

КИЇВСЬКИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ БОРИСА ГРІНЧЕНКА  
ФАКУЛЬТЕТ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ  
Кафедра дошкільної освіти

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

Проректор  
з науково-методичної  
та навчальної роботи

Олексій ЖИЛЬЦОВ

«    »    2023 року



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
ОДФ.04 ТЕХНОЛОГІЇ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖЕННЯ  
ДИТИНИ

для студентів

спеціальності 012 Дошкільна освіта

рівня вищої освіти першого (бакалаврського)

освітньої програми 012.00.01 Дошкільна освіта (термін навчання 2 р. 10 міс)



Київ-2023

Розробник:

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

Викладач:

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

Робочу програму навчальної дисципліни розглянуто і затверджено на засіданні кафедри дошкільної освіти.

Протокол від 25 серпня 2023 р., №12

Завідувач кафедри



Олена ПОЛОВІНА

Робочу програму навчальної дисципліни погоджено з гарантом освітньо-професійної програми 012.00.01 Дошкільна освіта першого (бакалаврського) рівня вищої освіти (ред. 2023 р., термін навчання 2 р. 10 міс)

«25» 08 2023 р.

Гарант освітньо-професійної програми 012.00.01 Дошкільна освіта першого (бакалаврського) рівня вищої освіти (ред. 2023 р., термін навчання 2р.10 міс.)



Олена ПОЛОВІНА

Робочу програму перевірено

«30» 08 2023 р.

Заступник декана Факультету педагогічної освіти з науково-методичної та навчальної роботи



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	9/270	9/270
Курс	1	1
Семестр	1, 2	1, 2
Кількість змістових модулів з розподілом:		
Обсяг кредитів	9	9
Обсяг годин, в тому числі:	270	270
Аудиторні	126	36
Модульний контроль	18	-
Семестровий контроль	30	-
Самостійна робота	96	234
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 всіх складових навчальної дисципліни;
- формуванні мотиваційної поведінки щодо здорового способу життя на основі усвідомлення цінностей і мотивів оздоровчої активності;
- оволодінні уміннями використовувати в майбутній професійній діяльності доцільні методи і прийоми, різноманітні форми освітньої взаємодії в процесі фізичного виховання та оздоровлення дітей раннього і дошкільного віку на основі тісної співпраці з родинами;
- формуванні у майбутніх фахівців практичних професійних умінь з організації фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку;

– 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-9.** Здійснення безпечної діяльності.

*Фахові компетентності:*

**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:

**РН-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.

**РН-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.

**РН-14** Мати навички збереження та зміцнення психофізичного і соціального здоров'я дітей.

**РН-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.

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

**РН-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.	8	2	2	2	2
Тема 2. Здоров'язбережувальна сутність освітнього процесу ЗДО	8	2	2	2	2
Тема 3. Морфофункціональне забезпечення рухової активності дітей раннього і дошкільного віку	4	-	2	-	2
Тема 4. Основи навчання і розвитку дітей дошкільного віку в процесі фізичного виховання	4	-	2	-	2
Модульний контроль 1	2	-	-	-	-
Разом	<b>26</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>4</b>	<b>8</b>
<b>Змістовий модуль 2. Психолого-педагогічні основи технології реалізації фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку</b>					
Тема 5. Зміст і методика навчання дітей дошкільного віку вправ на шиккування і перешикування	10	2	2	2	4
Тема 6. Зміст і методика навчання дітей дошкільного віку загальнорозвивальних вправ	14	2	2	2	8
Тема 7. Методика навчання дітей дошкільного віку основних рухів	14	2	2	2	8

Модульний контроль 2	<b>2</b>				
Тема 8. Ігрові технології у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку	20	2	2	6	12
Модульний контроль 3	<b>2</b>	-	-	-	-
Тема 9. Технології проведення занять з фізичної культури в ЗДО	28	4	4	8	12
Модульний контроль 4	<b>2</b>	-	-	-	-
Тема 10. Технології проведення фізкультурно-оздоровчих заходів з дітьми дошкільного віку	24	4	2	6	12
Модульний контроль 5	<b>2</b>	-	-	-	-
Тема 11. Технології забезпечення рухової активності дітей дошкільного віку у повсякденній життєдіяльності в ЗДО	20	2	-	6	12
Тема 12. Система загартування в умовах ЗДО	12	-	-	4	8
Модульний контроль 6	<b>2</b>	-	-	-	-
Модульний контроль	Разом	12			
	Разом	<b>180</b>	<b>22</b>	<b>22</b>	<b>40</b>
<b>2 півріччя</b>					
<b>Змістовий модуль 3. Фізичне виховання та оздоровлення дітей раннього віку</b>					
Тема 13. Завдання фізичного виховання дітей першого, другого, третього року життя	<b>4</b>	2	-	2	-
Тема 14. Особливості застосування засобів фізичного виховання та оздоровлення дітей раннього віку	<b>4</b>	-	2	2	-
Тема 15. Форми організації фізичного виховання та оздоровлення дітей раннього віку	<b>6</b>	2	-	2	2
Модульний контроль 7	<b>2</b>	-	-	-	-
	<b>16</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>6</b>	<b>2</b>
<b>Змістовий модуль 4. Організація здоров'язбережувальної діяльності в ЗДО</b>					
Тема 16. Планування здоров'язбережувальної діяльності в ЗДО	8	-	2	6	-
Тема 17. Моніторинг здоров'я, фізичного	6	-	-	4	2

