

**КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА**

**Факультет педагогічної освіти**

**кафедра дошкільної освіти**

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Проректор

з науково-методичної

та навчальної роботи

Олексій ЖИЛЬЦОВ

« 05 » 09 2022 року



**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**ОДФП.03 ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ  
В ДОШКІЛЬНІЙ ОСВІТІ**

для студентів

спеціальності 012 Дошкільна освіта

рівня вищої освіти першого (бакалаврського)

освітньої програми 012.00.01 Дошкільна освіта

Київ-2022

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА Ідентифікаційний код 02130555	
Начальник відділу моніторингу якості освіти	
Програма № <u>0254/22</u>	
<u>Жильцов</u> (підпис)	(прізвище, ім'я)
«    »	20 <u>22</u>

Розробник:

Гаращенко Лариса Василівна, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри дошкільної освіти.

Викладач:

Гаращенко Лариса Василівна, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри дошкільної освіти.

Робочу програму розглянуто і затверджено на засіданні кафедри дошкільної освіти.

Протокол від «31» серпня 2022 р., № 14

Завідувач кафедри



Олена ПОЛОВІНА

Робочу програму погоджено з гарантом освітньої програми 012.00.01 Дошкільна освіта

«31» 08 2022 р.

Гарант освітньої програми



Олена ПОЛОВІНА

Робочу програму перевірено

«01» 09 2022 р.

Заступник декана



Леся КУЗЕМКО

Пролонговано:

на 20\_\_ / 20\_\_ н.р.

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

на 20\_\_ / 20\_\_ н.р.

, «\_\_» \_\_\_\_\_ 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 дошкільного віку, сформувати особистісну позицію у вирішенні завдань фізичного виховання та оздоровлення дошкільників.

*Завдання навчальної дисципліни полягають в:*

- оволодінні майбутніми педагогами основними поняттями, завданнями та змістом навчальної дисципліни;
- формуванні пізнавальної та професійної мотивації, усвідомлення пріоритетності здійснення фізичного виховання та здоров'язбереження дітей;
- формуванні у студентів практичних умінь і навичок виконання фізичних вправ та здійснення психолого-педагогічного супроводу різних форм освітньої взаємодії у процесі здоров'язбережувальної діяльності;
- формуванні умінь творчо та оперативно реалізовувати систему знань, фахових умінь і навичок задля забезпечення сприятливих передумов для збереження та зміцнення здоров'я дітей.

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

*Інтегральна компетентність:* здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми в галузі дошкільної освіти з розвитку, навчання і виховання дітей раннього і дошкільного віку, що передбачає застосування загальних психолого-педагогічних теорій і фахових методик дошкільної освіти, та характеризується комплексністю та невизначеністю умов.

*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-5.** Здатність забезпечувати якість виконуваних робіт: планувати, складати прогнози та передбачати наслідки власної професійної та інноваційної діяльності.

**КЗ-9.** Здійснення безпечної діяльності.

*Спеціальні (фахові) компетентності:*

**КС-2.** Здатність до розвитку в дітей раннього і дошкільного віку базових якостей особистості (довільність, самостійність, креативність, ініціативність, свобода поведінки, самосвідомість, самооцінка, самоповага).

**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) особистості.

### **3. Результати навчання за дисципліною**

У процесі вивчення курсу студенти мають набути такі *навчальні результати*:

**ПР-01.** Розуміти і визначати педагогічні умови, закономірності, принципи, мету, завдання, зміст, організаційні форми, методи і засоби, що використовуються в роботі з дітьми від народження до навчання у школі; знаходити типові ознаки і специфіку освітнього процесу і розвитку дітей раннього і дошкільного віку.

**ПР-07.** Планувати освітній процес в закладах дошкільної освіти з урахуванням вікових та індивідуальних можливостей дітей раннього і дошкільного віку, дітей з особливими освітніми потребами та складати прогнози щодо його ефективності.

**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-18.** Володіти технологіями організації розвивального предметноігрового, природно-екологічного, пізнавального, мовленнєвого середовища в різних групах раннього і дошкільного віку

**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:			Самостійна
		Лекції	Семінарські	Практичні	
<b>Змістовий модуль 1. Теоретичні основи освіти дітей дошкільного віку в галузі фізичної культури та здоров'язбереження</b>					
Тема 1. Науково-методичний базис системи фізичного виховання та здоров'язбереження дітей дошкільного віку	4	2	2	-	-
Тема 2. Основи здорового способу життя дітей дошкільного віку.	4	-	2	2	-
Тема 3. Засоби фізичного виховання та здоров'язбереження дітей дошкільного віку	4	-	2	2	-
Тема 4. Мета, завдання і принципи фізичного виховання і здоров'язбереження дітей дошкільного віку	6	2	2	2	-
Тема 5. Дидактичні основи навчання дітей дошкільного віку рухових дій	4	-	2	2	-
Модульний контроль	2	-	-	-	-
<b>Разом</b>	<b>24</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>-</b>
<b>Змістовий модуль 2. Виховання і розвиток дитини у процесі занять фізичними вправами</b>					
Тема 6. Зміст і методика навчання дітей вправ на шиккування і перешиккування	6	2	-	4	-
Тема 7. Зміст і методика навчання дітей загальнорозвивальних вправ	6	2	-	4	-
Модульний контроль	2	-	-	-	-
Тема 8. Методика навчання дітей основних рухів	10	4	-	6	-
Модульний контроль	2	-	-	-	-
Тема 9. Ігрові технології у системі фізичного	12	4	2	6	-

