

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДЕРЖАВНИЙ ЗАКЛАД «ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ІМЕНІ К. Д. УШИНСЬКОГО»
Факультет дошкільної педагогіки та психології
Кафедра дошкільної педагогіки**

Мардарова І. К., Гуданич Н. М., Листопад О. А.

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ ТА
САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«ТЕОРІЯ ТА ТЕХНОЛОГІЯ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ ОСВІТИ
ДОШКІЛЬНИКІВ»**

Одеса – 2024

УДК: 372.1+372.211

М 54

Рекомендовано до друку вченою радою
Державного закладу «Південноукраїнський національний педагогічний
університет імені К. Д. Ушинського»
(Протокол № 13 від 28 березня 2024 року)

Укладачі:

Мардарова Ірина Костянтинівна – кандидат педагогічних наук, доцент,
доцент кафедри дошкільної педагогіки

Гуданич Наталія Миколаївна – викладач кафедри дошкільної педагогіки

Листопад Олексій Анатолійович – доктор педагогічних наук, професор,
завідувач кафедри дошкільної педагогіки

Рецензенти:

Анненкова І. П. – доктор педагогічних наук, професор, начальник
навчального відділу, Одеський національний медичний університет;

Кисельова О. І. – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри
метрології, якості та стандартизації, Державний університет інтелектуальних
технологій і зв'язку.

Мардарова І. К., Гуданич Н. М., Листопад О. А. Методичні рекомендації до
практичних занять та самостійної роботи з навчальної дисципліни «Теорія та
технологія валеологічної освіти дошкільників»: метод. реком.
Одеса : Університет Ушинського, 2024. 75 с.

Структура методичних рекомендацій відповідає плану та програмі
навчальної дисципліни «Теорія та технологія валеологічної освіти
дошкільників» для закладів вищої освіти педагогічного профілю. У
методичних рекомендаціях відображено ключові питання з навчальної
дисципліни, технологічну карту підготовки здобувачів вищої освіти, критерії
оцінювання. Методичні рекомендації можуть стати в нагоді студентам
спеціальності 012 «Дошкільна освіта», рівень вищої освіти перший
(бакалаврський), викладачам закладів вищої освіти.

© Мардарова І. К., Гуданич Н. М., Листопад О. А. 2024

ЗМІСТ

Вступ	4
Програма навчальної дисципліни	7
Технологічна карта дисципліни	10
Інструкція з виконання самостійної та індивідуальної навчально-дослідної роботи	51
Виконання контрольної роботи з навчальної дисципліни «Теорія та технологія валеологічної освіти дошкільників»	54
Критерії оцінювання	60
Перелік питань для самостійного опрацювання	69
Список використаних джерел	71

ВСТУП

Навчальна дисципліна «Теорія та технологія валеологічної освіти дошкільників» складається з двох модулів. Практичні завдання містять ключові питання з навчальної дисципліни, систему базових понять, що сприяють формуванню у майбутніх педагогів дошкільної освіти компетентностей, що забезпечують виховання у дітей раннього і дошкільного віку здоров'язбережувальної компетентності, дбайливого ставлення до власного здоров'я і навичок здорового способу життя.

Очікувані програмні результати навчання

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

ПРН-07 Планувати освітній процес в закладах дошкільної освіти з урахуванням вікових та індивідуальних можливостей дітей раннього і дошкільного віку, дітей з особливими освітніми потребами та складати прогнози щодо його ефективності.

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

ПРН-16 Проектувати психолого-педагогічні заходи із залученням фахівців суміжних галузей, батьків, громадських діячів та ін. для реалізації завдань всебічного розвитку дітей.

ПРН-22 Дотримуватись умов безпеки життєдіяльності дітей раннього і дошкільного віку.

Очікувані результати навчання дисципліни

знати:

- основні дефініції: «здоров'я», «хвороба», «культура здоров'я», «здоров'язбережувальна компетентність дитини», «здоровий спосіб життя», «валеологічна освіта», «валеологічне виховання» тощо;
- сутність і мету валеологічної освіти дітей раннього та дошкільного віку;

- психологічні закономірності формування у дітей раннього і дошкільного віку навичок здорового способу життя і безпечної поведінки як основи валеологічної культури особистості;
- сутність та механізми здоров'я дитини, складники здоров'я дитини (фізичне/психічне/соціальне/духовне) та їх показники;
- чинники здоров'я дитини і засоби його збереження;
- форми, методи і технології формування у дітей раннього та дошкільного віку здоров'язбережувальної компетентності, навичок безпеки життєдіяльності та навичок ЗСЖ;
- способи взаємодії сім'ї, вихователів ЗДО, фахівців суміжних галузей з питань формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників;
- особливості планування освітнього процесу та складання індивідуальної програми здоров'язбереження дітей раннього та дошкільного віку, дітей з особливими освітніми потребами.

