

**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**  
**ОДФ.05 ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ**  
**В ДОШКІЛЬНІЙ ОСВІТІ**

для студентів

спеціальності 012 Дошкільна освіта

рівня вищої освіти першого (бакалаврського)

освітньої програми 012.00.01 Дошкільна освіта (скорочена програма  
підготовки)

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА	
Ідентифікаційний код 02130559	
Начальник відділу моніторингу якості освіти	
Програма № <u>02.58/22</u>	
<u>Жильцов</u> (підпис)	<u>09.09.22</u> (прізвище, ім'я, по батьку)
« <u>05</u> »	<u>09</u> 20 <u>22</u> року

Київ-2022

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

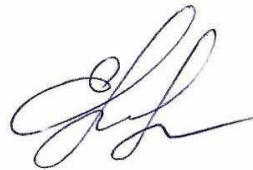


Олена ПОЛОВІНА

Робочу програму погоджено з гарантом освітньої програми 012.00.01 Дошкільна освіта (скорочена програма підготовки)

« 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	6/180	6/180
Курс	1 спп	1 спп
Семестр	1, 2	1, 2
Кількість змістових модулів з розподілом:		
Обсяг кредитів	6	6
Обсяг годин, в тому числі:	180	180
Аудиторні	84	24
Модульний контроль	12	-
Семестровий контроль	30	-
Самостійна робота	54	156
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-4.** Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.

**КЗ-8.** Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

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

*Фахові компетентності:*

**КС-1.** Здатність працювати з джерелами навчальної та наукової інформації.

**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.

**КС-15.** Здатність до індивідуального і диференційованого розвитку дітей раннього і дошкільного віку з особливими освітніми потребами відповідно до їхніх можливостей.

**КС-18.** Здатність знаходити, опрацьовувати потрібну освітню інформацію та застосовувати її в роботі з дітьми, батьками.

### 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-02** Розуміти, описувати й аналізувати процеси розвитку, навчання та виховання дітей раннього і дошкільного віку з використанням базових психологічних і педагогічних понять та категорій.

**ПР-03** Розуміти природу і знати вікові особливості дітей з різними рівнями розвитку, особливості розвитку обдарованих дітей, індивідуальні відмінності дітей з особливими освітніми потребами.

**ПР-04** Розуміти і визначати особливості провідної – ігрової та інших видів діяльності дітей дошкільного віку, способи їх використання в розвитку, навчанні і вихованні дітей раннього і дошкільного віку.

**ПР-06** Встановлювати зв'язок між педагогічними впливами та досягнутими дітьми результатами.

**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-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, громадських діячів та ін. для реалізації завдань всебічного розвитку дітей.

**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. Інноваційні підходи до формування компетентності дитини в галузі здоров'я</b>					
Тема 1. Здоров'я як категорія особистісних, суспільних та загальнолюдських цінностей. Забезпечення системи здорового способу життя в умовах ЗДО.	6	2	2	2	-
Тема 2. Здоров'язбережувальна сутність освітнього процесу ЗДО	8	2	4	2	-
Модульний контроль	2	-	-	-	-
Разом	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>-</b>
<b>Змістовий модуль 2. Психолого-педагогічні основи технології реалізації фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку</b>					
Тема 3. Фізичне виховання дітей раннього віку	8	2	4	2	-
Тема 4. Ігрові технології у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку	10	2	2	6	-
Модульний контроль	2	-	-	-	-
Тема 5. Технології проведення фізкультурно-оздоровчих заходів з дітьми дошкільного віку	8	4	-	4	-
Модульний контроль	2	-	-	-	-
Тема 6. Технології проведення занять з фізичної культури в ЗДО	38	4	2	8	24
Модульний контроль	2	-	-	-	-
Тема 7. Технології забезпечення рухової активності дітей дошкільного віку у повсякденній життєдіяльності в ЗДО	6	2	-	4	-
Тема 8. Система загартування в умовах ЗДО	4	-	-	4	-

