвідомлення того, що майбутнє не є фіксованим: воно може змінюватися залежно від дій, рішень і нових обставин.</p> <p>Розуміння важливості гнучкості планування та готовності переглядати власні плани відповідно до нових можливостей</p>	<p>Аналітична вправа «Люзія плану». З'ясування факторів, які можуть змінити первинний план; чому гнучкість планування іноді важливіша за жорсткий план.</p> <p>Творча вправа «Що робити, коли план не працює?». Визначення альтернативних кроків, які дають змогу людині продовжити рух до своїх цілей.</p> <p>Вправа «Кілька шляхів до однієї мети». Ескіз мети й обговорення того, що майбутнє може мати різні варіанти реалізації.</p> <p>Візуальна вправа «Моє життя і зміни». Аналіз того, як кожна зміна може вплинути на життя людини: які нові можливості можуть з'явитися, які навички стануть більш важливими і як людині може знадобитися змінити свій життєвий план</p>
26	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: обґрунтовує важливість усвідомленого ставлення і діяльності щодо розвитку власного освітньо-професійного шляху з урахуванням особистих можливостей, ресурсів, потреб і обмежень та</p>	<p>Тема 5. Життєві ролі людини: цінності та пріоритети вибору</p> <p>Життєві ролі людини як різні способи участі в соціальному житті (освітня, професійна, сімейна, громадянська, культурна).</p> <p>Цінності як внутрішні орієнтири, що впливають</p>	<p>Аналітична вправа «Конфлікт ролей». Аналіз того, чому різні люди можуть ухвалювати різні рішення.</p> <p>Інтерактивна вправа «Пріоритети під обмеженням». Розвиток умінь розподіляти ресурс між сферами, пояснення того, які цінності лежать в основі запропонованого розподілу.</p>

	<p>суспільно-державних запитів [12 СЗО 1.1.1–1 П];</p> <p>активно шукає, порівнює та зіставляє різні джерела інформації, оцінюючи їхню надійність і достовірність, визначає власні альтернативні дії щодо здорового способу життя [12 СЗО 3.1.1–1 П];</p> <p>демонструє вміння самопрезентації і використання тактик ефективної комунікації під час співбесіди та ділової комунікації [12 СЗО 4.4.1–1 П]</p>	<p>на вибір життєвих пріоритетів, способів дії та ухвалення рішень. Взаємозв'язок між особистими цінностями людини та її ролями в різних сферах життя. Визначення життєвих пріоритетів у ситуаціях обмежених ресурсів (часу, можливостей, уваги). Пошук балансу між особистими цілями, відповідальністю перед іншими людьми та участю в суспільному житті.</p> <p>Динамічність життєвих ролей і пріоритетів під впливом життєвого досвіду, нових можливостей, соціальних умов та особистісного розвитку.</p> <p>Розвиток здатності до рефлексії щодо власних цінностей і життєвих пріоритетів як важливого складника відповідального життєвого вибору</p>	<p>Аналітична вправа «Приховані цінності». Аналіз того, які цінності стоять за якими рішеннями; як цінності можуть упливати на життєві пріоритети людини.</p> <p>Рольова вправа «Роль і рішення». Визначення того, які цінності можуть упливати на остаточний вибір людини</p>
27	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: досліджує причини і наслідки ігнорування можливостей запобігання конфліктам [12 СЗО 4.7.1–1 П];</p> <p>досліджує різні моделі створення команд і командної роботи за</p>	<p>Тема 6. Партнерство та міжособистісні взаємини: межі, домовленості і фінансова автономія</p> <p>Міжособистісні взаємини як важливий складник соціального життя людини. Поняття партнерства, взаємної поваги та</p>	<p>Аналітична вправа «Конфлікт інтересів». Опис ситуації, у якій особисті інтереси і спільні рішення суперечать одне одному; визначення можливих варіантів рішень.</p> <p>Симуляційна вправа «Спільний бюджет». Ситуація партнерства: спільні й особисті витрати;</p>

	<p>різних умов у різних життєвих ситуаціях [12 СЗО 4.7.1–2 П];</p> <p>аналізує ймовірні ризики виникнення небезпечних ситуацій у професійній діяльності з використанням науково-обґрунтованих досліджень [12 СЗО 2.2.1–2 П];</p> <p>відповідально виконує обрані чи покладені обов'язки в межах навчальної, проектної, волонтерської діяльності [12 СЗО 1.1.2–3 П];</p> <p>розуміє сутність підприємництва, фінансового планування та бюджету [12 СЗО 4.9.1–1 П]</p>	<p>відповідальності в різних типах взаємин.</p> <p>Особисті межі у взаєминах: розуміння власних потреб, прав і відповідальності.</p> <p>Значення відкритого обговорення очікувань, правил і домовленостей у спільній діяльності та спільному житті.</p> <p>Фінансова автономія як здатність людини самостійно ухвалювати фінансові рішення та нести відповідальність за використання власних ресурсів. Баланс між фінансовою незалежністю та спільними фінансовими рішеннями в партнерстві.</p> <p>Усвідомлення того, що здорові взаємини передбачають повагу до особистих меж, чесні домовленості та відповідальне ставлення до спільних і особистих ресурсів</p>	<p>правила користування коштами; як зберегти фінансову автономію кожної людини.</p> <p>Аналітична вправа «Межі у взаєминах». Визначення межі між турботою, впливом і контролем; формулювання правил, які допомагають зберігати взаємну повагу у взаєминах.</p> <p>Кейс-аналіз «Спільне майно». Аналіз ситуації, де розглядається конфліктна ситуація: які рішення були ухвалені від початку; які ризики могли виникнути; які домовленості або правила могли б запобігти конфлікту</p>
28	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: застосовує техніки психологічної допомоги собі та іншим у кризових і стресових ситуаціях [12 СЗО 1.3.1–2 П];</p> <p>демонструє вміння самопрезентації і використання тактик</p>	<p>Тема 7. Формування довіри й культури підтримки у взаєминах</p> <p>Довіра як основа стабільних міжособистісних взаємин. Роль чесності, відповідальності та передбачуваності поведінки у формуванні довіри між людьми.</p>	<p>Аналітична вправа «Що формує довіру». Формулювання правил поведінки, які допомагають формувати довіру у взаєминах.</p> <p>Рольова вправа «Підтримка в складній ситуації». Обговорення можливих способів допомоги та найпродуктивніших форм підтримки.</p>

	<p>ефективної комунікації під час співбесіди та ділової комунікації [12 СЗО 4.4.1–1 П]</p>	<p>Підтримка у взаєминах як здатність урахувати потреби інших людей, допомагати в складних ситуаціях і сприяти розвитку одне одного. Різні форми підтримки у взаєминах: емоційна підтримка, практична допомога, спільне розв’язання проблем. Усвідомлення того, що довіра формується поступово через дії та досвід взаємодії, а її втрата може впливати на стабільність взаємин. Розуміння значення взаємної відповідальності в підтриманні довіри</p>	<p>Кейс-вправа «Ознаки недовіри». Поява недовіри: які дії можуть допомогти відновити відкрити взаємодію.</p> <p>Візуальна вправа «Межа підтримки». Визначення межі між допомогою та порушенням автономії людини</p>
29	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: досліджує прогнозовані та непрогнозовані небезпечні ситуації з використанням різних джерел інформації та знань з різних галузей [12 СЗО 2.1.1–1 П]; аналізує, визначає та узагальнює рівні конкретних ризиків у професійній діяльності для власного здоров’я, безпеки та добробуту, а також для здоров’я, безпеки та добробуту інших осіб [12 СЗО 2.2.1–1 П]; досліджує моделі поведінки, спрямовані на покращення стану</p>	<p>Тема 8. Баланс залученості та самозбереження в професійній діяльності Професійна діяльність як важливий складник самореалізації людини та її участі в суспільному житті. Значення залученості до діяльності, відповідальності за результати роботи та професійного розвитку. Поняття професійного балансу між залученістю до роботи, особистими ресурсами людини та іншими сферами життя. Професійне виснаження (вигорання): причини, ознаки та можливі наслідки для</p>	<p>Аналітична вправа «Сигнали вигорання». Робота щодо виявлення ранніх сигналів професійного виснаження. Вправа «Red flags роботи». Ознаки здорового професійного середовища: що може спричинити професійне вигорання. Симуляція «Перший рік роботи». Аналіз того, як ухвалювати рішення так, щоб зберігати ефективність і власні ресурси. Вправа «Енергія діяльності». Визначення видів діяльності, які можуть давати енергію / які здатні виснажувати; обговорення того, чому баланс важливий</p>

	організму, ураховуючи вікові зміни як закономірний процес [12 СЗО 3.2.1–1 П]	ефективності діяльності й благополуччя людини. Стратегії збереження особистих ресурсів у професійній діяльності: керування навантаженням, відновлення ресурсів, визначення пріоритетів і меж професійної відповідальності	для довготривалої професійної стійкості
--	------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------

11 клас. Стратегії рішень і можливостей

Розділ 5. Внутрішня стійкість та професійне благополуччя

30	Після опрацювання теми учень / учениця: обґрунтовує та оцінює вплив власної поведінки та поведінки інших осіб на власні безпеку, життя і здоров'я та на безпеку, життя і здоров'я інших осіб на прикладах власних знань і досвіду та відповідних джерел інформації [12 СЗО 3.3.2–1 П]; експериментує з різними комбінаціями ресурсів для втілення своїх ідей у дії [12 СЗО 4.3.1–1 П]; застосовує техніки психологічної допомоги собі та іншим у кризових і стресових ситуаціях [12 СЗО 1.3.1–2 П];	Тема 1. Ментальне здоров'я та емоційний інтелект як ресурси особистісного розвитку Ментальне здоров'я та його вплив на здатність адаптуватися до змін, ухвалювати рішення та підтримувати ефективні взаємини. Емоційний інтелект як система навичок розпізнавання, інтерпретації та регуляції емоцій у складних життєвих ситуаціях. Взаємозв'язок емоційного стану, мислення та поведінкових рішень. Уплив емоцій на сприйняття інформації, оцінювання ризиків і взаємодію з іншими людьми. Роль емоційної компетентності в навчанні, професійній діяльності, командній	Аналітична вправа «Емоції та рішення». Визначення того, як емоційний стан може змінювати оцінку ризиків, можливостей і наслідків. Практична вправа «Стратегії емоційної регуляції». Визначення стратегії регуляції емоцій; оцінювання тих, що можуть допомогти людині зберегти раціональність, ефективність і психологічну стійкість. Інтерактивна вправа «Невидимі емоції». З'ясування питання, чому емоційний стан людини не завжди очевидний і як уважність до емоцій допомагає будувати ефективні взаємини. Вправа «Емоційна дистанція». Обговорення того, як зміна позиції впливає на емоції та оцінку ситуації
----	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		роботі та подоланні життєвих викликів. Ментальне здоров'я як фактор особистісної стійкості, саморегуляції та здатності до довготривалого розвитку	
31	Після опрацювання теми учень / учениця: демонструє лідерську позицію та бере відповідальність у прийнятті рішень і діяльності щодо виходу з кризових ситуацій [12 СЗО 1.1.1–2 П]; аналізує, визначає та узагальнює рівні конкретних ризиків у професійній діяльності для власного здоров'я, безпеки та добробуту, а також для здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб [12 СЗО 2.2.1–1 П]; експериментує з різними комбінаціями ресурсів для втілення своїх ідей у дії [12 СЗО 4.3.1–1 П]; досліджує та презентує можливості для перетворення ідей в особисту, соціальну і професійну діяльність [12 СЗО 4.6.2–1 П]	Тема 2. Феномен відкладеного життя: причини, наслідки та шляхи подолання Явище відкладеного життя як спосіб мислення, за якого людина відкладає важливі рішення, досвід або можливості, очікуючи більш сприятливих умов у майбутньому. Соціальні та психологічні чинники формування такої установки. Уплив цього феномена на життєву активність людини, її вибір, використання можливостей і готовність брати відповідальність за власні рішення. Наслідки тривалого відкладання важливих кроків. Переосмислення ролі невизначеності в житті людини та значення дії як способу формування життєвого досвіду. Практики переходу від очікування до дії: усвідомлення особистих пріоритетів, прийняття	Інтерактивна вправа «Мій день через 10 років». Аналіз того, як щоденні невеликі рішення поступово формують життєву траєкторію. Аналітична вправа «Ціна очікування». Обговорення того, чому змінюються можливості людини. Симуляційна вправа «Вікно можливостей». За описом ситуації — визначення того, які можливості можуть відкритися або закритися, якщо рішення ухвалюється одразу або відкладається. Аналітична вправа «Страхи відкладеного життя». Визначення страхів людини, пов'язаних із припущеннями або перебільшенням ризиків

		неповної визначеності, готовність діяти в умовах ризику та поступове розширення життєвих можливостей	
32	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: науково обґрунтовує протокольні вимоги/дії щодо особливостей надання домедичної допомоги [12 СЗО 1.3.1–1 П]; застосовує техніки психологічної допомоги собі та іншим у кризових і стресових ситуаціях [12 СЗО 1.3.1–2 П]; класифікує ймовірні ризику в умовах невизначеності [12 СЗО 2.1.1–2 П]; обґрунтовує та оцінює вплив власної поведінки та поведінки інших осіб на власні безпеку, життя і здоров'я та на безпеку, життя і здоров'я інших осіб на прикладах власних знань і досвіду та відповідних джерел інформації [12 СЗО 3.3.2–1 П]</p>	<p>Тема 3. Внутрішня стійкість людини: керування станами й подолання напруження</p> <p>Внутрішня стійкість як здатність людини підтримувати ефективно функціонування в умовах напруження, невизначеності та змін. Поняття психоемоційних станів людини. Взаємозв'язок між емоціями, фізіологічними реакціями організму, мисленням і поведінкою. Фактори, що можуть підвищувати рівень внутрішнього напруження: перевантаження інформацією, високі очікування, невизначеність результатів, соціальний тиск. Усвідомлення власних емоційних і психологічних станів як умова ефективного управління ними. Розвиток навичок саморегуляції та здатності зберігати конструктивну поведінку в складних ситуаціях.</p>	<p>Аналітична вправа «Що запускає напруження». Аналіз того, які фактори викликають напруження і які із цих факторів людина може контролювати.</p> <p>Дослідження «Що викликає стрес». Визначення того, які фактори стресу найчастіше виникають у сучасному середовищі та які дії можуть допомогти зменшити їхній вплив.</p> <p>Симуляційна вправа «Момент напруження». Визначення перших дій людини для стабілізації стану.</p> <p>Проектна вправа «Мій протокол керування станом». Розроблення персонального протоколу відновлення стійкості для складних ситуацій; створення візуального алгоритму або карти дій, яку людина може застосовувати в реальних ситуаціях</p>

