

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

Факультет педагогічний

Кафедра теорії та методики дошкільної і спеціальної освіти

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

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

Рівень вищої освіти – перший (бакалаврський)

Освітня програма: «Дошкільна освіта»

Спеціальність: А2 Дошкільна освіта

Галузь знань: А Освіта

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

## 1. Загальна інформація

<b>Назва дисципліни</b>	Здоров'язберігаючі технології дітей раннього та дошкільного віку
<b>Викладач</b>	Захарасевич Наталія Володимирівна – кандидат педагогічних наук, доцент кафедри теорії та методики дошкільної і спеціальної освіти
<b>Контактний телефон викладача</b>	+380684243004
<b>Е-mail викладача</b>	<a href="mailto:nataliia.zakharasevych@cnu.edu.ua">nataliia.zakharasevych@cnu.edu.ua</a>
<b>Формат дисципліни</b>	Очний/заочний
<b>Обсяг дисципліни</b>	3 кредити ЄКТС, 90 годин
<b>Посилання на сайт дистанційного навчання</b>	<a href="https://d-learn.pnu.edu.ua/">https://d-learn.pnu.edu.ua/</a>
<b>Консультації</b>	Індивідуальні і групові консультації, онлайн (viber, e-mail) і офлайн

## 2. Анотація до навчальної дисципліни

Предметом вивчення навчальної дисципліни є теоретичні та методичні засади збереження, підтримки й збагачення здоров'я суб'єктів педагогічного процесу в закладі дошкільної освіти, зокрема дітей, педагогів і батьків, а також система здоров'язберігаючих, здоров'яформувальних і профілактичних технологій, спрямованих на створення безпечного та комфортного освітнього середовища.

Під час вивчення дисципліни здобувачі вищої освіти опановують науково-теоретичні та психолого-педагогічні основи здоров'язбереження в дошкільній освіті, ознайомлюються з сучасними здоров'язберігаючими технологіями, методами й прийомами організації освітнього процесу, спрямованого на збереження та зміцнення фізичного, психічного й соціального здоров'я дітей, формування навичок здорового способу життя, а також набувають умінь упроваджувати здоров'язберігаючі підходи в професійну діяльність і взаємодію з родинами вихованців.

## 3. Мета та цілі навчальної дисципліни

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

Основними цілями вивчення навчальної дисципліни є:

- 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.

##### **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)***

###### ***Трудові функції:***

**А Організація, забезпечення та реалізація освітнього процесу:**

###### ***А2 Організаційна***

**А2.2** Здатність обирати ефективні методи, форми та засоби організації освітнього процесу відповідно до запитів та потреб здобувачів освіти

**А2.3** Здатність організовувати ігрову (провідну) і інші види дитячої діяльності та підтримувати види діяльності, ініційовані дитиною

**Б. Участь у створенні, підтримці та розвитку здорового, безпечного, розвивального, інклюзивного освітнього середовища**

###### ***Б1 Здоров'язбережувальна***

**Б.1.1** Здатність організовувати фізично безпечне середовище

##### **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

### 5. Організація навчання

#### Обсяг навчальної дисципліни

Вид заняття	Загальна кількість годин
лекції	12/4
Семінарські заняття/ практичні/лабораторні	18/6
самостійна робота	60/80

#### Ознаки навчальної дисципліни

Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний / вибірковий
VII	A2 Дошкільна освіта	четвертий	вбірковий

#### Тематика навчальної дисципліни

Тема	кількість год.		
	лекції	заняття	сам. роб
<b>Тема 1. Особливості методики використання засобів фізичного виховання дітей раннього та дошкільного віку.</b> Забезпечення рухової активності дітей раннього та дошкільного віку. Методика навчання дітей основних рухів. Проблеми фізичної підготовки дошкільників.	2	2	8
<b>Тема 2. Збереження здоров'я дітей дошкільного віку засобами рухливих і спортивних ігор.</b> 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
<b>Тема 3. Фізкультурно-оздоровчі заходи в розпорядку життєдіяльності дітей в умовах ЗДО.</b> 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	2	4	10