Модульний контроль	2	-	-	-	-
Разом	<b>82</b>	<b>14</b>	<b>8</b>	<b>28</b>	<b>24</b>
<b>Змістовий модуль 3. Організація здоров'язбережувальної діяльності в ЗДО</b>					
Тема 9. Планування і контроль здоров'язбережувальної діяльності в ЗДО	6	-	2	4	-
Тема 10. Моніторинг здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовленості дітей дошкільного віку	4	-	-	4	-
Тема 11. Руховий режим у ЗДО	36	2	2	2	30
Тема 12. Співпраця ЗДО та сім'ї з питань здоров'язбереження дітей дошкільного віку	4	-	2	2	-
Модульний контроль	2	-	-	-	-
Разом	<b>52</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	<b>30</b>
Підготовка та проходження контрольних заходів	<b>30</b>				
Разом	<b>12</b>				
Усього	<b>180</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>44</b>	<b>54</b>
<b>Теми, винесені на самостійне вивчення</b>					
1. Етнос і культура: відображення історико-філософських підходів до здоров'я в традиції українського народу					
2. Інноваційні оздоровчі технології					
3. Система загартування в умовах ЗДО					

### 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. Ігрові технології у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку	36	-	2	2	32
Тема 3. Технології проведення фізкультурно-оздоровчих заходів з дітьми дошкільного віку	38	2	2	2	32
Тема 4. Технології проведення занять з фізичної культури в ЗДО	38	2	2	2	32
<b>Змістовий модуль 3. . Організація здоров'язбережувальної діяльності в ЗДО</b>					
Тема 5. Руховий режим ЗДО	34	-	-	4	30
Підготовка та проходження контрольних заходів		-	-	-	-
<b>Разом</b>	<b>180</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>12</b>	<b>156</b>
<b>Теми, винесені на самостійне вивчення</b>					
1. Вікові особливості дітей раннього та дошкільного віку					
2. Інноваційні оздоровчі технології					
3. Фізичне виховання дітей раннього віку					



## 5. Програма навчальної дисципліни

### ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1 ІННОВАЦІЙНІ ПІДХОДИ ДО ФОРМУВАННЯ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДИТИНИ В ГАЛУЗІ ЗДОРОВ'Я

#### Лекція 1

#### Здоров'я як категорія особистісних, суспільних та загальнолюдських цінностей

##### Забезпечення системи здорового способу життя в умовах ЗДО

Людина та її здоров'я як категорія особистісних, суспільних та загальнолюдських цінностей. Види здоров'я: фізичне, психічне, моральне, соціальне, духовне. Фізичне здоров'я як базисна основа всіх видів здоров'я дітей дошкільного віку. Основні показники фізичного здоров'я: загартованість організму, повноцінний фізичний розвиток.

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. Спосіб життя як фактор здоров'я. Спосіб життя і три його складові: рівень життя, якість життя, стиль життя.

Забезпечення системи здорового способу життя як фактора фізичного і психологічного благополуччя дитини в умовах ЗДО і сім'ї. Здоровий спосіб життя дітей як фактор здоров'я, повноцінного розвитку дитини та як головна умова формування навичок адекватної оздоровчої поведінки.

Основні компоненти здорового способу життя: еколого-гігієнічні умови, психологічний комфорт, раціональний розпорядок дня, оптимальна рухова активність, загартування. Необхідність формування у дітей дошкільного віку стійких мотивацій на здоровий спосіб життя і безпечну життєдіяльність.

*Основні поняття теми:* здоров'я, цінність, здоровий спосіб життя, оздоровча світоглядна позиція, фізичне здоров'я, рухова активність, фізична культура, засоби фізичного здоров'я.

*Базисні компетентності з теми:*

- розуміти самооцінку власного здоров'я, пошук дійових способів власного оздоровлення;
- розуміти і знати умови та зміст здорового способу життя дітей в ЗДО.

- розуміти свою роль як педагога у забезпеченні системи здорового способу життя як фактора фізичного і психологічного благополуччя дитини в умовах ЗДО.

#### 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, 2017 . – С. 124–148.
2. Богініч О. Л. Оздоровчу ідеологію в життя малят / Ольга Любомирівна Богініч // Дошкіль. виховання. –2016.– № 7. – С. 7–9.
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, 2017. – 127 с.

### Семинарське 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.

### 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. 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. 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.

## Лекція 2

### Здоров'язбережувальна сутність освітнього процесу ЗДО

Гуманістична спрямованість системи освіти. Складники процесу впровадження системи цінностей. Впровадження в систему освіти оздоровчої парадигми. Принцип оздоровчої спрямованості освітнього процесу. Здоров'язбережувальний освітній простір. Сутність здоров'язбережувального середовища ЗДО. Основна закономірність побудови освітнього процесу ЗДО. Основні вимоги для створення в ЗДО здоров'язбережувального середовища. Основні базові засади побудови освітнього процесу в умовах закладу дошкільної освіти.