		<p>Стратегії подолання напруження: переосмислення ситуації, управління увагою, відновлення ресурсів, підтримка соціальних зв'язків, формування реалістичних очікувань. Роль внутрішньої стійкості в довготривалому особистісному розвитку, здатності людини адаптуватися до змін і підтримувати психологічне благополуччя</p>	
33	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: обґрунтовує важливість усвідомленого ставлення і діяльності щодо розвитку власного освітньо– професійного шляху з урахуванням особистих можливостей, ресурсів, потреб і обмежень та суспільно–державних запитів [12 СЗО 1.1.1–1 П]; визначає та застосовує оптимальні стратегії поведінки, пов'язані із збереженням українських суспільно–державних (національних) цінностей для забезпечення особистого та суспільного добробуту</p>	<p>Тема 4. Етика професійних рішень і відповідальність за їхні наслідки Етичний вимір професійних рішень у сучасному суспільстві. Ситуації, у яких рішення фахівця / фахівчині можуть впливати на життя, здоров'я, безпеку, права або добробут інших людей. Професійна відповідальність як обов'язок передбачати можливі наслідки власних рішень і дій. Етичні дилеми в професійній діяльності: конфлікт між ефективністю, правилами, інтересами різних людей та моральними принципами.</p>	<p>Рольова вправа «Етична рада». Формування «етичної ради», яка розглядає складну професійну ситуацію; створення рекомендацій з урахуванням ризиків для людини й суспільства. Кейс-аналіз «Рішення без ідеального варіанту». Складні рішення: вибір, ризику, довіра. Кейс «Помилка на роботі». Створення ланцюга рішень, які призвели до певної ситуації; обговорення, хто і на якому етапі несе відповідальність. Вправа «Передбач наслідки». Формування «карти наслідків» із візуалізацією короткострокових та довгострокових ефектів рішення; оцінка ефективності й етичних ризиків</p>

	<p>[12 СЗО 1.1.2–1 П]; застосує техніки психологічної допомоги собі та іншим у кризових і стресових ситуаціях</p> <p>[12 СЗО 1.3.1–2 П]; аналізує ймовірні ризики виникнення небезпечних ситуацій у професійній діяльності з використанням науково–обґрунтованих досліджень</p> <p>[12 СЗО 2.2.1–2 П] розуміє роль рішень на рівні органів влади для збереження індивідуального і колективного здоров'я</p> <p>[12 СЗО 3.4.1–1 П].</p>	<p>Фактори, що можуть упливати на професійні рішення: тиск керівництва, обмежені ресурси, помилки, недостатня інформація або технологічні ризики.</p> <p>Значення професійних стандартів, правил безпеки та етичних норм для запобігання помилкам і захисту людей від можливих негативних наслідків професійних рішень</p>	
34	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: досліджує необхідність навчання впродовж життя для професійного розвитку</p> <p>[12 СЗО 4.1.1–2 П]; демонструє вміння самопрезентації і використання тактик ефективної комунікації під час співбесіди та ділової комунікації</p> <p>[12 СЗО 4.4.1–1 П]; досліджує різні моделі створення команд і командної роботи за різних умов у різних життєвих ситуаціях</p> <p>[12 СЗО 4.7.1–2 П];</p>	<p>Тема 5.</p> <p>Професійне середовище і добробут людини: культура психологічної безпеки</p> <p>Поняття психологічної безпеки в професійному середовищі.</p> <p>Уплив професійного середовища на добробут людини: стиль комунікації, рівень довіри в колективі, ставлення до помилок, можливість підтримки та взаємодопомоги.</p> <p>Роль організаційної культури у формуванні психологічно безпечного середовища. Значення поваги, відкритості та відповідальності у взаєминах між</p>	<p>Аналітична вправа «Сигнали небезпечного середовища». Визначення психологічної безпеки; пояснення того, як певні дії можуть упливати на готовність людей висловлювати ідеї, попереджати ризики або повідомляти про помилки.</p> <p>Симуляція «Голос у команді». Визначення типів командної культури; можливість говорити й відповідальність за свободу голосу.</p> <p>Аналітична вправа «Помилка як ресурс». Визначення того, що сприяє розвитку команди та</p>

	<p>демонструє лідерську позицію та бере відповідальність у прийнятті рішень і діяльності щодо виходу з кризових ситуацій [12 СЗО 1.1.1–2 П]</p>	<p>працівниками / працівницями. Фактори, що можуть порушувати психологічну безпеку в колективі: тиск, приниження, ігнорування думки інших, токсична конкуренція, страх помилки. Значення культури психологічної безпеки для ефективної співпраці, інновацій, професійного розвитку та добробуту людини</p>	<p>інноваціям, на прикладах певних помилок. Інтерактивна вправа «Команда під тиском». Робота з варіантами рішень команди та її керівника / керівниці; визначення того, хто здатен посилити довіру в команді, а хто — лише створити атмосферу страху</p>
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

35	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: досліджує прогнозовані та не прогнозовані небезпечні ситуації з використанням різних джерел інформації та знань з різних галузей [12 СЗО 2.1.1–1 П];</p> <p>аналізує, визначає та узагальнює рівні конкретних ризиків у професійній діяльності для власного здоров'я, безпеки та добробуту, а також для здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб [12 СЗО 2.2.1–1 П];</p> <p>моделює свою поведінку, уникаючи ситуацій підвищеної небезпеки з урахуванням її впливу на власні безпеку, життя та здоров'я, а</p>	<p>Тема 6. Цифрове благополуччя людини: керування увагою, навантаженням і балансом діяльності</p> <p>Цифрове благополуччя як здатність людини усвідомлено використовувати цифрові технології без шкоди для концентрації, продуктивності та психологічного стану.</p> <p>Уплив цифрового середовища на увагу людини: інформаційне перевантаження, постійні сповіщення, багатозадачність, конкуренція за увагу користувача / користувачки.</p> <p>Механізми формування цифрового навантаження: тривале перебування онлайн, часті</p>	<p>Дослідження «Куди зникає увага». Визначення факторів, які найчастіше відволікають увагу людини.</p> <p>Вправа «Пастки уваги». Обговорення того, чому цифрові платформи конкурують за увагу людини і як усвідомлене використання технологій допомагає зберігати концентрацію.</p> <p>Дослідження «Моменти перевантаження». Визначення найбільшого інформаційного навантаження (на конкретних прикладах).</p> <p>Практична вправа «Алгоритм концентрації». Створення короткої послідовності дій, яка допомагає керувати увагою під час роботи із цифровими пристроями</p>
----	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>також на безпеку, життя та здоров'я інших осіб [12 СЗО 2.4.1–2 П]</p>	<p>переключення між завданнями, надмірне споживання інформації. Баланс між онлайн- та офлайн-діяльністю як умова підтримання продуктивності, відновлення ресурсів та психологічного добробуту.</p> <p>Стратегії управління увагою і цифровим навантаженням</p>	
--	--------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Розділ 6. Світ ризиків: безпека людини та відповідальні рішення

36	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: демонструє лідерську позицію та бере відповідальність у прийнятті рішень і діяльності щодо виходу з кризових ситуацій [12 СЗО 1.1.1–2 П];</p> <p>вміє надати інформаційно–консультаційну підтримку щодо застосування відповідних протоколів і алгоритмів надання домедичної допомоги та роботи українських і міжнародних служб допомоги [12 СЗО 1.3.1–3 П];</p> <p>володіє базовими стратегіями медіації та застосовує їх для вирішення конфліктних ситуацій з урахуванням безпекового фактора [12 СЗО 1.3.2–1 П];</p>	<p>Тема 1. Глобальні кризи та їхній вплив на життя людини</p> <p>Поняття глобальних криз у сучасному світі.</p> <p>Приклади кризових процесів: економічні кризи, пандемії, кліматичні зміни, військові конфлікти, технологічні трансформації.</p> <p>Взаємозв'язок глобальних подій і щоденного життя людини.</p> <p>Вразливість і стійкість суспільств у періоди криз.</p> <p>Роль інституцій, громад, технологій та міжнародної співпраці в реагуванні на кризові виклики.</p> <p>Особисті стратегії адаптації до нестабільного середовища: здатність аналізувати інформацію,</p>	<p>Кейс-вправа «Як криза доходить до людини».</p> <p>Формування ланцюга впливу: від глобальної події до змін у щоденному житті людини.</p> <p>Симуляція «Рішення в умовах кризи».</p> <p>Формулювання рішень, які можуть допомогти адаптуватися до кризової ситуації.</p> <p>Аналітична вправа «Ризики майбутнього».</p> <p>Створення «мапи ризиків і впливів».</p> <p>Кейс-аналіз «Один день під час кризи». Визначення того, які особисті рішення варто ухвалити, щоб адаптуватися до ситуації</p>
----	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	<p>класифікує ймовірні ризики в умовах невизначеності [12 СЗО 2.1.1–2 П];</p> <p>прогнозує ймовірні моделі розвитку небезпечних ситуацій та їх наслідків природного, техногенного, соціального і воєнного характеру на основі</p>	<p>ухвалювати рішення в умовах невизначеності, підтримувати власну психологічну та соціальну стійкість.</p> <p>Формування відповідального ставлення до глобальних процесів і розуміння їхнього впливу на життя людини</p>	
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

	встановлення причиново–наслідкових зв’язків [12 СЗО 2.2.2–2 П]		
	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: досліджує наслідки ризиків небезпечних ситуацій природного, техногенного, соціального характеру і воєнного походження, використовуючи різноманітні джерела інформації [12 СЗО 2.2.2–1 П]; досліджує вплив культури споживання з метою вироблення рекомендацій щодо покращення здоров’я, безпеки та добробуту місцевої громади і суспільства [12 СЗО 4.5.1–1 П]; поширює і детально роз’яснює користь поведінки, вільної від дискримінації, стереотипів та</p>	<p>Тема 2. Екологічні виклики сучасності та майбутнього. Екологічна відповідальність Сучасні екологічні виклики як глобальні процеси, що впливають на природні системи та життя людей. Приклади сучасних проблем: зміна клімату, забруднення повітря і води, втрата біорізноманіття, надмірне використання природних ресурсів. Взаємозв’язок між економічною діяльністю людини, технологічним розвитком і станом довкілля. Уплив екологічних змін на здоров’я людей, доступ до ресурсів, умови життя та розвиток суспільств.</p>	<p>Вправа «Моє екологічне рішення». Обговорення того, як навіть невеликі індивідуальні рішення можуть накопичуватися і впливати на екологічну ситуацію в суспільстві. Симуляція «Населений пункт перед екологічним вибором». Організація «публічних слухань», де кожна група в певній ролі захищає свою позицію. Симуляція «Дефіцит води». Обговорення того, як розподілити воду, щоб уникнути екологічної кризи. Інтерактив «Екологічна дилема». На основі коротких ситуацій — обґрунтування екологічних та соціальних наслідків</p>

	упереджень з урахуванням норм екологічної етики, етичного поведіння з живою природою [12 СЗО 4.8.1–1 П] ініціює, розробляє та реалізує добродійні проекти щодо здоров’я, безпеки та добробуту на	<p>Екологічна відповідальність як усвідомлення наслідків людської діяльності для довкілля та майбутніх поколінь. Роль індивідуальних рішень, громадських ініціатив, державної політики та міжнародної</p>	
--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

	місцевому, регіональному і міжнародних рівнях, залучає інших осіб до їхньої реалізації [12 СЗО 4.10.1–1 П]	співпраці в розв'язанні екологічних проблем	
37	Після опрацювання теми учень / учениця: моделює свою поведінку, уникаючи ситуацій підвищеної небезпеки з урахуванням її впливу на власні безпеку, життя та здоров'я, а також на безпеку, життя та здоров'я інших осіб [12 СЗО 2.4.1–2 П]; досліджує прогнозовані та не прогнозовані небезпечні ситуації з використанням різних джерел інформації та знань з різних галузей [12 СЗО 2.1.1–1 П]; застосовує техніки психологічної допомоги собі та іншим у кризових і стресових ситуаціях [12 СЗО 1.3.1–2 П];	Тема 3. Цифрова агресія та соціотехнічні ризики: стратегії активної протидії Форми цифрової агресії в сучасному онлайн–середовищі: кібербулінг, публічні приниження, координовані атаки, поширення образливого або маніпулятивного контенту. Соціотехнічні ризики як способи впливу на поведінку людей через психологічні механізми, довіру та маніпуляцію інформацією. Типові ситуації цифрової агресії: тиск у коментарях, групові атаки, провокації, маніпуляції в цифрових спільнотах. Наслідки цифрової агресії для психологічного стану	Симуляція «Онлайн-конфлікт». На основі сценарію конфлікту в соціальній мережі визначення можливих способів реагування. Інтерактив «Соціотехнічна маніпуляція». Визначення того, які елементи повідомлення можуть впливати на поведінку людей; формулювання правил, які допомагають розпізнавати маніпуляції в цифровому середовищі і не реагувати на них. Симуляція «Ескалація конфлікту». Зупинка конфлікту: альтернативні реакції. Дебати «Анонімність в інтернеті: захист чи ризик?». Розгляд різної аргументації: анонімність захищає свободу висловлювання / анонімність

	аналізує ситуацію із захисту інтересів осіб, урахуваючи нормативно-правову базу, зокрема, іноземною мовою [12 СЗО 1.2.2–1 П]	людини, її репутації, соціальних відносин і безпеки в цифровому середовищі. Стратегії активної протидії: усвідомлена цифрова поведінка, фіксація доказів, використання механізмів модерації та блокування, підтримка людей, які зазнали агресії, відповідальне реагування на онлайн-конфлікти	посилює цифрову агресію та безвідповідальність
38	Після опрацювання теми учень / учениця: аналізує ситуацію із захисту інтересів осіб, урахуваючи нормативно-правову базу, зокрема, іноземною мовою [12 СЗО 1.2.2–1 П]; досліджує прогнозовані та непрогнозовані небезпечні ситуації з використанням різних джерел інформації та знань із різних галузей [12 СЗО 2.1.1–1 П]; моделює свою поведінку, уникаючи ситуацій підвищеної небезпеки з урахуванням її впливу на власні безпеку, життя та здоров'я, а також на безпеку, життя та здоров'я інших осіб [12 СЗО 2.4.1–2 П]; активно шукає, порівнює та зіставляє	Тема 4. Псевдонаука, медичні фейки та міфи: критичний аналіз інформації Інформація про здоров'я в сучасному цифровому середовищі: різноманітність джерел, швидкість поширення та вплив на поведінку людей. Поширення недостовірних тверджень про здоров'я: медичні міфи, псевдонаукові пояснення, спрощені або перебільшені інтерпретації наукових результатів. Типові механізми формування медичних міфів. Принципи критичного оцінювання інформації про здоров'я: аналіз джерела повідомлення, перевірка доказової бази, розуміння ролі наукових	Кейс-дискусія «Вірусний медичний пост». На основі прикладу популярного повідомлення — обговорення того, які аргументи використовує автор повідомлення, які твердження потребують перевірки та які запитання варто поставити до такої інформації. Симуляція «Експертна панель». З'ясування надійності медичної інформації: чи варто її поширювати на загал. Аналітична вправа «Логіка медичного твердження». Формулювання критеріїв, які допомагають відрізнити наукову інформацію від медичних міфів. Дебати «Медичний блогер чи наукове дослідження?». Захист протилежних позицій: аргументи і факти

