


**ДЕРЖАВНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«УЖГОРОДСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
ФАКУЛЬТЕТ СУСПІЛЬНИХ НАУК
Кафедра загальної педагогіки та педагогіки вищої школи**

«ЗАТВЕРДЖУЮ»
Декан факультету суспільних наук
Юрій ОСТАПЕЦЬ/
« 28 » *серпня* 2024 року



РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

ФОРМУВАННЯ НАВИЧОК ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ

Рівень вищої освіти	перший (бакалаврський) рівень вищої освіти
Галузь знань	01 Освіта/Педагогіка
Спеціальність	012 Дошкільна освіта
Освітня програма	Дошкільна освіта
Статус дисципліни	вибіркова
Мова навчання	українська

Ужгород, 2024


Робоча програма навчальної дисципліни «Формування навичок здорового способу життя» для здобувачів вищої освіти галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 012 Дошкільна освіта освітньої програми «Дошкільна освіта».

Розробники: Ваколя Зоряна Михайлівна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри загальної педагогіки та педагогіки вищої школи.

Робочу програму розглянуто та затверджено на засіданні кафедри загальної педагогіки та педагогіки вищої школи

протокол № 15 від «27» червня 2024 р.

Завідувач кафедри загальної педагогіки та педагогіки вищої школи



(підпис)

/Оксана ПОВІДАЙЧИК/
(прізвище та ініціали)

Схвалено науково-методичною комісією факультету суспільних наук

протокол № 8 від «27» червня 2024 р.

Голова науково-методичної комісії факультету суспільних наук



(підпис)

/Олена ПОПАДИЧ/
(прізвище та ініціали)

© Ваколя З.М., 2024 р.

© ДВНЗ «Ужгородський національний університет», 2024 р.

1. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Розподіл годин за навчальним планом	
	Денна форма навчання	Заочна форма навчання
Кількість кредитів ЄКТС – 4	Рік підготовки:	
Загальна кількість годин – 120	2	2
Кількість модулів – 2	Семестр:	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 4 самостійної роботи студента – 4	4	4
	Лекції:	
	30	10
	Практичні (семінарські):	
	30	8
Форма підсумкового контролю: залік	Лабораторні:	
	-	-
	Самостійна робота:	
	60	102

2. МЕТА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Метою вивчення навчальної дисципліни «**Формування навичок здорового способу життя**» є формування професійної компетентності майбутніх фахівців в галузі дошкільної освіти, що ґрунтується на вивченні теоретичних засад формування здорового способу життя дітей дошкільного віку в умовах суспільного дошкільного виховання та сім'ї; ознайомлення з основами здорового способу життя; оволодіння майбутніми педагогами критеріями здорового способу життя, змістом діяльності щодо формування здорового способу життя дошкільника, передумовами покращення здоров'я та напрямками формування здорового способу життя у дітей; оволодіння інноваційними підходами і технологіями організації повноцінної, змістовної освітньо-оздоровлюваної діяльності дошкільників; формування у дитини усвідомленого ставлення до здоров'я як до цінності, його значення для повноцінної життєдіяльності.

Відповідно до освітньої програми, вивчення дисципліни сприяє формуванню у здобувачів вищої освіти таких компетентностей:

КС-9. Здійснення безпечної діяльності.

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

КС-4. Здатність до формування в дітей раннього і дошкільного віку первинних уявлень про предметне, природне, соціальне довкілля, полікультурне середовище, властивості і відношення предметів; розвитку самосвідомості («Я» дитини і його місце в довкіллі).

КС-6. Здатність до виховання в дітей раннього і дошкільного віку навичок свідомого дотримання суспільно визнаних морально-етичних норм і правил поведінки в полікультурному суспільстві.

КС-8. Здатність до формування в дітей раннього і дошкільного віку навичок екологічно безпечної поведінки і діяльності в побуті, природі й довкіллі.

КС-12. Здатність до фізичного розвитку дітей раннього і дошкільного віку, корекції і зміцнення їхнього здоров'я засобами фізичних вправ і рухової активності.

КС-14. Здатність до формування в дітей раннього і дошкільного віку навичок здорового способу життя як основи культури здоров'я (валеологічної культури) особистості.

КС-21. Здатність працювати з проблемними дітьми, в тому числі з внутрішньо-переміщеними

3. ПЕРЕДУМОВИ ДЛЯ ВИВЧЕННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Передумовами вивчення навчальної дисципліни «**Формування навичок здорового способу життя**» є опанування таких навчальних дисциплін (НД) освітньої програми (ОП):

ОК 6 Основи медичних знань та охорони здоров'я

ОК 9 Вікова педагогіка

ОК 20 Вікова фізіологія та валеологія

4. ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

Відповідно до освітньої програми «**Дошкільна освіта**», вивчення навчальної дисципліни повинно забезпечити досягнення здобувачами вищої освіти таких програмних результатів навчання (ПРН):

Програмні результати навчання	Шифр ПРН
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.	ПРН 1
Розуміти природу і знати вікові особливості дітей з різними рівнями розвитку,	ПРН 3

