

**КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА**  
**ПЕДАГОГІЧНИЙ ІНСТИТУТ**

КАФЕДРА ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Проректор

з науково-методичної

та навчальної роботи

Олексій ЖИЛЬЦОВ

\_\_\_\_\_ 2021 року



**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**  
**ОДФП.03 ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ**  
**В ДОШКІЛЬНІЙ ОСВІТІ**

для студентів

спеціальності 012 Дошкільна освіта  
 (шифр і назва спеціальності)

освітнього рівня першого (бакалаврського)  
 (назва освітнього рівня, ОР)

освітньої програми 012.00.01 Дошкільна освіта  
 (шифр і назва освітньої програми)



Київ-2021

Розробник:

Гарашенко Лариса Василівна, кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри дошкільної освіти

Викладач:

Гарашенко Лариса Василівна, кандидат педагогічних наук, старший викладач кафедри дошкільної освіти

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні кафедри дошкільної освіти.

Протокол від «26» серпня 2020 р., №1

Завідувач кафедри



Г.В. Беленька

Робочу програму погоджено з гарантом освітньої програми 012.00.01 Дошкільна освіта

«\_\_\_»\_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Гарант освітньої програми



О.А. Половіна

Робочу програму перевірено

«\_\_\_»\_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Заступник директора



М.А. Машовець

Пролонговано:

на 2021 / 2022 н.р.



, «08» 09 2021 р., протокол №2

на 2021 / 2022 н.р.

, «08» \_\_\_\_\_ 20\_\_ р., протокол №

## 1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Характеристика дисципліни за формами навчання	
	денна	заочна
Вид дисципліни	обов'язкова	
Мова викладання, навчання та оцінювання	українська	
Загальний обсяг кредитів / годин	8/240	8/240
Курс	3	3
Семестр	5, 6	5, 6
Кількість змістових модулів з розподілом:		
Обсяг кредитів	8	8
Обсяг годин, в тому числі:	240	240
Аудиторні	112	32
Модульний контроль	16	-
Семестровий контроль	30	-
Самостійна робота	82	208
Форма семестрового контролю	екзамен	екзамен

## 2. Мета і завдання навчальної дисципліни

*Мета навчальної дисципліни:* забезпечити кваліфікаційну компетентність майбутніх фахівців у збереженні та зміцненні здоров'я дітей; сприяти світоглядному переосмисленню пріоритетності даного напрямку.

*Завдання навчальної дисципліни:*

- оволодіння майбутніми педагогами основними поняттями, завданнями та змістом навчальної дисципліни;
- формування стійкого інтересу до навчальної дисципліни;
- формування педагога дошкільного фаху зі світоглядними позиціями, професійними морально-етичними, оздоровчими поведінковими навичками і особистісними потребами та переконаннями у першочерговості реалізації оздоровчих завдань;
- формування практичних умінь і навичок виконання фізичних вправ та проведення різних форм фізкультурно-оздоровчої роботи;
- забезпечення оптимальних умов для навчання, діяльності, відпочинку та процесів життєдіяльності дітей з урахуванням вимог, що ставляться до охорони їхнього життя і здоров'я, індивідуальних особливостей фізичного розвитку; створення здоров'язбережувального середовища в групах дітей раннього і дошкільного віку.

Освітній зміст та виховна спрямованість курсу мають на меті формування у студентів загальних і фахових компетентностей.

*Інтегральна компетентність:* здатність самостійно та комплексно розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми в галузі розвитку, навчання і виховання дітей раннього та дошкільного віку із застосуванням теорії та методики дошкільної освіти в типових і невизначених умовах системи дошкільної освіти

*Загальні компетентності:*

- **КЗ-2.** Здатність зберігати та примножувати моральні, культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця в загальній системі знань про природу і суспільство та в розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.
- **КЗ-3.** Здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу.
- **КЗ-8.** Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.
- **КЗ-9.** Здійснення безпечної діяльності.

*Спеціальні (фахові) компетентності:*

- **КС-4.** Здатність до формування в дітей раннього і дошкільного віку первинних уявлень про предметне, природне, соціальне довкілля, властивості і відношення предметів; розвитку самосвідомості («Я» дитини і його місце в довкіллі).
- **КС-6.** Здатність до виховання в дітей раннього і дошкільного віку навичок свідомого дотримання суспільно визнаних морально-етичних норм і правил поведінки.
- **КС-8.** Здатність до формування в дітей раннього і дошкільного віку навичок екологічно безпечної поведінки і діяльності в побуті, природі й довкіллі.
- **КС-12.** Здатність до фізичного розвитку дітей раннього і дошкільного віку, корекції і зміцнення їхнього здоров'я засобами фізичних вправ і рухової активності.
- **КС-14.** Здатність до формування в дітей раннього і дошкільного віку навичок здорового способу життя як основи культури здоров'я (валеологічної культури).

### 3. Результати навчання за дисципліною

У процесі вивчення курсу студенти мають набути такі навчальні результати:

- **ПР-12** Будувати цілісний освітній процес з урахуванням основних закономірностей його перебігу. Оцінювати власну діяльність як суб'єкта педагогічної праці.
- **ПР-14** Мати навички збереження та зміцнення психофізичного і соціального здоров'я дітей.
- **ПР-15** Визначати завдання і зміст різних видів діяльності дітей раннього і дошкільного віку на основі програм дошкільної освіти та знань про культурно-історичний досвід українського народу, загальнолюдські культурні та етико-естетичні цінності.
- **ПР-16** Проектувати педагогічні заходи із залученням фахівців суміжних галузей, батьків,
- **ПР-22** Дотримуватись умов безпеки життєдіяльності дітей раннього і дошкільного віку.

### 4. Структура навчальної дисципліни

#### Тематичний план для денної форми навчання

Назви змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт	
		Аудиторна:	С
			С

		Лекції	Семінарські	Практичні	
<b>Змістовий модуль 1. Основи здорового способу життя дітей дошкільного віку</b>					
Тема 1. Завдання та засоби фізичного виховання дітей дошкільного віку	4	2	-	-	2
Тема 2. Дидактичні основи навчання дітей дошкільного віку рухових дій	8	2	2	-	4
Модульний контроль	2	-	-	-	-
Тема 3. Зміст і методика навчання дітей вправ на шикування і перешикування	12	2	2	4	4
Тема 4. Зміст і методика навчання дітей загальнорозвивальних вправ	10	2	2	4	2
Модульний контроль	2	-	-	-	-
Тема 5. Методика навчання дітей основних рухів	18	2	2	8	6
Модульний контроль	2	-	-	-	-
Тема 6. Рухливі ігри у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку	10	2	2	2	4
Тема 7. Методика навчання дітей дошкільного віку рухливих ігор, ігор з елементами спорту та вправ спортивного характеру, українських народних рухливих ігор	22	2	2	10	8
Модульний контроль	2	-	-	-	-
Разом	<b>92</b>	<b>14</b>	<b>12</b>	<b>28</b>	<b>30</b>
<b>Змістовий модуль 2. Психолого-педагогічні основи технології реалізації фізичного виховання та оздоровлення дошкільників</b>					
Тема 8. Фізичне виховання дітей раннього віку	6	2	-	2	2
Тема 9. Технологія реалізації фізкультурно-оздоровчих заходів у розпорядку життєдіяльності дітей в ЗДО	20	2	2	8	8
Модульний контроль	2	-	-	-	-
Тема 10. Технологія проведення занять з фізичної культури в ЗДО	26	4	4	8	10
Модульний контроль	2				
Тема 11. Технології забезпечення рухової активності дітей дошкільного віку у повсякденній життєдіяльності	18	2	2	6	8
Модульний контроль	2	-	-	-	-
Разом	<b>76</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>24</b>	<b>28</b>
<b>Змістовий модуль 3. Технологічний підхід як інноваційна необхідність в організації фізичного виховання дошкільників</b>					

Тема 12. Планування та облік роботи з фізичного виховання в ЗДО	14	2	2	4	6
Тема 13. Лікарсько-педагогічний контроль за фізичним вихованням дітей дошкільного віку	8	-	2	-	6
Тема 14. Руховий режим у ЗДО. Інноваційні технології у системі фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку	10	2	2	-	6
Модульний контроль	2	-	-	-	-
Тема 15. Організація здорового способу життя в ЗДО та сім'ї та ЗДО	4	-	-	-	4
Тема 16. Проблеми фізичної підготовки дітей до навчання у школі	4	-	2	-	2
Разом	<b>42</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>24</b>
Семестровий контроль	<b>30</b>				
Модульний контроль	<b>16</b>				
Усього	<b>240</b>	<b>28</b>	<b>28</b>	<b>56</b>	<b>82</b>
<b>Теми, винесені на самостійне вивчення</b>					
1. Етнос і культура: відображення історико-філософських підходів до здоров'я в традиції українського народу					
2. Вікові особливості дітей раннього та дошкільного віку					

### Тематичний план для заочної форми навчання

Назви змістових модулів, тем	Усього	Розподіл годин між видами робіт			
		Аудиторна:			Самостійна
		Лекції	семінарські	практичні	
<b>Змістовий модуль 1. Інноваційні підходи до формування компетентності дитини в галузі здоров'я</b>					
Тема 1. Здоров'язбережувальна сутність освітнього процесу ЗДО	34	2	-	2	30
<b>Змістовий модуль 2. Психолого-педагогічні основи технології реалізації фізичного виховання дітей дошкільного віку</b>					
Тема 2. Технології проведення занять з фізичної культури в ЗДО	58	4	-	4	50
Тема 3. Технології проведення фізкультурно-	56	2	-	4	50

оздоровчих заходів з дітьми дошкільного віку					
Тема 4. Технології забезпечення рухової активності дітей дошкільного віку у повсякденній життєдіяльності	36	2	-	4	30
Тема 5. Ігрові технології у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку	36	2	-	4	30
<b>Змістовий модуль 3. Організація та керівництво системою фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку</b>					
Тема 6. Планування та облік роботи з фізичного виховання в ЗДО	20	-	-	2	18
Разом	<b>240</b>	<b>12</b>	<b>-</b>	<b>20</b>	<b>208</b>
<b>Теми, винесені на самостійне вивчення</b>					
1. Вікові особливості дітей раннього та дошкільного віку					
2. Руховий режим в ЗДО.					
3. Технології забезпечення оптимального психічного здоров'я дітей дошкільного віку					
4. Технології формування морального і соціального здоров'я дітей дошкільного віку					
5. Оздоровчі технології профілактично-лікувального напрямку					

## 5. Програма навчальної дисципліни

### ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1 ОСНОВИ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

#### Лекція 1

#### Завдання та засоби фізичного виховання дітей дошкільного віку

Характеристика основних понять теорії фізичного виховання. Характеристика оздоровчих, освітніх та виховних завдань фізичного виховання дітей дошкільного віку. Комплексний підхід до реалізації завдань фізичного виховання дітей. Обумовленість завдань фізичного виховання дітей дошкільного віку анатомічними і психофізіологічними особливостями їхнього організму.