	<p>різні джерела інформації, оцінюючи їхню надійність і достовірність, визначає власні альтернативні дії щодо здорового способу життя [12 СЗО 3.1.1–1 П]</p>	<p>досліджень і експертних висновків. Усвідомлення ризиків поширення недостовірної інформації для індивідуального здоров'я та громадського благополуччя. Формування відповідальної позиції щодо використання й поширення медичної інформації</p>	
39	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: обґрунтовує важливість усвідомленого ставлення і діяльності щодо розвитку власного освітньо-професійного шляху з урахуванням особистих можливостей, ресурсів, потреб і обмежень та суспільно-державних запитів [12 СЗО 1.1.1–1 П]; досліджує наслідки ризиків небезпечних ситуацій природного, техногенного, соціального характеру і воєнного походження, використовуючи різноманітні джерела інформації [12 СЗО 2.2.2–1 П]; обґрунтовує та оцінює вплив власної поведінки та поведінки інших осіб на власні безпеку, життя і</p>	<p>Тема 5. Репутаційні ризики для освіти і кар'єри Репутація як соціальний ресурс людини, що впливає на довіру, освітні можливості та професійний розвиток. Взаємозв'язок особистої поведінки, публічної комунікації та сприйняття людини в суспільстві. Роль інформаційного середовища у формуванні репутації: вплив публічних висловлювань, цифрових профілів, онлайн-взаємодії та медійного контенту. Цифрові сліди діяльності людини та їхня довготривала присутність у мережі. Можливий вплив публічної інформації на освітні перспективи, професійний відбір і соціальні взаємини.</p>	<p>Симуляція «Відбір кандидатів». Обговорення того, які фактори можуть впливати на рішення про відбір тих чи тих кандидатів. Інтерактив «Ланцюг довіри». Формування «ланцюга довіри»: як окремі дії можуть поступово зміцнювати або послаблювати репутацію людини в професійному середовищі. Рольова вправа «Кризова ситуація». Розробка кроків, які можуть допомогти зменшити репутаційні ризики. Дебати «Чи має цифрова поведінка впливати на кар'єру?». Онлайн-поведінка: важливий показник відповідальності людини; особисте життя в цифровому середовищі і вплив на професійні можливості</p>

	<p>здоров'я та на безпеку, життя і здоров'я інших осіб на прикладах власних знань і досвіду та відповідних джерел інформації [12 СЗО 3.3.2–1 П]</p>	<p>Типові джерела репутаційних ризиків у цифровому середовищі: некоректна комунікація, поширення неперевіраних відомостей, конфлікти в публічному просторі, необдумане розміщення контенту. Усвідомлення наслідків публічних дій і повідомлень</p>	
40	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: аналізує можливі короткострокові та довгострокові наслідки власних рішень і поведінки для здоров'я, безпеки та життєвих можливостей [12 СЗО 3.4.1–1 П]; оцінює ризики для здоров'я і безпеки людини в різних життєвих ситуаціях та визначає способи їхнього запобігання [12 СЗО 2.1.2–1 П]; оцінює вплив соціального середовища, групових норм і медіапростору на поведінку людини та ухвалення рішень [12 СЗО 3.2.2–1 П]; обґрунтовує значення відповідального ставлення до власного здоров'я, безпеки та</p>	<p>Тема 6. Психологія ризикованої поведінки та звичок. Відповідальність рішень Ризикована поведінка : дії людини, що можуть створювати загрозу для здоров'я, безпеки або майбутніх можливостей. Приклади ризикованої поведінки: споживання психоактивних речовин, небезпечні експерименти з власним здоров'ям, участь у небезпечних викликах або онлайн–челенджах, ігнорування правил безпеки. Психологічні чинники ризикованої поведінки: вплив групи, прагнення нових відчуттів, бажання самоствердитися, недооцінка безпеки, імпульсивні рішення. Механізми формування небезпечних звичок: повторення поведінки,</p>	<p>Аналітична вправа «Ціна рішення». Обговорення того, чому короткострокові емоції іноді змушують людей недооцінювати довготривалі наслідки своїх рішень. Симуляція «Ланцюг ризику». Формулювання послідовності подій стосовно того, як невелике рішення може призвести до ризикованої поведінки і які наслідки мати. Рольова гра «Момент вибору». Обговорення того, які реакції допомагають уникнути ризику в процесі вибору. Симуляція «Люзія контролю». Визначення того, які помилки мислення можуть стати причиною небезпечних рішень. Дискусія «Чому люди ризикують?». Ризикована поведінка: прагнення вражень, тиск друзів, бажання виглядати сміливим / сміливою чи вплив медіа?</p>

	<p>поведінкових рішень у щоденному житті [12 СЗО 3.3.2–1 П];</p> <p>демонструє вміння самопрезентації і використання тактик ефективної комунікації під час співбесіди та ділової комунікації [12 СЗО 4.4.1–1 П];</p> <p>досліджує причини і наслідки ігнорування можливостей запобігання конфліктам [12 СЗО 4.7.1–1 П]</p>	<p>соціальне схвалення в групі, уплив медіа та цифрового середовища.</p> <p>Взаємозв'язок між короткостроковими емоційними вигодами та довгостроковими наслідками для здоров'я, безпеки та життєвих можливостей людини.</p> <p>Особиста відповідальність за власні рішення та поведінку.</p> <p>Усвідомлення наслідків ризикованих дій для себе та інших людей</p>	
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

Розділ 7. Фінансова культура та економічні стратегії людини

41	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: розуміє сутність підприємництва, фінансового планування та бюджету [12 СЗО 4.9.1–1 П];</p> <p>обґрунтовує важливість усвідомленого ставлення і діяльності щодо розвитку власного освітньо-професійного шляху з урахуванням особистих можливостей, ресурсів, потреб і обмежень та суспільно-державних запитів [12 СЗО 1.1.1–1 П];</p> <p>аналізує, визначає та узагальнює рівні конкретних ризиків у професійній діяльності для власного здоров'я, безпеки та добробуту, а</p>	<p>Тема 1. Інвестиційна культура: моделі довгострокового фінансового зростання, ризику інвестиційних рішень</p> <p>Інвестиційна культура як складник фінансової грамотності та відповідального ставлення людини до власних ресурсів.</p> <p>Інвестування в щоденному житті: рішення, спрямовані не на миттєве споживання, а на створення можливостей у майбутньому.</p> <p>Довгострокове фінансове зростання. Різні способи інвестування, доступні людям із неоднаковими умовами життя: розвиток професійних навичок, власна справа,</p>	<p>Кейс-вправа «Коротка вигода чи довга перспектива». Обговорення того, як різні підходи до використання грошей можуть упливати на майбутні можливості людини.</p> <p>Кейс «Приваблива пропозиція». Розгляд того, які ознаки можуть викликати сумнів і які запитання варто ставити перед ухваленням рішення.</p> <p>Аналітична вправа «Інвестиція у власний розвиток». З'ясування того, як певні рішення можуть змінювати професійні можливості людини, її стабільність і рівень добробуту в майбутньому.</p> <p>Дебати «Чи можна передбачити інвестиційний ризик?». Обговорення того, як досвід і обережність під</p>
----	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	також для здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб [12 СЗО 2.2.1–1 П]	накопичення коштів, участь у спільних ініціативах. Ризики інвестиційних рішень. Невизначеність результату, вплив емоцій і очікувань на фінансову поведінку, поширені схеми інвестиційного шахрайства	час ухвалення фінансових рішень можуть знизити певні ризики
42	Після опрацювання теми учень / учениця: шукає можливості зміцнення своїх сильних сторін та зменшення або компенсації своїх слабкостей для розвитку власної освітньої траєкторії [12 СЗО 4.1.2–2 П]; експериментує з різними комбінаціями ресурсів для втілення своїх ідей у дії [12 СЗО 4.3.1–1 П]; розуміє сутність підприємництва, фінансового планування та бюджету [12 СЗО 4.9.1–1 П]	Тема 2. Поведінкова економіка та фінансові помилки молоді Поведінкова економіка як підхід до розуміння фінансових рішень людини. Вплив емоцій, звичок, реклами та соціального середовища на вибір способів витрачання грошей. Типові фінансові помилки молоді: імпульсивні витрати, недооцінка майбутніх потреб, переоцінка швидкого прибутку, наслідування фінансової поведінки оточення. Психологічні механізми, що лежать в основі таких рішень: ефект більшості, ефект миттєвої вигоди, вплив реклами та маркетингових стратегій. Формування відповідальної фінансової поведінки. Усвідомлення власних фінансових звичок, розвиток навичок	Аналітична вправа «Чому ми купуємо зайве?». Короткий аналіз та обговорення того, чому люди витрачають гроші на речі, які не планували купувати. Кейс-вправа «Під впливом оточення». З'ясування того, як соціальне середовище може змінювати економічну поведінку людини. Ситуаційна гра «Друзі радять інвестувати». Обговорення того, як соціальний тиск може впливати на фінансові рішення людини. Дослідницька вправа «Маленькі витрати». Обговорення того, як спонтанні покупки й малі витрати можуть впливати на особистий бюджет

		самоконтролю, критичне	
--	--	------------------------	--

		ставлення до рекламних і фінансових пропозицій	
--	--	---------------------------------------------------	--

43	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: досліджує різні моделі створення команд і командної роботи за різних умов у різних життєвих ситуаціях [12 СЗО 4.7.1–2 П]; досліджує та презентує можливості для перетворення ідей в особисту, соціальну і професійну діяльність [12 СЗО 4.6.2–1 П]; пояснює, що діяльність із створення цінності може набувати різних форм (бізнес, соціальне підприємництво тощо) [12 СЗО 4.6.1–1 П]; демонструє вміння самопрезентації і використання тактик ефективної комунікації під час співбесіди та ділової комунікації [12 СЗО 4.4.1–1 П]; демонструє лідерську позицію та бере відповідальність в ухваленні рішень і діяльності щодо виходу з кризових ситуацій [12 СЗО 1.1.1–2 П]</p>	<p>Тема 3. Реалізація бізнес-ідеї: планування, команда, ресурси</p> <p>Бізнес-ідея як можливість створення корисного продукту або послуги для людей. Джерела появи ідей: потреби громади, власні інтереси та навички, спостереження за щоденними проблемами. Визначення мети, розуміння того, кому потрібен продукт або послуга, оцінка можливостей для втілення задуму.</p> <p>Планування як важливий етап реалізації бізнес-ідеї. Роль команди в реалізації спільної справи. Розподіл відповідальності, взаємодія між учасниками / учасницями, значення довіри та комунікації.</p> <p>Ресурси для реалізації ідеї: знання, навички, час, матеріальні можливості, підтримка інших людей. Оцінка реалістичності задуму та можливих труднощів. Значення відповідального ставлення до ресурсів і вміння адаптувати ідею до реальних умов життя</p>	<p>Мозковий штурм «Наші кроки». Організація «мозкового штурму»: які кроки потрібно зробити, щоб ідея перетворилася на реальну справу.</p> <p>Аналітична вправа «Хто в команді за що відповідає». Принципи ефективної командної взаємодії в проекті.</p> <p>Кейс «Чого бракує для старту». За описом бізнес-ідеї — визначення, які ресурси потрібні для її реалізації.</p> <p>Ситуаційна вправа «Ідея змінюється». Обговорення того, як гнучкість і здатність змінювати план допомагають довести ідею до результату</p>
----	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

44	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: аналізує, визначає та узагальнює рівні конкретних ризиків у професійній діяльності для власного здоров'я, безпеки та добробуту, а також для здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб [12 СЗО 2.2.1–1 П]; прогнозує ймовірні моделі розвитку небезпечних ситуацій та їхніх наслідків природного, техногенного, соціального і воєнного характеру на основі встановлення причинно-наслідкових зв'язків [12 СЗО 2.2.2–2 П]; моделює свою поведінку, уникаючи ситуацій підвищеної небезпеки з урахуванням її впливу на власні безпеку, життя та здоров'я, а також на безпеку, життя та здоров'я інших осіб [12 СЗО 2.4.1–2 П]</p>	<p>Тема 4. Ризик-менеджмент, страхові інструменти та фінансова «подушка безпеки»</p> <p>Поняття ризику. Невизначеність як фактор фінансових рішень людини. Ситуації, у яких можливі фінансові втрати. Ризик-менеджмент. Підходи до зменшення фінансових ризиків. Аналіз можливих подій, оцінювання їхніх наслідків для особистого бюджету, вибір способів захисту. Інструменти фінансової стійкості: створення резерву коштів, використання страхових механізмів, планування витрат з урахуванням можливих непередбачених обставин. Страхування. Фінансова подушка безпеки як елемент особистої фінансової стабільності</p>	<p>Аналітична вправа «Карта ризиків». Формулювання принципів пріоритетності керування фінансовими ризиками.</p> <p>Кейс «Подія, до якої не були готові». Визначення того, які рішення можуть допомогти зменшити фінансові наслідки.</p> <p>Кейс-вправа «Чи варто страхувати?». Визначення того, у яких випадках страхування може бути доцільним, які ризики воно покриває й чому люди іноді відмовляються від страхового захисту.</p> <p>Симуляція «Непередбачена подія». Порівняння різних стратегій реагування на ризик</p>
45	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: аналізує та ухвалює рішення щодо власного освітньо-професійного</p>	<p>Тема 5. Кар'єрна стратегія в умовах мінливого ринку праці та професійна мобільність. Професії,</p>	<p>Кейс-вправа «Професії майбутнього». За описом кількох сучасних професій — визначення, які з них можуть змінитися під впливом</p>