Ефективне використання здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі ЗДО. Класифікація здоров'язбережувальних технологій. Характеристика змісту інноваційних оздоровчих технологій.

*Основні поняття теми:* принцип оздоровчої спрямованості, здоров'язбережувальне середовище, здоров'язбережувальні технології.

*Базисні компетентності з теми:*

- розуміти і знати умови та зміст здорового способу життя дітей в ЗДО.
- уміти здійснювати освітню взаємодію на основі особистісно орієнтованої освітньої моделі;
- розуміти свою роль як педагога у забезпеченні системи здорового способу життя як фактора фізичного і психологічного благополуччя дитини в умовах ЗДО.

## 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, 2017 . – С. 124–148.
2. Богініч О. Л. Оздоровчу ідеологію в життя малят / Ольга Любомирівна Богініч // Дошкіль. виховання. –2016.– № 7. – С. 7–9.
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, 2017. – 127 с.

**Семінарське заняття 2, 3****Здоров'язберезувальні технології в освітньому процесі ЗДО**

## План заняття:

1. Характеристика змісту та технологій формування фізичного і психічного здоров'я дітей дошкільного віку (технологія за вибором студента).

Аналіз технології за *критеріями*: авторство; мета і результат; обладнання, місце, посібники, інвентар; зміст технології; засоби формування фізичного і психічного здоров'я дітей; необхідність урахування результатів моніторингу здоров'я і фізичного розвитку; можливість використання в умовах ЗДО.

## Література:

1. 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.

**Практичне заняття 2****Особливості методичних основ використання здоров'язберезувальних технологій у практиці роботи ЗДО**

## План заняття:

1. Вправлення студентів у застосуванні інноваційних оздоровчих технологій в практиці роботи ЗДО.
2. Вправлення студентів у застосуванні оздоровчих технологій терапевтичного спрямування в практиці роботи ЗДО.
3. Вправлення студентів у застосуванні оздоровчих технологій профілактично-лікувального спрямування.

## Література:

1. 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.

## ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2

### ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСНОВИ ТЕХНОЛОГІЇ РЕАЛІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ОЗДОРОВЛЕННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

#### Лекція 3

#### 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.
3. Концепція освіти дітей раннього та дошкільного віку / Національна академія педагогічних наук України. – Київ: ФОП Ференець В.Б., 2020.– 44 с.

#### Семінарське заняття 4, 5

#### Фізичне виховання та здоров'язбереження 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 (I 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. – 467с.
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 3

#### Добірка фізичних вправ для занять з розвитку рухів для дітей раннього віку

##### План заняття:

1. Варіанти занять з розвитку рухів для дітей раннього віку.
2. Добірка фізичних вправ для занять з розвитку рухів для дітей 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., 2019. – 467 с.
2. 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.
3. 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.

## Лекція 4

### 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, етапи ознайомлення з новою грою, методи і прийоми проведення гри, психолого-педагогічний супровід рухливої гри,

етапи навчання, правила, малі фольклорні жанри, фізичне, емоційне 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**

**Психолого-педагогічний супровід рухливої гри дітей дошкільного віку**

План заняття:

1. Особливості методики проведення рухливої гри в різних вікових групах.
2. Варіативність рухливих ігор.
3. Особливості використання рухливих ігор у педагогічному процесі ЗДО.

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.

**Практичне заняття 4, 5, 6**

**Практичне проведення рухливих ігор для дітей дошкільного віку**

План заняття

- I. Виконання практичної роботи.



1. 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.

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.
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 5, 6

### 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 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 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; фізкультхвилинки, фізкультпаузи.

Література:

1. Богінч 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.

## **Практичне заняття 7, 8**

### **Організація та проведення фізкультурно-оздоровчих заходів у ЗДО**

План заняття:

1. Проведення фрагментів ранкової гімнастики для дітей різних вікових груп (група за вибором).

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

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 7, 8

### 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 занять 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 компетенції з теми:*

- знати значення, структуру, методику, 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 7

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

План заняття:

1. Обґрунтування типової структури фізкультурного заняття в залі та на повітрі.
2. Вимоги до підбору основних рухів на занятті з фізичної культури в залі та на повітрі.

### 3. Способи організації дітей для виконання основних рухів на занятті з фізичної культури в 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.

