

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
КАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ
ВАСИЛЯ СТЕФАНИКА**

Педагогічний факультет

Кафедра теорії та методики дошкільної і спеціальної освіти

СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

**ЗДОРОВ'ЯЗБЕРІГАЮЧІ ТЕХНОЛОГІЇ ДІТЕЙ РАННЬОГО ТА
ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

Рівень вищої освіти – *(перший (бакалаврський) рівень)*

Освітня програма: «Дошкільна освіта»

Спеціальність: А2 Дошкільна освіта

Галузь знань: А Освіта

Затверджено на засіданні кафедри
Протокол №1 від «26» серпня 2025 р.

м. Івано-Франківськ – 2025

1. Загальна інформація

Назва дисципліни	Здоров'язберігаючі технології дітей раннього та дошкільного віку
Викладач	Кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії та методики дошкільної і спеціальної освіти Захарасевич Наталія Володимирівна
Контактний телефон викладача	+380684243004
Е-mail викладача	nataliia.zakharasevych@cnu.edu.ua
Формат дисципліни	Лекції, практичні (семінарські), самостійна робота
Обсяг дисципліни	90 годин
Посилання на сайт дистанційного навчання	http://www.d-learn.pu.if.ua/
Консультації	Індивідуальні і групові консультації, онлайн (viber, e-mail) і офлайн

2. Анотація до навчальної дисципліни

Здоров'язберігаючі технології у дошкільній освіті — технології, спрямовані на рішення пріоритетне завдання сучасної дошкільної освіти - завдання збереження, підтримки та збагачення здоров'я суб'єктів педагогічного процесу в дитячому садку: дітей, педагогів і батьків.

3. Мета та цілі навчальної дисципліни

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

Завдання:

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

4. Програмні компетентності та результати навчання

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

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-6. Здатність до міжособистісної взаємодії.

КЗ-9. Здійснення безпечної діяльності.

Спеціальні (фахові компетентності)

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.

Програмні результати навчання

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

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

ПР-14 Використовувати вміння і навички для збереження та зміцнення психофізичного і соціального здоров'я дітей.

ПР-20 Враховувати рівні розвитку дітей при виборі методик і технологій навчання і виховання, при визначенні зони актуального розвитку дітей та створенні зони найближчого розвитку.

ПР-22 Дотримуватись умов безпеки життєдіяльності дітей раннього і дошкільного віку

Загальні компетентності (за професійним стандартом)

ЗК.02 Здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня (соціальна компетентність).

ЗК.04 Здатність до прийняття ефективних рішень у професійній діяльності та відповідального ставлення до обов'язків, мотивування людей до досягнення спільної мети (лідерська компетентність)

Професійні компетентності (за трудовою дією або групою трудових дій)

A2.2 Здатність обирати ефективні методи, форми та засоби організації освітнього процесу відповідно до запитів та потреб здобувачів освіти

A2.3 Здатність організовувати ігрову (провідну) і інші види дитячої діяльності та підтримувати види діяльності, ініційовані дитиною

Б.1.1 Здатність організовувати фізично безпечне середовище

5. Організація навчання

Вид заняття		Загальна кількість годин	
лекції		12	
Семінарські заняття/ практичні/лабораторні		18	
самостійна робота		60	
Ознаки навчальної дисципліни			
Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний / вибірковий
VII	Дошкільна освіта	четвертий	вибірковий