виховання дітей дошкільного віку					
Модульний контроль	2	-	-	-	-
Разом	<b>40</b>	<b>12</b>	<b>2</b>	<b>20</b>	
<b>Змістовий модуль 3. Психолого-педагогічні основи технології реалізації фізичного виховання та оздоровлення дошкільників</b>					
Тема 10. Фізичне виховання дітей раннього віку	6	2	2	2	-
Тема 11. Технологія реалізації фізкультурно-оздоровчих заходів у розпорядку життєдіяльності дітей в ЗДО	10	2	2	6	-
Модульний контроль	2	-	-	-	-
Тема 12. Технологія проведення занять з фізичної культури в ЗДО	56	4	2	8	42
Модульний контроль	2				
Тема 13. Технології забезпечення рухової активності дітей дошкільного віку у повсякденній життєдіяльності	8	2	2	4	-
Модульний контроль	2	-	-	-	-
Разом	<b>86</b>	<b>10</b>	<b>8</b>	<b>20</b>	<b>42</b>
<b>Змістовий модуль 4. Організація здоров'язбережувальної діяльності в ЗДО</b>					
Тема 14. Планування і контроль здоров'язбережувальної діяльності в ЗДО	4	-	2	2	-
Тема 15. Моніторинг здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовленості дітей дошкільного віку	4	-	2	2	-
Тема 16. Руховий режим у ЗДО. Здоров'язбережувальні технології у системі фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку	46	2	2	2	40
Тема 17. Організація здорового способу життя в ЗДО та сім'ї	4	-	2	2	-
Модульний контроль	2	-	-	-	-
Разом	<b>60</b>	<b>2</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>40</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
3. Організація здорового способу життя в ЗДО та сім'ї

### 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. Теоретичні основи освіти дітей дошкільного віку в галузі фізичної культури та здоров'язбереження</b>					
Тема 1. Дидактичні основи навчання дітей дошкільного віку рухових дій	22		-	2	20
<b>Змістовий модуль 2. Виховання і розвиток дитини у процесі занять фізичними вправами</b>					
Тема 2. Методика навчання дітей основних рухів	16	2	-	2	12
Тема 3. Ігрові технології у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку	18	2	-	2	14
<b>Змістовий модуль 3. Психолого-педагогічні основи технології реалізації фізичного виховання дітей дошкільного віку</b>					
Тема 4. Фізичне виховання дітей раннього віку	52	2	-	2	48
Тема 5. Технології проведення фізкультурно-оздоровчих заходів з дітьми дошкільного віку	26	2	-	4	20
Тема 6. Технології проведення занять з фізичної культури в ЗДО	50	2	-	4	44
Тема 7. Технології забезпечення рухової активності дітей дошкільного віку у	34	2	-	2	30



повсякденній життєдіяльності					
<b>Змістовий модуль 4. Організація здоров'язбережувальної діяльності в ЗДО</b>					
Тема 8. Планування та облік роботи з фізичного виховання в ЗДО	22	-	-	2	20
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 ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ОСВІТИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ В ГАЛУЗІ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ

#### Лекція 1

##### Науково-методичний базис системи фізичного виховання та здоров'язбереження дітей дошкільного віку

Наукова і педагогічна думка про здоров'я та фізичне виховання на різних етапах історичного розвитку суспільства.

Фізичне виховання та здоров'язбереження дітей в умовах актуалізації ціннісно-оздоровчого підходу до організації освітнього процесу в ЗДО (кінець ХХ – початок ХХІ століття)

Сучасні пріоритети у галузі фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку. Сучасні програми з фізичного виховання дітей дошкільного віку.

Основні поняття теорії і методики фізичного виховання дітей дошкільного віку.

*Основні поняття теми:* фізичне виховання, фізична культура, здоров'язбереження, освітні програми, пріоритети.

*Базисні компетентності з теми:*

- усвідомлювати соціальну значущість фізичної культури, її роль в організації освітнього процесу в ЗДО;
- розуміти свою роль як педагога у формуванні фізичної культури дітей дошкільного віку.
- оволодіти основами теоретичного спадку у галузі фізичного виховання та здоров'язбереження дітей дошкільного віку;
- оволодіти основними поняттями теорії фізичного виховання дітей дошкільного віку;
- оперувати знаннями про основні напрями сучасних досліджень у галузі фізичного виховання та їх значимості для удосконалення фізичного виховання дошкільників;
- знати концептуальні основи сучасних підходів до організації фізичного виховання дітей дошкільного віку;
- мати уявлення про мету, завдання, зміст, структуру освітньої лінії «Особистість дитини» Державного стандарту дошкільної освіти та базисний

зміст фізичного виховання і здоров'язбереження в освітніх програмах для дітей раннього і дошкільного віку.