розвитку та фізичної підготовленості дітей дошкільного віку						
Модульний контроль 8	<b>2</b>	-	-	-	-	
Тема 18. Розвивальне фізкультурно-ігрове середовище як фактор здоров'я та розвитку дитини	4	-	-	2	2	
Тема 19. Технологічний підхід як інноваційна необхідність в організації фізичного виховання дітей дошкільного віку	8	2	2	2	2	
Тема 20. Руховий режим у ЗДО	8	2	-	4	2	
Модульний контроль 9	<b>2</b>	-	-	-	-	
Тема 21. Співпраця ЗДО та сім'ї з питань здоров'язбереження дітей дошкільного віку	4	-	-	2	2	
Тема 22. Стан, проблеми, перспективи фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку	2	-	2	-	-	
Модульний контроль	Разом	6				
	Разом	<b>90</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>26</b>	<b>12</b>
Підготовка та проходження контрольних заходів		<b>30</b>				
Модульний контроль	Разом	<b>18</b>				
	Усього	<b>270</b>	<b>30</b>	<b>30</b>	<b>66</b>	<b>96</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	12	2	-	2	8
<b>Змістовий модуль 2. Психолого-педагогічні основи технології реалізації фізичного виховання дітей дошкільного віку</b>					
Тема 2. Зміст і методика навчання дітей дошкільного віку вправ на шикування і перешикування	24	-	-	2	22
Тема 3. Зміст і методика навчання дітей дошкільного віку загальнорозвивальних вправ	24	-	-	2	22
Тема 4. Методика навчання дітей дошкільного віку основних рухів	26	2	-	2	22
Тема 5. Ігрові технології у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку	42	-	2	4	36
Тема 4. Технології проведення занять з фізичної культури в ЗДО	42	2	2	2	36
Тема 3. Технології проведення фізкультурно-оздоровчих заходів з дітьми дошкільного віку	42	2	2	2	36
Тема 11. Технології забезпечення рухової активності дітей дошкільного віку у повсякденній життєдіяльності в ЗДО	18	-	-	2	16
<b>Змістовий модуль 3 . Організація здоров'язбережувальної діяльності в ЗДО</b>					

Тема 5. Руховий режим ЗДО	40	2	-	2	36
Підготовка та проходження контрольних заходів		-	-	-	-
Разом	<b>270</b>	<b>10</b>	<b>6</b>	<b>20</b>	<b>234</b>
<b>Теми, винесені на самостійне вивчення</b>					
1. Вікові особливості дітей раннього та дошкільного віку					
2. Інноваційні оздоровчі технології					

## **5. Програма навчальної дисципліни**

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

#### ТЕМА 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.

## **ТЕМА 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.

Особливості використання здоров'язбережувальних технологій в умовах укриття під час повітряної тривоги в ЗДО.

*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: ЗОШПО, 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.

### **ТЕМА 3.**

#### **Морфофункціональне забезпечення рухової активності дітей раннього і дошкільного віку**

Характеристика оздоровчих, освітніх та виховних завдань фізичного виховання дітей дошкільного віку.

Оздоровчі завдання: охорона і збереження здоров'я, удосконалення функцій і систем організму, всебічний фізичний розвиток (загартування, формування опорно-рухового апарату, формування постави, попередження плоскостопості, підвищення фізичної і розумової працездатності організму).

Освітні завдання: формування рухових умінь і навичок, розвиток фізичних якостей, засвоєння дошкільниками елементарних знань про власний організм, роль фізичних вправ у його життєдіяльності, способах зміцнення власного здоров'я.

Виховні завдання: виховання у дітей потреби у щоденних фізичних вправах, інтересу до фізичної культури, забезпечення різнобічного розвитку дітей у процесі фізичного виховання.

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.

*Основні поняття теми:* охорона і збереження здоров'я, оздоровча спрямованість фізичних вправ, комплексний підхід до реалізації завдань фізичного виховання дітей.

*Базисні компетентності з теми:*

- уміти характеризувати основні складові системи фізичного виховання дітей дошкільного віку: мету, завдання 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. – 428 с.

## ТЕМА 4

### **Основи навчання і розвитку дітей дошкільного віку в процесі фізичного виховання**

Принципи фізичного виховання дітей дошкільного віку. Принципи організації педагогічного процесу з фізичної культури в ЗДО. Принципи побудови занять фізичними вправами з дітьми дошкільного віку. Специфіка реалізації принципів навчання у фізичному вихованні дошкільників.

Етапи навчання дітей рухових дій: початкове розучування, поглиблене розучування, закріплення та удосконалення рухових дій. Поняття про рухові уміння та навички. Взаємозв'язок формування рухових навичок та розвитку фізичних якостей.

Методи і прийоми навчання дітей дошкільного віку фізичних вправ. Наочні методи і прийоми. Словесні методи і прийоми. Практичні методи і прийоми. Співвідношення дидактичних методів і прийомів навчання на різних етапах формування рухової навички.

*Основні поняття теми:* рухові уміння, рухова навички, етапи формування рухової навички, принципи фізичного виховання дітей дошкільного віку, методи і прийоми навчання дітей дошкільного віку фізичних вправ.

*Базисні компетентності з теми:*

- знати закономірності фізичного розвитку дітей дошкільного віку;
- знати етапи, принципи, методи навчання фізичних вправ 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. – 428 с.

**ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2**  
**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСНОВИ ТЕХНОЛОГІЇ РЕАЛІЗАЦІЇ**  
**ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ОЗДОРОВЛЕННЯ ДІТЕЙ**  
**ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

**ТЕМА 5.**

**Зміст і методика навчання дітей дошкільного віку вправ на  
шикування і перешикування**

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.

Основи безпеки під час виконання дітьми стройових вправ. Значення вправ на шикування та перешикування для організованого і швидкого розміщення дітей в разі повітряної тривоги, під час прямування в укриття.

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.

**ТЕМА 6.**

**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. Регулювання фізичного навантаження під час виконання загальнорозвивальних вправ. Навчання дітей різних вікових груп правильно дихати під час виконання загальнорозвивальних вправ.

Основи безпеки під час виконання дітьми загальнорозвивальних вправ.

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.

#### **ТЕМА 7.**

#### **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.

Основи безпеки під час виконання дітьми основних рухів. Запобігання травматизму та забезпечення страхування під час виконання основних рухів.

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.

#### **ТЕМА 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.

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

Основи безпеки під час проведення рухливих ігор різних видів. Правила поведінки дітей під час гри та запобігання травматизму. Регулювання фізичного, психічного та емоційного навантаження.

Використання рухливих ігор в освітньому процесі ЗДО. Особливості використання рухливих ігор на обмеженій площині в умовах укриття під час повітряної тривоги в 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, безпосереднє та опосередковане керівництво рухливою грою, етапи навчання, правила, малі фольклорні жанри, 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.

## **ТЕМА 9.**

### **Технології 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.

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.

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

Педагогічні умови підвищення рухової активності дітей дошкільного віку під час занять з фізичної культури

Попередження травматизму під час проведення фізкультурних занять у залі та на повітрі, забезпечення страхування під час виконання основних рухів.

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

*Базисні компетентності компетенції з теми:*

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

### **ТЕМА 10.**

#### **Технології проведення фізкультурно-оздоровчих заходів з дітьми дошкільного віку**

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 фізкультхвилинки та фізкультпауз.

Попередження травматизму під час проведення фізкультурно-оздоровчих заходів.

*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. 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.
- 3.

### **ТЕМА 11.**

#### **Технології забезпечення рухової активності дітей дошкільного віку у повсякденній життєдіяльності в ЗДО**

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.

Попередження травматизму під час проведення різних форм активного відпочинку.

*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.

## ТЕМА 12

### **Система загартування в умовах ЗДО**

Значення загартування для фізичного розвитку дітей. Принципи загартування. Види загартувальних процедур. Вимоги до системи загартувальних процедур в ЗДО. Проблема використання загартувальних заходів у практиці ЗДО. Метод поступового дозованого зниження температур впливу (повітряні, сонячні ванни, різні водні процедури місцевого і загального характеру: обтирання, обливання, ножні ванни та ін.).

Природні методи загартування, що найбільш прийнятні для ЗДО (прогулянки, умивання, передбачені розпорядком дня дітей, полегшен ий одяг, ходьба босоніж та ін.). Свіже повітря і чистота у групі – запорука ефективності усієї оздоровчої роботи. Щоденне перебування дітей на повітрі до чотирьох годин, влітку - постійне перебування дітей на повітрі. Водні процедури - вологі обтирання, обливання ніг з поступовим переходом до загальних водних процедур - обливання всього тіла. Загартувальні процедури проводяться під контролем лікаря.

*Основні поняття теми:* принципи загартування; види загартувальних процедур; природні методи загартування, водні процедури.

*Базисні компетентності з теми:*

- знати завдання фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку;
- оволодіти системою знань щодо організації загартування 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.

### **ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА ОЗДОРОВЛЕННЯ ДІТЕЙ РАНЬОГО ВІКУ**

**ТЕМА 13.**

#### **Завдання фізичного виховання дітей першого, другого, третього року життя**

Вікові особливості розвитку організму дітей раннього віку. Особливості розвитку моторики дітей раннього віку.

Специфіка завдань фізичного виховання та оздоровлення дітей раннього віку. Характеристика оздоровчих, освітніх та виховних завдань фізичного виховання дітей раннього віку. Комплексний підхід до реалізації завдань фізичного виховання дітей. Обумовленість завдань фізичного виховання дітей раннього віку анатомічними і психофізіологічними особливостями їхнього організму.

Сучасні уявлення про фізичне виховання дітей раннього віку.

*Основні поняття теми:* завдання фізичного виховання, анатомо-фізіологічні особливості, розвиток моторики дітей раннього віку.

*Базисні компетентності з теми:*

- знати завдання фізичного виховання та оздоровлення дітей раннього віку;
- знати особливості розвитку моторики 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.

**ТЕМА 14.**

## **Особливості застосування засобів фізичного виховання та оздоровлення дітей раннього віку**

Характеристика засобів фізичного виховання дітей раннього віку: сили природи (сонце, повітря і води), гігієнічні фактори (розпорядок процесів життєдіяльності, харчування, особиста гігієна), фізичні вправи. Фізичні вправи як специфічний засіб фізичного виховання. Характеристика фізичних вправ. Оздоровчий потенціал фізичних вправ.

Гігієнічні фактори – раціональний руховий режим, харчування, гігієна одягу, взуття, обладнання, приміщення як умова попередження захворюваності дітей та зміцнення здоров'я. Реалізація гігієнічних факторів – створення фізіологічного та психологічного комфорту для дитини, врахування її індивідуальності.

Природні фактори у фізичному вихованні і розвитку дитини як джерело здоров'я, загартування і підвищення працездатності організму дитини.