особливості розвитку обдарованих дітей, індивідуальні відмінності дітей з особливими освітніми потребами, дітей – представників етнічних меншин.	
Здійснювати взаємодію в роботі закладу дошкільної освіти, сім'ї та школи. Залучати батьків до організації освітнього процесу з дітьми раннього і дошкільного віку в умовах закладу дошкільної освіти.	ПРН 5
Вміти складати індивідуальні програми розвитку для дітей з особливими освітніми потребами та необхідні для навчання документи; бути знайомим з універсальним дизайном в освіті та розумним пристосуванням.	ПРН 8
Мати навички збереження та зміцнення психофізичного і соціального здоров'я дітей.	ПРН 14
Проектувати педагогічні заходи із залученням фахівців суміжних галузей, батьків, громадських діячів та ін. для реалізації завдань всебічного розвитку дітей.	ПРН 16
Збирати та аналізувати дані про індивідуальний розвиток дитини.	ПРН 19
Дотримуватись умов безпеки життєдіяльності дітей раннього і дошкільного віку.	ПРН 22

Очікувані результати навчання, які повинні бути досягнуті здобувачами освіти після опанування навчальної дисципліни «Формування навичок здорового способу життя»:

Очікувані результати навчання з дисципліни	Шифр ПРН
Знати педагогічні умови формування соціального досвіду дітей дошкільного віку. Знати закономірності навчально-виховного процесу в ЗДО, які конкретизуються в принципах, реалізуються в технологіях, засобах, методах і прийомах. Знати теоретичні основи організації освітньої діяльності в групах раннього віку та використовувати їх на практиці.	ПРН 1
Знати вікову педагогіку та особливості дітей різного дошкільного віку. Застосовувати принцип індивідуального підходу, враховуючи індивідуально неповторне в особистості кожної дитини. Знати класифікацію дітей з особливими освітніми потребами та розробляти для них окремі алгоритми організації навчання.	ПРН 3
Знати форми роботи з батьками дітей раннього та дошкільного віку та взаємодіяти з ними, залучати їх до освітньо-виховного процесу в ЗДО. Застосовувати творчі форми роботи з батьками, в яких беруть участь діти, інші педагоги та співробітники закладу дошкільної освіти.	ПРН 5
Знати обов'язкові освітні документи для дітей з особливими освітніми потребами та на їхній основі вміти розробляти індивідуальну програму розвитку, співпрацювати з ІРЦ, щоб допомагати дітям з ООП під час навчання та виховання.	ПРН 8
Володіти знаннями та навичками ведення здорового способу життя, знати навчити дітей усвідомлювати цінність власного життя та необхідність збереження здоров'я не тільки фізичного, а й психічного та соціального.	ПРН 14
Знати створювати інтегроване освітнє середовище взаємодіючи із представниками різних професій задля різносторонньої підтримки та всебічного, повноцінного розвитку дитини дошкільного віку.	ПРН 16
Організовувати навчально-виховний процес з урахуванням індивідуальних особливостей кожної дитини; збирати та аналізувати дані, які допоможуть створити комплексне розуміння того, як дитина розвивається та як можна їй допомогти на кожному етапі.	ПРН 19
Знати основи безпеки життєдіяльності дітей раннього та дошкільного віку та дотримуватись їх на практиці задля забезпечення фізичного та психологічного здоров'я дошкільника.	ПРН 22

5. ЗАСОБИ ДІАГНОСТИКИ ТА КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ

Засоби оцінювання та методи демонстрування результатів навчання

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання з навчальної дисципліни «**Формування навичок здорового способу життя**» є:

Поточний контроль, який під час вивчення навчальної дисципліни здійснюється в індивідуальній, груповій та фронтальній формах.

Методи поточного контролю: усний, письмовий, практичний, самоконтроль.

Модульна контрольна робота з навчальної дисципліни проводиться письмово та передбачає виконання завдань з метою діагностики рівня засвоєння основних теоретичних положень змісту навчальної дисципліни, а також виконання завдань, які дозволяють визначати гнучкість педагогічного критичного мислення студентів та рівень сформованості практичних професійних умінь і навичок, креативності у вирішенні проблемних навчальних задач і ситуацій.

Підсумковий семестровий контроль – залік в усній формі.

Форми контролю та критерії оцінювання результатів навчання

Форми поточного контролю. Поточний контроль упродовж вивчення навчальної дисципліни здійснюється в індивідуальній, груповій та фронтальній формах.

Форма модульного контролю. Контрольна робота в письмовій формі.

Форма підсумкового семестрового контролю. Залік.

Методика поточного контролю навчальних досягнень студентів. *Поточний контроль навчальних досягнень* здійснюється в таких формах: практичне заняття; виконання самостійної роботи; навчання на онлайн-платформах, виконання індивідуальних проєктів з презентацією.

Практичне заняття дає змогу тематичної перевірки засвоєння студентами теоретичних питань курсу і набуття загальних (аналізу, синтезу, узагальнення, систематизації) та спеціальних (комунікативних, інтерактивних, перцептивних, рефлексивних) практичних умінь. Окрім запланованих теоретичних питань, до кожного практичного заняття студенти в письмовій формі виконують 1 завдання *індивідуальної роботи* з теми, а також презентують результати діагностичних досліджень, займаються моделюванням виховних педагогічних ситуацій та вирішенням педагогічних задач. *Індивідуальні завдання* дають змогу оцінити розуміння студентами теоретичних засад виховної роботи і здатність проєктувати їх на сучасний освітній процес.