Характеристика засобів фізичного виховання дошкільників: сили природи (сонце, повітря і води), гігієнічні фактори (розпорядок процесів життєдіяльності, харчування, особиста та громадська гігієна), фізичні вправи. Класифікація фізичних вправ. Оздоровчий потенціал фізичних вправ. Характеристика особливостей розвитку та удосконалення функцій органів і систем дитячого організму в процесі виконання фізичних вправ.

*Основні поняття теми:* комплексний підхід до реалізації завдань фізичного виховання дітей, цілісний руховий режим, розпорядок життєдіяльності, еколого-природничі фактори, фізичні вправи.

*Базисні компетенції з теми:*

- усвідомлювати соціальну значущість фізичної культури, її роль в організації освітнього процесу в ЗДО;
- розуміти сутність фізичного виховання дітей дошкільного віку;
- оволодіти основними поняттями теорії фізичного виховання дітей дошкільного віку;
- уміти характеризувати основні складові системи фізичного виховання дітей дошкільного віку: мету, завдання, засоби фізичного виховання;
- розуміти свою роль як педагога у формуванні фізичної культури дітей дошкільного віку.

#### **Література:**

1. Богінч О. Здоров'я та фізичний розвиток дитини: реалізація завдань освітньої лінії «Особистість дитини» / Ольга Богінч // Дошкільн. виховання. – 2012.– № 9. – С. 3–7.
2. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми : Університет. кн., 2019. – 428 с.

### **Лекція 2**

#### **Дидактичні основи навчання дітей дошкільного віку рухових дій**

Поняття про рухові вміння та навички, умови їх формування. Закономірності формування рухових навичок. Етапи формування рухової навички: початкове розучування рухової дії, поглиблене розучування, закріплення та вдосконалення рухових дій. Методи і прийоми навчання фізичних вправ. Співвідношення дидактичних методів і прийомів навчання на різних етапах формування рухових умінь і навичок.

*Основні поняття теми:* рухові вміння та навички, методи і прийоми навчання фізичних вправ.

*Базисні компетенції з теми:*

- знати етапи навчання дітей рухових дій;
- знати методи і прийоми навчання фізичних вправ.

#### **Література:**

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми : Університет. кн., 2019. – 428 с.



## Семінарське заняття 1

### Дидактичні основи навчання дітей дошкільного віку рухових дій

#### План:

1. Етапи навчання дітей рухових дій: початкове розучування рухової дії; поглиблене розучування; закріплення та удосконалення рухових дій.
2. Співвідношення методів і прийомів на різних етапах навчання дітей рухів.
3. Перевірка виконання самостійної роботи.
4. Підсумок заняття.

#### Рекомендована література:

##### Основна:

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2019. – 467 с.

##### Додаткова:

1. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум / К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

## Лекція 3

### Зміст і методика навчання дітей вправ на шикування і перешикування

Гімнастика як засіб фізичного виховання дітей дошкільного віку. Загальна характеристика вправ на шикування та перешикування. Види вправ на шикування та перешикування. Методика навчання дітей вправ на шикування та перешикування у різних вікових групах.

Порівняльний аналіз альтернативних програм навчання та виховання дітей дошкільного віку з відповідних розділів.

*Основні поняття теми:* гімнастика, вправи на шикування та перешикування, методи і прийоми навчання вправ на шикування та перешикування.

#### *Базисні компетенції з теми:*

- знати та вміти виконувати всі види вправ на шикування та перешикування у різних вікових групах;

- володіти методикою навчання дітей вправ на шикування та перешикування у різних вікових групах.

### **Література:**

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми : Університет. кн., 2010. – 428 с.

### **Семінарське заняття 2**

#### **Зміст і методика навчання дітей вправ на шикування і перешикування**

##### План заняття:

1. Порівняльний аналіз альтернативних програм навчання та виховання дітей дошкільного віку з відповідних розділів.
2. Зміст і методика навчання дітей молодшого дошкільного віку вправ на шикування і перешикування.
3. Зміст і методика навчання дітей середнього дошкільного віку вправ на шикування і перешикування.
4. Зміст і методика навчання дітей старшого дошкільного віку вправ на шикування і перешикування.
5. Перевірка виконання самостійної роботи.
6. Підсумок заняття.

##### Рекомендована література:

##### Основна:

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.

##### Додаткова:

2. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум / К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

### **Практичне заняття 1, 2**

#### **Методика навчання дітей дошкільного віку вправ на шикування і перешикування**

##### План заняття:

1. Вправління студентів у проведенні вправ на шикування і перешикування дітей молодшого дошкільного віку.

2. Вправляння студентів у проведенні вправ на шиккування і перешиккування дітей середнього дошкільного віку.
3. Вправляння студентів у проведенні вправ на шиккування і перешиккування дітей старшого дошкільного віку.
4. Перевірка виконання самостійної роботи.
5. Підсумок заняття.

Рекомендована література:

Основна:

6. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.

Додаткова:

7. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум / К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

8. Общие основы теории и методики физического воспитания / под ред. Т. Ю. Круцевич. – К.: Олимп. л-ра, 2003. – 424 с.

#### Лекція 4

##### **Зміст і методика навчання дітей дошкільного віку загальнорозвивальних вправ**

Загальна характеристика та класифікація загальнорозвивальних вправ. Зміст і методика навчання загальнорозвивальних вправ дітей різних вікових груп. Правила запису загальнорозвивальних вправ. Вимоги до складання комплексів загальнорозвивальних вправ. Використання предметів. Методи та прийоми навчання загальнорозвивальних вправ у різних вікових групах. Використання загальнорозвивальних вправ у різних формах роботи з фізичного виховання. Порівняльний аналіз альтернативних програм навчання та виховання дітей дошкільного віку з відповідних розділів.

*Основні поняття теми:* загальнорозвивальні вправи, комплекси загальнорозвивальних вправ, послідовність вправ, методи і прийоми навчання загальнорозвивальних вправ.

*Базисні компетенції з теми:*

- знати вимоги та вміти складати комплекси загальнорозвивальних вправ для дітей різних вікових груп;
- володіти методикою навчання загальнорозвивальних вправ дітей різних вікових груп.

**Література:**

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми : Університет. кн., 2010. – 428 с.

### Семінарське заняття 3

#### Зміст і методика навчання дітей дошкільного віку загальнорозвивальних вправ

##### План заняття:

1. Порівняльний аналіз альтернативних програм навчання та виховання дітей дошкільного віку з відповідних розділів.
2. Зміст і методика навчання дітей молодшого дошкільного віку загальнорозвивальних вправ.
3. Зміст і методика навчання дітей середнього дошкільного віку загальнорозвивальних вправ.
4. Зміст і методика навчання дітей старшого дошкільного віку загальнорозвивальних вправ.
5. Підсумок заняття.

##### Рекомендована література:

###### Основна:

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.

###### Додаткова:

2. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум / К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

### Практичне заняття 3, 4

#### Методика навчання дітей дошкільного віку загальнорозвивальних вправ

##### План заняття:

1. Практичне проведення комплексів загальнорозвивальних вправ для однієї з вікових груп. Аналіз проведення за *визначеними критеріями*: відповідність підбору

вправ віку дітей; дотримання кількості і дозування вправ у комплексі; дотримання послідовності вправ у комплексі; чи впливає даний комплекс на розвиток основних груп м'язів, дрібних м'язів; підбір предметів для вправ, способи їх роздачі та збору залежно від вікової групи; підготовка до виконання вправ: організація дітей, шикування, перешикування; послідовність навчання: назва вправи, показ, пояснення, методичні вказівки до початку, закінчення вправи, під час виконання вправи, рахунок, темп виконання; відповідність прийомів навчання віку дітей та етапу навчання; попередження та виправлення помилок; керівництво вихователем виконанням вправ відповідно віку дітей. Здійснення індивідуального підходу.

2. Перевірка виконання самостійної роботи.
3. Підсумок заняття.

Рекомендована література:

Основна:

4. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.

Додаткова:

5. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум / К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

## Лекція 5

### Методика навчання дітей дошкільного віку основних рухів

Види основних рухів та їх характеристика (ходьба, біг, лазіння, стрибки, метання, вправи у рівновазі). Техніка основних рухів та її особливості в дошкільному віці. Методика навчання основних рухів дітей різних вікових груп. Використання підготовчих та допоміжних вправ. Способи організації дітей для виконання основних рухів. Прийоми страхування та попередження травматизму. Ускладнення засобів в різних вікових групах відповідно до вікових можливостей дітей та завдань рухової підготовленості. Порівняльний аналіз альтернативних програм навчання та виховання дітей дошкільного віку з відповідних розділів.

*Основні поняття теми:* основні рухи, основні рухи, техніка виконання, підготовчі та допоміжні вправи, методи і прийоми навчання.

*Базисні компетенції з теми:*

- знати види і способи основних рухів, володіти технікою виконання всіх основних рухів;
- знати специфіку навчання дітей рухових дій у різних вікових групах;
- уміти здійснювати чіткий показ і пояснення рухових дій;
- володіти навичками оцінювання рухових умінь дітей.

#### **Література:**

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми : Університет. кн., 2010. – 428 с.