#### Література:

1. 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, 2016 . – С. 124–148.
2. Богініч О. Здоров'я та фізичний розвиток дитини: реалізація завдань освітньої лінії «Особистість дитини» / Ольга Богініч // Дошкіль. виховання. – 2016.– № 9. – С. 3–7.
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., 2019. – 467 с.
4. 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, 2017. – 127 с.

### Семінарське заняття 1

#### Інноваційні підходи до формування здоров'язбережувальної компетентності дитини

##### План заняття

1. Зміст знань і практичних умінь дітей за освітньою лінією «Особистість дитини» Державного стандарту дошкільної освіти.
2. Базисний зміст фізичного виховання та здоров'язбереження в освітній програмі для дітей раннього і дошкільного віку «Дитина».

#### Література:

1. Базовий компонент дошкільної освіти. Нова редакція та поради для організації освітнього процесу <https://ezavdnz.mcfr.ua/book?bid=37876> 2021.
2. Державний стандарт дошкільної освіти: особливості впровадження. *Навчально-методичний посібник*. Видавництво "Ранок", Харків, 2021. 240 с.
3. Дитина: Освітня програма для дітей від двох до семи років /наук. кер. проекту В.О.Огнев'юк; авт. кол.: Г.В.Беленька, О.Л. Богініч, [та ін.]; наук. ред.:Г.В.Беленька; Мін. осв. і науки України, Київ. ун-т ім. Б.Грінченка. 2020. 440 с.
4. Методичні рекомендації до Освітньої програми для дітей від 2 до 7 років «Дитина» За наук. ред. Г.В. Беленької, О.А.Половіної, І.В. Кондратець; авт. кол.: Г.В.Беленька, О.Л.Богініч, В.М.Вертугіна та ін. К.: Київ.ун-т ім. Б.Грінченка, 2021. - 440 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, 2017. – 127 с.

### Семінарське заняття 2

#### Основи здорового способу життя дошкільників.

##### План заняття

1. Види здоров'я: фізичне, психічне, моральне, соціальне, духовне. Фізичне здоров'я як базисна основа всіх видів здоров'я дітей дошкільного віку.

2. Об'єктивні і суб'єктивні причини необхідності збереження і формування здоров'я у цілісній системі виховних цінностей. Фактори, що негативно впливають на здоров'я дітей дошкільного віку.

3. Необхідність формування у дітей дошкільного віку стійких мотивацій на здоровий спосіб життя і безпечну життєдіяльність.

#### Література:

1. Базовий компонент дошкільної освіти. Нова редакція та поради для організації освітнього процесу <https://ezavdnz.mcfra.ua/book?bid=37876> 2021.

2. Державний стандарт дошкільної освіти: особливості впровадження. *Навчально-методичний посібник*. Видавництво "Ранок", Харків, 2021. 240 с.

3. Дитина: Освітня програма для дітей від двох до семи років /наук. кер. проекту В.О.Огнев'юк; авт. кол.: Г.В.Беленька, О.Л. Богініч, [та ін.]; наук. ред.:Г.В.Беленька; Мін. осв. і науки України, Київ. ун-т ім. Б.Грінченка. 2020. 440 с.

4. 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.

### Семінарське заняття 3

#### Засоби фізичного виховання і здоров'язбереження дітей дошкільного віку

##### План заняття:

1. Засоби фізичного виховання і здоров'язбереження дітей дошкільного віку: сили природи; гігієнічні фактори, фізичні вправи.

2. Оздоровчий потенціал фізичних вправ. Фізична культура як дійовий засіб підтримання і зміцнення стану фізичного здоров'я.

3. Комплексний підхід до використання засобів фізичного виховання і здоров'язбереження дітей дошкільного віку.

*Основні поняття теми:* розпорядок життєдіяльності, еколого-природничі фактори, фізичні вправи, сили природи; гігієнічні фактори.

##### 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. – 467 с.

### Практичне заняття 1

#### Компоненти здорового способу життя дітей дошкільного віку

##### План заняття:

1. Розроблення системи здорового способу життя дітей дошкільного віку.

## Система здорового способу життя дітей в умовах ЗДО

<b>Компоненти ЗСЖ</b>	<b>Шляхи і засоби забезпечення</b>
Еколого-гігієнічні умови	
Психологічний комфорт	
Розпорядок процесів життєдіяльності	
Оптимальна рухова активність	
Загартування	

### 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. – 467 с.

## Практичне заняття 2

### Засоби фізичного виховання і здоров'язбереження дітей дошкільного віку

#### План заняття:

1. Особливості застосування засобів фізичного виховання у системі роботи з дітьми.
2. Добірка фізичних вправ для розвитку у дітей дошкільного віку фізичних якостей.