Критерії поточного контролю. *Поточний контроль навчальних досягнень* упродовж семестру здійснюється за такими критеріями:

- опрацювання в повному обсязі змісту тем практичних занять та активна участь у всіх видах навчальної діяльності під час заняття і виконання самостійної роботи до практичних занять, передбачених навчальною робочою програмою дисципліни – 20 б.,

- виконання індивідуальних завдань (розробка проєктів) з презентацією – 20 б.

- навчання на онлайн-платформах з поданням сертифікату про результати навчання – 10 б.

Знання, вміння та навички студентів оцінюються на основі якості виконання вказаних конкретизованих завдань. Кількісна оцінка поточного контролю за конкретним видом навчального заняття визначається як сума балів за окремі види навчальної роботи. Максимальна кількість балів, яку може отримати студент за результатами поточного контролю протягом одного модуля, – 50 б.

Методика модульного контролю навчальних досягнень студентів. Після виконання програми змістового модуля у визначений деканатом термін здійснюється поточний модульний контроль у вигляді виконання контрольної роботи. Модульна контрольна робота з навчальної дисципліни «**Формування навичок здорового способу життя**» проводиться письмово, передбачає виконання завдань різного ступеня складності (від репродуктивних до творчих, професійно орієнтованих), які дозволяють визначати рівень засвоєння основних теоретичних положень змісту навчальної дисципліни, а також виконання завдань, які дозволяють визначати гнучкість педагогічного критичного мислення студентів та рівень сформованості практичних професійних умінь і навичок, креативності у вирішенні проблемних навчальних задач і ситуацій.

Критерії оцінювання модульних завдань. Кожне завдання модульної контрольної роботи (4 теоретичних і 2 практичних завдання) оцінюється поокремо. Загальна оцінка розраховується як

сума оцінок: теоретична частина – 40 балів (по 10 балів кожне теоретичне питання); практична частина оцінюється в 10 балів (по 5 балів кожне практичне завдання). Разом – 50 балів.

Підсумкова оцінка за кожний модуль складається із суми балів за поточне оцінювання (50 б.) і результату модульної контрольної роботи (50 б.) Максимальна оцінка – 100 балів. Якщо з об'єктивних причин студент не пройшов модульний контроль у визначений термін, то він має право з дозволу деканату пройти його протягом двох тижнів після виникнення заборгованості.

Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти (модуль 1)

Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти (модуль 1)

Поточне оцінювання та самостійна робота						Модульна контрольна робота	Сума
T1	T2	T3	T4	T5	T6	50	100
8	8	8	8	9	9		

T1, T2 ... – теми

Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти (модуль 2)

Поточне оцінювання та самостійна робота				Модульна контрольна робота	Сума
T7	T8	T9	T10	50	100
12	12	13	13		

T1, T2 ... – теми

Оцінювання окремих видів навчальної роботи з дисципліни

Вид діяльності здобувача вищої освіти	Модуль 1		Модуль 2	
	Кількість	Максимальна кількість балів (сумарна)	Кількість	Максимальна кількість балів (сумарна)
Практичні (семінарські) заняття	7	20	8	20
Виконання індивідуальних завдань (розробка проєктів) з презентацією	1	20	1	20
Навчання на онлайн-платформах з поданням сертифікату про результати навчання*	1	10	1	10
Модульна контрольна робота	1	50	1	50
Разом	10	100	11	100

Студенти можуть отримати бали за вивчення окремих питань змісту дисципліни через навчання на масових відкритих онлайн курсах (МВОК) в Україні за умови наявності відповідного сертифікату (Prometheus, Всеосвіта, Workademy, Coursera та інші.).

Критерії оцінювання модульної контрольної роботи

Кожне завдання модульної контрольної роботи (4 теоретичних і 2 практичних завдання) оцінюється поокремо. Загальна оцінка розраховується як сума оцінок: теоретична частина – 40 балів (по 10 балів кожне теоретичне питання); практична частина оцінюється в 10 балів (по 5 балів кожне практичне завдання). Разом – 50 балів.

40-50 балів (оцінка «відмінно») – студент виконав завдання запропонованого йому варіанта

в повному обсязі і виявив при цьому:

- глибокі та повні знання матеріалу дисципліни;
- вільне володіння науковою термінологією;
- творчу самостійність;
- високу культуру оформлення знань та відповідний рівень умінь і навичок.

30-39 балів (оцінка «добре») – студент виконав завдання запропонованого йому варіанта в повному обсязі, вичерпно реалізував усі питання, виявив творчу самостійність, добре орієнтується в сучасних проблемах основ педагогіки, продемонстрував високу культуру оформлення знань, належний рівень умінь та навичок, але в роботі наявні окремі несуттєві помилки. Ставиться за виконання 75 % усіх завдань.

