

ПРОГРАМА САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

ОСНОВИ ЗДОРОВ'Я

8 клас

Підручники:

- 1) «Основи здоров'я» підручник для 8 класу закладів загальної середньої освіти (авт. І.Д.Бех, Т.В. Воронцова, В.С. Пономаренко, С.В. Страшко) – К: Видавництво «Алатон», 2021 (2016)

[Основи здоров'я 8 клас Бех 2016](#)

- 2) Навчальний матеріал для вивчення вказаних тем Ви знайдете в підручниках або можете скористатися ресурсами:

- [Основи здоров'я \(Бойченко, Василяшко, Гурська\) 8 клас](#)
- [Основи здоров'я \(Тагліна\) 8 клас](#)
- [Основи здоров'я 8 клас Поліщук 2016](#)

- 3) «Всеукраїнська школа онлайн», курс уроків з основ здоров'я для 8-го класу

https://www.youtube.com/watch?v=khJrGR4gbz8&list=PLmtfd20_dcXW_tBi8hvM26tYwGyCfpVb2

- 4) «Інтерактивне навчання» - <http://interactive.ranok.com.ua>

Річна контрольна робота №1

№ п/п	Зміст навчального матеріалу	Очікувані результати	Джерела інформації	Інтерактивні завдання для самоперевірки
1.	Розділ 1. Безпека і здоров'я людини	<ul style="list-style-type: none">-називати складові та ознаки фізіологічної, психологічної та соціальної зрілості-називати види і рівні надзвичайних ситуацій-знати права та обов'язки людини при надзвичайних ситуаціях та в період ліквідації їх наслідків-вміти оцінювати рівень ризику у надзвичайних ситуаціях-виконувати найпростіші рятувальні роботи та алгоритм дій надання першої медичної допомоги-демонструвати особисту відповідальність за своє життя і здоров'я та взаємодопомогу, готовність грамотно діяти у надзвичайних	§ 1-4 (Бех), опрацювати пам'ятку поведінки під час повітряної тривоги на порталі Всеосвіта Ознайомитися з правилами поведінки по захисту життя і здоров'я у воєнний час. https://vseosvita.ua/library/pamiatka-pravyla-povedinky-pid-chas-povitrianoi-tryvohy-574120.html	Тема: Безпека і здоров'я людини https://interactive.ranok.com.ua/themes/contentview/serednya-ta-starsha-shkola/osnovi-zdorovya-8-klas/6023-rozdl-1-zdorovya-lyudini/11046-test

		ситуаціях		
2.	Розділ 2. Фізична складова здоров'я	<ul style="list-style-type: none"> -називати основні складові оздоровчих систем, приклади традиційних і сучасних кухні -наводити приклади страв національної кухні -пояснювати міфи і факти про дієти -наводити приклади видів спорту, які розвивають фізичні якості людини -формулювати здорові харчові звички -уміти надавати першу невідкладну допомогу при харчових отруєннях 	<p>§ 5-8 (Бех), переглянути мультфільм «Якби тварини харчувалися фаст фудом»</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=W73rK7KzSQk</p>	<p>Тема: Фізична складова здоров'я</p> <p>https://interactiv.e.ranok.com.ua/theme/contentview/serednya-ta-starsha-shkola/osnovi-zdorovya-8-klas/6047-rozdl-2-fzichna-skladova-zdorovya/11071-test</p>
3.	Розділ 3. Психічна і духовна складова здоров'я	<ul style="list-style-type: none"> -називати стадії і завдання психосоціального розвитку особистості -називати складові свого духовного розвитку -аналізувати структуру потреб людини -характеризувати ознаки зовнішньої і внутрішньої краси -розпізнавати рекламні стратегії в різних сферах -користуватися прийомами ефективного читання і запам'ятовування -уміти складати карти пам'яті 	<p>§ 9-13 (Бех), на основі матеріалу параграфів, складіть карту пам'яті для засвоєння матеріалу одного з предметів вашого шкільного курсу</p>	<p>Тема: Психічна і духовна складова здоров'я</p> <p>https://interactiv.e.ranok.com.ua/theme/contentview/serednya-ta-starsha-shkola/osnovi-zdorovya-8-klas/rozdl-3-psiichna-yi-dyhovna-skladov-zdorovya/11072-test</p>
Тема 1. Соціальне благополуччя				

4.	Розділ 4. Соціальна складова здоров'я	<p>-називати шляхи інфікування ВІЛ та ІПСШ та методи захисту</p> <p>-характеризувати на прикладах висловлення почуттів дружби, приязні, кохання</p> <p>-характеризувати бактеріальні та вірусні ІПСШ</p> <p>-пояснювати фізіологічні та соціально-психологічні наслідки ранніх статевих стосунків</p> <p>-пояснювати вплив психоактивних речовин на розвиток репродуктивної системи підлітків</p> <p>-розпізнавати ситуації, що загрожують сексуальним насиллям</p> <p>-уміти відмовлятися від небезпечних пропозицій</p>	<p>§ 14-18, ознайомитися з матеріалами на порталі превентивної освіти www.auta.org.ua</p>	<p>Тема: Соціальна складова здоров'я</p> <p>Тест№1</p> <p>https://interactiv.e.ranok.com.ua/t/heme/contentview/serednya-ta-starsha-shkola/osnovi-zdorovya-8-klas/6053-rozdl-4-sotsalna-skladova-zdorovya/11077-test-1</p>
Тема 2. Безпека в побуті і навколишньому середовищі				
5.	Розділ 4. Соціальна складова здоров'я	<p>-називати основні групи факторів ризику, що викликають дорожню аварійність</p> <p>-називати заходи безпеки для водіїв і пасажирів</p> <p>-наводити приклади чинників техногенного впливу на довкілля</p> <p>-пояснювати модель безпечного дорожнього середовища</p> <p>-розпізнавати безпечні джерела питної води</p> <p>-пояснювати вплив чинників екологічної, соціальної, інформаційної небезпеки на здоров'я</p>	<p>§ 19-28 (Бех), основні правила поведінки в Інтернеті.</p> <p>https://cases.media/article/pravila-bezpechnoyi-povedinki-v-interneti</p>	<p>Тема: Соціальна складова здоров'я</p> <p>Тест№2</p> <p>https://interactiv.e.ranok.com.ua/t/heme/contentview/serednya-ta-starsha-shkola/osnovi-zdorovya-8-klas/6053-rozdl-4-sotsalna-skladova-zdorovya/32551-</p>

		<p>-критично аналізувати повідомлення засобів масової інформації</p> <p>-дотримуватися правил дорожньої безпеки</p> <p>-дотримуватися правил безпеки при користуванні комп'ютером, Інтернетом.</p>		test-2
--	--	---	--	------------------------

РЕКОМЕНДОВАНІ ВИДИ РОБОТИ:

- складання конспекту;
- ведення щоденника «Режим дня».