<p>розвитку з урахуванням імовірних обраних професій і можливостей подальшого навчання та розвитку кар'єри [12 СЗО 4.11.1–1 П]; досліджує ринок праці на локальному рівні [12 СЗО 4.11.1–2 П]; досліджує необхідність навчання впродовж життя як ключової компетентності, визначеної у нормативно-правових актах [12 СЗО 4.1.1–1 П]; досліджує необхідність навчання впродовж життя для професійного розвитку [12 СЗО 4.1.1–2 П]</p>	<p>які не зможе замінити штучний інтелект Зміни на сучасному ринку праці: технологічний розвиток, автоматизація та поява нових професій. Поняття кар'єрної стратегії як довгострокового планування професійного розвитку. Професійна мобільність: здатність людини змінювати професійні ролі, опановувати нові компетентності та адаптуватися до змін у сфері праці. Навички, що набувають особливої цінності в умовах технологічних змін: критичне мислення, комунікація, творчість, здатність до навчання впродовж життя. Професійні сфери, у яких вирішальну роль відіграють людська взаємодія, емпатія, складне ухвалення рішень та креативність. Професії та види діяльності, які важко автоматизувати: робота, пов'язана з відповідальністю за людей, складною комунікацією, творчим пошуком рішень, керуванням командами та створенням нових ідей. Значення гнучкості,</p>	<p>штучного інтелекту, а які залишатимуться залежними від людських рішень і взаємодії. Аналітична вправа «Навички, які залишаються важливими». З'ясування того, які універсальні навички залишаються цінними попри технологічні зміни. Дискусійна вправа «Чи може штучний інтелект замінити людину?». Аргументація щодо того, де технології можуть замінити людину, а де людський фактор залишається ключовим. Кейс «Кар'єрний поворот». Визначення того, які навички допомагають людині адаптуватися до кардинальних змін у житті</p>
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		саморозвитку та готовності до змін для професійної реалізації в майбутньому	
46	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: прогнозує ймовірні моделі розвитку небезпечних ситуацій та їхніх наслідків природного, техногенного, соціального і воєнного характеру на основі встановлення причиново-наслідкових зв'язків [12 СЗО 2.2.2–2 П]; класифікує ймовірні ризики в умовах невизначеності [12 СЗО 2.1.1–2 П]; застосовує техніки психологічної допомоги собі та іншим у кризових і стресових ситуаціях [12 СЗО 1.3.1–2 П]; демонструє лідерську позицію та бере відповідальність у прийнятті рішень і діяльності щодо виходу з кризових ситуацій [12 СЗО 1.1.1–2 П]</p>	<p>Тема 6. Гнучкість в умовах невизначеності: сценарне планування, ризики, альтернативні стратегії</p> <p>Невизначеність як характерна ознака сучасного світу. Зміни в економіці, технологіях і суспільстві, що впливають на життєві рішення людини. Значення гнучкого мислення та готовності адаптуватися до нових умов.</p> <p>Сценарне планування як підхід до підготовки стосовно можливих змін. Розгляд кількох варіантів розвитку подій та оцінювання їхніх можливих наслідків. Визначення факторів, які можуть впливати на реалізацію життєвих і професійних планів. Ризики в довгострокових рішеннях. Значення альтернативних стратегій та здатності змінювати рішення залежно від нових умов.</p> <p>Формування навичок стратегічного мислення: оцінювання різних варіантів розвитку подій, пошук альтернативних</p>	<p>Сценарний кейс «Як може змінитися план». Визначення того, як може змінитися стратегія дій відповідно до змін обставин.</p> <p>Аналітична вправа «Три можливі сценарії». Обговорення того, які рішення можуть бути доречними в кожній запропонованій ситуації.</p> <p>Рефлексивно-аналітична вправа «Моя реакція на зміни». Визначення можливих реакцій людини на зміну обставин; аналіз, які з них допомагають адаптуватися швидше та які якості та навички сприяють гнучкості мислення.</p> <p>Психологічна вправа «Зона контролю». Обговорення того, як усвідомлення власної зони контролю допомагає діяти спокійніше в умовах невизначеності</p>

		шляхів досягнення мети, готовність переглядати власні рішення	
Розділ 8. Механізми суспільних змін та громадянський вплив			
47	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: ініціює, розробляє та реалізує добродійні проекти щодо здоров'я, безпеки та добробуту на місцевому, регіональному і міжнародних рівнях, залучає інших осіб до їхньої реалізації [12 СЗО 4.10.1–1 П]; досліджує різні моделі створення команд і командної роботи за різних умов у різних життєвих ситуаціях [12 СЗО 4.7.1–2 П]; пояснює, що діяльність із створення цінності може набувати різних форм (бізнес, соціальне підприємництво тощо) [12 СЗО 4.6.1–1 П]; аналізує ймовірні ризики виникнення небезпечних ситуацій у професійній діяльності з використанням науково-обґрунтованих досліджень [12 СЗО 2.2.1–2 П]</p>	<p>Тема 1. Волонтерство: вплив, управління проектами та соціальний ефект</p> <p>Волонтерство як форма громадянської активності та участі у вирішенні соціальних проблем. Роль волонтерських ініціатив у підтримці громад і розвитку суспільства. Мотивація до волонтерської діяльності та її значення для особистого розвитку людини.</p> <p>Планування волонтерських ініціатив. Визначення проблеми або потреби, формування мети, визначення основних етапів діяльності. Роль команди, координації та розподілу відповідальності під час реалізації волонтерських проєктів.</p> <p>Соціальний ефект волонтерської діяльності. Як невеликі ініціативи можуть впливати на життя людей і розвиток громади. Значення співпраці, відповідальності та довіри в спільній діяльності</p>	<p>Аналітична вправа «Що потрібно для реалізації ідеї». За описом волонтерської ініціативи — пропозиція плану дій та порівняння рішень, які є найбільш реалістичними.</p> <p>Симуляційна вправа «24 години до події». Визначення того, які рішення дозволять провести певну подію і як перерозподілити ролі в команді, щоб цю подію успішно реалізувати.</p> <p>Кейс «Що обрати?». Визначення найнагальніших проблем для громади; критерії, за якими слід обрати найважливіший напрям діяльності.</p> <p>Аналітична вправа «Маленька дія — великий результат». З'ясування того, як довгострокові зміни можуть виникнути завдяки запропонованим діям</p>

<p>48</p>	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: визначає та застосовує оптимальні стратегії поведінки, пов'язані зі збереженням українських суспільно-державних (національних) цінностей для забезпечення особистого та суспільного добробуту [12 СЗО 1.1.2–1 П]; аналізує документи, які гарантують права та обов'язки громадян, пов'язані із забезпеченням добробуту України, та застосовує їх [12 СЗО 1.2.1–3 П]; розуміє роль рішень на рівні органів влади для збереження індивідуального і колективного здоров'я [12 СЗО 3.4.1–1 П]; бере участь у поширенні знань про важливу роль здорового способу життя серед населення [12 СЗО 3.4.1–2 П]</p>	<p>Тема 2. Соціальне підприємництво: бізнес-моделі та економічні механізми</p> <p>Поняття соціального підприємництва.</p> <p>Поєднання підприємницької діяльності з вирішенням суспільно важливих проблем. Відмінність соціального підприємництва від благодійності та традиційного бізнесу.</p> <p>Приклади сфер соціального підприємництва: екологічні ініціативи, підтримка вразливих груп населення, розвиток місцевих громад.</p> <p>Бізнес-модель соціального підприємства: створення продукту або послуги, що одночасно приносить економічний результат і соціальний ефект.</p> <p>Основні елементи бізнес-моделі: цінність для людей, джерела доходу, ресурси, партнери.</p> <p>Економічні механізми соціального підприємництва: продаж товарів або послуг, партнерство з громадами, участь у соціальних програмах, підтримка через</p>	<p>Кейс «Бізнес, що вирішує проблему». Пропонува ідеї підприємницької діяльності, яка може допомогти вирішити одну з найбільш нагальних проблем.</p> <p>Аналітична вправа «Як працює соціальне підприємство». На основі прикладу соціального підприємства — визначення того, яку користь воно приносить людям та за рахунок чого отримує фінансові ресурси.</p> <p>Симуляційна вправа «Соціальна бізнес-ідея». Презентація учнівством розроблених бізнес-моделей та обговорення того, які з них найбільш реалістичні.</p> <p>Дослідницька вправа «Соціальний бізнес у світі». Визначення місії соціальних підприємств; які економічні механізми допомагають їм працювати стабільно.</p> <p>Ситуаційна вправа «Чи це соціальне підприємство?». На основі прикладів різноманітної діяльності — визначення того, які із цих прикладів відповідають принципам соціального підприємництва і чому</p>
-----------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

		гранти або громадські ініціативи.	
--	--	--------------------------------------	--

		Значення відповідального підприємництва для розвитку громади	
--	--	--------------------------------------------------------------	--

49	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: активно шукає, порівнює різні джерела інформації щодо зменшення впливу неправдивої інформації щодо здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 4.2.1–1 П]; досліджує вплив культури споживання з метою вироблення рекомендацій щодо покращення здоров'я, безпеки та добробуту місцевої громади і суспільства [12 СЗО 4.5.1–1 П]; пояснює, що діяльність із створення цінності може набувати різних форм (бізнес, соціальне підприємництво тощо) [12 СЗО 4.6.1–1 П] ініціює, розробляє та реалізує добродійні проекти щодо здоров'я, безпеки та добробуту на місцевому, регіональному і міжнародних рівнях, залучає інших осіб до їхньої реалізації [12 СЗО 4.10.1–1 П]</p>	<p>Тема 3. Меценатство: інституції, фінансування, механізми підтримки, суспільний уплив</p> <p>Меценатство як форма добровільної підтримки суспільно важливих ініціатив у сфері культури, освіти, науки, медицини та розвитку громад. Історичні та сучасні традиції меценатства. Інституції меценатської підтримки: благодійні фонди, громадські організації, корпоративні програми соціальної відповідальності, приватні ініціативи. Джерела фінансування меценатських проєктів: приватні пожертви, гранти, партнерські програми, громадські збори коштів. Механізми підтримки суспільних ініціатив: фінансування культурних і освітніх проєктів, підтримка громадських програм, розвиток соціальних та інноваційних ідей. Суспільний уплив меценатства та формування культури взаємодопомоги</p>	<p>Кейс «Меценатська ініціатива». На основі прикладу підтримки культурного або освітнього проєкту приватними меценатами — визначення того, яку роль відіграє така підтримка в розвитку суспільства.</p> <p>Дослідницька вправа «Відомі меценати». На базі відомих прикладів меценатських ініціатив в Україні або світі — визначення того, яку проблему вони вирішували, які ресурси використовувалися, який довгостроковий уплив мала ця допомога для суспільства, які форми меценатства є найбільш ефективними.</p> <p>Дослідницька вправа «Що навколо нас створене меценатами». З'ясування ролі приватних ініціатив або благодійної підтримки в процесі реалізації тих чи тих проєктів.</p> <p>Проектна вправа «Якби я був / була меценатом / меценаткою». Розгляд і обговорення того, який суспільний ефект може мати ініціатива меценатів</p>
----	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

--	--	--	--

50	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: ініціює, розробляє та реалізує добровільні проекти щодо здоров'я, безпеки та добробуту на місцевому, регіональному і міжнародних рівнях, залучає інших осіб до їхньої реалізації [12 СЗО 4.10.1–1 П]; обґрунтовує важливість усвідомленого ставлення і діяльності щодо розвитку власного освітньо-професійного шляху з урахуванням особистих можливостей, ресурсів, потреб і обмежень та суспільно-державних запитів [12 СЗО 1.1.1–1 П]; визначає та застосовує оптимальні стратегії поведінки, пов'язані зі збереженням українських суспільно-державних (національних) цінностей для забезпечення особистого та суспільного добробуту [12 СЗО 1.1.2–1 П]; відповідально виконує обрані чи покладені обов'язки в межах навчальної, проєктної,</p>	<p>Тема 4. Гібридні форми організацій: різниця між ГС (громадська спілка), ГО (громадська організація) та БО (благодійна організація)</p> <p>Громадські об'єднання як форма участі людей у вирішенні суспільних питань. Роль громадських ініціатив у розвитку громад, захисті інтересів людей, реалізації соціальних та культурних проєктів.</p> <p>Основні організаційні форми діяльності в громадському секторі: громадська організація (ГО), громадська спілка (ГС) та благодійна організація (БО). Особливості їхнього створення, склад учасників та учасниць, напрями діяльності та способи реалізації суспільно корисних ініціатив.</p> <p>Відмінності між різними типами організацій. Взаємодія громадських та благодійних організацій із громадами, державними установами та іншими інституціями. Значення таких організацій для розвитку громадянського суспільства</p>	<p>Аналітична вправа «Яка це організація?». За описом діяльності різних організацій (ГО, ГС або БО) обговорення того, чи могла б запропонована ініціатива працювати в іншій організаційній формі.</p> <p>Кейс «Громадська ініціатива». На базі прикладу створення громадської ініціативи — визначення того, у якій організаційній формі її було б доцільно реалізувати.</p> <p>Рольова вправа «Засновники». Визначення форм організації діяльності для тих чи тих проєктів; аргументація, чому саме така форма є найбільш доцільною.</p> <p>Аналітична вправа «До кого звернутися?». На основі запропонованих ситуацій — визначення того, до якого типу організації (ГО, ГС або БО) доцільніше звернутися в кожному випадку; аргументація вибору</p>
----	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	волонтерської діяльності [12 СЗО 1.1.2–3 П]		
51	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: аналізує, визначає та узагальнює рівні конкретних ризиків у професійній діяльності для власного здоров'я, безпеки та добробуту, а також для здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб [12 СЗО 2.2.1–1 П];</p> <p>обґрунтовує та оцінює вплив власної поведінки та поведінки інших осіб на власні безпеку, життя і здоров'я та на безпеку, життя і здоров'я інших осіб на прикладах власних знань і досвіду та відповідних джерел інформації [12 СЗО 3.3.2–1 П];</p> <p>розуміє роль рішень на рівні органів влади для збереження індивідуального і колективного здоров'я [12 СЗО 3.4.1–1 П];</p> <p>бере участь у поширенні знань про важливу роль здорового способу життя серед населення [12 СЗО 3.4.1–2 П]</p>	<p>Тема 5. Бренд-менеджмент ініціативи та масштабування проєктів</p> <p>Поняття бренду суспільної ініціативи. Значення впізнаваності, довіри та репутації для розвитку громадських і соціальних проєктів. Основні елементи бренду ініціативи: цінності, ідея, візуальний образ, комунікація з громадою. Бренд-менеджмент у соціальних проєктах. Формування довіри до ініціативи, підтримка репутації, залучення партнерів і учасників. Значення прозорості діяльності та відкритої комунікації для розвитку суспільних ініціатив. Франчайзинг у соціальній сфері як спосіб поширення успішних моделей діяльності. Передавання ідеї, методів роботи та організаційних підходів іншим громадам або організаціям. Поширення ефективних соціальних ініціатив у різних регіонах, адаптація ідей до місцевих умов,</p>	<p>Кейс «Чому цю ініціативу знають». Аналіз прикладу відомої соціальної або громадської ініціативи; визначення того, які елементи допомогли їй стати впізнаваною.</p> <p>Аналітична вправа «Ідея, що може поширюватися». З'ясування універсальності ідей для різних громад, завдяки якій може відбутися поширення ідеї.</p> <p>Ситуаційна вправа «Нова громада — нові умови». За прикладом ініціативи, що успішно працює в одному з регіонів, визначення того, які зміни потрібно внести, щоб реалізувати її в іншій громаді.</p> <p>Підсумковий проєкт «Бренд соціальної ідеї». Розробка концепції суспільної ініціативи; визначення її основної ідеї, назви і способу презентації для громади</p>