Тематика навчальної дисципліни

Тема	кількість год.		
	лекції	заняття	сам. роб
Тема 1. Особливості методики використання засобів фізичного виховання дітей раннього та дошкільного віку. Забезпечення рухової активності дітей раннього та дошкільного віку. Методика навчання дітей основних рухів. Проблеми фізичної підготовки дошкільників.	2	2	8
Тема 2. Збереження здоров'я дітей дошкільного віку засобами рухливих і спортивних ігор. Значення гри та ігрової терапії в зміцненні здоров'я дітей. Методика навчання дітей дошкільного віку рухливих ігор, ігор з елементами спорту та вправ спортивного характеру, українських народних рухливих ігор.	2	4	10
Тема 3. Фізкультурно-оздоровчі заходи в розпорядку життєдіяльності дітей в умовах ЗДО. Види фізкультурно-оздоровчих заходів. Значення ранкової гімнастики. Структура і зміст ранкової гімнастики. Вимоги до підбору вправ залежно від місця проведення. Методика проведення ранкової гімнастики в різних вікових групах. Обґрунтування необхідності проведення малих форм активного відпочинку. Вимоги до підбору вправ для фізкультхвилинки. Зміст фізкультурних пауз. Варіанти проведення фізкультхвилинки та фізкультпауз.	2	4	10
Тема 4. Гімнастика у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку. Зміст і методика навчання дітей вправ на шиккування і перешиккування. Вивчення основних рухів гімнастики. Значення, та види. Зміцнення здоров'я дітей шляхом використання гімнастики для очей. Значення, види і структура гімнастики після сну. Пальчикова гімнастика.	2	2	12
Тема 5. Фактори, що впливають на здоров'я людини. Значення загартування для фізичного розвитку дітей. Принципи загартування. Види загартувальних процедур.	2	4	10
Тема 6. Сучасні фізкультурно- оздоровчі технології у роботі ЗДО. Особливості використання степ– аеробіки у зміцненні здоров'я дітей дошкільного віку; сміхотерапія –	2	2	10

основа зміцнення здоров'я дітей; використання йоги, dance-аеробіки, фітболли та інше			
ЗАГ.:	12	18	60

6. Система оцінювання навчальної дисципліни

Загальна система оцінювання навчальної дисципліни	З урахуванням Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти в університеті https://efund.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/172/2023/09/poriadok-orhanizatsii-ta-provedennia-otsiniuvannia-uspishnosti-zdobuvachiv-vyshchoi-osvity.pdf Максимальна оцінка – 100 балів (вага оцінок за практичні заняття – 45 балів, за самостійна робота – 5 балів, залік – 50 балів). Враховуються результати неформальної освіти – сертифіковані онлайн-курси на освітніх платформах Coursera, Prometheus, EdEra та інших (положення ПНУ про неформальну освіту) як КСР.
Вимоги до письмових робіт	Усі види письмових робіт оцінюються в 100-бальній системі, вага оцінки змінюється залежно від виду роботи. Після всіх лекційних і практичних занять проводиться контроль самостійної роботи (в кінці семестру) для студентів денної форми навчання. КСР може проводитися у двох формах - проходження онлайн-курсу на сервісах Прометеус, Coursera або EdEra чи проходження тестування. Студент самостійно обирає форму, в якій буде здійснюватися КСР. Оцінювання КСР в 100-бальній системі, вага оцінки – 5 балів.
Семінарські заняття	Робота на кожному практичному занятті складається з підготовки питань, запропонованих у плані заняття та виконання практичних завдань та завдань запропонованих для самостійної роботи. За умови успішно виконаного завдання в повному обсязі за одне заняття здобувач отримує макс. 100 б. Вага оцінки за всі практичні заняття – 45 балів
Умови допуску до підсумкового контролю	Виконання 50 % завдань, пройдене тестування.
Підсумковий контроль	<i>Форма контролю – залік форма здачі – комбінована</i>

7. Політика навчальної дисципліни

Письмові роботи Виконуються з використання цифрових технологій та з посиланнями на джерела (з урахуванням вимог до виду роботи) Академічна доброчесність Загальні морально-етичні принципи, правила поведінки, академічну доброчесність учасників освітнього процесу Прикарпатського національного університету, регламентує низка нормативних документів, а саме: - Кодекс честі Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника (нова редакція). - Положення про запобігання академічному плагіату (нова редакція). https://efund.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/172/2024/02/34-05-polozhennia-pro-zapobihannia-akademichnomu-plahiatu.pdf - Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі здобувачів освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника. https://efund.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/172/2023/11/34-06_2022-polozhennia-pro-zapobihannia-akademichnomu-

[plahiatu-ta-inshym-porushenniam-akademichnoi-dobrochesnosti-1.pdf](#)

- Лист МОН України “До питання уникнення проблем і помилок у практиках забезпечення академічної доброчесності”.