#### **Семінарське заняття 4**

##### **Методика навчання дітей дошкільного віку основних рухів**

##### План заняття:

1. Особливості виконання основних рухів дітьми дошкільного віку.
2. Підготовчі вправи до метання, стрибків.
3. Елементи техніки стрибків, метання.
4. Типові помилки дітей при виконанні основних рухів.
5. Методика навчання основних рухів у різних вікових групах.
6. Перевірка виконання самостійної роботи.
7. Підсумок заняття.

##### Рекомендована література:

##### Основна:

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.

##### Додаткова:

2. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

#### **Практичне заняття 5, 6, 7, 8**

##### **Основні рухи та методика ознайомлення з ними дітей дошкільного віку**

##### План заняття:

1. Оволодіння технікою виконання вправ з ходьби та бігу, методами і прийомами ознайомлення з ними дошкільників.
2. Оволодіння технікою виконання вправ з рівноваги, методами і прийомами ознайомлення з ними дошкільників.
3. Оволодіння технікою виконання вправ зі стрибків, методами і прийомами ознайомлення з ними дошкільників.
4. Оволодіння технікою виконання вправ з м'ячем, методами і прийомами ознайомлення з ними дошкільників.
5. Оволодіння технікою виконання вправ з лазіння та підлізання, методами і прийомами ознайомлення з ними дошкільників.
6. Перевірка виконання самостійної роботи.
7. Підсумок заняття.

Рекомендована література:

Основна:

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.

Додаткова:

2. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

## Лекція 6

### Рухливі ігри у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку

Характеристика рухливої гри як засобу та методу фізичного виховання дітей. Поняття про рухливу гру. Структура рухливої гри. Класифікація рухливих ігор. Значення рухливих ігор для всебічного розвитку дитини дошкільного віку. Особливості рухливих ігор для дітей різних вікових груп. Ігрові вправи у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку.

Вплив ігор з елементами спорту та вправ спортивного характеру на зміцнення здоров'я, підвищення рівня рухової підготовленості та формування фізичних якостей. Характеристика ігор з елементами спорту, техніка, тактика, правила.

Види спортивних вправ. Загальна характеристика. Умови для занять спортивними вправами.

Українські народні рухливі ігри як дійовий засіб всебічного розвитку дітей дошкільного віку в умовах національного відродження. Види ігор та їх характеристика: сезонно-обрядові, побутові, ігри-забавлянки, ігри забави, ігри-ловитки.

Використання рухливих ігор в освітньому процесі ЗДО.

*Основні поняття теми:* рухлива гра, ігрова вправа, структура гри, зміст (сюжет) гри, правила, сюжетні та безсюжетні ігри, атракціони, естафети, ігри з елементами спорту, спортивні вправи, українські народні рухливі ігри.

*Базисні компетенції з теми:*

- знати теоретичні і методичні основи рухливої гри.

#### **Література:**

1. Богініч О. Л. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : навч.-метод. посіб. / Ольга Любомирівна Богініч. – К.: СП «ЧИП», 2001. – 126с.
2. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми : Університет. кн., 2010. – 428 с.
3. Вільчковський Е.С. Рухливі ігри в дитячому садку . – К.: Радянська школа, 1989. – 176 с.

### **Семінарське заняття 5**

#### **Рухливі ігри у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку**

План заняття:

1. Особливості застосування рухливих ігор та ігрових вправ у педагогічному процесі ЗДО.
2. Особливості використання українських народних рухливих ігор у педагогічному процесі ЗДО.
3. Перевірка виконання самостійної роботи.
4. Підсумок заняття.

Рекомендована література:

Основна:

1. Богініч О. Л. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : навч.-метод. посіб. / Ольга Любомирівна Богініч. – К.: СП «ЧИП», 2001. – 126с.
2. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми : Університет. кн., 2010. – 428 с.

Додаткова:



3. Вільчковський Е.С. Рухливі ігри в дитячому садку . – К.: Радянська школа, 1989. – 176 с.
4. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

### **Практичне заняття 9**

#### **Розроблення плану-конспекту рухливої гри**

##### План заняття

1. Вправління студентів у добірці рухливих ігор та розробленні плану-конспекту розучування нової рухливої гри для однієї з вікових груп.
2. Підсумок заняття.

##### Рекомендована література:

###### Основна:

1. Богініч О. Л. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : навч.-метод. посіб. / Ольга Любомирівна Богініч. – К.: СП «ЧИП», 2001. – 126 с.
2. Богініч О. Л., Бабачук Ю.М. Рухливі ігри та ігрові вправи з елементами спортивних ігор для дітей дошкільного віку / О.Л. Богініч, Ю.М. Бабачук – Тернопіль : «Мандрівець», 2014. – 224 с.
3. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.

###### Додаткова:

1. Андрощук Н.В., Леськів А.Д., Мехоношин С.О. Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні молодших школярів. Методичний посібник. – Тернопіль: Підручники і посібники, 1998. – 112 с.
2. Вільчковський Е.С. Рухливі ігри в дитячому садку . – К.: Радянська школа, 1989. – 176 с.
3. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.
4. Гаращенко Л. В. Картотека рухливих ігор / Лариса Василівна Гаращенко // Методична скарбничка вихователя. – 2016. – № 6. – С. 20–32.
5. Гаращенко Л. В. Картотека рухливих ігор / Лариса Василівна Гаращенко // Методична скарбничка вихователя. – 2016. – № 7. – С. 34–37.

**Лекція 7**  
**Методика навчання дітей дошкільного віку рухливих ігор,**  
**ігор з елементами спорту та вправ спортивного характеру,**  
**українських народних рухливих ігор**

Ускладнення та варіативність рухливих ігор. Підготовка вихователя та підготовка дітей до рухливої гри. Методика проведення рухливої гри в різних вікових групах. Особливості організації і керівництва рухливою грою: пояснення змісту та правил гри, прийоми розподілу ролей у грі, регулювання фізичного навантаження, підведення підсумків та оцінка діяльності дітей. Особливості методики проведення українських народних рухливих ігор.

Особливості методики навчання дітей ігор з елементами спорту. Етапи навчання дітей дошкільного віку ігор з елементами спорту. Етапи навчання дітей дошкільного віку вправ спортивного характеру. Правила поведінки дітей та попередження травматизму.

Особливості методики проведення українських народних рухливих ігор. Використання малих фольклорних жанрів під час проведення народних рухливих ігор. Ознайомлення дітей з народними атрибутами до ігор.

*Основні поняття теми:* варіативність ігор, етапи ознайомлення з новою грою, методи і прийоми проведення гри, безпосереднє та опосередковане керівництво рухливою грою, етапи навчання, правила, малі фольклорні жанри, фізичне навантаження.

*Базисні компетенції з теми:*

- уміти доцільно підбирати та проводити з дітьми різних вікових груп рухливі ігри, оцінювати їх ефективність;
- уміти розроблювати варіанти знайомих дітям рухливих ігор.

**Література:**

1. Андрощук Н.В., Леськів А.Д., Мехоношин С.О. Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні молодших школярів. Методичний посібник. – Тернопіль: Підручники і посібники, 1998. – 112 с.
2. Богініч О. Л., Бабачук Ю.М. Рухливі ігри та ігрові вправи з елементами спортивних ігор для дітей дошкільного віку / О.Л. Богініч, Ю.М. Бабачук – Тернопіль : «Мандрівець», 2014. – 224 с.
3. Богініч О. Л. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : навч.-метод. посіб. / Ольга Любомирівна Богініч. – К.: СП «ЧИП», 2001. – 126с.

4. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми : Університет. кн., 2010. – 428 с.

5. Вільчковський Е.С. Рухливі ігри в дитячому садку . – К.: Радянська школа, 1989. – 176 с.

### **Семінарське заняття 6**

#### **Методика проведення рухливих ігор**

План заняття:

1. Особливості методики проведення рухливої гри в різних вікових групах.
2. Перевірка виконання самостійної роботи.
3. Підсумок заняття.

Рекомендована література:

#### Основна:

5. Богініч О. Л. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : навч.-метод. посіб. / Ольга Любомирівна Богініч. – К.: СП «ЧИП», 2001. – 126с.

6. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми : Університет. кн., 2010. – 428 с.

#### Додаткова:

7. Вільчковський Е.С. Рухливі ігри в дитячому садку . – К.: Радянська школа, 1989. – 176 с.

8. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

### **Практичне заняття 10, 11, 12, 13, 14**

#### **Методика проведення рухливих ігор**

План заняття

I. Виконання практичної роботи.

Практичне проведення рухливих ігор для дітей молодшого, середнього та старшого дошкільного віку. Аналіз проведення рухливої гри в молодшій групі, середній групі, старшій групі за визначеними критеріями: доцільність прийомів збору дітей на гру; доцільність прийомів створення ситуативного інтересу до гри; доступність, емоційність, чіткість, послідовність пояснення змісту гри; доцільність

прийомів закріплення правил гри залежно від віку та етапу ознайомлення з грою; доцільність прийомів вибору ведучого; безпосереднє керівництво грою (емоційність виконання ролі, ігрових дій, чіткість вказівок, керівна роль у зміні ведучих), опосередковане керівництво (своєчасність подачі сигналів, чіткість вказівок, контроль за якістю виконання рухів, дотримання правил, контроль за зміною ведучих); правильність підсумку гри.

II. Підсумок заняття.

#### Рекомендована література:

##### Основна:

1. Богініч О. Л. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : навч.-метод. посіб. / Ольга Любомирівна Богініч. – К.: СП «ЧИП», 2001. – 126 с.
2. Богініч О. Л., Бабачук Ю.М. Рухливі ігри та ігрові вправи з елементами спортивних ігор для дітей дошкільного віку / О.Л. Богініч, Ю.М. Бабачук – Тернопіль : «Мандрівець», 2014. – 224 с.
3. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.

##### Додаткова:

1. Андрощук Н.В., Леськів А.Д., Мехоношин С.О. Рухливі ігри та естафети у фізичному вихованні молодших школярів. Методичний посібник. – Тернопіль: Підручники і посібники, 1998. – 112 с.
2. Вільчковський Е.С. Рухливі ігри в дитячому садку . – К.: Радянська школа, 1989. – 176 с.
3. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.
4. Гаращенко Л. В. Картотека рухливих ігор / Лариса Василівна Гаращенко // Методична скарбничка вихователя. – 2016. – № 6. – С. 20–32.
5. Гаращенко Л. В. Картотека рухливих ігор / Лариса Василівна Гаращенко // Методична скарбничка вихователя. – 2016. – № 7. – С. 34–37.

## ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСНОВИ ТЕХНОЛОГІЇ РЕАЛІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ОЗДОРОВЛЕННЯ ДОШКІЛЬНИКІВ

### Лекція 8

#### Фізичне виховання дітей раннього віку

Специфіка завдань і засобів фізичного виховання та оздоровлення дітей раннього віку. Загальна характеристика фізичних вправ для дітей другого та третього року життя. Форми роботи з фізичного виховання дітей раннього віку. Характеристика основних рухів та загальнорозвивальних вправ для дітей другого та третього року життя. Особливості навчання основних рухів та загальнорозвивальних вправ дітей другого та третього року життя. Методика проведення ігрових вправ та рухливих ігор з дітьми другого та третього року життя. Забезпечення рухової активності дітей раннього віку. Зміст і методика проведення занять з розвитку рухів з дітьми другого року життя. Методика проведення занять з фізичної культури з дітьми третього року життя. Організація самостійної рухової діяльності для дітей раннього віку.

*Основні поняття теми:* анатомо-фізіологічні особливості, активні, пасивні, активно-пасивні вправи, рефлекторні вправи, прийоми масажу.

*Базисні компетенції з теми:*

- знати особливості застосування засобів фізичного виховання в роботі з дітьми раннього віку.

#### Література:

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми : Університет. кн., 2010. – 428 с.
2. Беленька Г. В. Здоров'я дитини – від родини / Г. В. Беленька, О. Л. Богініч, М. А. Машовець. – К.: СПД Богданова А. М., 2006. – 220 с.

### Практичне заняття 15

#### Розроблення планів занять з розвитку рухів для дітей раннього віку

1. Добірка фізичних вправ для складання плану заняття з розвитку рухів для дітей другого року життя.
2. Підсумок заняття.

### Лекція 9

## Технологія реалізації фізкультурно-оздоровчих заходів у розпорядку життєдіяльності дітей в ЗДО

Види фізкультурно-оздоровчих заходів. Значення ранкової гімнастики. Структура і зміст ранкової гімнастики. Вимоги до підбору вправ залежно від місця проведення. Методика проведення ранкової гімнастики в різних вікових групах.

Значення, види і структура гімнастики після сну. Місце проведення, одяг дітей.

Обґрунтування необхідності проведення малих форм активного відпочинку. Вимоги до підбору вправ для фізкультхвилинки. Зміст фізкультурних пауз. Варіанти проведення фізкультхвилинок та фізкультпауз.

Значення загартування для фізичного розвитку дітей. Принципи загартування. Види загартувальних процедур.

*Основні поняття теми:* ранкова гімнастика, гімнастика після сну, гімнастика «пробудження», формування постави, профілактика плоскостопості, фізкультхвилинки, фізкультпаузи.

### *Базисні компетенції з теми:*

- знати значення, форми і методи проведення фізкультурно-оздоровчої роботи упродовж дня в ЗДО;
- володіти методикою проведення ранкової гімнастики, різних видів гімнастики після денного сну; фізкультхвилинки, фізкультпаузи.

### **Література:**

1. Богініч О.Л. Оздоровча педагогіка. // Дошкільне виховання. – 2002. – №7. – с. 18-19.
2. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми : Університет. кн., 2010. – 428 с.

## **Семінарське заняття 7**

### **Технологія реалізації фізкультурно-оздоровчих заходів у розпорядку життєдіяльності дітей в ЗДО**

#### План заняття:

1. Роль вихователя в організації ранкової гімнастики у приміщенні та на повітрі.
2. Особливості організації та проведення різних видів гімнастики після сну.
3. Основні вимоги до вибору вправ для фізкультхвилинок.
4. Зміст та організація відпочинку між заняттями.

## Рекомендована література:

Основна:

1. Богінч О.Л. Оздоровча педагогіка. // Дошкільне виховання. – 2002. – №7. – с. 18-19
2. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.

Додаткова:

1. Вільчковський Е.С. Ранкова гімнастика дошкільників під музику. – К., 1989. – 134 с.
2. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

**Практичне заняття 16, 17, 18, 19**  
**Організація та проведення фізкультурно-оздоровчих заходів**

## План заняття:

1. Презентація фрагментів ранкової гімнастики, гімнастики після сну.
2. Аналіз фрагментів ранкової гімнастики за критеріями: підбір вправ, їх послідовність, дозування; різноманітність вихідних положень; використання прийомів навчання; доцільне використання методичних вказівок; види ходьби, їх доцільність; наявність вправ на дихання; використання малорухливої гри; доцільні прийоми керівництва залежно від вікової групи; уміння підтримати інтерес, темп проведення, емоційність, увагу; чи був здійснений оздоровчо-зміцнювальний вплив вправ на дитячий організм; чи була досягнута основна мета ранкової гімнастики – особливим чином організоване спілкування дітей у процесі рухової діяльності, підвищення емоційного тону як результат м'язової радості від рухів у колективі ровесників, зняття психологічної напруги від розставання із батьками, концентрація уваги, покращення поведінки.
3. Аналіз фрагментів гімнастики після сну за критеріями: використання видів ходьби та бігу для профілактики плоскостопості; доцільність підбору спеціальних загальнорозвивальних вправ для постави та стопи, їх кількість,

дозування; проведення вправ з різних вихідних положень, зокрема, з положення лежачи, сидячи, що зменшують навантаження на хребет, їх кількість, дозування; доцільність підбору вправ на дихання; використання різноманітних прийомів проведення вправ та рухів (якість показу та пояснення; чи була досягнута основна мета гімнастики після сну – профілактика плоскостопості, формування правильної постави.

4. Перевірка виконання самостійної роботи.
5. Підсумок заняття.

Рекомендована література:

Основна:

3. Богініч О.Л. Оздоровча педагогіка. // Дошкільне виховання. – 2002. – №7. – с. 18-19
4. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.

Додаткова:

6. Вільчковський Е.С. Ранкова гімнастика дошкільників під музику. – К., 1989. – 134 с.
7. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

## Лекція 10, 11

### Технологія проведення занять з фізичної культури в ЗДО

Заняття з фізичної культури – основна форма роботи з фізичного виховання. Типи занять. Обґрунтування типової структури заняття з фізичної культури.

Способи організації дітей на занятті з фізичної культури. Моторна щільність фізкультурного заняття. Шляхи регулювання фізичних, емоційних та психічних навантажень на фізкультурних заняттях.

Методика проведення занять з фізичної культури в різних вікових групах.

Особливості організації та методики проведення занять з фізичної культури в різних вікових групах на повітрі. Варіанти проведення фізкультурних занять на повітрі.

*Основні поняття теми:* заняття з фізичної культури, типи занять, структура заняття, моторна щільність, способи організації.



*Базисні компетенції з теми:*

- знати значення, структуру, методика, форми проведення фізкультурних занять у залі та на повітрі;
- уміти оцінювати ефективність проведення фізкультурних занять;
- володіти методикою ефективного проведення фізкультурних занять.

**Література:**

1. Богініч О. Здоров'я та фізичний розвиток дитини: реалізація завдань освітньої лінії «Особистість дитини» / Ольга Богініч // Дошкільн. виховання. – 2012. – № 9. – С. 3–7.
2. Богініч О. Пріоритети у сфері фізичного розвитку дитини дошкільного віку / Ольга Богініч // Оптимізація фізичного розвитку дитини у вітчизняній системі освіти : монографія / Е. Вільчковський, Н. Денисенко, А. Цьось та ін. – Запоріжжя: ЗОШПО, 2010 . – С. 124–148.
3. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми : Університет. кн., 2010. – 428 с.
4. Вільчковський Е. С. Удосконалення системи фізичного виховання дітей дошкільного віку / Вільчковський Е. С., Денисенко Н. Ф. // Розвиток інтелекту і творчості у дітей дошкільного віку : матеріали міжвуз. наук.-практ. конф. – Кременець, 1995. – Ч. II. – С. 9–12.
5. Вільчковський Е.С., Беленька Г.В., Богініч О.Л. Сюжетні заняття з фізичної культури з дітьми дошкільного віку: Методичні вказівки до проведення занять з фізичної культури. – К., 1996. – 74 с.
6. Гаращенко Л. В. До проблеми здоров'язбереження у фізичному вихованні дітей дошкільного віку: фізична культура на повітрі / Лариса Василівна Гаращенко // Дошкільн. виховання. – 2012. – № 5. – С. 28–31.
7. Гаращенко Л. В. Способи організації дітей на фізкультурному занятті: здоров'язбережувальний підхід / Лариса Василівна Гаращенко // Дошкільн. виховання. – 2014. – № 3. – С. 25–29.

**Семінарське заняття 8, 9****Технологія проведення занять з фізичної культури в ЗДО**

## План заняття:

1. Фізкультурні заняття у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку.
2. Обґрунтування типової структури фізкультурного заняття в залі та на повітрі.

3. Типи фізкультурних занять.
4. Способи організації дітей для виконання основних рухів на занятті з фізичної культури.
5. Перевірка виконання самостійної роботи.
6. Підсумок заняття.

#### Рекомендована література:

##### Основна:

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.

##### Додаткова:

1. Вільчковський Е.С., Беленька Г.В., Богінч О.Л. Сюжетні заняття з фізичної культури з дітьми дошкільного віку: Методичні вказівки до проведення занять з фізичної культури. – К., 1996. – 74 с.

2. Гаращенко Л. В. Заняття з фізичної культури ігрового типу для дошкільнят: [методичний посібник для педагогів дошкільних закладів]. – К.: Славутич-Дельфін, 2009. – 76 с.

3. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

### **Практичне заняття 20, 21, 22, 23** **Організація та проведення занять з фізичної культури** **для дітей дошкільного віку**

#### План заняття:

1. Проведення фрагментів занять з фізичної культури для дітей молодшого та старшого дошкільного віку. Аналіз фрагментів занять за критеріями:

*Підготовча частина:* послідовність різних видів ходьби та бігу, темп виконання, дозування, відповідність прийомів віку, підготовленості дітей, етапу навчання; комплекс загальнорозвивальних вправ (якість показу, пояснення, вказівок, доцільність прийомів навчання вправ, послідовність, дозування вправ, кількість у комплексі);

*Основна частина:* основні рухи (підбір рухів залежно від їх складності, етапу навчання, якість показу та пояснення, доцільність прийомів навчання під час виконання дітьми рухів, доцільність способів організації дітей; рухлива гра (прийоми створення

ситуативного інтересу до гри, доступність, емоційність, чіткість, послідовність пояснення змісту гри, доцільність прийомів закріплення гри віку та етапу ознайомлення з грою, доцільність прийомів вибору ведучого, безпосереднє керівництво грою (емоційність виконання ролі, ігрових дій, чіткість вказівок, керівна роль у зміні ведучих), опосередковане керівництво (своєчасність подачі сигналів, чіткість вказівок, контроль за якістю виконання рухів, дотримання правил, контроль за зміною ведучих);

*Заключна частина:* регулювання фізичного навантаження (відповідність вправ та ігор на відновлення дихання типу заняття, віку дітей, емоційність, уміння володіти голосом), підсумок заняття.

2. Перевірка виконання самостійної роботи.
3. Підсумок заняття.

Рекомендована література:

Основна:

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.

Додаткова:

1. Вільчковський Е.С., Беленька Г.В., Богінч О.Л. Сюжетні заняття з фізичної культури з дітьми дошкільного віку: Методичні вказівки до проведення занять з фізичної культури. – К., 1996. – 74 с.
2. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

## Лекція 12

### Технології забезпечення рухової активності дітей дошкільного віку у повсякденній життєдіяльності

Характеристика активних форм роботи з фізичного виховання: піші переходи та прогулянки за межі дошкільного навчального закладу, фізкультурні розваги та свята, дні здоров'я. Організація та методика проведення піших переходів і прогулянок за межі дошкільного навчального закладу.

Фізкультурні розваги у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку. Варіанти фізкультурних розваг для дітей молодшого і старшого дошкільного віку. Фізкультурні свята у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку. Організація та

проведення фізкультурних свят в дошкільному навчальному закладі. Дні здоров'я у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку. Зміст, організація дітей.

Індивідуальна робота з дітьми з фізичного виховання, її мета, зміст, організація, методика проведення. Організація самостійної рухової діяльності дітей дошкільного віку. Керівництво самостійною руховою діяльністю з боку вихователя. Рухлива гра як самостійна форма роботи для підвищення рухової активності дітей.

*Основні поняття теми:* активні форми роботи з фізичного виховання, індивідуальна робота, самостійна рухова діяльність.

*Базисні компетенції з теми:*

- знати значення та методику проведення всіх форм активного відпочинку;
- уміти розроблювати сценарії та проводити різні форми активного відпочинку;
- уміти створювати умови для змістовної самостійної рухової діяльності та забезпечити керівництво з урахуванням індивідуального стилю рухової поведінки;
- знати напрями індивідуальної роботи з дітьми;
- знати правила безпеки у процесі рухової активності дітей у повсякденній життєдіяльності.

#### **Література:**

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми : Університет. кн., 2010. – 428 с.
2. Вільчковський Е. С. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах : навч.-метод. посіб. / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко.– Тернопіль : Мандрівець, 2008. – 128 с.

#### **Семінарське заняття 10**

#### **Активізація рухового режиму в повсякденній життєдіяльності**

План заняття:

1. Фізкультурні розваги та свята у системі фізичного виховання в ЗДО.
2. Піші переходи у системі фізичного виховання.
3. Дні здоров'я у системі фізичного виховання.
4. Індивідуальна робота з фізичного виховання в ЗДО.
5. Самостійна рухова діяльність дітей дошкільного віку.
6. Перевірка виконання самостійної роботи.
7. Підсумок заняття.

## Рекомендована література:

Основна:

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.
2. Вільчковський Е. С. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах : навч.-метод. посіб. / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко.– Тернопіль : Мандрівець, 2008. – 128 с.

Додаткова:

3. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

**Практичне заняття 24, 25, 26****Планування форм активного відпочинку дітей в ЗДО**

## План заняття:

1. Планування та аналіз різних варіантів фізкультурних розваг.
2. Планування та аналіз днів здоров'я в ЗДО.
3. Підсумок заняття.

## Рекомендована література:

Основна:

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.
2. Вільчковський Е. С. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах : навч.-метод. посіб. / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко.– Тернопіль : Мандрівець, 2008. – 128 с.

Додаткова:

3. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

\

**ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3**  
**ТЕХНОЛОГІЧНИЙ ПІДХІД ЯК ІННОВАЦІЙНА НЕОБХІДНІСТЬ В ОРГАНІЗАЦІЇ**  
**ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ДОШКІЛЬНИКІВ**

**Лекція 13**

**Планування та облік роботи з фізичного виховання в ЗДО**

Значення планування та обліку роботи для організації фізичного виховання дітей дошкільного віку. Основні вимоги до планування. Види планування. Річний план роботи з фізичного виховання та оздоровлення дітей. Реалізація дидактичних принципів при розподілі програмового матеріалу у перспективному плані. Оперативне планування роботи з фізичного виховання та оздоровлення дітей. Облік роботи з фізичного виховання. Види обліку: попередній, поточний, рубіжний.

*Основні поняття теми:* річний план, календарний план, план-графік, облік роботи, план-конспект заняття з фізичної культури, прогнозування здоров'я, фізичного, рухового розвитку, рубіжні зрізи.

*Базисні компетенції з теми:*

- усвідомлювати соціальну значущість планування фізкультурно-оздоровчої роботи як програмування певних кінцевих результатів здоров'я, фізичного розвитку та рухової підготовленості дітей;
- оволодіти практичними навичками перспективного і календарного планування всіх видів фізичних вправ.

**Література:**

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми : Університет. кн., 2010. – 428 с.
2. Вільчковський Е. С. Удосконалення системи фізичного виховання дітей дошкільного віку / Вільчковський Е. С., Денисенко Н. Ф. // Розвиток інтелекту і творчості у дітей дошкільного віку : матеріали міжвуз. наук.-практ. конф. – Кременець, 1995. – Ч. II. – С. 9–12.
3. Долинна О., Низьковська О. Рекомендації щодо календарно-тематичного планування навчально-виховного процесу у ДНЗ Дитячий садок: управління / Упоряд. Т.Вороніна. – 2-ге вид., без змін. – К.: Вид. дім «Шкіл. світ»: Вид. Л. Галіцина, 2006. – 128 с. – (Б-ка «Шк. світу»).

4. Організація фізкультурно-оздоровчої роботи в дошкільному навчальному закладі: Інструктивно-методичні рекомендації // Дошкільне виховання. – 2016. – №10. – с. 5-7.

### Семінарське заняття 11

#### Планування та облік роботи з фізичного виховання

План заняття:

1. Підбір основних рухів для основної частини фізкультурного заняття.
2. Складання комплексів загальнорозвивальних вправ для підготовчої частини фізкультурного заняття.
3. Планування фізкультурно-оздоровчих заходів у розпорядку дня.
4. Планування піших переходів.
5. Аналіз сценаріїв фізкультурних свят.
6. Планування та аналіз проведення Днів здоров'я.
7. Планування фізкультурних розваг.
8. Планування індивідуальної роботи.
9. Планування рухливих ігор упродовж дня.
10. Перевірка виконання самостійної роботи.
11. Підсумок заняття.

Рекомендована література:

#### Основна:

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.

#### Додаткова:

2. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

### Практичне заняття 27, 28

#### Планування та облік роботи з фізичного виховання

План заняття:

1. Планування фізкультурних занять на повітрі на 2 тижні для однієї з вікових груп (у таблиці):

	понеділок	серeda	п'ятниця
мішаного типу	основні рухи, рухлива гра.		
сюжетного типу	основні рухи, рухлива гра.		
ігрового типу	назви рухливих ігор.		

#### Рекомендована література:

##### Основна:

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.

##### Додаткова:

2. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

3.

### **Лекція 14**

#### **Руховий режим ЗДО.**

#### **Інноваційні технології у системі фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку**

Поняття «рухова активність». Види рухової активності: цілеспрямована та довільна. Якісна та кількісна характеристика рухової активності дітей. Дослідження проблеми рухової активності дітей дошкільного віку. Поняття про активний та пасивний руховий режим. Ознаки пасивного рухового режиму. Наслідки пасивного рухового режиму. Значення рухового режиму для організації фізичного виховання та прогнозування здоров'я, фізичного розвитку, рухової підготовленості дітей дошкільного віку в ДНЗ.

Шляхи оптимізації рухової активності дітей дошкільного віку на заняттях з фізичної культури. Шляхи оптимізації рухової активності дітей дошкільного віку під час різних форм роботи з фізичного виховання у повсякденному житті. Вплив гри на підвищення рухової активності дошкільників на заняттях з фізичного виховання та у повсякденному житті.



Інноваційні технології у фізичному вихованні та оздоровленні дітей дошкільного віку.

*Основні поняття теми:* руховий режим, довільна та цілеспрямована рухова активність, пасивний руховий режим, активний руховий режим, форми роботи з фізичного виховання, інноваційні технології.

*Базисні компетенції з теми:*

- розуміти сутність і значення рухового режиму для всебічного розвитку дитини;
- уміти розроблювати руховий режим для дітей різних вікових груп з урахуванням специфіки ЗДО;
- засвоїти принципи відбору та методи ефективного використання фізкультурно-ігрового обладнання для ЗДО;
- оцінювати наявність оптимальних умов для використання ефективних новітніх технологій в галузі фізичного виховання.

#### **Література:**

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми : Університет. кн., 2010. – 428 с.
2. Вільчковський Е. С. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах : навч.-метод. посіб. / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко.– Тернопіль : Мандрівець, 2008. – 128 с.
3. Вільчковський Е. С. Удосконалення системи фізичного виховання дітей дошкільного віку / Вільчковський Е. С., Денисенко Н. Ф. // Розвиток інтелекту і творчості у дітей дошкільного віку : матеріали міжвуз. наук.-практ. конф. – Кременець, 1995. – Ч. II. – С. 9–12.