*Основні поняття теми:* доцільний руховий режим, психогігієнічні, природні фактори, фізичні вправи, розпорядок життєдіяльності.

*Базисні компетентності з теми:*

- уміти характеризувати основні складові системи фізичного виховання дітей раннього віку: мету, завдання, засоби фізичного виховання;
- знати оздоровчий потенціал 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

## **ТЕМА 15.**

### **Форми організації фізичного виховання та оздоровлення дітей раннього віку**

Форми організації фізичного виховання дітей раннього віку. 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.

Основи безпеки під час проведення різних форм організації фізичного виховання 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. 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 4 ОРГАНІЗАЦІЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ЗДО**

### **ТЕМА 16.**

#### **Планування 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. Принцип прогресування.

Оперативне планування роботи з фізичного виховання та оздоровлення дітей. Облік роботи з фізичного виховання. Види обліку: попередній, поточний, рубіжний.

*Основні поняття теми:* річний план, календарний план, план-графік, облік роботи, план-конспект заняття з фізичної культури, рубіжні зрізи, система планування.

*Базисні компетентності з теми:*

- усвідомити значимість планування фізкультурно-оздоровчої роботи як програмування певних кінцевих результатів здоров'я, фізичного розвитку, рухової підготовленості дітей дошкільного віку;
- засвоїти принципи, структуру планування;
- оволодіти практичними навичками перспективного і календарного планування всіх видів фізичних вправ.

#### Література:

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми : Університет. кн., 2019. – 467 с.

### ТЕМА 17.

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

Основні напрями діагностики у фізичному вихованні дітей дошкільного віку: моніторинг стану здоров'я; моніторинг фізичного розвитку; діагностика рухової (фізичної) підготовленості; визначення моторної щільності заняття з фізичної культури; визначення реакції організму дитини на фізичне навантаження під час проведення заняття з фізичної культури. Групи для занять фізичною культурою: *основна, підготовча, спеціальна.*

Основні методи дослідження фізичного розвитку – *соматоскопія (зовнішній огляд) і антропометрія.* Фізичний розвиток оцінюється рівнем антропометричних показників (показники зросту, ваги, окружності грудної клітки), ступенем жировідкладення, станом опорно-рухового апарату. Оцінка функціональних можливостей дітей передбачає визначення стану серцево-судинної системи, життєвої місткості легень

Напрями діагностики рухової (фізичної) підготовленості дітей дошкільного віку: діагностика фізичних якостей; діагностика рівня розвитку рухових умінь і навичок.

Фізичне навантаження як визначена міра впливу фізичних вправ на організм дитини. Фізичне навантаження характеризується обсягом (кількість виконаних фізичних вправ, довжина дистанції) та інтенсивністю (час, затрачений на виконання рухової дії). Моторна щільність як показник фізичного навантаження під час заняття з фізичної культури.

Діагностика фізичного розвитку, фізичної підготовленості, рухової активності дітей. Визначення рівня фізичного розвитку методом антропометрії. Динамічне спостереження за станом здоров'я дітей.

Оцінка впливу фізичного навантаження у процесі проведення різних форм роботи з фізичного виховання на організм дитини. Метод пульсометрії. Характеристика рухової активності дітей (крокометрія).



*Основні поняття теми:* педагогічна діагностика, моніторинг здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовленості дітей дошкільного віку, лікарсько-педагогічний контроль, групи здоров'я, метод пульсометрії, метод хронометрування, крокометрія.

*Базисні компетентності з теми:*

- усвідомити значимість діагностування як умови ефективного функціонування системи фізичного виховання;
- засвоїти діагностичні методики;
- оволодіти практичними вміннями педагогічної оцінки рівня здоров'я, фізичного розвитку, рухової підготовленості 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.

## ТЕМА 18.

### **Розвивальне фізкультурно-ігрове середовище як фактор здоров'я та розвитку дитини**

Значення розвивального фізкультурно-ігрового середовища для фізичного розвитку дитини. Вимоги до проєктування фізкультурно-ігрового середовища. Вимоги до фізкультурного обладнання. Запобігання травматизму. Специфіка фізкультурно-ігрового середовища у різних вікових групах. Використання нестандартного фізкультурного обладнання під час організації різних форм роботи з фізичного виховання.

Використання фізкультурного обладнання на обмеженій площині в умовах укриття під час повітряної тривоги в ЗДО.

*Основні поняття теми:* фізкультурно-ігрове середовище; фізкультурне обладнання, рухова діяльність.

*Базисні компетентності з теми:*

- засвоїти принципи відбору та методи ефективного використання фізкультурного обладнання 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.

## ТЕМА 19.

### **Технологічний підхід як інноваційна необхідність в організації фізичного виховання дітей дошкільного віку**

Технологічний підхід у фізичному вихованні як спосіб якісної зміни конкретної педагогічної реалії. Поняття «технологія фізичного виховання». Основні компоненти технології: діагностика і прогнозування фізичного розвитку дітей дошкільного віку, організація здорового способу життя, корекційна робота, створення розвивального фізкультурно-ігрового середовища, співпраця із родинами вихованців, оцінка, самооцінка результатів діяльності.

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

*Базисні компетентності компетенції з теми:*

- володіти термінологією в галузі фізичного виховання;
- характеризувати компоненти фізичного виховання.

#### **Література:**

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : навч. посіб. / Е. С. Вільчковський, О. І. Курок. – 2-ге вид., перероб. та доп. – Суми : Університет. кн., 2019. – 467 с.