### 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. – 467 с.

## Лекція 2

### Мета, завдання, принципи фізичного виховання і здоров'язбереження дітей дошкільного віку

Мета фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку. 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. Анатомо-фізіологічні особливості дітей дошкільного віку. Морфофункціональне забезпечення рухової активності дітей. Особливості

розвитку опорно-рухової системи. Особливості розвитку серцево-судинної системи. Дихальна система, її зміни з віком. Гігієна дихання. Терморегуляція організму. Функції шкіри у терморегуляційному процесі. Гігієна одягу та взуття.

Принципи фізичного виховання дітей дошкільного віку. Принципи організації педагогічного процесу з фізичної культури в ЗДО. Принципи побудови занять фізичними вправами з дітьми дошкільного віку.

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

*Базисні компетентності з теми:*

- уміти характеризувати основні складові системи фізичного виховання дітей дошкільного віку: мету, завдання, принципи, засоби фізичного виховання;
- знати анатомо-фізіологічні особливості дітей дошкільного 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., 2019. – 467 с.

## **Семінарське заняття 4**

### **Реалізація завдань з фізичного виховання дітей дошкільного віку**

План:

1. Характеристика оздоровчих, освітніх та виховних завдань фізичного виховання дітей дошкільного віку. Комплексний підхід до реалізації завдань фізичного виховання дітей.
2. Обумовленість завдань фізичного виховання дітей дошкільного віку анатомічними і психофізіологічними особливостями їхнього організму.
3. Перевірка виконання самостійної роботи.
4. Підсумок заняття.

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.

## Семінарське заняття 5

### 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:

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

## Практичне заняття 3

### Реалізація завдань з фізичного виховання дітей дошкільного віку

#### План:

1. Конкретизація оздоровчих завдань фізичного виховання з урахуванням анатомо-фізіологічних особливостей дітей дошкільного віку.
2. Конкретизація освітніх завдань фізичного виховання з урахуванням анатомо-фізіологічних особливостей дітей дошкільного віку.
3. Конкретизація виховних завдань фізичного виховання з урахуванням анатомо-фізіологічних особливостей дітей дошкільного віку.
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:

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

## Практичне заняття 4

### Дидактичні основи навчання дітей дошкільного віку рухових дій

#### План:

1. Скласти таблицю розподілу методів навчання дітей молодшого дошкільного віку фізичних вправ.

2. Скласти таблицю розподілу методів навчання дітей середнього дошкільного віку фізичних вправ.

3. Скласти таблицю розподілу методів навчання дітей старшого дошкільного віку фізичних вправ.

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

Етап навчання руху	Методи і прийоми навчання
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 метання у ціль – I етап (середня група)	
Навчання стрибків у довжину з місця – I етап (середня група)	

#### 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:

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



## ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. ВИХОВАННЯ І РОЗВИТОК ДИТИНИ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ФІЗИЧНИМИ ВПРАВАМИ

### 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 компетентності 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., 2019. – 467 с.

### Практичне заняття 5, 6

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

План заняття:

1. Вправляння студентів у проведенні вправ на шикування і перешикування дітей молодшого дошкільного віку.
2. Вправляння студентів у проведенні вправ на шикування і перешикування дітей середнього дошкільного віку.
3. Вправляння студентів у проведенні вправ на шикування і перешикування дітей старшого дошкільного віку.

#### ***Завдання:***

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

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

#### 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:

2. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум / К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 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 компетентності 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., 2019. – 467 с.

**Практичне заняття 7, 8**  
**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.

## 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:

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

**Лекція 5, 6****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 компетентності 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., 2019. – 467 с.

## **Практичне заняття 9, 10, 11**

### **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.

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

Вид основного руху	Опис вправи дітям
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)	

#### 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:

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 7, 8

### Ігрові технології 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 раннього та 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. 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.

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, варіативність ігор, психолого-педагогічний супровід рухливої гри, фізичне навантаження.

*Базисні компетентності з теми:*

- знати теоретичні і методичні основи рухливої гри.
- уміти доцільно підбирати та проводити з дітьми різних вікових груп рухливі ігри, оцінювати їх ефективність;
- уміти здійснювати психолого-педагогічний супровід рухливої гри дітей дошкільного віку;
- уміти розроблювати варіанти знайомих дітям рухливих ігор.

Література:

1. Богініч О. Л. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : навч.-метод. посіб. / Ольга Любомирівна Богініч. – К.: СП «ЧИП», 2016. – 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. 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. – 467 с.

### **Семінарське заняття 6**

#### **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. Підсумок заняття.

Рекомендована література:

Основна:

1. Богініч О. Л. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : навч.-метод. посіб. / Ольга Любомирівна Богініч. – К.: СП «ЧИП», 2016. – 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., 2019. – 467 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 12**

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

#### План заняття

1. Вправляння студентів у 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», 2016. – 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», 2019. – 467 с.

Додаткова:

1. 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.

2. Гаращенко Л. В. Картотека рухливих ігор / Лариса Василівна Гаращенко // Методична скарбничка вихователя. – 2016. – № 6. – С. 20–32.

3. Гаращенко Л. В. Картотека рухливих ігор / Лариса Василівна Гаращенко // Методична скарбничка вихователя. – 2016. – № 7. – С. 34–37.