фізкультхвилинки. Зміст фізкультурних пауз. Варіанти проведення фізкультхвилин та фізкультпауз.			
<b>Тема 4. Гімнастика у системі фізичного виховання дітей дошкільного віку. Зміст і методика навчання дітей вправ на шикування і перешікування. 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.</b>	2	2	12
<b>Тема 5. Фактори, що впливають на здоров'я людини. Значення загартування для фізичного розвитку дітей. Принципи загартування. Види загартувальних процедур.</b>	2	4	10
<b>Тема 6. Сучасні фізкультурно- оздоровчі технології у роботі ЗДО. Особливості використання степ- аеробіки у зміцненні здоров'я дітей дошкільного віку; сміхотерапія – основа зміцнення здоров'я дітей; використання йоги, dance-аеробіки, фітболли та інше</b>	2	2	10
<b>ЗАГ.:</b>	12	18	60

### **6. Система оцінювання навчальної дисципліни**

Загальна система оцінювання навчальної дисципліни	З урахуванням Порядку організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти в університеті <a href="https://surl.li/sehlg1">https://surl.li/sehlg1</a> Вид контролю: залік. Підсумкова оцінка: за роботу на практичних заняттях – 90 балів; С/р – 10 балів. Разом – 100 балів.
Вимоги до письмових робіт	Проводяться у тестовому режимі в системі дистанційного навчання університету <a href="https://d-learn.pnu.edu.ua">https://d-learn.pnu.edu.ua</a> . Оцінюються за 100-бальною шкалою.
Семінарські заняття	Семінарські та практичні заняття проводиться з метою формування у студентів умінь і навичок з курсу, комунікації відповідно до сформульованих завдань, складання презентацій та творчих завдань. Попередня підготовка до розгляду питань, активна участь під час обговорення, обов'язкове виконання усіх завдань, в т.ч. завдань самостійної роботи.
Умови допуску до підсумкового контролю	Виконання 50 % завдань, пройдене тестування, створення власного контенту за допомогою застосунків.
Підсумковий контроль	Форма контролю – залік, Форма здачі – за поточними оцінками.

### **7. Політика навчальної дисципліни**

Письмові роботи: проводяться в системі дистанційного навчання університету <https://d-learn.pnu.edu.ua>. Оцінюються за 100-бальною шкалою..

Академічна доброчесність:

Загальні морально-етичні принципи, правила поведінки, академічну доброчесність учасників освітнього процесу Карпатського 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).

Положення про запобігання академічному плагіату та іншим порушенням академічної доброчесності у навчальній та науково-дослідній роботі здобувачів освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника.

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

Ознайомитися з переліченими положеннями та документами можна за адресою:

<https://surl.li/ysmxoa>

Відвідування занять: порядок та організація контролю знань здобувачів вищої освіти визначаються Положенням про організацію освітнього процесу та розробку основних документів з організації освітнього процесу в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника (<https://surl.li/yqibbb>).

Пропуски практичних занять відпрацьовуються. Здобувач вищої освіти зобов'язаний відпрацювати пропущене заняття відповідно до Порядку організації та проведення оцінювання успішності здобувачів вищої освіти Прикарпатського національного університету імені Василя Стефаника (<https://surl.li/sehglj>).

Неформальна освіта: згідно Положення про визнання результатів навчання, здобутих шляхом неформальної освіти, в Прикарпатському національному університеті імені Василя Стефаника (<https://surl.li/fkxdkf>) зараховуються результати неформальної освіти в залежності від кількості годин та тем, які повинні відображати матеріал практичних занять. Обов'язковою умовою визнання результатів неформального навчання здобувача в рамках НД освітньої програми є відповідність цих результатів рівню освіти, на якому реалізується освітня програма.

## 8. Рекомендована література

1. Базовий компонент дошкільної освіти (державний стандарт дошкільної освіти) : нова редакція / наук. кер. Т.О. Пироженко; 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 \(mon.gov.ua\)](https://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  
кафедри теорії та методики дошкільної  
і спеціальної освіти



Наталія ЗАХАРАСЕВИЧ