## **ТЕМА 20.**

### **Руховий режим у 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.

**ТЕМА 21.**

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

Взаємодія як триєдність суб'єктів «педагоги- діти- батьки». Роль взаємної трансляції у змісті і формах фізичного виховання дітей, де родина – головний інститут виховання здорової дитини, ЗДО – джерело інформації про засоби здоров'я і розвитку дитини.

Основні напрями взаємодії як частина системи фізкультурно-оздоровчої роботи в ЗДО. Ефективні форми співпраці ЗДО з родинами вихованців.

*Основні поняття теми:* ЗДО як відкрита система, взаємодія, взаємна трансляція; оздоровчі системи; напрями співробітництва.

*Базисні компетентності з теми:*

- розуміти значимість взаємодії ЗДО із родинами вихованців у вихованні здорової дитини;
- знати основні напрями співробітництва, уміти визначати пріоритетні на певний період;
- володіти формами і методами взаємодії;
- уміти транслювати еталони організації фізичного виховання 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.

## ТЕМА 22.

### **Стан, проблеми, перспективи фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку**

Характеристика сучасного стану фізичного виховання в умовах ЗДО в контексті оздоровчої парадигми. Фізичне виховання у програмі як результат базисних наукових досліджень і кращого педагогічного досвіду. Здоров'я дітей як педагогічна проблема. Експериментальний пошук ефективних форм і методів роботи з дітьми щодо зміцнення здоров'я, удосконалення фізичного розвитку, формування рухових умінь і навичок. Інноваційні технології у фізичному вихованні дошкільників. Єдність фізичного виховання в ЗДО та родині – основа здоров'я дитини. Пасивний руховий режим ЗДО. Різноманітне фізкультурно-ігрове середовище ЗДО як психолого-педагогічна проблема. Інтеграція ігрової та рухової діяльності дітей – важливе завдання освітнього процесу ЗДО.

*Основні поняття теми:* гуманізація фізичного виховання, особистісно орієнтований підхід, інновації у фізичному вихованні, оздоровча парадигма.

#### *Базисні компетентності з теми:*

- усвідомити основні проблеми фізичного виховання дітей дошкільного віку та орієнтири їх вирішення;
- уміти орієнтуватися в освітньому просторі фізичного виховання дітей.

#### **Література:**

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.

### **6.Контроль навчальних досягнень**

Система оцінювання навчальних досягнень студентів (ДФН)

		ЗМ 1	ЗМ2	ЗМ3	ЗМ4
--	--	------	-----	-----	-----

Вид діяльності студентів	Максимальна к-сть балів за	Кількість	Максимальна кількість балів	кількість	Максимальна кількість балів	кількість	Максимальна кількість балів	кількість	Максимальна кількість балів	кількість
Відвідування лекцій	1	2	2	9	9	2	2	2	2	2
Відвідування семінарських занять	1	4	4	7	7	1	1	3	3	3
Робота на семінарському занятті	10	4	40	7	70	1	10	3	30	30
Відвідування практичних занять	1	2	2	18	18	3	3	10	10	10
Робота на практичному занятті	10	2	20	18	180	3	30	10	100	100
Виконання завдань для самостійної роботи	5	-	-	3	15	-	-	-	-	-
Виконання модульної роботи	25	1	25	5	125	1	25	2	50	50
Разом		15	93	67	424	11	71	30	195	195
Максимальна кількість балів: 783										
Розрахунок коефіцієнта: 13										

Система оцінювання навчальних досягнень студентів (ЗФН)

		ЗМ 1	ЗМ2	ЗМ3
--	--	------	-----	-----

Вид діяльності студентів	Максимальна к-сть балів за	Кількість	Максимальна кількість балів	кількість	Максимальна кількість балів	кількість	Максимальна кількість балів		
Відвідування лекцій	1	1	1	3	3	1	1	-	-
Відвідування практичних занять	1	1	1	8	8	1	1	-	-
Робота на практичному занятті	10	1	10	8	80	1	10	-	-
Відвідування семінарських занять	-	-	-	3	3	-	-	-	-
Робота на семінарському занятті	-	-	-	3	30	-	-	-	-
Виконання завдань для самостійної роботи	5	-	-	-	-	3	15	-	-
Разом		3	12	25	124	6	27		
Максимальна кількість балів: 163									
Розрахунок коефіцієнта: 2,7									

## 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 (всього три заняття). Визначте способи організації дітей для виконання основних рухів, зробіть розмітку.

**Критерії оцінювання:**

п/н	Критерії оцінювання одного заняття	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
	Загальна кількість балів за 3 плани – 15 б.	

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

Програмою навчальної дисципліни «Технології здоров'язбереження дитини» 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.



### 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

Приклади тестових завдань:

**1. Вкажіть правильні відповіді.**

Засоби фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку:

- А фізичні вправи
- Б заняття з фізичної культури
- В оздоровчі сили природи
- Г спортивне свято
- Д гігієнічні фактори

**2. Вкажіть правильну відповідь.**

За станом здоров'я, фізичного розвитку, рівнем фізичної підготовленості дітей розподіляють на групи здоров'я:

- А слабку, середню, сильну
- Б основну, підготовчу, спеціальну
- В оздоровчу, фізкультурну, спортивну
- Г без відхилень у стані здоров'я, з відхиленнями у стані здоров'я

3. Чи вірним є твердження, що пальчикові вправи можна використовувати в усіх вікових групах?