## **Практичне заняття 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. 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.
2. Гаращенко Л. В. Картотека рухливих ігор / Лариса Василівна Гаращенко // Методична скарбничка вихователя. – 2016. – № 6. – С. 20–32.
3. Гаращенко Л. В. Картотека рухливих ігор / Лариса Василівна Гаращенко // Методична скарбничка вихователя. – 2016. – № 7. – С. 34–37.

## ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3

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

#### Лекція 9

##### 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 життя.



Методика проведення занять з фізичної культури з дітьми третього року життя. Організація самостійної рухової діяльності дітей раннього віку.

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

*Базисні компетентності з теми:*

- знати особливості застосування засобів фізичного виховання в освітній взаємодії з дітьми раннього віку;
- уміти здійснювати психолого-педагогічний супровід фізичних вправ дітей раннього віку.

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. 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. – 467 с.

## Семінарське заняття 7

### Фізичне виховання дітей раннього віку

План заняття:

1. Характеристика основних рухів та загальнорозвивальних вправ для дітей другого та третього року життя. Особливості навчання.
2. Методика проведення ігрових вправ та рухливих ігор для дітей другого і третього року життя.
3. Зміст занять з розвитку рухів для дітей другого року життя.
4. Методика проведення занять з розвитку рухів для дітей другого року життя.
5. Методика проведення занять з розвитку рухів для дітей третього року життя (І молодша група).
6. Організація самостійної рухової діяльності дітей другого та третього року життя.

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. 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. – 467 с.
3. Дитина: Освітня програма для дітей від двох до семи років /наук. кер. проекту В.О.Огнев'юк; авт. кол.: Г.В.Беленька, О.Л. Богініч, [та ін.]; наук. ред.:Г.В.Беленька; Мін. осв. і науки України, Київ. ун-т ім. Б.Грінченка. 2020. 440 с.
4. Концепція освіти дітей раннього та дошкільного віку / Національна академія педагогічних наук України. – Київ: ФОП Ференець В.Б., 2020.– 44 с.

5. Методичні рекомендації до Освітньої програми для дітей від 2 до 7 років «Дитина» За наук. ред. Г.В.Беленької, О.А.Половіної, І.В.Кондратець; авт. кол.: Г.В.Беленька, О.Л.Богініч, В.М.Вертугіна та ін. К.: Київ.ун-т ім. Б.Грінченка, 2021. - 440 с.

## **Практичне заняття 15**

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

1. Варіанти занять з розвитку рухів для дітей раннього віку.
2. Добірка фізичних вправ для складання плану заняття з розвитку рухів для дітей другого року життя.
3. Підсумок заняття.

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. – 467 с.

## **Лекція 10**

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

Види фізкультурно-оздоровчих заходів. Значення ранкової гімнастики. Структура і зміст ранкової гімнастики в залі та на повітрі. 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 фізкультхвилинок. 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, фізкультхвилинок, фізкультпаузи.

*Базисні компетентності з теми:*

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

## Література:

1. Богініч О.Л. Оздоровча педагогіка. // Дошкільне виховання. – 2016. – №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., 2019. – 467 с.

**Семінарське заняття 8****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. Богініч О.Л. Оздоровча педагогіка. // Дошкільне виховання. – 2016. – №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», 2019. – 467 с.

Додаткова:

1. 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****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.

Рекомендована література:

Основна:

1. Богиніч О.Л. Оздоровча педагогіка. // Дошкільне виховання. – 2016. – №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», 2019. – 467 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.

## Лекція 11, 12

### Технологія проведення занять з фізичної культури в ЗДО

Заняття з фізичної культури – основна форма освітньої взаємодії у процесі 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. Оптимальний вибір основних рухів для основної частини занять. Технологічна карта фізкультурного заняття. Критерії результативності завдань на занятті з фізичної культури

Особливості організації та методики проведення занять з фізичної культури в різних вікових групах на повітрі. Варіанти проведення фізкультурних занять на повітрі. Педагогічні умови підвищення рухової активності дітей дошкільного віку під час занять з фізичної культури

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

*Базисні компетентності 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;
- знати правила безпеки у процесі проведення фізкультурних занять у залі та на повітрі.

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. – 467 с.

### **Семінарське заняття 9**

#### **Заняття з фізичної культури в ЗДО - основна форма освітньої взаємодії з фізичного виховання**

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», 2019. – 467 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 19, 20, 21, 22**

#### **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.

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: навч.-метод. посіб. / Лариса Василівна Гаращенко.- К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

## Лекція 13

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

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

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 компетентності 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., 2019. – 467 с.

## **Семінарське заняття 10**

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

*План заняття:*

1. Фізкультурні розваги та свята у системі фізичного виховання в ЗДО.
2. Дні здоров'я у системі фізичного виховання.
3. Індивідуальна робота з фізичного виховання в ЗДО.
4. Самостійна рухова діяльність дітей дошкільного віку.

*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.
2. Вільчковський Е. С. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах : навч.-метод. посіб. / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко.– Тернопіль : Мандрівець, 2016. – 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 23, 24**

### **Планування форм активного відпочинку дітей в ЗДО**

*План заняття:*

1. Планування та аналіз різних варіантів фізкультурних розваг.