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 9, 10, 11, 12**

### **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. 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.

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 9

### 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.

### **Практичне заняття 13, 14**

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

##### **План заняття:**

1. Планування та аналіз різних варіантів фізкультурних розваг (варіант розваги за вибором).
2. Аналіз Днів здоров'я в ЗДО (для однієї з 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.
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 15, 16**

#### **Розроблення системи загартування дітей дошкільного віку**

##### **План заняття:**

1. Розроблення системи загартування дітей молодшого дошкільного віку.
2. Розроблення системи загартування дітей старшого 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.

### **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3**

#### **ОРГАНІЗАЦІЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ЗДО**

##### **Лекція 8**

##### **Планування і контроль**

##### **здоров'язбережувальної діяльності 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.

Моніторинг забезпечення рухової діяльності дітей дошкільного віку в ЗДО. Динамічне спостереження за станом здоров'я дітей і фізичного розвитку дітей, що здійснюється під час поглиблених оглядів лікарями. Медико-педагогічні спостереження за організацією рухового режиму в ЗДО, організацією та методикою проведення занять фізичними вправами, їх впливом на організм дитини, нормуванням фізичного навантаження під час виконання фізичних вправ.

Технологія визначення моторної щільності заняття з фізичної культури. Метод хронометрування. Визначення фізіологічного навантаження на організм дитини в процесі заняття з фізичної культури. Метод пульсометрії. Контроль за санітарно-гігієнічним станом місця проведення занять фізичними вправами, фізкультурно-розвивального середовища, одягу, взуття. Оцінка рухового режиму ЗДО на основі комплексу показників.

*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 компетентності з теми:*

- усвідомити 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;
- усвідомити значення контролю забезпечення рухової діяльності дітей дошкільного віку в ЗДО.

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 8**

### **Планування 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. Планування та аналіз проведення Днів здоров'я.

6. Планування фізкультурних розваг.
7. Планування індивідуальної роботи.
8. Планування рухливих ігор упродовж дня.

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 17, 18

#### Лікарсько-педагогічний контроль за фізичним вихованням 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). Оформіть за поданим 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

Частини заняття, їх тривалість	Показники секундоміру	Разом по кожній частині
Підготовча  11 хв.	Р. – 1 хв	Р. – 8 хв
	Р. – 1 хв	
	Р. – 30 с	
	Р. – 30 с	
	Р. – 5 хв.	
Основна	Р. – 1,5 хв	Р. – 15 хв
	Р. – 2,5 хв	
	Р. – 3 хв	
	Р. – 2 хв	
	Р. – 6 хв	



19 хв		
Заклучна 3 хв	Р. – 2 хв	Р. – 2 хв
Разом: <b>33 хв</b>		Р. – <b>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. Основні причини травматизму дітей у процесі занять фізичними вправами.
4. 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.

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 9

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

Основні напрями моніторингу: моніторинг здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовленості дітей дошкільного віку. Групи здоров'я, педагогічна оцінка здоров'я дітей. Оформлення результатів діагностики. Карта моніторингу здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовленості дітей дошкільного віку.

Напрями оцінювання рухового розвитку дітей дошкільного віку: рівень рухової активності, склад рухів у самостійній діяльності, рівень фізичної підготовленості дітей.

*Основні поняття теми:* моніторинг здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовленості дітей дошкільного віку.

*Базисні компетентності компетенції з теми:*

- розуміти сутність і значення діагностичної роботи як умови ефективного функціонування системи фізичного виховання дітей дошкільного віку;
- оволодіти практичними уміннями педагогічної оцінки рівня здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовленості дітей дошкільного віку;
- уміти на основі даних діагностики конкретизувати завдання фізичного виховання дітей на рік.

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 19, 20

#### Діагностика 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.

## Лекція 10

### Руховий режим ЗДО

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 роботи 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 9

#### Руховий режим дітей дошкільного віку в ЗДО

##### План заняття:

1. Активний та пасивний руховий режим ЗДО.
2. Ознаки пасивного рухового режиму ЗДО.
3. Наслідки пасивного рухового режиму.

#### 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. – 467с.

### Практичне заняття 21

#### Розроблення моделі рухового режиму дітей дошкільного віку

##### План заняття:

1. Розроблення моделі рухового режиму на тиждень для однієї з вікових груп:

Форми роботи з фізичного виховання, оздоровчі заходи	Скільки разів на тиждень, місяць, рік	Тривалість	Місце проведення	Місце у розпорядку дня	Підготує робота	Хто проводить
1. РГ						
2.						

## 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****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. – 467 с.