20-29 балів (оцінка «задовільно») – студент виявив задовільні знання матеріалу, але допустив при цьому окремі грубі фактичні помилки та неточності, а культура оформлення знань та рівень його умінь і навичок ще недостатні. Правильно виконано більше 50% запропонованих завдань

10-19 балів (оцінка «незадовільно») – студент не виявив достатніх фахових знань з предмета, не досяг реалізації завдання через загальну слабку орієнтацію в програмовому матеріалі, а культура його мовлення й оформлення знань незадовільні. Завдань виконано менше від 50 %.

За роботу з теоретичним матеріалом, на практичних заняттях, а також за самостійну роботу кількість балів залежить від дотримання наступних вимог: повний обсяг виконання навчальних завдань, своєчасність; якість виконання навчальних завдань; самостійність виконання; творчий підхід у виконанні завдань та ініціативність у навчальній діяльності.

Критерії оцінювання підсумкового семестрового контролю

Підсумковим семестровим контролем з дисципліни «Формування навичок здорового способу життя» є **залік**, який проводиться в усній формі.

Відповідно до *«Положення про порядок та методику проведення семестрових (курсівих) екзаменів і заліків в Ужгородському національному університеті»* (затверджено Наказом Ректора ДВНЗ «УжНУ» № 698/01-17 від 08.05.2015 р.), знання студентів оцінюється як з теоретичної, так і з практичної підготовки за такими критеріями:

оцінку «зараховано» (90-100 балів, А) заслуговує студент, який:

- всебічно і глибоко володіє навчально-програмовим матеріалом;
- вміє самостійно виконувати завдання, передбачені програмою, використовує набуті знання і вміння у нестандартних ситуаціях;
- засвоїв основну і ознайомлений з додатковою літературою, яка рекомендована програмою;
- засвоїв взаємозв'язок основних понять дисципліни та усвідомлює їх значення для професії, яку він набуває;
- вільно висловлює власні думки, самостійно оцінює різноманітні життєві явища і факти, виявляючи особистісну позицію;
- самостійно визначає окремі цілі власної навчальної діяльності, виявив творчі здібності і використовує їх при вивченні навчально-програмового матеріалу, проявив нахил до наукової роботи.

оцінку «зараховано» (82-89 балів, В) – заслуговує студент, який:

- повністю опанував і вільно (самостійно) володіє навчально-програмовим матеріалом, в тому числі застосовує його на практиці, має системні знання в достатньому обсязі відповідно до навчально-програмового матеріалу, аргументовано використовує їх у різних ситуаціях;
- має здатність до самостійного пошуку інформації, а також до аналізу, постановки і розв'язування проблем професійного спрямування;
- під час відповіді допустив деякі неточності, які самостійно виправив, добирає переконливі аргументи на підтвердження вивченого матеріалу;

оцінку «зараховано» (74-81 бал, С) заслуговує студент, який:

- в цілому навчальну програму засвоїв, але відповідає на екзамені з певною кількістю помилок;
- вміє порівнювати, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача, в цілому самостійно застосовувати на практиці, контролювати власну діяльність;
- опанував навчально-програмовий матеріал, успішно виконав завдання, передбачені програмою, засвоїв основну літературу, яка рекомендована програмою;

оцінку «зараховано» (64-73 бали, D) – заслуговує студент, який:

- знає основний навчально-програмовий матеріал в обсязі, необхідному для подальшого навчання і використання його у майбутній професії;
- виконує завдання непогано, але зі значною кількістю помилок;
- ознайомлений з основною літературою, яка рекомендована програмою;
- допускає на заняттях чи екзамені помилки при виконанні завдань, але під керівництвом викладача знаходить шляхи їх усунення.

оцінку «зараховано» (60-63 бали, E) – заслуговує студент, який:

- володіє основним навчально-програмовим матеріалом в обсязі, необхідному для подальшого навчання і використання його у майбутній професії, а виконання завдань задовольняє мінімальні критерії. Знання мають репродуктивний характер.

оцінка «незараховано» (35-59 балів, FX) – виставляється студенту, який:

виявив суттєві прогалини в знаннях основного програмового матеріалу, допустив принципові помилки у виконанні передбачених програмою завдань.

оцінка «незараховано» (35 балів, F) – виставляється студенту заочної форми навчання, який:

- володіє навчальним матеріалом тільки на рівні елементарного розпізнавання і відтворення окремих фактів або не володіє зовсім;
- допускає грубі помилки при виконанні завдань, передбачених програмою;
- не може продовжувати навчання і не готовий до професійної діяльності після закінчення університету без повторного вивчення даної дисципліни.

При виставленні оцінки враховуються результати навчальної роботи студента протягом семестру.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену	для заліку
90 – 100	A	відмінно	Зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

Академічна доброчесність: Політика щодо академічної доброчесності учасників освітнього процесу формується на основі дотримання принципів академічної доброчесності з урахуванням норм «Положення про академічну доброчесність в ДВНЗ «Ужгородський національний університет» (затверджене вченою радою університету від 23.02.2017 р., протокол № 3).

Правила перезарахування кредитів у випадку мобільності: Політика щодо перезарахування кредитів ЄКТС у випадку мобільності формується з урахуванням норм «Положення про порядок визнання (перезарахування) кредитів ЄКТС для учасників програм академічної мобільності у Державному вищому навчальному закладі «Ужгородський національний університет» (затверджене вченою радою університету від 30.05.2019 р., протокол № 6).