		співпраця організаціями	між для	
--	--	----------------------------	------------	--

		масштабування позитивного досвіду	
12 клас. Стратегії успіху і впливу			
Розділ 9. Медицина як соціальна система			
52	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: розуміє роль рішень на рівні органів влади для збереження індивідуального і колективного здоров'я [12 СЗО 3.4.1–1 П]; досліджує необхідність навчання впродовж життя як ключової компетентності, визначеної в нормативно-правових актах [12 СЗО 4.1.1–1 П]; аналізує, визначає та узагальнює рівні конкретних ризиків у професійній діяльності для власного здоров'я, безпеки та добробуту, а також для здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб [12 СЗО 2.2.1–1 П]</p>	<p>Тема 1. Системи охорони здоров'я: моделі, принципи та ефективність</p> <p>Система охорони здоров'я як сукупність організацій, установ і механізмів, що забезпечують збереження та відновлення здоров'я населення.</p> <p>Основні завдання системи охорони здоров'я: профілактика захворювань, медична допомога, реабілітація та підтримка громадського здоров'я.</p> <p>Основні моделі організації систем охорони здоров'я у світі.</p> <p>Принципи функціонування ефективної системи охорони здоров'я: доступність медичної допомоги, якість медичних послуг, профілактична спрямованість, відповідальність держави та суспільства за здоров'я населення.</p> <p>Оцінювання ефективності систем охорони здоров'я: рівень доступу до медичних послуг, тривалість життя</p>	<p>Кейс «Як працюють системи охорони здоров'я». За прикладами організації медичної допомоги в різних країнах — визначення особливостей цих систем та їхніх переваг.</p> <p>Аналітична вправа «Що робить систему ефективною». Аналіз різних моделей систем охорони здоров'я; визначення того, які фактори найбільше впливають на ефективність роботи системи.</p> <p>Дискусійна вправа «Хто відповідає за здоров'я населення». Обговорення ролі держави, медичних установ і самих громадян у підтриманні здоров'я населення.</p> <p>Аналітична вправа «Доступність медичної допомоги». За прикладами ситуацій, у яких люди звертаються по медичну допомогу, визначення факторів, які можуть упливати на доступність медичних послуг</p>

		населення, профілактика захворювань, якість медичної допомоги	
53	Після опрацювання теми учень / учениця: розуміє роль рішень на рівні органів влади для збереження індивідуального і колективного здоров'я [12 СЗО 3.4.1–1 П]; аналізує документи, які гарантують права та обов'язки громадян, пов'язані із забезпеченням добробуту України, та застосовує їх [12 СЗО 1.2.1–3 П]; аналізує ситуацію із захисту інтересів осіб, ураховуючи нормативно-правову базу, зокрема, іноземною мовою [12 СЗО 1.2.2–1 П]	Тема 2. Світові моделі медичного страхування Медичне страхування як один із механізмів фінансування системи охорони здоров'я. Основні підходи до організації медичного страхування у світі. Моделі державного фінансування, обов'язкового страхування та поєднання державних і приватних механізмів. Роль страхових фондів, роботодавців і громадян у формуванні системи медичного страхування. Переваги та виклики різних моделей медичного страхування: доступність медичних послуг, рівень фінансового навантаження на населення, якість медичної допомоги. Значення медичного страхування для фінансового захисту людини в разі захворювання та для стабільного функціонування системи охорони здоров'я	Кейс «Як працює медичне страхування в різних країнах». На основі прикладів організації медичного страхування в кількох країнах — визначення того, які джерела фінансування використовуються в кожній системі, які переваги та обмеження має така модель для населення і як вона впливає на доступність медичних послуг. Аналітична вправа «Хто фінансує медицину». На базі різних моделей фінансування медичних послуг — визначення того, яку роль у них відіграють держава, роботодавці та громадяни. Дискусійна вправа «Якою має бути система медичного страхування». Обговорення різних підходів до фінансування медицини; визначення, які принципи можуть забезпечити доступність і якість медичних послуг. Порівняльний аналіз «Яка модель працює краще?». За описами кількох систем медичного страхування — визначення сильних і слабких сторін кожної моделі
54	Після опрацювання теми учень / учениця:	Тема 3. Медицина і технології: нові	Кейс-вправа «Технологія, що змінює медицину». За прикладом сучасної медичної

	<p>прогнозує ймовірні моделі розвитку небезпечних ситуацій та їхніх наслідків природного, техногенного, соціального і воєнного характеру на основі встановлення причиново-наслідкових зв'язків [12 СЗО 2.2.2–2 П];</p> <p>активно шукає, порівнює та зіставляє різні джерела інформації, оцінюючи їхню надійність і достовірність, визначає власні альтернативні дії щодо здорового способу життя [12 СЗО 3.1.1–1 П];</p> <p>бере участь у поширенні знань про важливу роль здорового способу життя серед населення [12 СЗО 3.4.1–2 П]</p>	<p>можливості для здоров'я людини</p> <p>Технологічний розвиток у сфері медицини та його вплив на якість і доступність медичної допомоги. Сучасні медичні технології: цифрові медичні системи, роботизована хірургія, штучний інтелект у діагностиці, біотехнології тощо.</p> <p>Використання цифрових інструментів для моніторингу стану здоров'я: мобільні застосунки, фітнес-трекери, дистанційні консультації з лікарями.</p> <p>Роль технологій у ранньому виявленні захворювань, підвищенні точності діагностики та розвитку профілактичної медицини.</p> <p>Етичні та соціальні питання використання медичних технологій: захист персональних медичних даних, доступність нових технологій для різних груп населення, баланс між технологіями та людським фактором у медицині. Значення критичного ставлення до медичної інформації в цифровому середовищі</p>	<p>технології — визначення того, які можливості для пацієнтів / пацієнок і лікарської спільноти вона відкриває.</p> <p>Аналітична вправа «Переваги і ризики медичних технологій». За описом нових технологій у медицині — визначення їхніх потенційних переваг для здоров'я людини і можливих викликів.</p> <p>Дискусійна вправа «Лікар чи алгоритм?». Обговорення ролі технологій в ухваленні медичних рішень; визначення, у яких ситуаціях вирішальним залишається людський фактор.</p> <p>Дослідницька вправа «Технології майбутнього». За прикладами інновацій у медицині — визначення того, які зміни в лікуванні або профілактиці захворювань можуть виникнути завдяки цим технологіям; які етичні або соціальні питання можуть постати під час їхнього використання</p>
55	Після опрацювання теми учень / учениця:	Тема 4. Профілактична медицина і культура	Кейс «Попередити краще, ніж лікувати»

	<p>розуміє роль рішень на рівні органів влади для збереження індивідуального і колективного здоров'я [12 СЗО 3.4.1–1 П]; бере участь у поширенні знань про важливу роль здорового способу життя серед населення [12 СЗО 3.4.1–2 П]; моделює свою поведінку, уникаючи ситуацій підвищеної небезпеки з урахуванням її впливу на власні безпеку, життя та здоров'я, а також на безпеку, життя та здоров'я інших осіб [12 СЗО 2.4.1–2 П]</p>	<p>здоров'я в сучасному суспільстві Профілактична медицина як напрям охорони здоров'я, спрямований на попередження захворювань і збереження здоров'я людини. Роль профілактики в сучасних системах охорони здоров'я. Культура здоров'я як система знань, цінностей і практик, що формують відповідальне ставлення людини до власного здоров'я. Уплив способу життя, харчування, фізичної активності, психічного благополуччя та соціального середовища на стан здоров'я. Профілактичні огляди, вакцинація, раннє виявлення захворювань та інформування населення як важливі інструменти громадського здоров'я. Значення усвідомленого вибору для збереження здоров'я</p>	<p>За прикладами захворювань, які можна попередити завдяки профілактичним заходам, визначення того, які дії допомагають знизити ризик їхнього виникнення. Аналітична вправа «Фактори здоров'я». За переліком факторів, що впливають на здоров'я людини, визначення того, які з них залежать від способу життя; обговорення, як зміна цих факторів може впливати на ризик захворювань у довгостроковій перспективі. Дискусійна вправа «Хто відповідає за здоров'я». Обговорення ролі людини, суспільства та держави у формуванні культури здоров'я. Дослідницька вправа «Профілактичні програми». За прикладами профілактичних програм або кампаній з охорони здоров'я — визначення їхньої мети і можливого впливу на суспільство</p>
56	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: обстоює права свої та інших осіб шляхом звернення до відповідних органів правового захисту як України, так і міжнародних</p>	<p>Тема 5. Політика здоров'я: як держави формують здоров'я населення Політика здоров'я як система державних рішень і програм, спрямованих на збереження та</p>	<p>Аналітична вправа «Політика і здоров'я». Визначення механізмів впливу на здоров'я населення тих чи тих факторів. Дискусійна вправа «Чи може держава впливати на спосіб життя». Обговорення межі втручання держави в</p>

	<p>організацій, зокрема, іноземною мовою [12 СЗО 1.2.1–1 П]; аргументовано обстоює думку про те, що збереження власного здоров'я, власної безпеки та добробуту є правом кожного громадянина [12 СЗО 1.2.1–2 П]; аналізує документи, які гарантують права та обов'язки громадян, пов'язані із забезпеченням добробуту України, та застосовує їх [12 СЗО 1.2.1–3 П]; аналізує ситуацію із захисту інтересів осіб, ураховуючи нормативно-правову базу, зокрема, іноземною мовою [12 СЗО 1.2.2–1 П]</p>	<p>поліпшення здоров'я населення. Роль держави у формуванні умов, що впливають на здоров'я людей. Основні інструменти державної політики у сфері здоров'я: законодавче регулювання, національні програми охорони здоров'я, фінансування медичних послуг, профілактичні кампанії та розвиток системи громадського здоров'я. Уплив державних рішень на здоров'я населення: безпека харчових продуктів, екологічні стандарти, розвиток спортивної інфраструктури, профілактичні програми тощо. Міжнародна співпраця у сфері охорони здоров'я. Роль міжнародних організацій та глобальних програм у боротьбі із захворюваннями та підтримці громадського здоров'я</p>	<p>питання здоров'я населення та роль особистої відповідальності за різних умов. Мінівправа «Невидимий вплив». Обговорення того, які державні або місцеві рішення можуть стояти за появою змін у системі охорони здоров'я. Рольова симуляція «Міністерство здоров'я». Пропонує державних рішень, які можуть змінити систему охорони здоров'я; їхній можливий вплив на здоров'я населення загалом</p>
57	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: досліджує прогнозовані та непрогнозовані небезпечні ситуації з використанням різних джерел інформації та знань із різних галузей [12 СЗО 2.1.1–1 П];</p>	<p>Тема 6. Біоетика і медичні рішення у XXI столітті Нові можливості медицини у XXI столітті та етичні питання, що виникають разом із технологічним розвитком. Генетичні</p>	<p>Кейс «Редагування генів». За прикладами використання генетичних технологій для лікування спадкових хвороб — визначення того, у яких випадках таке втручання може бути виправданим, а в яких викликати етичні заперечення.</p>

	<p>класифікує ймовірні ризики в умовах невизначеності [12 СЗО 2.1.1–2 П];</p> <p>аналізує, визначає та узагальнює рівні конкретних ризиків у професійній діяльності для власного здоров'я, безпеки та добробуту, а також для здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб [12 СЗО 2.2.1–1 П];</p> <p>аналізує ймовірні ризики виникнення небезпечних ситуацій у професійній діяльності з використанням науково-обґрунтованих досліджень [12 СЗО 2.2.1–2 П]</p>	<p>технології, редагування геному, штучний інтелект у медицині, використання великих масивів медичних даних, персоналізована медицина.</p> <p>Медичні рішення в ситуаціях швидкого розвитку технологій: межі використання генетичних утручань, застосування штучного інтелекту в діагностиці, використання медичних даних для досліджень.</p> <p>Питання конфіденційності, безпеки та відповідальності.</p> <p>Етичні дилеми сучасної медицини: баланс між технологічними можливостями та правами людини, доступність нових медичних технологій, ризики їхнього використання.</p> <p>Значення суспільного обговорення нових медичних практик і відповідального ставлення до наукового прогресу</p>	<p>Мінідебати «Чи повинні існувати межі медичних технологій?». Обговорення того, чи має суспільство встановлювати обмеження на використання окремих новітніх медичних технологій.</p> <p>Етична дилема «Рішення для одного чи для всіх?». Визначення принципів справедливості, які можуть бути враховані під час надання дороговартісної медичної допомоги.</p> <p>Сценарна вправа «Медицина 2040». На основі опису можливого розвитку медицини в майбутньому — визначення того, які нові етичні дилеми можуть виникнути та які принципи допоможуть їх вирішувати</p>
Розділ 10. Соціальні основи безпеки сучасного суспільства			
58	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: досліджує наслідки ризиків небезпечних ситуацій природного, техногенного,</p>	<p>Тема 1. Соціальна політика та цілі сталого розвитку</p> <p>Соціальна політика як система рішень і програм, спрямованих на</p>	<p>Кейс «Проблема, яку вирішує соціальна політика». Розгляд прикладів соціальних проблем; визначення того, які рішення соціальної політики</p>