### **Семінарське заняття 12**

#### **Лікарсько-педагогічний контроль за фізичним вихованням дітей дошкільного віку**

План заняття:

1. Технологія визначення моторної щільності заняття з фізичної культури. Метод хронометрування.
2. Визначення фізіологічного навантаження на організм дитини в процесі заняття з фізичної культури. Метод пульсометрії.
3. Перевірка виконання самостійної роботи.
4. Підсумок заняття.

## Рекомендована література:

Основна:

1. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.
2. Вільчковський Е. С. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах : навч.-метод. посіб. / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко.– Тернопіль : Мандрівець, 2008. – 128 с.

Додаткова:

3. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

**Семінарське заняття 13****Умови реалізації принципу оздоровчої спрямованості освітнього процесу ЗДО**

## План заняття:

1. Причини пасивного рухового режиму в закладі дошкільної освіти.
2. Шляхи оптимізації рухового режиму. Застосування варіативних ефективних профілактичних та фізкультурно-оздоровчих технологій в освітньому процесі.

## Рекомендована література:

Основна:

1. Богініч О. Здоров'я та фізичний розвиток дитини: реалізація завдань освітньої лінії «Особистість дитини» / Ольга Богініч // Дошкіл. виховання. – 2012.– № 9. – С. 3–7.
2. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.
3. Е. С. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах : навч.-метод. посіб. / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко.– Тернопіль : Мандрівець, 2008. – 128 с.

Додаткова:

4. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

## Семінар 14

### Проблеми фізичної підготовки дошкільників до навчання у школі

#### План заняття:

1. Забезпечення оздоровчої та розвивальної функції фізичної освіти в умовах ЗДО.
2. Показники фізичної готовності як однієї із складових готовності дошкільника до навчання у школі.

#### Рекомендована література:

##### Основна:

1. Богініч О. Здоров'я та фізичний розвиток дитини: реалізація завдань освітньої лінії «Особистість дитини» / Ольга Богініч // Дошкіл. виховання. – 2012.– № 9. – С. 3–7.
2. Богініч О. Пріоритети у сфері фізичного розвитку дитини дошкільного віку /Ольга Богініч // Оптимізація фізичного розвитку дитини у вітчизняній системі освіти : монографія / Е. Вільчковський, Н. Денисенко, А. Цьось та ін. – Запоріжжя: ЗОІППО, 2010 . – С. 124–148.
3. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: Навч. посіб. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми: ВТД «Університетська книга», 2010. – 428 с.
4. Е. С. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах : навч.-метод. посіб. / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко.– Тернопіль : Мандрівець, 2008. – 128 с.

##### Додаткова:

5. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

## 6. Контроль навчальних досягнень

### 6.1. Система оцінювання навчальних досягнень студентів

Вид діяльності студентів	Максимальна кількість балів за одиницю	Модуль 1		Модуль 2		Модуль 3	
		Кількісні	Максимальна кількість балів	Кількісні	Максимальна кількість балів	Кількісні	Максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	7	7	5	5	2	2
Відвідування семінарських занять	1	6	6	4	4	4	4
Робота на семінарському занятті	10	6	60	4	40	4	40
Відвідування практичних занять	1	14	14	12	12	2	2
Робота на практичному занятті	10	14	140	12	120	2	20
Виконання завдань для самостійної роботи	5	7	35	4	20	5	25
Виконання модульної роботи	25	4	100	3	75	1	25
Разом		58	362	44	276	20	118
Максимальна кількість балів: 756							
Розрахунок коефіцієнта: 12,6							

### Система оцінювання навчальних досягнень студентів заочної форми навчання

Вид діяльності студентів	Максимальна кількість балів за одиницю	Модуль 1		Модуль 2		Модуль 3	
		Кількісні	Максимальна кількість балів	Кількісні	Максимальна кількість балів	Кількісні	Максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	1	1	5	5	-	-
Відвідування практичних занять	1	1	1	8	8	1	1
Робота на практичному занятті	10	1	10	8	80	1	10
Виконання завдань для самостійної роботи	5	1	5	4	20	1	5
Разом		4	17	25	113	3	16
Максимальна кількість балів: 146							
Розрахунок коефіцієнта: 2,4							

## 6.2. Завдання для самостійної роботи та критерії її оцінювання.

### Тема 1. Завдання та засоби фізичного виховання дітей дошкільного віку

Конкретизуйте запропоновані завдання фізичного виховання дітей дошкільного віку (заповніть таблицю):

<b>Завдання фізичного виховання</b>	<b>Що це означає? (конкретизуйте, наведіть приклади)</b>
Засвоєння дітьми гімнастичної та просторової термінології	
Формування моральних основ особистості	
Уміння раціонально використовувати фізичні вправи у самостійній руховій діяльності	
Формування правильної постави, профілактика плоскостопості	

*Критерії оцінювання:* повнота відповіді, обґрунтованість суджень, здатність робити висновки та узагальнення.

### Тема 2. Дидактичні основи навчання дітей дошкільного віку рухових дій

*Завдання:* заповніть таблицю про співвідношення методів і прийомів навчання дітей фізичних вправ на різних етапах формування рухової навички:

<b>Етап навчання руху</b>	<b>Методи і прийоми навчання</b>
Навчання стрибків у довжину з місця – III етап (старша група)	
Навчання кидання м'яча один одному способом від грудей у довжину з місця – I етап (старша група)	
Навчання лазінню по драбині – III етап (старша група)	
Навчання метанню у ціль – I етап (середня група)	
Навчання стрибків у довжину з місця – I етап	

(середня група)	
-----------------	--

*Критерії оцінювання:* повнота відповіді.

### **Тема 3. Зміст і методика навчання дітей вправ на шиккування і перешикування.**

#### **Завдання:**

Запишіть правила подачі команд і розпоряджень під час виконання дітьми вправ на шиккування і перешикування (заповніть таблицю).

<b>Вправи на шиккування і перешикування</b>	<b>Команди і розпорядження</b>
Шиккування в колону – III етап (старша група)	
Шиккування в шеренгу – I етап (старша група)	
Перешикування із колони по-одному в колону по три – I етап (старша група)	
Шиккування у коло – I етап (друга молодша група)	

*Критерії оцінювання:* повнота відповіді.

### **Тема 4. Зміст і методика навчання дітей загальнорозвивальних вправ**

**Завдання:** Складіть комплекси загальнорозвивальних вправ для дітей другої молодшої групи (сюжетного характеру), середньої групи (з предметами), старшої групи (з вихідного положення лежачи, сидячи), всього 3 комплекси.

*Критерії оцінювання:* дотримання вимог щодо кількості, послідовності вправ у комплексі, дозування кожної вправи, правил запису вправ відповідно до гімнастичної термінології.

### **Тема 5. Методика навчання дітей основних рухів**

**Завдання:** Складіть опис (детальний) техніки виконання основного руху для I етапу навчання дітей рухових дій (у таблиці).

<b>Вид основного руху</b>	<b>Опис вправи дітям</b>
Ходьба з високим підніманням колін (друга молодша група)	
Повзання по лаві на карачках (старша група)	

Відбивання м'яча від підлоги (старша група)	
Стрибки у довжину з місця (середня група)	

*Критерії оцінювання:* повнота відповіді, дотримання вимог щодо використання гімнастичної термінології.

### **Тема 6. Рухливі ігри у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку**

#### **Завдання:**

1. Зробіть добірку рухливих ігор сюжетного характеру (по три гри для кожної вікової групи).
2. Запропонуйте варіанти проведення гри (одна гра за вибором).

*Критерії оцінювання:* виконання завдання у повному обсязі.

### **Тема 7. Методика навчання дітей дошкільного віку рухливих ігор.**

*Завдання:* Складіть план-конспект розучування рухливої гри для дітей другої молодшої, середньої та старшої груп (вид гри за вибором).

*Критерії оцінювання:* дотримання етапів послідовності розучування нової рухливої гри.

### **Тема 8. Фізичне виховання дітей раннього віку**

*Завдання:* Складіть план заняття з розвитку рухів для дітей 2-го життя (варіант за вибором).

*Критерії оцінювання:* дотримання послідовності та чергування фізичних вправ відповідно до варіанту проведення.

### **Тема 9. Технологія реалізації фізкультурно-оздоровчих заходів у розпорядку життєдіяльності дітей в ЗДО**

*Завдання:* 1. Складіть план ранкової гімнастики для дітей другої молодшої, середньої та старшої груп.

2. Складіть план гімнастики після сну з елементами корекції для дітей другої молодшої, середньої та старшої груп.

*Критерії оцінювання:* дотримання послідовності та чергування фізичних вправ відповідно до структури та виду гімнастики.

## **Тема 10. Технологія проведення занять з фізичної культури в ЗДО**

### **Завдання:**

1. Складіть план заняття з фізичної культури мішаного типу для дітей другої молодшої, середньої, старшої групи.

*Критерії оцінювання:* дотримання кількості, послідовності та чергування фізичних вправ відповідно до структури заняття, доцільність вибору способів організації дітей для виконання основних рухів в основній частині заняття відповідно до етапу формування рухової навички

## **Тема 11. Технології забезпечення рухової активності дітей дошкільного віку у повсякденній життєдіяльності.**

*Завдання:* розробіть план фізкультурної розваги для однієї з вікових груп (варіант розваги за вибором).

*Критерії оцінювання:* підібрати ігри для розваги з дотриманням послідовності та чергування високого і низького рівнів рухової активності.

## **Тема 12. Планування та облік роботи з фізичного виховання в ЗДО.**

*Завдання:* Складіть план заняття з фізичної культури на повітрі для дітей однієї з вікових груп (за вибором) та з урахуванням запропонованих варіантів проведення заняття (варіант за вибором).

### **Варіанти проведення фізкультурного заняття на повітрі:**

#### **ПІДГОТОВЧА ЧАСТИНА:**

##### **I варіант:**

- Різні види ходьби.
- Різні види бігу.
- Комплекс ЗРВ.

##### **II варіант:**

- 2 рухливі гри чи ігрові вправи («Чия ланка швидше збереться»;
- «Заборонений рух», «Бережи предмет» та різні варіанти цих ігор); різні перешикування.