- А так

Б ні

#### **4. Встановіть відповідність частин.**

А інноваційні оздоровчі технології:

Б оздоровчі технології терапевтичного спрямування:

- 1) Фітболгімнастика
- 2) Фітотерапія
- 3) Кольоротерапія
- 4) пальчикові вправи
- 5) дихальна гімнастика
- 6) сміхотерапія
- 7) аромотерапія
- 8) казкотерапія
- 9) музикотерапія
- 10) психогімнастика

#### **5. Відтворіть правильну послідовність.**

Встановіть правильну послідовність складових готовності бути здоровим:

1. Здатність (можу) будувати свої відносини із самим собою та довкіллям
2. Потреба (хочу) бути здоровим.
3. Рішучість (буду) жити за природо відповідними законами.

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

Рейтингова оцінка	Оцінка за стобальною шкалою	Значення оцінки
-------------------	-----------------------------	-----------------

A	90-100 балів	Відмінно – відмінний рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу з можливими незначними недоліками
B	82-89 балів	Дуже добре – достатньо високий рівень знань (умінь) в межах обов'язкового матеріалу без суттєвих (грубих) помилок
C	75-81 балів	Добре – в цілому добрий рівень знань (умінь) з незначною кількістю помилок
D	69-74 балів	Задовільно – посередній рівень знань (умінь) із значною кількістю недоліків, достатній для подальшого навчання або професійної діяльності
E	60-68 балів	Достатньо – мінімально можливий допустимий рівень знань (умінь)
Fx	35-59 балів	Незадовільно з можливістю повторного складання – незадовільний рівень знань, з можливістю повторного перескладання за умови належного самостійного доопрацювання
F	1-34 балів	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням курсу – досить низький рівень знань (умінь), що вимагає повторного вивчення дисципліни

## НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНА КАРТКА КУРСУ

Разом: 270 год, лекції – 30 год, сем. – 30 год., практи – 66 год, СР – 96 год, МК – 18 год.

Модулі	Змістовий модуль I		Змістовий модуль II						
Лекції	1 1б.	2 1б.	3 1б.	4 1б.	5 1б.	6 1б.	7,8 2б	9,10 2б.	11 1б.
<b>Теми лекцій</b>	Забезпечення системи здорового способу життя в умовах ЗДО	Здоров'язбережувальна сутність освітнього процесу ЗДО	Зміст і методика навчання дітей дошкільного віку вправ на шикування і перешикування	Зміст і методика навчання дітей дошкільного віку загальноорозвивальних вправ	Методика навчання дітей дошкільного віку основних рухів	Ігрові технології у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку	Технології проведення занять з фізичної культури в ЗДО	Технології проведення фізкультурно-оздоровчих заходів з дітьми	Технології забезпечення рухової активності дітей дошкільного віку у повсякденній життєдіяльності в ЗДО
<b>семінар.</b>	1 11б. 2 11б	3 11б. 4 11б.	5 11б.	6 11б.	7 11б.	8 11б.	9,10 22б.	11 11б.	
<b>Теми семінар.</b>	Інноваційні підходи до формування здоров'язбережувальної компетентності дитини. 2.3Т в освітньому процесі ЗДО	3.Вікові особливості і дітей раннього і дошкільного віку. 4. Дидактичні	<b>ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ВПРАВ НА</b>	Зміст і методика навчання дітей дошкільного віку загальноорозвивальних вправ	Методика навчання дітей дошкільного віку основних рухів	<b>педагогічний супровід рухливої гри дітей</b>	Заняття з фізичної культури в ЗДО - основна форма освітньої взаємодії з фізичного виховання	проведення фізкультурно-оздоровчих заходів з дітьми дошкільного	-
<b>Практ.</b>	1 11б.	2 11б.	3 11б.	4 11б.	5 11б.	6,7,8 33б.	9,10,11,12 44б.	13,14,15 33б.	16,17,18 33б. 19,20 22б.
<b>Теми практи.</b>	Компоненти здорового способу життя дітей дошкільного віку	методичних основ використання здоров'язбережувальних технологій у практиці роботи	методика навчання дітей вправ на шикування	методика навчання дітей ЗРВ	Методика навчання дітей дошкільного віку основних рухів	Практичне проведення рухливих ігор для дітей дошкільного віку	Організація проведення занять з фізичної культури для дітей дошкільного віку	Організація і проведення фізкультурно-оздоровчих заходів	Планування форм активного відпочинку дітей в ЗДО. Загартування дітей дошкільного віку
<b>МКР</b>		МКР 25 б.		МКР 25 б.		МКР 25 б.	МКР 25 б.	МКР 25 б.	МКР 25 б.
	<b>Змістовий модуль III</b>		<b>Змістовий модуль IV</b>						

Модулі								
Лекції	12 16.	13 16.				14 16.	15 16.	-
Теми лекцій	Завдання фізичного виховання дітей першого, другого, третього року життя	Форми освітньої взаємодії з фізичного виховання та оздоровлення дітей раннього віку				Технологічний підхід як інноваційна необхідність в організації фізичного виховання дітей	Руховий режим ЗДО	
семінар.	12 11 б.		13 11 б.	14 11 б.				15 11 б.
Теми семінар.	Засоби фізичного виховання та здоров'язбереження дітей раннього віку		Планування роботи з фізичного виховання	Корекційна робота з дітьми в процесі фізичного виховання				Стан, проблеми, перспективи фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку
Практ.	21 11 б.	22, 23 22 б.	24,25,26 33 б.	27,28 22б.	29 11б.	30 11 б.	31,32 22б.	33 11б.
Теми практ.	Реалізація завдань з фізичного виховання дітей раннього віку. Добірка фізичних вправ для дітей раннього віку. Форми роботи з фізичного виховання в ранньому віці		Планування роботи з фізичного виховання	Моніторинг здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовленості дітей дошкільного віку Розвивальне фізкультурно-ігрове середовище		Діагностика фізичної підготовленості дітей дошкільного віку	Розроблення моделі рухового режиму дітей дошкільного віку	Підготовка педагогічних кейсів для батьків
СР			15					
МКР	25			25	25			
Іспит 40 б.			Максимальна кількість балів: 783 Розрахунок коефіцієнта: 13					