<p>соціального характеру і воєнного походження, використовуючи різноманітні джерела інформації [12 СЗО 2.2.2–1 П]; прогнозує ймовірні моделі розвитку небезпечних ситуацій та їхніх наслідків природного, техногенного, соціального і воєнного характеру на основі встановлення причиново-наслідкових зв'язків [12 СЗО 2.2.2–2 П]; пропагує та поширює науково обґрунтовані знання щодо відповідальної безпечної поведінки для збереження власного життя та здоров'я, а також життя і здоров'я інших осіб та забезпечення добробуту на основі суспільно-державних (національних) цінностей [12 СЗО 1.1.2–2 П]; визначає та застосовує оптимальні стратегії поведінки, пов'язані зі збереженням українських суспільно-державних (національних)</p>	<p>забезпечення добробуту населення, соціальної справедливості та підтримку різних груп суспільства. Основні напрями соціальної політики: освіта, охорона здоров'я, соціальний захист, зайнятість, підтримка вразливих груп населення. Цілі сталого розвитку як глобальна стратегія розвитку суспільства, спрямована на подолання бідності, забезпечення гідної якості життя, захист довкілля та розвиток справедливих соціальних систем. Основні принципи сталого розвитку: баланс між економічним розвитком, соціальною справедливістю та екологічною відповідальністю. Роль держав, міжнародних організацій, громадських ініціатив і місцевих громад у реалізації цілей сталого розвитку. Значення активної громадянської позиції та відповідальних рішень для досягнення довгострокового суспільного розвитку</p>	<p>можуть допомогти їх розв'язати. Дискусійна вправа «Хто відповідає за сталий розвиток?». Обговорення ролі держави, міжнародних організацій, бізнесу та громадян у досягненні цілей сталого розвитку. Аналітична вправа «Цілі сталого розвитку в реальному житті». За прикладами суспільних ініціатив — визначення того, з якими цілями сталого розвитку вони можуть бути пов'язані. Сценарна вправа «Майбутнє громади». За описом умовної громади з кількома проблемами — визначення того, які зміни можуть зробити громаду більш справедливою, безпечною та екологічно відповідальною; аргументування, з якими цілями сталого розвитку пов'язані ці пропозиції</p>
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

	цінностей забезпечення	для	
--	---------------------------	-----	--

	особистого та суспільного добробуту [12 СЗО 1.1.2–1 П]		
59	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: досліджує прогнозовані та непередбачені небезпечні ситуації з використанням різних джерел інформації та знань із різних галузей [12 СЗО 2.1.1–1 П]; досліджує наслідки ризиків небезпечних ситуацій природного, техногенного, соціального характеру і воєнного походження, використовуючи різноманітні джерела інформації [12 СЗО 2.2.2–1 П]; прогнозує ймовірні моделі розвитку небезпечних ситуацій та їхніх наслідків природного, техногенного, соціального і воєнного характеру на основі встановлення причинно-наслідкових зв'язків [12 СЗО 2.2.2–2 П]; складає інструкції щодо запобігання виникненню небезпечних ситуацій різного характеру і безпечної поведінки в разі виникнення</p>	<p>Тема 2. Суспільство ризику: природа сучасних загроз і трансформація безпеки</p> <p>Поняття «суспільство ризику» в сучасному світі. Нові типи загроз, що виникають унаслідок технологічного розвитку, глобалізації та соціальних змін.</p> <p>Відмінність між традиційними небезпеками та сучасними ризиками, які мають глобальний характер і можуть впливати на великі групи людей.</p> <p>Основні типи сучасних ризиків: екологічні, технологічні, соціальні, інформаційні, біологічні. Їхній вплив на життя суспільства та безпеку людини.</p> <p>Трансформація підходів до безпеки у XXI столітті. Роль держав, міжнародних організацій, наукових установ та громадян у попередженні ризиків. Значення прогнозування, підготовки до можливих загроз і розвитку культури безпеки</p>	<p>Кейс «Коли ризик стає глобальним». Розгляд прикладу події, що вплинула на країни або регіони; визначення того, чому сучасні ризики можуть мати глобальні наслідки.</p> <p>Прогностична вправа «Світ ризиків». На базі однієї сфери розвитку — прогнозування, які нові ризики можуть з'явитися через 10–20 років і як суспільство може до них підготуватися. Розроблення сценарію майбутніх загроз.</p> <p>Аналітична вправа «Ризики щоденного життя». Аналіз того, які рішення на рівні держави, місцевих громад або міжнародних організацій можуть допомогти зменшити ризики щодення.</p> <p>Симуляційна вправа «Центр управління кризою». На базі запропонованої ситуації раптової кризи — створення алгоритму реагування; перші рішення, які допоможуть зменшити наслідки ризику</p>

	небезпечних ситуацій з		
--	------------------------	--	--

	<p>урахуванням нормативно-правової бази [12 СЗО 2.4.1–1 П]</p>		
60	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: моделює свою поведінку, уникаючи ситуацій підвищеної небезпеки з урахуванням її впливу на власні безпеку, життя та здоров'я, а також на безпеку, життя та здоров'я інших осіб [12 СЗО 2.4.1–2 П];</p> <p>обстоює права свої та інших осіб шляхом звернення до відповідних органів правового захисту як України, так і міжнародних організацій, зокрема, іноземною мовою [12 СЗО 1.2.1–1 П];</p> <p>обґрунтовує значення готовності до захисту незалежності та територіальної цілісності України [12 СЗО 1.1.2–4 П]</p>	<p>Тема 3. Інститути безпеки: системи керування, розподіл повноважень і громадянська участь</p> <p>Інститути безпеки як система державних і суспільних структур, що забезпечують захист людини, суспільства і держави. Основні елементи системи безпеки: органи державної влади, спеціалізовані служби, місцеве самоврядування, громадські ініціативи та міжнародна співпраця.</p> <p>Система управління у сфері безпеки. Координація дій державних структур у ситуаціях ризику або кризових подій.</p> <p>Роль громадян / громадян у підтриманні безпеки. Участь громадських організацій та місцевих спільнот у попередженні ризиків, реагуванні на кризові ситуації та формуванні культури безпеки.</p> <p>Значення довіри, співпраці та відкритої комунікації між інституціями і</p>	<p>Симуляційна вправа «Карта системи безпеки». За прикладом надзвичайної ситуації — визначення того, які інституції можуть бути залучені до її вирішення і яку роль кожна з них виконує.</p> <p>Аналітична вправа «Хто відповідає». За прикладами загроз або надзвичайних ситуацій — визначення того, які органи влади відповідають за реагування на кожному етапі: попередження, координація дій, допомога населенню та відновлення після кризи.</p> <p>Кейс «Громадянська участь у безпеці». За прикладами ініціатив, у яких громадяни та громадянки беруть участь у підвищенні безпеки громади, визначення їхнього можливого впливу.</p> <p>Рольова вправа «Спільне рішення». Розробка плану реагування щодо того, як різні інституції (державні органи, місцева влада, громадські організації, громада) мають діяти в ситуаціях ризику</p>

		громадянами / громадянками	
61	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: досліджує наслідки ризиків небезпечних ситуацій природного, техногенного, соціального характеру і воєнного походження, використовуючи різноманітні джерела інформації [12 СЗО 2.2.2–1 П]; аналізує, визначає та узагальнює рівні конкретних ризиків у професійній діяльності для власного здоров'я, безпеки та добробуту, а також для здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб [12 СЗО 2.2.1–1 П]; прогнозує ймовірні моделі розвитку небезпечних ситуацій та їхніх наслідків природного, техногенного, соціального і воєнного характеру на основі встановлення причиново-наслідкових зв'язків [12 СЗО 2.2.2–2 П]; складає інструкції щодо запобігання виникненню небезпечних ситуацій різного характеру і безпечної поведінки в</p>	<p>Тема 4. Цивільна безпека</p> <p>Цивільна безпека як система заходів, спрямованих на захист населення в разі надзвичайних ситуацій природного, техногенного або соціального характеру. Основні принципи цивільної безпеки: запобігання ризикам, готовність до надзвичайних подій, координація дій різних служб та інформування населення. Види надзвичайних ситуацій та їхні можливі наслідки для населення та інфраструктури. Роль державних служб, місцевих органів влади та громадян у системі цивільного захисту. Підготовка населення до дій у кризових ситуаціях: інформування, планування дій, навички реагування та взаємодія між службами і громадою. Значення особистої відповідальності та готовності до дій у надзвичайних умовах</p>	<p>Симуляційна вправа «Надзвичайна ситуація»</p> <p>За описом раптової події — визначення послідовності дій для забезпечення людей.</p> <p>Аналітична вправа «Слабке місце системи».</p> <p>Аналіз прикладу місцевої інфраструктури; визначення того, які ризики можуть впливати на її безпеку і які рішення можуть зменшити вразливість.</p> <p>Кейс «Комунікація під час кризи». За окресленою ситуацією, коли в громаді поширюється тривожна інформація під час надзвичайної події, визначення ролі достовірної інформації в процесі координування дій.</p> <p>Кейс «Громада і безпека». За прикладом участі місцевої громади в підготовці до надзвичайних ситуацій — визначення дій, які можуть підвищити рівень безпеки</p>

	разі виникнення небезпечних ситуацій з урахуванням нормативно-правової бази [12 СЗО 2.4.1–1 П]		
62	Після опрацювання теми учень / учениця: моделює свою поведінку, уникаючи ситуацій підвищеної небезпеки з урахуванням її впливу на власні безпеку, життя та здоров'я, а також на безпеку, життя та здоров'я інших осіб [12 СЗО 2.4.1–2 П]; обґрунтовує та оцінює вплив власної поведінки та поведінки інших осіб на власні безпеку, життя і здоров'я та на безпеку, життя і здоров'я інших осіб на прикладах власних знань і досвіду та відповідних джерел інформації [12 СЗО 3.3.2–1 П]; пояснює принципи і правила першої психологічної допомоги в надзвичайних ситуаціях [12 СЗО 1.3.2–2 П]	Тема 5. Колективна поведінка людей у кризових ситуаціях Особливості поведінки людей у кризових та надзвичайних ситуаціях. Психологічні реакції на небезпеку: страх, паніка, мобілізація, взаємодопомога. Фактори, що впливають на поведінку людей у натовпі або групі під час кризи. Поняття колективної поведінки. Як люди ухвалюють рішення в групі в умовах стресу та невизначеності. Роль лідерства, комунікації та координації дій у запобіганні паніці. Фактори, що допомагають зберігати організованість у кризових ситуаціях: достовірна інформація, чіткі інструкції, взаємна підтримка та відповідальна поведінка. Значення підготовки населення до надзвичайних ситуацій	Аналітична вправа «Як виникає паніка». Аналіз того, як розвивається поведінка людей під час надзвичайної ситуації: що стає першим сигналом тривоги, як поширюється реакція серед людей, які фактори посилюють паніку; робота над рішеннями, які могли б зменшити ризик паніки та допомогти зберегти організовану поведінку людей. Поведінковий експеримент «Ефект більшості». За описом ситуації, у якій люди опиняються в невизначених умовах і починають орієнтуватися на поведінку інших, аналіз того, як рішення однієї людини може вплинути на поведінку всього натовпу. Симуляційна вправа «Дефіцит інформації». На основі інформації про кризову подію — ухвалення рішення про дії людей у цій ситуації; обговорення того, як нестача інформації впливає на колективну поведінку. Психологічний кейс «Ефект свідка». Аналіз ситуації, у якій багато людей бачать проблему, але ніхто не

			реагує; визначення того, чому у великих групах іноді знижується готовність допомагати
63	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: визначає та застосовує оптимальні стратегії поведінки, пов'язані зі збереженням українських суспільно-державних (національних) цінностей для забезпечення особистого та суспільного добробуту [12 СЗО 1.1.2–1 П]; аналізує документи, які гарантують права та обов'язки громадян, пов'язані із забезпеченням добробуту України, та застосовує їх [12 СЗО 1.2.1–3 П]; аналізує ситуацію із захисту інтересів осіб, ураховуючи нормативно-правову базу, зокрема, іноземною мовою [12 СЗО 1.2.2–1 П]</p>	<p>Тема 6. Довіра і стійкість суспільних систем</p> <p>Довіра як важливий чинник функціонування суспільства. Роль довіри між громадянами, інституціями та державою в забезпеченні стабільності та безпеки. Поняття суспільної стійкості. Фактори, що формують стійкість суспільства: ефективні інституції, взаємодія між державою і громадянами, доступ до достовірної інформації, соціальна солідарність і готовність до співпраці. Уплив довіри на здатність суспільства реагувати на кризи, надзвичайні ситуації та соціальні виклики. Значення прозорості рішень, відповідальності інституцій та активної громадянської участі для зміцнення суспільної стійкості</p>	<p>Аналітична вправа «Як виникає довіра». За описом ситуацій взаємодії між громадянами / громадянками та інституціями — аналіз того, як у кожній ситуації змінюється рівень довіри. Формулювання принципів, які допомагають інституціям підтримувати довіру в суспільстві.</p> <p>Сценарна вправа «Суспільство після кризи». За прикладом кризової події — визначення того, які механізми допомагають суспільству відновлюватися.</p> <p>Кейс «Коли система працює». Обговорення ситуації, у якій ефективна взаємодія між інституціями і громадянами допомагає подолати кризу.</p> <p>Порівняльна вправа «Коли система витримує». Визначення того, як довіра чи недовіра до системи впливає на здатність суспільства впоратися з кризовою ситуацією</p>
64	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: обстоює права свої та інших осіб шляхом звернення до відповідних органів</p>	<p>Тема 7. Особиста безпека: правові межі самооборони</p> <p>Право людини на захист життя і здоров'я як одна з базових правових</p>	<p>Правовий кейс «Межа захисту». Аналіз ситуацій конфлікту або загрози; визначення того, у яких випадках дії людини можна</p>

	<p>правового захисту як України, так і міжнародних організацій, зокрема, іноземною мовою [12 СЗО 1.2.1–1 П];</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 П];</p> <p>складає інструкції щодо запобігання виникненню небезпечних ситуацій різного характеру і безпечної поведінки в разі виникнення небезпечних ситуацій з урахуванням нормативно-правової бази [12 СЗО 2.4.1–1 П]</p>	<p>гарантій безпеки. Поняття самооборони та принцип необхідності і пропорційності під час захисту від загрози. Межі допустимих дій у ситуації небезпеки.</p> <p>Відмінність між захистом, конфліктом і правопорушенням.</p> <p>Обставини, за яких дії людини можуть визнаватися самообороною.</p> <p>Оцінювання ситуації, уникнення ескалації та використання безпечних способів реагування.</p> <p>Правові та етичні аспекти особистої безпеки в сучасному суспільстві.</p> <p>Роль самоконтролю, відповідального ухвалення рішень та звернення по допомогу до відповідних служб у ситуаціях загрози</p>	<p>вважати самообороною, а в яких — перевищенням її меж.</p> <p>Симуляційна вправа «Рішення за 10 секунд». За сценаріями небезпечних ситуацій у громадському просторі напрацювання безпечної моделі дій.</p> <p>Сценарний аналіз «Свідок ситуації». Вправа на оцінювання ризиків; обговорення того, які дії допомагають підвищити безпеку без створення додаткової загрози для себе чи інших.</p> <p>Етична дилема «Межа відповідальності». Розгляд ситуації, у яких захист себе або інших може спричинити різні наслідки; обговорення балансу між правом на захист, відповідальністю за власні дії та безпекою інших людей</p>
Розділ 11. Самоменеджмент і психологія успіху			
65	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: експериментує з різними комбінаціями ресурсів для втілення своїх ідей у дії [12 СЗО 4.3.1–1 П];</p> <p>шукає можливості зміцнення своїх сильних сторін та зменшення або компенсації своїх слабкостей для</p>	<p>Тема 1. Самоменеджмент і керування життєвими ресурсами</p> <p>Самоменеджмент як здатність людини планувати власну діяльність, визначати пріоритети та раціонально використовувати життєві ресурси. Керування часом, увагою та</p>	<p>1. Вправа «Матриця рішень». Створення матриці «важливе / термінове»; аргументація, як такий підхід допомагає керувати власними ресурсами та уникати перевантаження.</p> <p>Сценарна вправа «Три паралельні цілі». На основі ситуації — пропозиція способу організації діяльності, який дозволить рухатися до всіх цілей без втрати якості життя.</p>