##### **III варіант:**

- ЗРВ можна проводити у русі, тобто об'єднати ходьбу і ЗРВ;
- біг (змійкою).

##### **IV варіант:**

- ходьба і ЗРВ у русі,
- гра типу «Чия ланка швидше збереться».



## **II. ОСНОВНА ЧАСТИНА**

### **I варіант:**

- 1. Вправи з м'ячем.**
- 2. Стрибки на скакалці.**
  - Рухлива гра великої рухливості з м'ячем.

### **II варіант:**

- 1. Метання на дальність.**
- 2. Стрибки.**
  - Рухлива гра великої рухливості з м'ячем.

### **III варіант:**

- 1. Метання у ціль.**
- 2. Стрибки на скакалці.**
  - Рухлива гра великої рухливості з м'ячем.

### **IV варіант:**

- 1. Естафета зі стрибками (можна з м'ячем).**
- 2. Естафета з м'ячем.**
- 3. Естафета з бігом.**

### **V варіант:**

- 1. Лазіння по драбині.**
- 2. Стрибки на скакалці.**
  - Рухлива гра великої рухливості з м'ячем.

### **VI варіант:**

- 1. Вправи з м'ячем.**
- 2. Підстрибування вгору з діставанням предметів.**
  - Рухлива гра великої рухливості з м'ячем.

### **VII варіант:**

- 1. Вправи з мотузкою.**
  - Рухлива гра великої рухливості з мотузкою («Рибалки і рибки»).

## **III. ЗАКЛЮЧНА ЧАСТИНА**

- Гра малої рухливості з м'ячем (з передачею м'ячів по колу).
- Підсумок.

*Критерії оцінювання:* повнота відповіді, правильність запису вправ відповідно до методики.

**Тема 13. Лікарсько-педагогічний контроль за фізичним вихованням дітей дошкільного віку.**

**Завдання:** складіть протокол хронометрування заняття з фізичної культури (вікова група за вибором) у вигляді таблиці за зразком.

**Протокол  
хронометрування заняття з фізичної культури (зразок).**

Група: старша.  
Прізвище: Сергієнко С.  
Вік: 6 років

Дата: 28.11. 2015 р.  
Початок заняття: 9.10  
Закінчення заняття: 9.43

<b>Частини заняття, їх тривалість</b>	<b>Показники секундоміру</b>	<b>Разом по кожній частині</b>
Підготовча  11 хв.	Р. – 1 хв	Р. – 8 хв
	Р. – 1 хв	
	Р. – 30 с	
	Р. – 30 с	
	Р. – 5 хв.	
Основна  19 хв	Р. – 1,5 хв	Р. – 15 хв
	Р. – 2,5 хв	
	Р. – 3 хв	
	Р. – 2 хв	
	Р. – 6 хв	
Заключна 3 хв	Р. – 2 хв	Р. – 2 хв
Разом: <b>33 хв</b>		<b>Р. – 25 хв</b>

Примітка:

Р. – дитина рухається, виконує рухове завдання.

*Моторну щільність заняття* обраховуємо за формулою:

$$\text{Моторна щільність} = \frac{\text{час, затрачений на виконання дитиною рухів}}{\text{тривалість заняття}} \times 100$$

33 хв – тривалість фізкультурного заняття у старшій групі;

25 хв – час, упродовж якого дитина рухалася на занятті;

x – моторна щільність фізкультурного заняття.

$$\frac{33 \text{ хв.} - 100\%}{25 \text{ хв} - x}$$

$$x = \frac{25 \times 100}{33}$$

Отже, показник моторної щільності заняття становить:  $25 \text{ хв} \times 100 : 33 \text{ хв} = 75,7\%$  (час, який дитина рухалася, ділимо на час всього заняття і множимо на 100).

*Критерії оцінювання:* виконання завдання у повному обсязі.

**Тема 14. Руховий режим у ЗДО. Інноваційні технології у системі фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку.**

**Завдання:** Розробіть модель рухового режиму на тиждень у вересні для однієї з вікових груп за зразком:

Форми роботи з фізичного виховання	Скільки разів на тиждень	Тривалість	Місце проведення	Місце у розпорядку дня	Підготовка роботи	Хто проводить
1. РГ						
2.						

*Критерії оцінювання:* повнота відповіді.

**Тема 15. Організація здорового способу життя в ЗДО та сім'ї та ЗДО.**

**Завдання:** Складіть анкету для батьків з питань фізичного розвитку та оздоровлення дітей раннього та дошкільного віку (не менше 10 питань).

*Критерії оцінювання:* доцільність, конкретність, чіткість, коректність, однозначність питань, які мають відповідати меті анкети.

**Тема 16. Проблеми фізичної підготовки дітей до навчання у школі.**

**Завдання:** заповніть таблицю показників фізичної готовності як однієї із складових готовності дошкільника до навчання у школі.

Фізична готовність	Показники готовності дітей до навчання у школі
Здоров'я	
Фізичний розвиток	
Розвиток фізичних якостей	
Рухові уміння і навички	
Володіння навичками орієнтування у просторі	
Стан сформованості постави	
Рівень сформованості культурно-гігієнічних навичок	

*Критерії оцінювання:* повнота відповіді.

### 6.3. Форми проведення модульного контролю та критерії оцінювання.

Програмою навчальної дисципліни «Здоров'язбережувальні технології в дошкільній освіті» передбачено здійснення модульного контролю, спрямованого на визначення поточного рівня засвоєння студентами теоретичного і практичного матеріалу певного модуля дисципліни. Модульний контроль здійснюється у процесі виконання студентами контрольної роботи. Форма проведення – письмова. Модульна контрольна робота складається із завдань теоретико-методичного характеру та аналітико-проектного змісту. За виконання завдань модульної контрольної роботи студент може отримати максимальну кількість балів – 25.

Оцінювання виконання завдань модульної контрольної роботи здійснюється з урахуванням таких *показників*: повнота і змістовність відповіді; логічність і грамотність побудови відповіді; вміння давати характеристику певних понять і категорій, аналізувати, систематизувати й узагальнювати відповідно до поставлених завдань; уміння розкривати на конкретних прикладах органічну єдність теорії і практики; на основі аналізу педагогічної ситуації письмово обґрунтовувати власні висновки; здатність творчо та оперативно обирати способи дій з огляду на конкретний приклад з майбутнього фаху.

Характеристика рівнів оцінювання відповіді студента:

*Високий рівень* характеризується глибиною і міцністю засвоєння змісту модуля навчальної дисциплін, логічністю і грамотністю відповіді, умінням узагальнювати, систематизувати теоретичний матеріал і практично застосовувати його.

Про *достатній рівень* підготовленості студента свідчать: ґрунтовне володіння навчальним матеріалом, точні по суті та граматично правильні відповіді, уміння використовувати теоретичні положення навчальної дисципліни під час виконання практичних завдань.

*Середній рівень* характерний для студентів, які опанували лише основний навчальний матеріал, допускають неточності та виявляють певну неконкретність у відповідях, відчують труднощі у формулюванні визначень основних понять, можуть порушувати послідовність викладу матеріалу, аналітико-конструктивні завдання вирішують зі значною кількістю недоліків.

Рівень теоретичної і практичної підготовленості нижче середнього визначається як *низький рівень* та фіксується незадовільною оцінкою.

Таблиця 1.

#### Критерії оцінювання відповіді студента

№	Рівні	Кількість балів за виконання завдання теоретико-методичного характеру чи аналітико-конструктивного змісту
1.	Високий	23-25
2.	Достатній	15-22
3.	Середній	11-14
4.	Низький	0-10

#### **6.4. Форми проведення семестрового контролю та критерії оцінювання.**

Семестровий (підсумковий) контроль засвоєння студентом теоретичного та практичного матеріалу з навчальної дисципліни відбувається у формі екзамену. До складання екзамену допускаються студенти, які виконали всі види робіт, що передбачені робочою програмою навчальної дисципліни та за результатами поточного контролю сумарно набрали не менше 35 балів.

Метою семестрового екзамену є перевірка рівня засвоєння студентами основ професійної діяльності педагога в галузі фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку.

Завдання екзамену:

- оцінка якості теоретичної і професійно-практичної фахової підготовки студентів;
- виявлення рівня знань про використання у майбутній професійній діяльності різноманітних інноваційних оздоровчих технологій.

Програмою передбачено проведення екзамену у вигляді комп'ютерного тестування. Кількість варіантів тестів відповідає кількості студентів групи. Максимальна кількість балів за виконання тестових завдань – 40 балів. Тривалість виконання тестів – академічна година.

Програмою передбачено тести, що відповідають таким вимогам: відносно короткотермінові, що не вимагають значних витрат часу, однозначні, не допускають вільного тлумачення тестового завдання, виключають можливість формулювання багатозначних відповідей.

Студентам пропонується виконати тести закритої форми (із запропонованими відповідями). Тести закритої форми класифікуються за такими принципами побудови відповіді:

- альтернативні тестові завдання, що передбачають наявність двох варіантів відповіді, зокрема «так - ні», «правильно – неправильно»;
- тестові завдання з простим множинним вибором (варіантів відповідей менше трьох, але відповідь більш складна, ніж «так - ні»);
- тестові завдання із множинним вибором, у яких передбачається від трьох до п'яти можливих варіантів відповідей; із запропонованих варіантів правильним є лише один;
- відновлення відповідності частин;
- відтворення правильної послідовності.

Кожен варіант містить 30 тестових завдань різної складності. За правильну відповідь на кожне із 20 завдань – 1 бал (разом 20 балів). Правильна відповідь за виконання кожного із 10 тестових завдань оцінюється у 2 бали (разом 20 балів).

Оцінювання виконання тестових завдань здійснюється з урахуванням таких показників: повнота відповіді; уміння правильно відтворювати отримані знання з навчальної дисципліни; уміння вільно орієнтуватися у групі подібних понять, процесів, явищ фізичного виховання дошкільників; правильність вибору або прийняття рішення за змістом завдання без розкриття його суті; правильні і доречні відповіді при відновленні відповідності частин; уміння вільно орієнтуватися у змісті та структурі організаційних форм роботи з фізичного виховання дітей для відновлення правильної послідовності.