## 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.

## ТЕМАТИКА СЕМІНАРСЬКИХ І ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

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

#### ТЕМА 1

**Здоров'я як категорія особистісних, суспільних та загальнолюдських цінностей.  
Забезпечення системи здорового способу життя в умовах ЗДО**

#### 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.

#### 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

Компоненти ЗСЖ	Шляхи і засоби забезпечення
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.

### ТЕМА 2

#### Здоров'язберезувальна сутність освітнього процесу ЗДО

#### Семінарське заняття 2

#### 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. Вправління студентів у застосуванні інноваційних оздоровчих технологій в практиці роботи ЗДО.
2. Вправління студентів у застосуванні оздоровчих технологій терапевтичного спрямування в практиці роботи ЗДО.
3. Вправління 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.

### ТЕМА 3.

#### Морфофункціональне забезпечення рухової активності дітей раннього і дошкільного віку

#### Семінарське заняття 3

#### Вікові особливості дітей раннього і дошкільного віку

##### План заняття:

1. Обумовленість завдань фізичного виховання дітей дошкільного віку анатомічними і психофізіологічними особливостями їхнього організму.
2. 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.

Рекомендована література:

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.

#### ТЕМА 4

### Основи навчання і розвитку дітей дошкільного віку в процесі фізичного виховання

#### Семінарське заняття 4. Основи навчання і розвитку дітей дошкільного віку в процесі фізичного виховання

План заняття:

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. Підсумок заняття.

Рекомендована література:

Основна:

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 / К. : ТОВ «Лазурит-Поліграф», 2016. – 144 с.

#### ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2

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

#### ТЕМА 5.

#### Зміст і методика навчання дітей дошкільного віку вправ на шиккування і перешикування

#### Семінарське заняття 5

#### Зміст і методика навчання дітей дошкільного віку вправ на шиккування і перешикування

План заняття:

1. Методи і прийоми навчання вправ на шиккування і перешикування дітей молодшого дошкільного віку.
2. Методи і прийоми навчання вправ на шиккування і перешикування дітей середнього дошкільного віку.
3. Методи і прийоми навчання вправ на шиккування і перешикування дітей старшого дошкільного віку.

*Завдання:*

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

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

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**

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

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

Додаткова:

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

### ТЕМА 6.

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

#### **Семінарське заняття 6**

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

План заняття:

1. Методи й прийоми навчання дітей молодшого дошкільного віку загальнорозвивальних вправ.
2. Методи й прийоми навчання дітей середнього дошкільного віку загальнорозвивальних вправ.
3. Методи й прийоми навчання дітей старшого дошкільного віку загальнорозвивальних вправ.
4. Підсумок заняття.

Рекомендована література:

Основна:

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

Додаткова:

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

#### **Практичне заняття 4** **Методика навчання дітей дошкільного віку** **загальнорозвивальних вправ**

План заняття:

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

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.

#### ТЕМА 7.

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

#### **Семінарське заняття 7**

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

План заняття:

1. Методика навчання основних рухів у різних вікових групах.
2. Підсумок заняття.

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

<b>Вид основного руху</b>	<b>Опис вправи дітям</b>
Ходьба з високим підніманням колін (друга молодша група)	
Повзання по лаві на карачках (старша група)	
Відбивання м'яча від підлоги (старша група)	
Стрибки у довжину з місця (середня група)	

Рекомендована література:

Основна:

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

Додаткова:

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

### **Практичне заняття 5**

**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, методами і прийомами ознайомлення з ними дошкільників.

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.

### **ТЕМА 8.**

**Ігрові технології у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку**

### Семінарське заняття 8

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

План заняття:

1. Особливості методики проведення рухливої гри в різних вікових групах.
2. Варіативність 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.

### Практичне заняття 6, 7, 8

#### 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.

### ТЕМА 9.

#### Технології проведення занять з фізичної культури в ЗДО

### Семінарське заняття 9, 10

## **Заняття з фізичної культури в ЗДО - основна форма організації 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.

## ТЕМА 10.

### **Технології проведення фізкультурно-оздоровчих заходів з дітьми дошкільного віку**

## **Семінарське заняття 11**

## 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.

### 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, 15

### 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.

## ТЕМА 11.

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

## Практичне заняття 16, 17, 18

### 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.

#### ТЕМА 12

### Система загартування в умовах ЗДО

#### Практичне заняття 19, 20

#### 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.

### ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ТА ОЗДОРОВЛЕННЯ ДІТЕЙ РАНЬОГО ВІКУ

#### ТЕМА 13.

#### Завдання фізичного виховання дітей першого, другого, третього року життя

#### Практичне заняття 21

#### Реалізація завдань з фізичного виховання дітей раннього віку.

План заняття:

1. Складіть пам'ятку (10 позицій) щодо особливостей розвитку опорно-рухової, дихальної, нервової, серцево-судинної та ін. систем організму дітей раннього віку (за вибором).
2. Конкретизуйте завдання фізичного виховання дітей раннього віку (у таблиці):

Завдання фізичного виховання	Що це означає?
Зміцнення здоров'я дитини	
Повноцінний фізичний розвиток	
Загартування організму	
.....	
.....	