Правила визнання результатів навчання, отриманих у неформальній та/або інформальній освіті: Політика щодо визнання результатів навчання, отриманих у неформальній та/або інформальній освіті, формується з урахуванням норм «Положення про порядок визнання в Державному вищому навчальному закладі «Ужгородський національний університет» результатів навчання, здобутих протягом неформальної та / або інформальної освіти (затверджене вченою

6. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

6.1. Зміст навчальної дисципліни

Модуль 1. Теоретичні засади формування здорового способу життя у дітей дошкільного віку.

Тема 1. Здоровий спосіб життя, його критерії та складові.

1. Проблема виховання здорової дитини в умовах сьогодення.
2. Формування початкових уявлень про здоровий спосіб життя.
3. Специфіка формування основ здорового способу життя у дітей дошкільного віку.
4. Критерії та складові здорового способу життя (рівень, якість та спосіб життя).

Тема 2. Умови формування культури здорового способу життя у дошкільників.

Основні напрями формування культури здорового способу життя:

- формування знань та інтелектуальних здібностей;
- ціннісних орієнтацій;
- фізичної культури;
- соціально-духовних цінностей;
- залучення до оздоровчої діяльності.

Тема 3. Формування життєвих компетентностей, які сприяють здоровому способу життя дошкільників.

1. Життєві навички, що сприяють фізичному здоров'ю.
2. Життєві навички, що сприяють соціальному здоров'ю.
3. Життєві навички, що сприяють духовному та психічному здоров'ю.

Тема 4. Сучасні здоров'язберігаючі технології в закладі дошкільної освіти.

1. Оздоровчо-розвиваючі роботи.
2. Форми організації здоров'язберігаючої роботи.
3. Здоров'язберігаючі освітні технології.
4. Види здоров'язберігаючих освітніх технологій у дошкільній освіті.

Тема 5. Формування основ здорового способу життя у дітей дошкільного віку засобами ігрових технологій.

1. Ефективність ігрових технологій у формуванні здорового способу життя дошкільника.
2. Сюжетно-рольові ігри та їх вплив на здоровий спосіб життя дитини.
3. Дидактичні ігри.
4. Здоровий спосіб життя та рухливі ігри.

Тема 6. Проблема взаємодії ЗДО з батьками вихованців.

1. Зміст і форми взаємодії педагогів закладів дошкільної освіти з родинами вихованців.
2. Завдання, які повинні вирішувати заклади дошкільної освіти у співпраці з родинами.
3. Умови ефективної взаємодії освітнього закладу та родини у процесі оздоровлення дітей.

Модуль 2. Характеристика основних складових здорового способу життя дитини дошкільного віку.

Тема 7. Формування культурно-гігієнічних навичок у дитини дошкільного віку.

1. Види культурно-гігієнічних навичок.
2. Особливості виховання культурно-гігієнічних навичок у дітей раннього та молодшого дошкільного віку.
3. Виховання культурно-гігієнічних навичок у дітей старшого дошкільного віку.

Тема 8. Раціональний режим дня дошкільника.

1. Поняття і значення режиму дня.
2. Основні компоненти режиму дня дитини дошкільного віку.
3. Особливості режиму дня у різних вікових групах.

Тема 9. Рухова активність як складова здорового способу життя дошкільника.

1. Сутність поняття «рухова активність» та її значення для дітей дошкільного віку.
2. Складові компоненти рухової діяльності дошкільників.
3. Три блоки фізкультурно-оздоровчої роботи.
4. Види нестандартного фізкультурного обладнання та доцільність його застосування у ЗДО.

Тема 10. Психологічний комфорт і умови його забезпечення для дитини дошкільного віку.

1. Значення поняття «емоційний комфорт» для дитини дошкільного віку.
2. Створення умов для психологічного комфорту дитини у дитячому садку.
3. Комфортне сімейне середовище – запорука здоров'я дитини.

6.2. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин: 120					
	Форма навчання: денна					
	Усього	у тому числі				
лекції		практичні (семінарські)	лабораторні	індивідуальна робота	самостійна робота	
4-й семестр						
Модуль 1. Теоретичні засади формування здорового способу життя у дітей дошкільного віку						
Тема 1. Здоровий спосіб життя, його критерії та складові.	11	2	2			7
Тема 2. Умови формування культури здорового способу життя у дошкільників.	11	4	2			5

Тема 3. Формування життєвих компетентностей, які сприяють здоровому способу життя дошкільників.	12	2	4			6
Тема 4. Сучасні здоров'язберігаючі технології в закладі дошкільної освіти.	11	2	4			5
Тема 5. Формування основ здорового способу життя у дітей дошкільного віку засобами ігрових технологій.	12	4	2			6
Тема 6. Проблема взаємодії ЗДО з батьками вихованців.	11	2	2			7
Модульна контрольна робота	2	2				
Разом за модуль	70	18	16			36
Модуль 2. Характеристика основних складових здорового способу життя дитини дошкільного віку						
Тема 7. Формування культурно-гігієнічних навичок у дитини дошкільного віку.	12	4	4			4
Тема 8. Раціональний режим дня дошкільника.	12	2	4			6
Тема 9. Рухова активність як складова здорового способу життя дошкільника.	12	2	2			8
Тема 10. Психологічний комфорт і умови його забезпечення для дітей дошкільного віку.	12	2	4			6
Модульна контрольна робота	2	2				
Разом за модуль	50	12	14			24
Разом за семестр	120	30	30			60