	<p>розвитку власної освітньої траєкторії [12 СЗО 4.1.2–2 П]; досліджує ефективні стратегії навчання для розвитку власної освітньої траєкторії [12 СЗО 4.1.2–1 П]</p>	<p>зусиллями в щоденному житті. Планування діяльності та постановка цілей. Визначення пріоритетів у ситуації обмежених можливостей і ресурсів. Самоорганізація як умова ефективної діяльності та підтримання добробуту. Усвідомлення власних можливостей, відповідальність за ухвалені рішення та здатність коригувати власні плани залежно від обставин</p>	<p>Аналітична вправа «Енергетичний день». Аналіз типового дня людини; пропозиція того, як змінити порядок справ, щоб використовувати періоди найбільшої концентрації для складних завдань. Рефлексивна вправа «Стратегія одного тижня». Формулювання стратегії організації тижня життя людини; аналіз того, які фактори можуть завадити виконанню плану; пропозиції щодо способів його коригування</p>
66	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: досліджує ефективні стратегії навчання для розвитку власної освітньої траєкторії [12 СЗО 4.1.2–1 П]; досліджує необхідність навчання впродовж життя для професійного розвитку [12 СЗО 4.1.1–2 П]; досліджує необхідність навчання впродовж життя як ключової компетентності, визначеної в нормативно-правових актах [12 СЗО 4.1.1–1 П]</p>	<p>Тема 2. Психологія високої ефективності та внутрішня мотивація Поняття ефективності як здатності досягати результатів через усвідомлене використання власних можливостей. Роль психологічних чинників у досягненні результатів: внутрішня мотивація, інтерес до діяльності, відчуття сенсу та відповідальності за власні дії. Відмінність між внутрішньою і зовнішньою мотивацією. Фактори, що підтримують внутрішню мотивацію: автономія в ухваленні рішень, відчуття компетентності,</p>	<p>Кейс «Два типи мотивації». Аналіз ситуацій: діяльність, що виконується через зовнішні стимули, і діяльність, що ґрунтується на внутрішньому інтересі. Визначення того, як і що впливає на результат і наполегливість. Аналітична вправа «Що підтримує мотивацію». За описом ситуацій діяльності — аналіз того, як умови можуть впливати на внутрішню мотивацію людини; формулювання принципів середовища, яке допомагає підтримувати мотивацію під час тривалої діяльності. Сценарна вправа «Довгий шлях до результату». Визначення того, які психологічні чинники допомагають підтримувати</p>

		<p>можливість розвитку та досягнення цілей.</p> <p>Уплив мотивації на наполегливість, здатність долати труднощі та підтримувати довготривалу діяльність.</p> <p>Усвідомлення власних цілей і цінностей для формування стійкої мотивації</p>	<p>мотивацію в довготривалій роботі.</p> <p>Рефлексивна вправа «Мотивація і мета».</p> <p>Приклад особистої мети; обговорення того, які внутрішні причини можуть підтримувати рух до неї</p>
67	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: обґрунтовує та оцінює вплив власної поведінки та поведінки інших осіб на власні безпеку, життя і здоров'я та на безпеку, життя і здоров'я інших осіб на прикладах власних знань і досвіду та відповідних джерел інформації [12 СЗО 3.3.2–1 П]; досліджує та презентує можливості для перетворення ідей в особисту, соціальну і професійну діяльність [12 СЗО 4.6.2–1 П]</p>	<p>Тема 3. Мислення зростання: ставлення до помилок і розвиток здібностей</p> <p>Поняття «мислення зростання» як підходу до розвитку здібностей через навчання, практику та подолання труднощів.</p> <p>Уявлення про здібності як такі, що можуть розвиватися завдяки зусиллям, досвіду та наполегливості.</p> <p>Ставлення до помилок як до джерела досвіду і можливості вдосконалення.</p> <p>Відмінність між фіксованим мисленням і мисленням зростання.</p> <p>Роль наполегливості, зворотного зв'язку та готовності до навчання в розвитку компетентностей.</p> <p>Значення позитивного ставлення до труднощів і готовності до змін для особистісного розвитку</p>	<p>Вправа «Музей помилок».</p> <p>За прикладами відомих відкриттів або досягнень, які з'явилися після невдалих спроб, визначення того, яку роль відіграли помилки в розвитку і які рішення допомогли перетворити невдачу на результат.</p> <p>Симуляційна вправа «Ще не...».</p> <p>Обговорення того, як змінюється ставлення до труднощів, коли завдання сприймається як процес розвитку.</p> <p>Аналітична вправа «Два внутрішні голоси».</p> <p>Формулювання реакції фіксованого мислення і реакції мислення зростання; обговорення концептів.</p> <p>Стратегічна вправа «Друга спроба».</p> <p>Невдалий результат: що можна змінити під час другої спроби, щоб його поліпшити</p>

68	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: шукає можливості зміцнення своїх сильних сторін та зменшення або компенсації своїх слабкостей для розвитку власної освітньої траєкторії [12 СЗО 4.1.2–2 П];</p> <p>досліджує ефективні стратегії навчання для розвитку власної освітньої траєкторії [12 СЗО 4.1.2–1 П];</p> <p>досліджує необхідність навчання впродовж життя для професійного розвитку [12 СЗО 4.1.1–2 П]</p>	<p>Тема 4. Когнітивні упередження і помилки мислення під час ухвалення рішень</p> <p>Когнітивні упередження як особливості мислення, що можуть упливати на сприйняття інформації та ухвалення рішень. Використання людиною спрощених ментальних стратегій у невизначених ситуаціях.</p> <p>Найпоширеніші когнітивні упередження: ефект першої інформації (якорування), підтвердження власних переконань, ефект більшості, надмірна впевненість. Їхній вплив на оцінювання інформації та ухвалення щоденних рішень.</p> <p>Усвідомлення когнітивних упереджень як складника критичного мислення, відповідального ставлення до інформації та ухвалення зважених рішень</p>	<p>Експеримент «Число — якір». Відповіді та оцінювання залежно від ситуацій.</p> <p>Симуляційна вправа «Ефект більшості». Обговорення того, чи впливає соціальний тиск на вибір і чому люди часто орієнтуються на позицію більшості.</p> <p>Кейс «Пастка першого враження». Визначення того, як оцінювання першого враження від ситуації може впливати на подальші рішення.</p> <p>Експеримент «Швидке рішення». Обговорення того, які інтуїтивні припущення можуть уплинути на рішення.</p> <p>Аналітична вправа «Чому ми помиляємося». Обговорення того, які особливості мислення можуть спричинити помилки</p>
69	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: активно шукає, порівнює різні джерела інформації щодо зменшення впливу неправдивої інформації щодо здоров'я, безпеки та добробуту [12 СЗО 4.2.1–1 П];</p>	<p>Тема 5. Керування увагою у світі інформаційного перевантаження</p> <p>Увага як обмежений когнітивний ресурс людини в сучасному інформаційному середовищі.</p> <p>Інформаційне</p>	<p>Експеримент «Багатозадачність». Обговорення того, як одночасне виконання кількох дій упливає на результат.</p> <p>Рефлексивна вправа «Один інформаційний вибір». З'ясування того, які труднощі можуть виникнути під час зміни сприйняття ситуацій і</p>

	<p>аналізує, визначає та узагальнює рівні конкретних ризиків у професійній діяльності для власного здоров'я, безпеки та добробуту, а також для здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб [12 СЗО 2.2.1–1 П]; класифікує ймовірні ризики в умовах невизначеності [12 СЗО 2.1.1–2 П]</p>	<p>перевантаження як явище сучасного суспільства. Його вплив на здатність концентруватися, ухвалювати рішення та підтримувати продуктивну діяльність. Стратегії керування увагою: визначення пріоритетів, усвідомлений вибір інформації, формування умов для зосередженої роботи. Розвиток навичок концентрації та критичного ставлення до інформаційних потоків у цифровому середовищі</p>	<p>які умови допомагають підтримувати концентрацію в щоденному житті. Симуляційна вправа «Аукціон уваги». Обговорення того, як люди розподіляють увагу в реальному житті. Стратегічна вправа «Діста уваги». Створення моделі «інформаційної дієти»: визначення того, яку інформацію варто обмежити, а яку залишити для підтримання концентрації і якості рішень</p>
70	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: класифікує ймовірні ризики в умовах невизначеності [12 СЗО 2.1.1–2 П]; аналізує, визначає та узагальнює рівні конкретних ризиків у професійній діяльності для власного здоров'я, безпеки та добробуту, а також для здоров'я, безпеки та добробуту інших осіб [12 СЗО 2.2.1–1 П]; досліджує прогнозовані та непередбачені небезпечні ситуації з використанням різних джерел інформації та знань із різних галузей [12 СЗО 2.1.1–1 П]</p>	<p>Тема 6. Антикрихкість і адаптивність у складних ситуаціях Поняття антикрихкості як здатності людини або системи не лише витримувати труднощі, а й використовувати виклики та невизначеність для розвитку й посилення власних можливостей. Відмінність між крихкістю, стійкістю та антикрихкістю. Адаптивність як важлива навичка у світі невизначеності. Роль змін, помилок і непередбачуваних подій у формуванні досвіду. Як складні ситуації можуть створювати нові можливості для навчання,</p>	<p>Симуляційна вправа «Змінні правила». Практичне завдання: як перебудувати свої дії і знайти новий спосіб досягти результату. Кейс «Неочікуваний результат». Формулювання принципів, які допомагають використовувати невдачі як джерело розвитку. Експеримент «Малі спроби». Обговорення того, як поступове тестування ситуації допомагає зменшувати ризики. Симуляційна вправа «Стрес — тест ідей». Створення «стрес-тестів»; аналіз того, як змінити початкову ідею так, щоб вона стала сильнішою після нових викликів</p>

		<p>переосмислення рішень і вдосконалення стратегій діяльності.</p> <p>Практичні підходи до роботи з невизначеністю: експериментування, поступове тестування рішень, готовність змінювати підходи та використовувати отриманий досвід</p>	
71	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: аналізує та ухвалює рішення щодо власного освітньо-професійного розвитку з урахуванням імовірних обраних професій і можливостей подальшого навчання та розвитку кар'єри [12 СЗО 4.11.1–1 П]; досліджує та презентує можливості для перетворення ідей в особисту, соціальну і професійну діяльність [12 СЗО 4.6.2–1 П]; демонструє вміння самопрезентації і використання тактик ефективної комунікації під час співбесіди та ділової комунікації [12 СЗО 4.4.1–1 П]</p>	<p>Тема 7. Архітектура особистого успіху</p> <p>Особистий успіх як результат поєднання цілей, цінностей, навичок і стратегій діяльності. Складники успіху. Усвідомлення власних пріоритетів, довгострокових орієнтирів і шляхів їхнього досягнення. Планування особистого розвитку та формування індивідуальної траєкторії життя. Роль системності, послідовності дій і відповідальності за власні рішення. Значення гнучкості, здатності коригувати плани та використовувати нові можливості в процесі досягнення результатів. Роль саморефлексії у визначенні наступних кроків розвитку</p>	<p>Стратегічна вправа «Проект життя». Визначення ключових рішень, які можуть найбільше вплинути на результат; аналіз логіки рішень.</p> <p>Аналітична вправа «Прихована система успіху». Аналіз прикладів успішних людей чи проєктів; визначення того, які фактори найбільше впливають на результат.</p> <p>Рефлексивна вправа «Внутрішня опора успіху». Визначення психологічних якостей, які можуть допомогти людині досягати результатів.</p> <p>Проектна вправа «Будинок успіху». Обговорення того, які елементи є найважливішими для стійкості «будинку успіху»</p>
Розділ 12. Мислення можливостей і соціальні інновації			
72	<p>Після опрацювання теми учень / учениця:</p>	<p>Тема 1. Мислення можливостей</p>	<p>Кейс-вправа «Проблема / можливість». Обговорення того, чому проблема може</p>

	<p>пояснює, що діяльність із створення цінності може набувати різних форм (бізнес, соціальне підприємництво тощо) [12 СЗО 4.6.1–1 П]; досліджує та презентує можливості</p> <p>для перетворення ідей в особисту, соціальну і професійну діяльність [12 СЗО 4.6.2–1 П]; аналізує та ухвалює рішення щодо власного розвитку з урахуванням імовірних обраних професій і можливостей подальшого навчання та розвитку кар'єри [12 СЗО 4.11.1–1 П]</p>	<p>Мислення можливостей (opportunity thinking) як підхід до сприйняття проблем і викликів як потенційних точок для створення нових рішень. Уміння помічати можливості в щоденних ситуаціях, соціальних викликах та потребах людей.</p> <p>Роль спостереження, аналізу ситуацій і формулювання проблем у пошуку нових ідей. Перехід від фіксації проблеми до пошуку можливих шляхів її вирішення.</p> <p>Значення ініціативності, відкритості до нових ідей і готовності експериментувати під час ухвалення рішень, що можуть поліпшувати життя людей або роботу спільнот</p>	<p>стати основою для нової ідеї або ініціативи.</p> <p>Вправа «Мисливці за можливостями». Перетворення проблем на можливість; формулювання ідеї рішення.</p> <p>Мозковий штурм «100 ідей за 10 хвилин». Опис проблеми; визначення 2–3-х найперспективніших ідей її розв'язання.</p> <p>Симуляційна вправа «Стартап із випадковості». З'ясування того, яку проблему людей можна вирішити за допомогою певного ресурсу</p>
73	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: розуміє сутність підприємництва, фінансового планування та бюджету [12 СЗО 4.9.1–1 П]; досліджує та презентує можливості</p> <p>для перетворення ідей в особисту, соціальну і професійну діяльність [12 СЗО 4.6.2–1 П]; пояснює, що діяльність зі створення цінності</p>	<p>Тема 2. Lean-підхід і перевірка ідей: мінімально життєздатний продукт (MVP) та тестування рішень</p> <p>Lean-підхід як спосіб розроблення рішень через швидке тестування ідей та поступове вдосконалення. Принцип створення мінімально життєздатного продукту (MVP) як першої спрощеної версії ідеї, що</p>	<p>Симуляційна вправа «Ідея за 30 хвилин». Укладання моделі рішення на ту чи ту проблему.</p> <p>Кейс-вправа «Найпростіша версія». На основі ідеї продукту або сервісу — визначення того, якою може бути його найпростіша версія, що дозволить перевірити, чи потрібне таке рішення людям.</p> <p>Експеримент «Перевірка ідей». Опитування або сценарій тестування, щоб</p>