#### Література:

1. Бсленька Г. В. Здоров'я дитини – від родини / Г. В. Бсленька, 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.

## ТЕМА 14.

**Особливості застосування засобів фізичного виховання та оздоровлення дітей раннього віку****Семінарське заняття 12****Засоби фізичного 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. Характеристика загальнорозвивальних вправ для дітей другого та третього року життя. Особливості навчання.

**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 22****Добірка фізичних вправ для занять з розвитку рухів для дітей раннього віку**

## План заняття:

1. Добірка фізичних вправ для занять з розвитку рухів для дітей раннього віку.

**Література:**

1. 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.
2. 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.

## ТЕМА 15.

**Форми організації фізичного виховання та оздоровлення дітей раннього віку****Практичне заняття 23****Форми організації фізичного виховання та здоров'язбереження дітей раннього віку**

## План заняття:

1. Методика проведення ігрових вправ та рухливих ігор для дітей другого і третього року життя.
2. Зміст занять з розвитку рухів для дітей другого року життя.
3. Методика проведення занять з розвитку рухів для дітей другого року життя.
3. Методика проведення занять з розвитку рухів для дітей третього року життя (І молодша група).

4. Організація самостійної рухової діяльності дітей другого та третього року життя.

**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.

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.

**ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 4**

**ОРГАНІЗАЦІЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ЗДО**

**ТЕМА 16.**

**Планування здоров'язбережувальної діяльності в ЗДО**

**Семінарське заняття 13**

**Планування роботи з фізичного виховання**

Тематика обговорення:

1. 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.

**Практичне заняття 24, 25, 26**

**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.

Рекомендована література:

Основна:

8. 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:

9. 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.

## ТЕМА 17.

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

Практичне заняття 27, 28

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). 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  19 хв	Р. – 1,5 хв	Р. – 15 хв
	Р. – 2,5 хв	
	Р. – 3 хв	
	Р. – 2 хв	
	Р. – 6 хв	
Заключна 3 хв	Р. – 2 хв	Р. – 2 хв
Разом: <b>33 хв</b>		<b>Р. – 25 хв</b>

Примітка:

Р. – дитина рухається, виконує рухове завдання.

Моторну щільність заняття обраховуємо за формулою:

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

33 хв – тривалість фізкультурного заняття у старшій групі;

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

х – моторна щільність фізкультурного заняття.

$$33 \text{ хв.} - 100\%$$

$$25 \text{ хв} - x$$

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

$$33$$

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.

#### **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.

#### **ТЕМА 18.**

### **Розвивальне фізкультурно-ігрове середовище як фактор здоров'я та розвитку дитини**

#### **Практичне заняття 29**

### **Розвивальне фізкультурно-ігрове середовище як фактор здоров'я та розвитку дитини**

#### **План заняття:**

1. Зробити презентацію нетипового фізкультурного обладнання (посібники, атрибути, предмети, інвентар) для проведення рухливих ігор, загальнорозвивальних вправ, основних рухів, постави і стопи.
2. Визначити вимоги до фізкультурного обладнання.

#### **Рекомендована література:**

##### Основна:

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:

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.

#### **ТЕМА 19.**

### **Технологічний підхід як інноваційна необхідність в організації фізичного виховання дітей дошкільного віку**

#### **Семінарське заняття 14**

### **Корекційна робота з дітьми в процесі фізичного виховання**

#### **Тематика обговорення:**

Доповніть таблицю: вкажіть причини порушень у фізичному стані дітей певної вікової групи та методи корекції:

Відхилення у стані здоров'я та фізичного розвитку	Причини відхилень	Заходи щодо профілактики і корекції
Дитина часто і довго хворіє (4 рази на рік і більше)		
Дитина хворіє часто, але відносно швидко одужує		
Дитина хворіє епізодично (1-3 рази на рік)		
Зайва вага		
Загальний низький рівень фізичного розвитку		
Порушення постави, плоскостопість		
Малорухливість		
Гіперрухливість		
Слабкі рухові уміння		
Відсутність інтересу до рухової діяльності		
Низький рівень розвитку фізичних якостей		

#### Рекомендована література:

##### Основна:

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:

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

### Практичне заняття 30

#### Діагностика фізичної підготовленості дітей дошкільного віку

##### 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:**

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.

**ТЕМА 20.****Руховий режим у ЗДО****Практичне заняття 21, 22****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	Підготовка 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.

**ТЕМА 21.****Співпраця ЗДО та сім'ї з питань здоров'язбереження дітей дошкільного віку****Практичне заняття 33****Підготовка педагогічних кейсів для батьків з проблем оздоровлення дітей дошкільного віку****План заняття**

1. Консультування батьків з різних питань фізичного виховання та оздоровлення дітей раннього і 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.

**ТЕМА 22.****Стан, проблеми, перспективи фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку****Семінарське заняття 15**

Стан, проблеми, перспективи фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку

Тематика обговорення:

1. Застосування варіативних ефективних профілактичних та фізкультурно-оздоровчих технологій в освітньому процесі.
2. Мотиви активізації рухової діяльності дітей дошкільного віку.
3. Професійна компетентність педагога.

**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.