2. 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», 2019. – 467 с.
2. Вільчковський Е. С. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах : навч.-метод. посіб. / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко.– Тернопіль : Мандрівець, 2016. – 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 4

### ОРГАНІЗАЦІЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ЗДО

#### Лекція 14

#### **Руховий режим ЗДО. Здоров'язбережувальні 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 ЗДО.

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

Значення розвивального фізкультурно-ігрового середовища для фізичного розвитку дитини.

Здоров'язбережувальні 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 здоров'язбережувальні технології.

*Базисні компетентності 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;
- оцінювати наявність оптимальних умов для використання ефективних оздоровчих технологій в галузі фізичного виховання;
- здійснювати процес фізичного виховання та оздоровлення системно, вибираючи адекватні конкретним умовам засоби, форми і методи освітньої взаємодії.

*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. – 467 с.

## **Семінарське заняття 11**

### **Планування роботи з фізичного виховання**

*План заняття:*

1. Вимоги до підбору 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 фізкультурних розваг.
5. Планування рухливих ігор упродовж дня.

*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:*

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.

## Семінарське заняття 12

### Моніторинг здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовленості дітей дошкільного віку в умовах ЗДО

План заняття:

1. Групи здоров'я дітей.
2. Напрями оцінювання рухового розвитку дітей дошкільного віку: рівень рухової активності, склад рухів у самостійній діяльності, рівень фізичної підготовленості дітей.

#### Завдання:

Проведіть дослідження (міні-групою) з теми «Діагностика рівня фізичної підготовленості дітей старшого дошкільного віку» та оформіть результати у вигляді протоколу обстеження стрибка, метання, лазіння у дитини старшої групи (один із рухів – за вибором студента) за зразком:

#### Обстеження стрибка в довжину з місця:

Прізвище, імя дитини	Довжина стрибка (3 спроби)	Якісні показники				
		В.п.	Замах	Поштовх	Приземлення	примітка

#### 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. – 467 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. – 2016.– № 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», 2019. – 467 с.

3. Е. С. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах : навч.-метод. посіб. / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко.– Тернопіль : Мандрівець, 2017. – 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**

#### **Співпраця ЗДО та сім'ї з питань здоров'язбереження дітей дошкільного віку**

План заняття:

1. Ефективні форми співробітництва ЗДО та сім'ї з питань здоров'язбереження дітей дошкільного віку.

2. Спільний аналіз результатів здоров'язбережувальної діяльності щодо показників стану здоров'я, рівня фізичного розвитку та фізичної підготовленості 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., 2019.

## Практичне заняття 25

### Планування роботи з фізичного виховання

План заняття:

1. Планування фізкультурних занять на повітрі для однієї з вікових груп.

**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.

#### 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:

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

**Практичне заняття 26**  
**Моніторинг здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовленості**  
**дітей дошкільного віку**

План заняття:

1. Технологія визначення моторної щільності заняття з фізичної культури. Метод хронометрування.

**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.

Дата: 28.11. 2015 р.

Прізвище: Сергієнко С.

Початок заняття: 9.10

Вік: 6 років

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	
Заклучна 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:*

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

33 хв – тривалість фізкультурного заняття у старшій групі;

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

$x$  – моторна щільність фізкультурного заняття.

$$33 \text{ хв.} - 100\%$$

$$25 \text{ хв} - x$$

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

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).

2. Визначення фізіологічного навантаження на організм дитини в процесі заняття з фізичної культури. Метод пульсометрії.
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», 2019. – 467 с.

2. Вільчковський Е. С. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах : навч.-метод. посіб. / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко.– Тернопіль : Мандрівець, 2016. – 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 27

### Руховий режим у ЗДО

План заняття:

1. Розробіть модель рухового режиму на тиждень для однієї з вікових груп за зразком:

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

#### 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.

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 28**

#### **Підготовка педагогічного кейсу для батьків з проблем оздоровлення дітей дошкільного віку**

##### План заняття

1. Консультування батьків з різних питань фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку.

##### Література:

1. Богініч О. Л. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : навч.-метод. посіб. / Ольга Любомирівна Богініч. – К.: СП «ЧИП», 2016. – 126 с.

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», 2019. – 467 с.

3. 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, 2016. – 127 с.



## 6.Контроль навчальних досягнень

### 6.1. Система оцінювання навчальних досягнень студентів

Вид діяльності студентів	ЗМ 1		ЗМ2		ЗМ3		ЗМ4		
	Максимальна к-сть балів за	Кількість	Максимальна кількість балів	кількість	Максимальна кількість балів	кількість	Максимальна кількість балів	кількість	Максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	2	2	6	6	5	5	1	1
Відвідування семінарських занять	1	5	5	1	1	4	4	4	4
Робота на семінарському занятті	10	5	50	1	10	4	40	4	40
Відвідування практичних занять	1	4	4	10	10	10	10	4	4
Робота на практичному занятті	10	4	40	10	100	10	100	4	40
Виконання завдань для самостійної роботи	5	-	-	-	-	6	30	3	15
Виконання модульної роботи	25	1	25	3	75	3	75	1	25
<b>Разом</b>		<b>21</b>	<b>126</b>	<b>31</b>	<b>202</b>	<b>42</b>	<b>264</b>	<b>21</b>	<b>129</b>
Максимальна кількість балів: 721									
Розрахунок коефіцієнта: 12									