Характеристика рівнів оцінювання відповіді студента:

*Високий рівень* характеризується правильністю відповідей на всі тестові завдання, міцністю засвоєння програмового матеріалу.

*Достатній рівень* характеризується більшістю правильних відповідей на тестові завдання, ґрунтовним засвоєнням програмового матеріалу.

*Середній рівень* характеризується правильністю відповідей за виконання більшої половини тестових завдань, засвоєнням основного матеріалу.

*Низький рівень* характеризується правильністю відповідей за виконання меншої половини тестових завдань, незнанням значної частини програмового матеріалу.

Максимальна кількість балів за виконання тестових завдань – 40 балів. Тривалість виконання тестів – академічна година.

## **6.5. Орієнтовний перелік питань для семестрового контролю.**

Орієнтовний перелік питань для семестрового контролю:

1. Характеристика основних понять теорії фізичного виховання дітей дошкільного віку.
2. Здоров'я як категорія особистісних, суспільних та загальнолюдських цінностей.
3. Мета фізичного виховання дітей дошкільного віку.
4. Характеристика оздоровчих, освітніх та виховних завдань фізичного виховання дітей дошкільного віку.
5. Характеристика засобів фізичного виховання дошкільників: сили природи (сонце, повітря і води), гігієнічні фактори (розпорядок процесів життєдіяльності, харчування, особиста та громадська гігієна), фізичні вправи.
6. Поняття про рухові вміння та навички. Етапи формування рухової навички: початкове розучування рухової дії, поглиблене розучування, закріплення та вдосконалення рухових дій.
7. Взаємозв'язок формування рухових навичок та фізичних якостей: швидкості, спритності, витривалості, сили, гнучкості, окоміру у дітей дошкільного віку.
8. Специфіка реалізації принципів навчання у фізичному вихованні дітей дошкільного віку.
9. Співвідношення дидактичних методів і прийомів навчання дітей фізичних вправ на різних етапах формування рухової навички.
10. Види вправ на шикування та перешикування. Методика навчання дітей вправ на шикування та перешикування у різних вікових групах.

11. Зміст і методика навчання загальнорозвивальних вправ дітей різних вікових груп.
12. Види основних рухів та їх характеристика (ходьба, біг, лазіння, стрибки, метання, вправи у рівновазі). Техніка основних рухів Методика навчання основних рухів дітей різних вікових груп.
13. Поняття про рухливу гру. Структура рухливої гри. Класифікація рухливих ігор. Відмінність рухливих ігор та ігрових вправ.
14. Методика проведення рухливої гри в різних вікових групах. Особливості організації і керівництва рухливою грою: пояснення змісту та правил гри, прийоми розподілу ролей у грі, регулювання фізичного навантаження, підведення підсумків та оцінка діяльності дітей. Варіативність рухливих ігор.
15. Типи занять з фізичної культури.
16. Типова структура заняття з фізичної культури.
17. Способи організації дітей на занятті з фізичної культури.
18. Моторна щільність фізкультурного заняття.
19. Методика проведення занять з фізичної культури в різних вікових групах.
20. Особливості організації та проведення фізкультурних занять на повітрі.
21. Структура і зміст ранкової гімнастики. Методика проведення ранкової гімнастики.
22. Види і структура гімнастики після сну, місце проведення. Методика проведення гімнастики після сну.
23. Вимоги до підбору вправ для фізкультхвилинки. Варіанти проведення фізкультхвилинки і фізкультпауз.
24. Варіанти фізкультурних розваг для дітей молодшого і старшого дошкільного віку.
25. Дні здоров'я у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку.
26. Індивідуальна робота з дітьми з фізичного виховання, її мета, зміст, організація, методика проведення.
27. Організація та методика проведення піших переходів.
28. Організація самостійної рухової діяльності дітей дошкільного віку.
29. Забезпечення рухової активності дітей раннього віку.
30. Види планування з фізичного виховання дітей дошкільного віку.
31. Поняття про активний та пасивний руховий режим.
32. Інноваційні технології у фізичному вихованні та оздоровленні дітей дошкільного віку.

## 6.6. Шкала відповідності оцінок

Оцінка	Кількість балів
Відмінно	100-90
Дуже добре	82-89
Добре	75-81
Задовільно	69-74
Достатньо	60-68
Незадовільно	0-59

## 8. Рекомендовані джерела

### Основна (базова) література:

1. Богініч О. Л. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : навч.-метод. посіб. / Ольга Любомирівна Богініч. – К.: СП «ЧИП», 2001. – 126 с.
2. Богініч О. Л., Бабачук Ю.М. Рухливі ігри та ігрові вправи з елементами спортивних ігор для дітей дошкільного віку / О.Л. Богініч, Ю.М. Бабачук – Тернопіль : «Мандрівець», 2014. – 224 с.
3. Богініч О. Пріоритети у сфері фізичного розвитку дитини дошкільного віку /Ольга Богініч // Оптимізація фізичного розвитку дитини у вітчизняній системі освіти : монографія / Е. Вільчковський, Н. Денисенко, А. Цьось та ін. – Запоріжжя: ЗОППО, 2010 . – С. 124–148.
4. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми : Університет. кн., 2019. – 428 с.
5. Фізичне виховання, основи здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей старшого дошкільного віку : навч.-метод. посіб. / О. Л. Богініч, Н. В. Левінець, Л. В. Лохвицька, Л. А. Сварковська. – К.: Генеза, 2013. – 127 с.

### Додаткова література:

1. Беленька Г. В. Здоров'я дитини – від родини / Г. В. Беленька, О. Л. Богініч, М. А. Машовець. – К.: СПД Богданова А. М., 2006. – 220 с.
2. Богініч О. Л. Здоров'я та фізичний розвиток дитини / Ольга Любомирівна Богініч // Дошкільн. виховання. – 20012.– № 7. – С. 3–8.
3. Вільчковський Е.С., Беленька Г.В., Богініч О.Л. Сюжетні заняття з фізичної культури з дітьми дошкільного віку: Методичні вказівки до проведення занять з фізичної культури. – К., 1996. – 74 с.
4. Вільчковський Е. С. Рухливі ігри в дитячому садку / Едуард Степанович Вільчковський. – К. : Рад. шк., 1989. – 176 с.
5. Вільчковський Е. С. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах : навч.-метод. посіб. / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко.– Тернопіль : Мандрівець, 2008. – 128 с.



6. Вільчковський Е. С. Інтеграція рухів і музики у фізичному розвитку дітей старшого дошкільного віку навчально-методичний посібник / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко, Ю. М. Шевченко. – Тернопіль : Мандрівець, 2010. – 144 с.

7. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

## **9. Додаткові ресурси**

– електронний навчальний курс.

### НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНА КАРТКА КУРСУ

Разом: 240 год, лекції – 28 год, сем. – 28 год, практик. – 56 год, СР – 82 год, МКР – 16 год.

Модулі	Змістовий модуль I Змістовий модуль II										
	Лекції	1 1 б.	2 1 б.	3 1 б.	4 1 б.	5 1 б.	6 1 б.	7 1 б.	8 1 б.	9 1 б.	10, 11 2 б.
<b>Теми лекцій</b>	Завдання та засоби фізичного виховання дітей дошкільного віку	Дидактичні основи навчання дітей дошкільного віку рухових дій	Зміст і методика навчання дітей вправ на шикування і перешикуння	Зміст і методика навчання дітей дошкільного віку загальноорозвивальних вправ	Методика навчання дітей дошкільного віку основних рухів	Рухливі ігри у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку	Методика навчання дітей дошкільного віку рухливих ігор	Фізичне виховання дітей раннього віку	Технологія реалізації фізкультурно-оздоровчих заходів у розпорядку життя діяльності дітей в ЗДО	Технологія проведення занять з фізичної культури в ЗДО	Технологія забезпечення рухової активності дітей дошкільного віку у повсякденній життєдіяльності
семінарські		1 11 б.	2 11 б.	3 11 б.	4 11 б.	5 11 б.	6 11 б.	7 11 б.	8, 9 22 б.	10 11 б.	

<b>Теми семінар . занять</b>		Дидактичні основи навчання дітей дошкільного віку рухових дій	Зміст і методика навчання дітей вправ на шикування і перешикуння	Методика навчання дітей дошкільного віку загальноорозвизальних вправ	Методика навчання дітей дошкільного віку основних рухів	Рухливі ігри у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку	Методика проведення рухливих ігор	Технологія реалізації фізкультурно-оздоровчих заходів у розпорядку життєдіяльності дітей в ЗДО	Технологія проведення занять з фізичної культури в ЗДО	Активізація рухового режиму в повсякденній життєдіяльності	
практичні			1,2 22 б.	3,4 22 б.	5,6,7,8 44 б.	9 11б.	10,11,12,13,14 55 б.	15 11 б.	16,17,18,19 44 б.	20,21,22,23 44 б.	24,25,26 33 б.
<b>Теми практи. занять</b>			Методика навчання дітей вправ на шикування і перешикуння	Методика навчання дітей дошкільного віку загальноорозвизальних вправ	Основні рухи та методика ознайомлення з ними дітей дошкільного віку	Розроблення плану-конспекту рухливої гри	Методика проведення рухливих ігор	Розроблення планів занять з розвитку рухів для дітей	Організація та проведення фізкультурно-оздоровчих заходів	Організація та проведення занять з фізичної культури для дітей дошкільного віку	Планування формального відпочинку дітей в ЗДО



	ня в ЗДО							
семінарські	11 11 б.	12 11 б.	13 11 б.	14 11 б.				
<b>Теми семінар. занять</b>	Планування та облік роботи з фізичного виховання	Лікарсько-педагогічний контроль за фізичним вихованням дітей дошкільного віку	Умови реалізації принципу оздоровчої спрямованості освітнього процесу ЗДО	Проблеми фізичної підготовки дошкільників до навчання у школі				
практичні	27,28 22 б.							
<b>Теми практич. занять</b>	Планування та облік роботи з фізичного виховання							
<b>СР</b>	<b>5</b>	<b>5</b>						
<b>МК</b>	<b>25</b>							
Максимальна кількість балів: 756 Розрахунок коефіцієнта: 12,6								