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин: 120					
	Форма навчання: заочна					
	у тому числі					
Усього	лекції	практичні (семинарські)	лабораторні	індивідуальна робота	самостійна робота	
4-й семестр						
Модуль 1. Теоретичні засади формування здорового способу життя у дітей дошкільного віку						
Тема 1. Здоровий спосіб життя, його критерії та складові.	11	1	1			9
Тема 2. Умови формування культури здорового способу життя у дошкільників.	11	1				10
Тема 3. Формування життєвих компетентностей, які сприяють здоровому способу життя дошкільників.	12	1				11
Тема 4. Сучасні здоров'язберігаючі технології в закладі дошкільної освіти.	12	1	1			10
Тема 5. Формування основ здорового способу життя у дітей дошкільного віку засобами ігрових технологій.	12	1	1			10

Тема 6. Проблема взаємодії ЗДО з батьками вихованців.	12	1	1			10
Разом за модуль	70	6	4			60
Модуль 2. Характеристика основних складових здорового способу життя дитини дошкільного віку						
Тема 7.Формування культурно-гігієнічних навичок у дитини дошкільного віку.	12	1	1			10
Тема 8. Раціональний режим дня дошкільника.	14	1	1			12
Тема 9. Рухова активність як складова здорового способу життя дошкільника.	12	1	1			10
Тема 10. Психологічний комфорт і умови його забезпечення для дітей дошкільного віку.	12	1	1			10
Разом за модуль	50	4	4			42
Разом за семестр	120	10	8			102

6.3. Теми практичних (семінарських, лабораторних) занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
1	Здоровий спосіб життя, його складові та особливості їх формування.	2	1
2	Рухова активність, її види та вплив на здоров'я дитини.	4	1
3	Раціональне харчування дитини дошкільного віку: основні вимоги та правила.	4	1
4	Раціональний режим праці і відпочинку як складові здорового способу життя, їх вплив на здоров'я дошкільника.	2	1
5	Формування культурно-гігієнічних навичок у дітей дошкільного віку.	2	1
6	Загартовування як метод збереження здоров'я у рамках здорового способу життя.	2	
7	Оздоровлення дітей у ЗДО в літній період.	2	
8	Виховання культури поведінки у дітей молодшого та старшого дошкільного віку.	4	1
9	Вплив сучасних комп'ютерних технологій на здоров'я дитини.	2	1
10	Війна та її вплив на фізичне і психічне здоров'я дитини.	4	1
11	Діагностика сформованості здорового способу життя дітей старшого дошкільного віку.	2	
Разом		30	8

6.4. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
1	Аналіз науково-педагогічної літератури щодо проблеми формування ціннісного ставлення майбутніх вихователів дітей дошкільного віку до свого здоров'я в педагогічній теорії та практиці.	6	10
2	Історичні аспекти формування здорового способу життя. Фактори формування способу життя. Категорії способу життя: рівень	6	10

	життя, якість життя, уклад життя, стиль життя. Методи залучення до здорового способу життя. Санітарна освіта та медична активність, значення для формування здорового способу життя.		
3	Фізична активність, її значення для здоров'я різних категорій населення. Гіпокінезія, гіподинамія, механізм виникнення, види, наслідки для здоров'я. Поширені види рухової активності. Стратегія ВООЗ та уряду України щодо оптимальної рухової активності, програми залучення до оптимальної рухової активності. Види відпочинку (активний і пасивний), їх значення для здоров'я людини. Значення сну для здоров'я людини, рекомендації при порушенні сну.	6	11
4	Вимоги до харчового раціону. Збалансованість харчового раціону. Основні складові харчового раціону: білки, жири, вуглеводи, мінеральні речовини, вітаміни; та їх значення для здоров'я. режим харчування. Значення води та питного режиму для здоров'я людини..	6	10
5	Види загартовування та їх вплив на організм людини. Правила і умови проведення загартовування: дозування, систематичність, поступовість, індивідуальність процедур загартовування. Теплові процедури, їх вплив на здоров'я. Геліотерапія та солярій, вплив на здоров'я.	6	10
6	Раціональний режим праці і відпочинку. Гіпокінезія, гіподинамія. Механізм виникнення, види, наслідки для здоров'я. Види відпочинку (активний і пасивний), їх значення для здоров'я дитини. Значення сну для здоров'я дитини, рекомендації при порушенні сну. Режим чергування праці і відпочинку протягом різних періодів: дня, доби, тижня, місяця, року.	6	11
7	Оздоровчо-розвиваючі роботи. Форми організації здоров'язберігаючої роботи. Здоров'язберігаючі освітні технології. Види здоров'язберігаючих освітніх технологій у дошкільній освіті.	6	10
8	Формування життєвих компетентностей, що сприяють здоровому способу життя. Концепція формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей та молоді. Принципи формування засад здорового способу життя.	6	10
9	Здоровий спосіб життя та його критерії (рівень життя, якість та стиль життя). Складові здорового способу життя. Зміст діяльності щодо формування здорового способу життя. Передумови покращення здоров'я. Напрями формування здорового способу життя.	6	10
10	Шкідливий вплив комп'ютера на організм дитини. Комп'ютерна залежність. Залежність від ігор. Вплив мобільного телефону та смартфона на здоров'я. Методи профілактики шкідливого впливу сучасних технологій на здоров'я дитини дошкільного віку.	6	10
Разом		60	102