	<p>може набувати різних форм (бізнес, соціальне підприємництво тощо) [12 СЗО 4.6.1–1 П]</p>	<p>дає змогу перевірити її практичність. Значення тестування рішень на ранніх етапах: отримання зворотного зв'язку, виявлення недоліків та вдосконалення ідеї. Роль експериментування, прототипування та аналізу результатів під час створення ефективних рішень. Використання підходу «створити – перевірити – покращити» для поступового розвитку ідей і проєктів</p>	<p>перевірити свою ідею; аналіз отриманого зворотного зв'язку. Вправа «Покращення після тесту». Нова версія рішення на основі зворотного зв'язку</p>
74	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: обґрунтовує важливість усвідомленого ставлення і діяльності щодо розвитку власного освітньо-професійного шляху з урахуванням особистих можливостей, ресурсів, потреб і обмежень та суспільно–державних запитів [12 СЗО 1.1.1–1 П]; визначає та застосовує оптимальні стратегії поведінки, пов'язані зі збереженням українських суспільно-державних (національних) цінностей для забезпечення</p>	<p>Тема 3. Соціальні інновації: нові моделі вирішення суспільних проблем Соціальні інновації як нові підходи, ідеї та моделі, спрямовані на вирішення актуальних суспільних проблем. Відмінність соціальних інновацій від традиційних рішень: орієнтація на потреби людей, ефективність, масштабування та довготривалий суспільний ефект. Сфери соціальних інновацій: освіта, охорона здоров'я, екологія, розвиток громад, підтримка вразливих груп населення.</p>	<p>Кейс-вправа «Проблема, яку ніхто не вирішує». Визначення проблеми у своєму середовищі, яка часто залишається поза увагою; формулювання нових ідей її вирішення. Симуляційна вправа «Ідея для громади». Визначення того, які ресурси, партнери або умови можуть бути потрібні для реалізації певної ідеї в громаді. Вправа «Переосмислення звичних речей». Аналіз послуги або процесу в суспільстві; пропозиція нових підходів до їхньої організації. Стратегічна вправа «Як ідея може змінити систему». Обговорення того, як невелика інноваційна ідея може з часом вплинути на більшу систему або спільноту</p>

	<p>особистого та суспільного добробуту [12 СЗО 1.1.2–1 П];</p> <p>відповідально виконує обрані чи покладені обов’язки в межах навчальної, проєктної, волонтерської діяльності [12 СЗО 1.1.2–3 П]</p>	<p>Роль ініціатив громадян, підприємництва, технологій та співпраці різних секторів у створенні нових рішень для суспільства</p>	
75	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: демонструє вміння самопрезентації і використання тактик ефективної комунікації під час співбесіди та ділової комунікації [12 СЗО 4.4.1–1 П];</p> <p>пояснює, що діяльність зі створення цінності може набувати різних форм (бізнес, соціальне підприємництво тощо) [12 СЗО 4.6.1–1 П];</p> <p>досліджує різні моделі створення команд і командної роботи за різних умов у різних життєвих ситуаціях [12 СЗО 4.7.1–2 П]</p>	<p>Тема 4. Формування команди і лідерство в проєктах</p> <p>Команда як форма спільної діяльності для реалізації складних ідей та проєктів. Принципи формування ефективної команди: поєднання різних навичок, розподіл ролей, взаємна відповідальність і спільна мета.</p> <p>Роль лідерства в командній роботі. Лідер / лідерка як організатор / організаторка процесу, координатор / координаторка дій і людина, що підтримує мотивацію учасників та учасниць команди.</p> <p>Комунікація, довіра і співпраця як ключові умови ефективної роботи команди. Значення здатності слухати, враховувати різні точки зору та спільно ухвалювати рішення в процесі реалізації проєктів</p>	<p>Симуляційна вправа «Команда за 5 хвилин». Обговорення того, яка команда може бути успішною, навіть якщо вона організована спонтанно.</p> <p>Вправа «Роль у команді». За описом проєкту — визначення того, які ролі можуть бути необхідні для його реалізації.</p> <p>Симуляційна вправа «Складне рішення». Визначення того, що потребує спільного рішення; узгодження позиції і напрацювання спільної стратегії.</p> <p>Аналітична вправа «Що робить команду ефективною». Формулювання правил, які допомагають командам ефективно працювати над спільними проєктами</p>

76	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: досліджує та презентує можливості для перетворення ідей в особисту, соціальну і професійну діяльність [12 СЗО 4.6.2–1 П]; пояснює, що діяльність із створення цінності може набувати різних форм (бізнес, соціальне підприємництво тощо) [12 СЗО 4.6.1–1 П]; експериментує з різними комбінаціями ресурсів для втілення своїх ідей у дії [12 СЗО 4.3.1–1 П]</p>	<p>Тема 5. Цифрові платформи як інструмент реалізації ініціатив Цифрові платформи як інструмент організації співпраці, обміну ідеями та реалізації спільних ініціатив. Мережеві форми взаємодії в сучасному суспільстві: онлайн-спільноти, краудсорсинг, цифрові платформи для командної роботи та громадських проєктів. Можливості цифрового середовища для об'єднання людей навколо спільних ідей, пошуку ресурсів, партнерів і підтримки. Роль цифрової комунікації в поширенні ініціатив, залученні учасників / учасниць та масштабуванні проєктів</p>	<p>Симуляційна вправа «Ідея, що знаходить людей». Як за 15 хвилин спроектувати ідею? Як через цифрові платформи знайти людей, які захочуть долучитися? Де і як сформулювати повідомлення про це? Як залучити перших учасників / учасниць проєкту? Вправа «Краудсорсинг рішень». Визначення того, як відсіяти повтори й обрати найкращі пропозиції для реалізації ідей. Симуляційна вправа «100 людей для ідей». Визначення того, які онлайн-спільноти, платформи або мережі можуть допомогти швидко знайти людей для реалізації ідей чи проєкту. Вправа «Ефект мережі». Моделювання того, як інформація може поширитися від десятиох людей до кількох сотень або тисяч учасників / учасниць</p>
77	<p>Після опрацювання теми учень / учениця: ініціює, розробляє та реалізує добровільні проєкти щодо здоров'я, безпеки та добробуту на місцевому, регіональному і міжнародних рівнях, залучає інших осіб до їхньої реалізації [12 СЗО 4.10.1–1 П]; пояснює, що діяльність зі створення цінності</p>	<p>Тема 6. Людина як ініціатор змін: особиста місія та довгостроковий вплив Роль людини як ініціатора змін у суспільстві. Значення особистих цінностей, відповідальності та активної позиції у створенні позитивних змін у громаді, професійному</p>	<p>Вправа «Проблема, яку я хочу вирішити». Обговорення того, як невеликі дії можуть започаткувати позитивні зміни. Симуляційна вправа «Ідея, що змінює середовище». Формулювання ідеї ініціативи, яка може поліпшити життя в школі, громаді або певній сфері суспільства.</p>

	<p>може набувати різних форм (бізнес, соціальне підприємництво тощо) [12 СЗО 4.6.1–1 П]; досліджує та презентує можливості для перетворення ідей в особисту, соціальну і професійну діяльність [12 СЗО 4.6.2–1 П]</p>	<p>середовищі та суспільстві. Особиста місія як усвідомлення власного внеску у вирішення важливих проблем або розвиток спільноти. Зв'язок між особистими цілями, суспільними потребами та довгостроковими результатами діяльності. Формування ініціативності, здатності бачити можливості для змін, об'єднувати людей навколо ідей та реалізовувати проєкти, що мають суспільний вплив</p>	<p>Стратегічна вправа «Довгий вплив». Обговорення того, які умови допомагають ідеям перетворюватися на довготривалі зміни. Підсумковий проєкт «Запуск ініціативи». Презентація з поясненням, як ідея може розвиватися і який вплив мати</p>
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Прикінцеві положення

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

Оцінювання має переважно формульальний характер і спрямоване на підтримку навчальної мотивації учнів та учениць, розвиток критичного мислення, уміння аргументовано висловлювати власну позицію, співпрацювати з іншими та брати участь у суспільно значущій діяльності.

У процесі навчання застосовуються різні форми оцінювання, що дають змогу враховувати як рівень засвоєння навчального матеріалу, так і активність учнів / учениць у практичній діяльності.

Поточне оцінювання може здійснюватися в таких формах:

- усні відповіді, участь у дискусіях та обговореннях;
- виконання практичних і творчих завдань;
- аналіз кейсів і життєвих ситуацій;
- виконання індивідуальних і групових дослідницьких завдань;

- створення схем, моделей, ментальних карт;
- участь у рольових або симуляційних вправах;
- самооцінювання та взаємооцінювання.

Тематичне оцінювання може проводитися у формі:

- виконання аналітичних або рефлексивних письмових робіт;
- підготовки та презентації індивідуальних чи групових проєктів;
- розроблення соціальних ініціатив або мініпроєктів для громади;
- публічного представлення результатів дослідницьких завдань;
- формування тематичного портфоліо виконаних робіт.

Підсумкове оцінювання може передбачати:

- виконання комплексної підсумкової роботи з аналізом життєвих ситуацій або соціальних проблем;
- підготовку та презентацію соціального або громадянського проєкту;
- виконання дослідницької чи аналітичної роботи з актуальних суспільних питань.

Під час оцінювання враховується не лише рівень засвоєння знань, а й здатність учнів / учениць застосовувати їх у практичній діяльності, аргументувати власну позицію, працювати в команді та демонструвати відповідальне ставлення до ухвалення рішень.

У процесі реалізації курсу використовуються різні *методи оцінювання*, які дають змогу визначити рівень сформованості знань, умінь і ціннісних орієнтацій здобувачів / здобувачок освіти.

До основних методів належать:

- спостереження за навчальною діяльністю учнівства під час виконання практичних завдань, участі в дискусіях, груповій роботі та проєктній діяльності;
- усне опитування та обговорення, що дають змогу оцінити розуміння ключових понять, умінь аргументувати власну позицію та брати участь у конструктивному діалозі;
- письмові роботи (аналітичні завдання, есе, рефлексивні тексти), спрямовані на перевірку здатності аналізувати інформацію та робити висновки;
- виконання практичних і творчих завдань, які демонструють умінь застосовувати знання в життєвих ситуаціях;
- оцінювання навчальних проєктів, соціальних ініціатив або дослідницьких робіт, що передбачають аналіз проблеми, пошук рішень і презентацію результатів;

- ведення портфоліо навчальних досягнень, яке відображає результати виконаних завдань, проєктів та особистий прогрес учня / учениці;
- самооцінювання та взаємооцінювання, що сприяють розвитку рефлексії, відповідальності за власне навчання та культури 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 мініпроектів, 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/учителька використовує Padlet як цифрове портфоліо класу, де зберігаються напрацювання учнів/учениць з різних модулів, що дозволяє відстежувати прогрес формування компетентностей протягом усього курсу.

Реалізація поглибленого змісту програми передбачає використання комплексної системи інструментів, що дозволяють учнівству переходити від теоретичного аналізу до активної соціальної дії:

Аналітичні та картографічні ресурси: важливою складовою є робота з геоінформаційними даними та картографічними матеріалами (інтерактивна мапа «Повітряна тривога», Google Maps) для моделювання безпечної логістики громадою та оцінки локальних ризиків. Освітній процес включає аналіз актуальних статистичних даних Держстату та міжнародних звітів щодо показників добробуту, якості життя та глобальних викликів здоров'ю.

Експертне та цифрове наповнення: вивчення питань фінансової гігієни, кібербезпеки та протидії маніпуляціям базується на інфографіці й аналітиці Національного банку України, Кіберполіції та Центру протидії дезінформації. Для візуалізації соціальних інновацій використовуються цифрові платформи дизайну та інтелект-карти.

Інклюзивність та офлайн-доступність: програма забезпечує безперервність навчання за будь-яких умов: за відсутності стабільного доступу до цифрових ресурсів вправу (кейс-аналізи, сценарне моделювання) виконуються з використанням паперових носіїв, тематичних карток-дилем, друківаних Lean-

шаблонів для життєвого проектування та індивідуальних рефлексивних щоденників.

Інтеграція в середовище громади: освітній простір розширюється за рахунок залучення локальних ресурсів. Інфраструктура громади (молодіжні хаби, центри соціальних служб, ЦНАПи) використовується як майданчик для реалізації волонтерських ініціатив та проєктів соціального підприємництва. Природні та безпекові об'єкти (облаштовані укриття, екологічні стежки) залучаються для проведення виїзних практичних занять, екскурсій.

Навчально-тренувальне обладнання для домедичної допомоги: демонстраційні набори для відпрацювання алгоритмів MARCH, що включають засоби зупинки критичних кровотеч (навчальні турнікети типу CAT, гемостатичні засоби для тампонади), інструменти контролю дихальних шляхів оклюзійні наліпки та ізотермічні ковдри для запобігання гіпотермії. Важливою складовою є методичне порівняння складу тактичної індивідуальної аптечки, автомобільної та цивільної (побутової) аптечок для формування вміння комплектувати засоби допомоги відповідно до прогнозованих ризиків.

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. OECD. Future of Education and Skills 2030: OECD Learning Compass 2030. Paris: OECD Publishing, 2019.
2. OECD. Global Competence for an Inclusive World. Paris: OECD Publishing, 2018.
3. Council of Europe. Reference Framework of Competences for Democratic Culture. Strasbourg: Council of Europe Publishing, 2018.
4. Fullan M. The New Meaning of Educational Change. New York: Teachers College Press, 2007.
5. Seligman M. Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well — being. New York: Free Press, 2011.
6. Dweck C. Mindset: The New Psychology of Success. New York: Random House, 2006.
7. Bandura A. Self — Efficacy: The Exercise of Control. New York: W.H. Freeman, 1997.
8. Erikson E. Identity: Youth and Crisis. New York: W. W. Norton & Company, 1968.

9. Piaget J. The Psychology of the Child. New York: Basic Books, 1969.

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 Карти) [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.