**Практичне заняття 22****Підготовка педагогічних кейсів 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. 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.

## 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	
		Кількість	Максимальна кількість балів	Кількість	Максимальна кількість балів	Кількість	Максимальна кількість балів
Відвідування лекцій	1	2	<b>2</b>	7	<b>7</b>	1	<b>1</b>
Відвідування семінарських занять	1	3	<b>3</b>	4	<b>4</b>	3	<b>3</b>
Робота на семінарському занятті	10	3	<b>30</b>	4	<b>40</b>	3	<b>30</b>
Відвідування практичних занять	1	2	<b>2</b>	14	<b>14</b>	6	<b>6</b>
Робота на практичному занятті	10	2	<b>20</b>	14	<b>140</b>	6	<b>60</b>
Виконання завдань для самостійної роботи	5	-	-	3	<b>15</b>	3	<b>15</b>
Виконання модульної роботи	25	1	<b>25</b>	4	<b>100</b>	1	<b>25</b>
Разом		13	<b>82</b>	50	<b>320</b>	23	<b>140</b>
Максимальна кількість балів: 542							
Розрахунок коефіцієнта: 9							

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	2	2	-	-
Відвідування семінарських занять	1	-	-	3	3	-	-
Робота на семінарському занятті	10	-	-	3	30	-	-
Відвідування практичних занять	1	1	1	3	3	2	2
Робота на практичному занятті	10	1	10	3	30	2	20
Виконання завдань для самостійної роботи	5	1	5	3	15	1	5
Разом		4	17	17	83	5	27
Максимальна кількість балів: 127							
Розрахунок коефіцієнта: 2,1							

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

### Тема 6. Технології проведення занять з фізичної культури в ЗДО

**Завдання:** розробіть план заняття з фізичної культури для дітей другої молодшої, середньої, старшої груп. Визначте способи організації дітей для виконання основних рухів, зробіть розмітку.

*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 трьох планів заняття – 15 балів	

### Тема 11. Руховий режим в ЗДО.

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

*Критерії оцінювання:*

п/н	Критерії оцінювання	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	5
	За розроблення планів трьох Днів здоров'я – 15 балів	



### 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.

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. Здоров'я як категорія особистісних, суспільних та загальнолюдських цінностей.
2. Види здоров'я.
3. Фактори впливу на здоров'я.
4. Принцип оздоровчої спрямованості освітнього процесу ЗДО.
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. Інноваційні оздоровчі технології у системі фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку.
7. Оздоровчі технології терапевтичного спрямування.
8. Оздоровчі технології, що використовуються з профілактично-лікувальною метою.
9. 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.
10. Типи занять з фізичної культури.
11. Типова структура заняття з фізичної культури.
12. Способи організації дітей на занятті з фізичної культури.
13. Моторна щільність фізкультурного заняття.
14. Методика проведення занять з фізичної культури в різних вікових групах.
15. Особливості організації та проведення фізкультурних занять на повітрі.
16. Структура і зміст ранкової гімнастики. Методика проведення ранкової гімнастики.
17. Види і структура гімнастики після сну, місце проведення. Методика проведення гімнастики після сну.
18. Вимоги до підбору вправ для фізкультхвилинки. Варіанти проведення фізкультхвилинки і фізкультпауз.
19. Варіанти фізкультурних розваг для дітей молодшого і старшого дошкільного віку.
20. Дні здоров'я у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку.

21. Індивідуальна робота з дітьми з фізичного виховання, її мета, зміст, організація, методика проведення.
22. Організація та методика проведення піших переходів.
23. Організація самостійної рухової діяльності дітей дошкільного віку.
24. Поняття про активний та пасивний руховий режим.
25. Форми роботи з фізичного виховання та оздоровлення 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

## **7. Навчально-методична картка дисципліни**

## 8. Рекомендовані джерела

### Основна (базова) література:

1. Богініч О. Л. Здоров'я та фізичний розвиток дитини / Ольга Любомирівна Богініч // Дошкіл. виховання. – 2016.– № 7. – С. 3–8.
2. Богініч О. Л. Оздоровчу ідеологію в життя малят / Ольга Любомирівна Богініч // Дошкіл. виховання. –2016.– № 7. – С. 7–9.
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. 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», 2016. – 224 с.
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. Витоки здоров'я дитини : навч.-метод. посіб. / Н. Денисенко, Л. Лиходід, С. Лупінович, А. Михайліченко. – Т. : Мандрівець, 2017. – 160 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.