## Система оцінювання навчальних досягнень студентів

Вид діяльності студентів	ЗМ 1		ЗМ2		ЗМ3		ЗМ4		
	Максимальна кількість балів за	Кількість	Максимальна кількість балів	кількість	Максимальна кількість балів	кількість	Максимальна кількість балів	кількість	Максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	-	-	2	2	4	4	-	-
Відвідування практичних занять	1	1	1	2	2	7	7	1	1
Робота на практичному занятті	10	1	10	2	20	7	70	1	10
Виконання завдань для самостійної роботи	5	1	5	2	10	4	20	1	5
Разом		3	16	8	34	22	101	3	16
Максимальна кількість балів: 167									
Розрахунок коефіцієнта: 2,76									

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

### Тема 12. Технологія проведення занять з фізичної культури в ЗДО

#### Завдання:

1. Складіть план заняття з фізичної культури мішаного типу для дітей другої молодшої, середньої, старшої груп (всього 3 плани). Визначте способи організації дітей для виконання основних рухів, зробіть розмітку.
2. Складіть план заняття з фізичної культури на повітрі для дітей другої молодшої, середньої, старшої групи (всього 3 плани) з урахуванням різних варіантів проведення заняття такого типу (варіант за вибором).

#### Критерії оцінювання:

п/н	Критерії оцінювання	бали
1.	Послідовність різних видів ходьби та бігу у вступній частині заняття, положення рук під час ходьби та бігу, темп виконання, дозування; кількість загальнорозвивальних вправ у комплексі, послідовність, дозування вправ, різноманітність вихідних положень, наявність методичної вказівки до вправи, запис вправи відповідно до гімнастичної термінології	2
2.	Підбір основних рухів для основної частини заняття залежно від їх складності, етапу навчання, доцільність вибору способів організації дітей для виконання основних рухів, правильність розмітки	2
3.	Доцільність вибору рухливої гри для основної чи заключної частини заняття, чітке визначення правил гри	1
	Разом	5
	За розроблення шістьох планів занять – 30 балів	

### Тема 16. Руховий режим в ЗДО.

**Завдання:** Сплануйте День здоров'я для дітей другої молодшої, середньої, старшої груп з використанням інноваційних оздоровчих технологій (всього три плани).

#### Критерії оцінювання:

п/н	Критерії оцінювання одного Дня здоров'я	бали
1.	Правильність визначення змісту та об'єму рухової діяльності у розпорядку дня	2
2.	Врахування та доцільність вибору різних видів освітньої взаємодії з дітьми, доцільність інтеграції завдань	2

3.	Доцільність використання інноваційних оздоровчих технологій у плануванні Дня здоров'я	1
	Разом За розроблення трьох планів Днів здоров'я – 15 балів	5

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

Програмою навчальної дисципліни «Здоров'язберезувальні технології в дошкільній освіті» передбачено здійснення модульного контролю, спрямованого на визначення поточного рівня засвоєння студентами теоретичного і практичного матеріалу певного модуля дисципліни.

Форма проведення – комп'ютерне тестування. Комп'ютерне тестування включає 25 тестових завдань різних типів, а саме: тести з єдиною правильною вибірковою відповіддю (у вигляді слова, фрази тощо); тести з декількома правильними відповідями; тести, що складаються з питань, що мають дві відповіді, одна, з яких правильна, а інша – хибна; тести на визначення відповідності.

За правильну відповідь на кожне із 25 тестових завдань студент отримує 1 бал. За виконання завдань модульної контрольної роботи студент може отримати максимальну кількість балів – 25.

Таблиця 1.

#### Шкала і критерії оцінювання відповіді студента

№	Рівні	Кількість балів за виконання тесту
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.

Комп'ютерне тестування включає 40 тестових завдань різних типів, а саме: тести з єдиною правильною вибірковою відповіддю (у вигляді слова, фрази тощо); тести з декількома правильними відповідями; тести, що складаються з питань, що мають дві відповіді, одна, з яких правильна, а інша – хибна; тести на визначення відповідності.

За правильну відповідь на кожне із 40 тестових завдань студент отримує 1 бал. Загальна кількість балів, які можна максимально отримати за правильне виконання тестів цього блоку становить 40 балів.

Таблиця 1.