6.5. Індивідуальні завдання (у разі потреби)

До індивідуальної роботи у процесі вивчення навчальної дисципліни відносяться наступні завдання:

1. Зробіть педагогічний аналіз наступних висловів:

- *Здоров'я – не все, але все без здоров'я – ніщо. (Сократ)*

- *Я не боюся ще й ще раз повторити: турбота про здоров'я – це найважливіша праця вихователя. Від життєрадісності, бадьорості дітей залежить їх духовне життя, світогляд, розумовий розвиток, міцність знань, віра в свої сили. (В. А. Сухомлинський)*

- Тільки у сильному, здоровому тілі дух зберігає рівновагу, і характер розвивається у всій своїй могутності. **(Герберт Спенсер)**

2. Розробіть пам'ятку про правила поведінки дітей під час вживання їжі.
3. Розробіть пам'ятку для батьків з рекомендованими способами загартовування дітей дошкільного віку.
4. Виберіть одну із складових здорового способу життя та складіть план-конспект заняття.
5. Розробіть правила для батьків, при дотриманні яких дитина почуватиметься комфортно за межами закладу дошкільної освіти.
6. Підготуйте доповідь на тему «Проблема формування культурно-гігієнічних навичок у сім'ї».
7. Підготуйте презентацію на одну із тем :
 - Дотримання режиму дня – запорука здоров'я дітей.
 - Раціональне харчування – найважливіша складова формування здоров'я дитини.
 - Роль загартовування для організму дитини.
 - Рухова активність і здоров'я дитини.
 - Формування культурно-гігієнічних навичок у дітей дошкільного віку.
 - Сприятливий психологічний клімат сім'ї як запорука психічного здоров'я дитини.
 - Війна та її вплив на здоров'я дитини дошкільного віку.
 - Порадник для батьків «Здоров'я моєї дитини».
8. Укладіть список літератури й Інтернет-ресурсів про здоровий спосіб дітей дошкільного віку.
9. Намалюйте соціальну рекламу на тему «Здоровим бути модно!»
10. Здійсніть аналіз сучасних тлумачень поняття «здоров'я».

7. ІНСТРУМЕНТИ, ОБЛАДНАННЯ ТА ПРОГРАМНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ, ВИКОРИСТАННЯ ЯКИХ ПЕРЕДБАЧАЄ НАВЧАЛЬНА ДИСЦИПЛІНА (у разі потреби)

Технічні засоби. У разі дистанційного навчання для вивчення дисципліни необхідне забезпечення такими технічними засобами, як: технічні засоби передачі навчальної інформації; технічні засоби контролю знань; технічні засоби самонавчання; допоміжні технічні засоби.

Обладнання.

Необхідним обладнанням для вивчення дисципліни є: комп'ютерні та предметні комплекси (в т.ч. робочі місця викладача і студента); навчальна техніка в номенклатурі (принтер, сканер, проектор тощо); програмно-методичні комплекси (комп'ютерні навчальні програми) з кожної навчальної дисципліни; мереживне та телекомунікаційне обладнання; екранно-звукові засоби навчання.

Програмне забезпечення.

Необхідним програмним забезпеченням для вивчення курсу «Формування навичок здорового способу життя» є: системне, прикладне та інструментальне/сервісне програмне забезпечення.

8. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

Основна література

1. Андрущенко Н. В. Виховання здоров'язбережувальної поведінки старших дошкільників у взаємодії дошкільних навчальних закладів і сім'ї. 13.00.07. Умань. 2017.
2. Богініч О.Л. Фізичне виховання, основи здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей старшого дошкільного віку: навч.-метод. посібник / О.Л. Богініч та ін. Київ: Генеза, 2013. 128 с.
3. Ваколя З. М., Кухта М.І. Формування навичок здорового способу життя : методичні рекомендації. Ужгород, ДВНЗ «УжНУ», 2024. 18 с.
4. Кошель В.М., Костирко Ю.В. Науково-теоретичні засади формування здорового способу життя: посібник для студентів спеціальності „Дошкільна освіта”, працівників закладів дошкільної освіти та батьків. Чернівці: ФОП Баликіна О.В., 2018. 145 с.

5. Лісневська Н. В. Педагогічні умови створення здоров'язберігаючого середовища в дошкільному навчальному закладі: дис. канд. пед. наук; спец. 13.00.08; дошкільна педагогіка. Київ, 2016. 345 с.
6. Лохвицька Л. В. Програма з основ здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей дошкільного віку «Про себе треба знати, про себе треба дбати». Тернопіль : Мандрівець, 2014. 120 с.
7. Основи здорового способу життя: підручник / М.І. Кручаниця та ін. Ужгород: ТОВ «РІК-У», 2016. 264 с.