Ознайомитися з переліченими положеннями та документами можна за адресою: <https://pnu.edu.ua/polozhennia-pro-zapobihannia-plahiatu/>

Пропуски занять (відпрацювання) Можливість і порядок відпрацювання пропущених студентом занять регламентують: Порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти- <https://efund.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/172/2023/09/poriadok-orhanizatsii-tapovedennia-otsiniuvannia-uspishnosti-zdobuvachiv-vyshchoi-osvity.pdf> ; [ПОЛОЖЕННЯ про порядок навчання здобувачів вищої освіти за індивідуальним графіком у Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника](#) ; Виконання завдання пізніше встановленого терміну Несвоєчасне виконання завдань передбачає дотримання студентом усіх вимог щодо їх самостійного опрацювання - Положення про порядок організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету ім. Василя Стефаника (введено в дію наказом ректора №309 від 19.05.2023 р.) Ознайомитися із положенням можна за адресою: <https://nmv.pnu.edu.ua/нормативнідокументи/polozhenja>

Невідповідна поведінка під час заняття Навчання передбачає високий рівень пізнавальної активності, ініціативності, дотримання норм та правил професійної етики майбутніх фахівців «Положення про порядок переведення, відрахування та поновлення студентів закладів вищої освіти» Ознайомитися із положенням можна за адресою: <https://nmv.pnu.edu.ua/нормативнідокументи/polozhenja/>

Неформальна освіта

Враховуються результати неформальної освіти – сертифіковані онлайн-курси на освітніх платформах Coursera, Prometheus, EdEra. Можливість зарахування неформальної освіти регламентує «Положення про визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної освіти в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника (Редакція 3) (введено в дію наказом ректора № 672 від 24.11.2022 р.)» Ознайомитися з положеннями можна за адресою: <https://nmv.pnu.edu.ua/wp-content/uploads/sites/118/2022/11/neformalna-osvita.pdf>

8. Рекомендована література

1. Базовий компонент дошкільної освіти (державний стандарт дошкільної освіти) : нова редакція / наук. кер. Т.О. Піроженко; авт. кол.: О.М. Байєр, О.К. Безсонова, Н.В. Гавриш та ін. Київ, 2021. 37 с. URL : [Базовий компонент дошкільної освіти в Україні | Міністерство освіти і науки України \(mon.gov.ua\)](#)
2. Гаращенко Л.В. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: практикум: навч.-метод. посіб.- К. : ТОВ «Лазурит Поліграф», 2016. – 144 с
3. Дудіцька С.П. Активізація рухової діяльності дітей у дошкільному навчальному закладі. *Фізичне виховання та спорт. Серія: Педагогічні науки*. Вісник № 13. 2016. С.68-71.
4. Захарасевич, Н. В., Кравець, Н. С., Клевака, Л. П. (2024). Роль фізичної активності у формуванні здорового способу життя дітей дошкільного віку. *Академічні візії*, (38). вилучено із <https://academy-vision.org/index.php/av/article/view/1580> (<https://doi.org/10.5281/zenodo.14571345>)
5. Качан О. А., Пристинський В. М. Інформаційно-комунікаційні та рухливо- пізнавальні технології у фізичному вихованні дітей і підлітків: навчально- методичний посібник. Слов'янськ: вид-во Б.А. Маторіна, 2018. 260 с.
6. Лисенко Н.В. Педагогіка українського дошкілля: У 3-х ч.,ч.3: навчальний посібник / Н.В. Лисенко, Н.Р. Кирста, Н.Б. Лазарович. – Київ : Видавничий Дім «Слово», 2019.- С. 1-125. 376 с.
7. Москаленко Н.В., Полякова А.В., Сидорчук Т.В. Рухова активність дітей, які відвідують заклади дошкільної освіти різного типу. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (Фізична культура і спорт). 2019. С.217-223.

8. Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту в дошкільних, загальноосвітніх та професійно-технічних навчальних закладах України. URL : <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0909-05> (дата звернення 25.01.2020).

9. Потапчук Т.В., Захарасевич Н.В., Кравець Н.С. Здоров'язбережувальні технології фізичного виховання дітей дошкільного віку: реалії та перспективи. Перспективи та інновації науки (Серія «Педагогіка», Серія «Психологія», Серія «Медицина»): журнал. 2025. № 1(47) 2025. С. 72-980 [https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-1\(47\)](https://doi.org/10.52058/2786-4952-2025-1(47))

Викладач кандидат педагогічних наук, доцент Наталія ЗАХАРАСЕВИЧ