**Шкала і критерії оцінювання тестових завдань**

Підсумкова кількість балів (max – 40)	Критерії оцінювання	
	Обсяг виконаних завдань (%)	Кількість правильних відповідей
<b>38 - 40</b>	кількість правильно виконаних тестових завдань становить не менше 95% від загальної кількості відповідей;	38-40
<b>34 - 37</b>	кількість правильно виконаних тестових завдань становить не менше 85 - 93% від загальної кількості відповідей;	34-37

<b>30 - 33</b>	кількість правильно виконаних тестових завдань становить не менше 75 - 83% від загальної кількості відповідей	30-33
<b>26 - 29</b>	кількість правильно виконаних тестових завдань становить не менше 65 - 73% від загальної кількості відповідей	26-29
<b>20 - 25</b>	кількість правильно виконаних тестових завдань становить не менше 50 - 63% від загальної кількості відповідей	20-25
<b>0 - 19</b>	кількість правильно виконаних тестових завдань становить менше 50% від загальної кількості відповідей; низький рівень знань	1-19

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

Орієнтовний перелік питань для семестрового контролю:

1. Характеристика основних понять теорії і методики 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.

#### 1.6. 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

### НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНА КАРТКА КУРСУ

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

Модулі	Змістовий модуль I		Змістовий модуль II						
Лекції	1 1 б.			2 1 б.		3 1 б.	4 1 б.	5,6 2 б.	7,8 2 б.
Теми лекцій	Науково-методичний базис системи фізичного виховання та здоров'язбережен	Основи здорового способу життя дітей	Засоби фізичного виховання дітей	Завдання фізичного виховання дітей	Дидактичні основи навчання дітей рухових дій	Зміст і методика навчання дітей вправ на шиккування і перешикування	Зміст і методика навчання дітей загальнорозвивальних вправ	Методика навчання дітей основних рухів	Ігрові технології у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку
семіна р.	1 11 б.	2 11 б.	3 11 б.	4 11 б.	5 11 б.	-	-	-	6 11 б.
Теми семіна р.	підходи до формування здоров'язбережувальної компетентності дитини	Основи здорового способу життя дітей	Засоби фізичного виховання дітей	Реалізація завдань з фізичного виховання дітей	Дидактичні основи навчання дітей рухових дій				Рухливі ігри у системі фізичного виховання дітей
Практ.	-	1 11 б.	2 11 б.	3 11 б.	4 11 б.	5,6 22 б.	7,8 22б.	9,10,11 33б.	12 11 б. 13,14 22б.
Теми практик.		Компоненти здорового способу життя дітей	Засоби фізичного виховання дітей	Реалізація завдань з фізичного виховання дітей	Дидактичні основи навчання дітей рухових дій	Методика навчання дітей вправ на шиккування і перешикування	Методика навчання дітей загальнорозвивальних вправ	Методика навчання дітей основних рухів	планування конспекту рухливої гри Методика проведення рухливих ігор
МКР					МКР 25		МКР 25	МКР 25	МКР 25



Модулі	Змістовий модуль III		Змістовий модуль IV					
Лекції	9 1б.	10 1б.	11,12 2б.	13 1б.	-	-	14 1б.	-
Теми лекцій	Фізичне виховання дітей раннього віку	Технологія реалізації фізкультурно-оздоровчих заходів у розпорядку життєдіяльності	Технологія проведення занять з фізичної культури в ЗДО	Технології забезпечення рухової активності дітей дошкільного віку у повсякденній життєдіяльності	Планування і контроль здоров'язбережувальної діяльності	Моніторинг здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовленості	Руховий режим у ЗДО.	Організація здорового способу життя в ЗДО та сім'ї
семінар.	7 11б.	8 11б.	9 11б.	10 11б.	11 11б.	12 11б.	13 11б.	14 11б.
Теми семінар.	Фізичне виховання дітей раннього віку	Технологія реалізації фізкультурно-оздоровчих заходів	Технологія проведення занять з фізичної культури	Активізація рухового режиму в повсякденній життєдіяльності	Планування роботи з фізичного виховання	Моніторинг здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовленості	Умови реалізації принципу оздоровчої спрямованості освітнього процесу ЗДО	Співпраця ЗДО та сім'ї з питань здоров'язбереження дітей
Практ.	15 11б.	16,17,18 33б.	19,20,21,22 44б.	23,24 22б.	25 11б.	26 11б.	27 11б.	28 11б.
Теми практи.	Фізичне виховання дітей раннього віку	Організація та проведення фізкультурно-оздоровчих заходів	Проведення занять з фізичної культури	Планування форм активного відпочинку дітей в ЗДО	Планування роботи з фізичного виховання	Моніторинг здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовленості	Руховий режим у ЗДО.	Підготовка педагогічного кейсу для батьків з проблем оздоровлення дітей дошкільного віку
СР			30				15	
МКР	25		25	25			25	
Іспит 40 б.			Максимальна кількість балів: 721 Розрахунок коефіцієнта: 12					

## 8. Рекомендовані джерела

### Основна (базова) література:

1. Богініч О. Л. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : навч.-метод. посіб. / Ольга Любомирівна Богініч. – К.: СП «ЧИП», 2016. – 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, 2017 . – 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. – 467 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, 2017. – 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. – 2016.– № 7. – С. 3–8.
3. Вільчковський Е. С. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах : навч.-метод. посіб. / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко.– Тернопіль : Мандрівець, 2018. – 128 с.
4. 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, 2016. – 144 с.
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.

## 9. Додаткові ресурси

- електронний навчальний курс.