Законодавчі та нормативні документи

1. Базовий компонент дошкільної освіти в Україні. URL: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/doshkilna-osvita/bazovij-komponent-doshkilnoyi-osviti-v-ukrayini>
2. Дитина. Освітня програма для дітей від двох до семи років / наук. кер. проекту В. О. Огневюк; автор. кол.: Г. В. Беленька та ін.; наук. ред. Г. В. Беленька, М. А. Машовець; Мін. осв. і науки України, Київ. ун-т ім. Б. Грінченка. Київ: Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, 2016. 304 с.
3. Закон України «Про освіту». URL: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/2145-19>
4. Закон України «Про дошкільну освіту». URL: <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/2628-14>
5. Лист МОН від 02.09.2016 № 1/9-456 «Щодо організації фізкультурно-оздоровчої роботи у дошкільних навчальних закладах» Офіційний сайт. 75 URL: <https://mon.gov.ua/ua>
6. Положення про заклад дошкільної освіти. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/305-2003-%D0%BF#Text>
7. Порядок організації інклюзивного навчання у закладах дошкільної освіти та середньої загальної освіти. URL: <https://thailand.mfa.gov.ua/news/poryadok-organizaciyi-inklyuzivnogo-navchannya-u-zakladah-doshkilnoyi-osviti-ta-serednoyi-zagalnoyi-osviti>

Допоміжна література

1. Бутенко В.Г. Підготовка майбутніх вихователів до формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників засобами ігрової діяльності: автореф. дис. Канд. Пед. наук: 13.00.04. Суми, 2018. 23 с.
2. Гаращенко Л. В. Цінність здоров'я дітей дошкільного віку як чинник гуманного виховання. Педагогічний процес: теорія і практика. 2013. Вип. 2. С. 29–35.
3. Замрозович-Шадріна С. Рухова активність як основа всебічного розвитку дитини дошкільного віку. Обрії. 2016. № 1(42). С. 46–48.
4. Нестеренко В.В. Проблема виховання у дошкільників навичок здорового способу життя. Наука і освіта. №9. 2015. С. 13–143.
5. Основи харчування: підручник / М.І. Кручаниця, І.С. Миронюк та ін. Ужгород: Вид-во УжНУ «Говерла», 2019. 252 с.
6. Олійник М.М. Роль сім'ї у формуванні рухової активності дітей. Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Педагогіка і психологія. Педагогічні науки. 2017. № 2 (14). С. 90–94.
7. Пахальчук Н.О., Мируха О.І., Романенко Г.М. Педагогічні умови активізації рухової активності дітей. *Молодий вчений*. 2019. № 5.2 (69.2). С. 72–75.

/Науково-практичний журнал «Україна: Здоров'я нації»/

Інформаційні ресурси в мережі Інтернет

1. Бібліотека методичних матеріалів для освітян. Всеосвіта. <https://vseosvita.ua/library>
2. Вчитель у мережі. URL: <https://sites.google.com/site/ulejconf>
3. Єдине освітнє інформаційне вікно України. URL : <http://znannya.info>
4. Освіта України. URL: <http://osvita-ukrainy.com.ua>
5. Освіта. URL: <http://osvita.ua>
6. Програми розвитку дітей дошкільного віку URL: <https://mon.gov.ua/osvita-2/doshkilna-osvita-2/programi-rozvitku-ditey>
7. Платформа розвитку дошкільнят «НУМО». URL: <https://numo.mon.gov.ua/>

8. Платформа професійного розвитку «Prometheus». URL: <https://prometheus.org.ua/prometheus-free/kubernetes-basics/>
9. Студія онлайн-освіти EdEra. URL: <https://www.ed-era.com/>
10. «Сучасне дошкілля під крилами захисту» <https://mon.gov.ua/ua/osvita/doshkilna-osvita/suchasne-doshkillya-pid-krilami-zahistu>
11. Платформа про здорове шкільне харчування <https://znaimo.gov.ua/>

12. Результати перегляду робочої програми навчальної дисципліни

Робоча програма перезатверджена на 20___/ 20___ н.р. без змін; зі змінами (Додаток___).
(потрібне підкреслити)

протокол №___ від «___» _____ 20___ р. Завідувач кафедри _____
(підпис) (Прізвище ініціали)

Робоча програма перезатверджена на 20___/ 20___ н.р. без змін; зі змінами (Додаток___).
(потрібне підкреслити)

протокол №___ від «___» _____ 20___ р. Завідувач кафедри _____
(підпис) (Прізвище ініціали)

Робоча програма перезатверджена на 20___/ 20___ н.р. без змін; зі змінами (Додаток___).
(потрібне підкреслити)

протокол №___ від «___» _____ 20___ р. Завідувач кафедри _____
(підпис) (Прізвище ініціали)

Робоча програма перезатверджена на 20___/ 20___ н.р. без змін; зі змінами (Додаток___).
(потрібне підкреслити)

протокол №___ від «___» _____ 20___ р. Завідувач кафедри _____
(підпис) (Прізвище ініціали)