вміти:

- застосовувати теоретичні знання під час організації валеологічної освіти дітей в умовах ЗДО;
- використовувати здоров'язбережувальні технології в роботі з дітьми, виявляти і оцінювати їх ефективність;
- розробляти і аналізувати заняття з валеології для дітей раннього та дошкільного віку, визначати їх якість та ефективність;
- навчати дітей спостерігати за чинниками, що впливають на стан їхнього здоров'я, правилами охорони і збереження здоров'я;
- складати перспективний план роботи вихователя з валеологічної освіти дітей раннього та дошкільного віку;
- використовувати форми та методи валеологічної освіти в залежності від віку та індивідуальних особливостей дитини, складати

індивідуальну програму здоров'язбереження дитини раннього або дошкільного віку;

- організовувати роботу з батьками та іншими суб'єктами освітнього процесу з питань здоров'язбереження дитини.

Унаслідок досягнення результатів навчання здобувачі вищої освіти в контексті змісту навчальної дисципліни мають опанувати такі компетентності:

Загальні компетентності (КЗ):

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.

Спеціальні (фахові компетентності) (КС):

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

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

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Змістовий модуль 1. Дитина та компоненти її здоров'я

Тема 1. Проблеми культури здоров'я та валеологічної освіти в сучасному суспільстві

Стан здоров'я дітей в Україні: проблеми та перспективи. Визначення понять «здоров'я», «культура здоров'я», «здоров'язбережувальна компетентність дитини», «здоровий спосіб життя», «формування здорового способу життя дитини». Складники здоров'я дитини та їх сутність. Критерії, рівні та групи здоров'я. Оцінка і самооцінка здоров'я. Культура здоров'я та валеологічна освіта дитини. Законодавче та нормативно-правове забезпечення охорони здоров'я дітей в Україні. Медична, біомедична, біосоціальна та ціннісно-соціальна моделі здоров'я. Підходи до розуміння сутності здоров'я дитини. Фактори, що впливають на здоров'я дитини. Завдання, принципи, форми та методи формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя у дітей.

Тема 2. Фізичне здоров'я дитини, рухова активність, раціональне харчування та основи особистої гігієни, як мета роботи вихователя

Фізичне здоров'я як системоутворюючий компонент здорового способу життя. Рух, як основа здоров'я дитини. Форми рухової активності. Правильна постава дитини та її роль для здоров'я. Правила загартування дітей у закладі дошкільної освіти. Гігієнічна культура дітей дошкільного віку. Основи раціонального харчування дитини дошкільного віку.

Тема 3. Основи психічного і соціального здоров'я дитини

Фізіологічні основи психічної діяльності, показники психічного здоров'я дитини. Соціальне здоров'я дитини та його показники. Особливості психічного і соціального розвитку дітей дошкільного віку. Соціалізація дошкільників. Спілкування з дорослими і однолітками в дошкільному віці, безпека в соціальному довір'ї. Поняття про стрес та дистрес. Механізми стресу як адаптивної реакції. Профілактика психічних стресів і корекція їх

наслідків. Особливості підтримки дітей у стресових ситуаціях під час воєнних дій. Неврози та невротичні стани у дітей, дитячі страхи, агресивна поведінка. Поняття про аутогенне тренування, методи психічної саморегуляції. Вплив позитивного мислення на здоров'я дитини. Критерії втоми при фізичній, розумовій та психічній діяльності. Статеве виховання дітей дошкільного віку.

Тема 4. Духовний світ дитини та її здоров'я

Роль духовності у формуванні здоров'я дитини. Валеологічний потенціал релігії. Зв'язок моральності і здоров'я дитини дошкільного віку. Морально-духовний розвиток дошкільників. Складові духовного здоров'я дошкільника. Особливості духовно-морального виховання дітей в умовах закладу дошкільної освіти з позиції законодавчої та нормативно-правової бази.

Змістовий модуль 2. Валеологічна освіта дітей раннього та дошкільного віку в умовах ЗДО

Тема 5. Партнерська взаємодія ЗДО і сім'ї з питань валеологічного виховання дитини

Сутність сім'ї та її функції. Стилi родинного виховання та їх вплив на дитяче здоров'я. Здоровий уклад життя сім'ї. Українські традиції формування ЗСЖ в родині. Запобігання та протидія домашньому насильству. Методика організації валеологічного виховання дошкільників у родинному колі. Форми взаємодії сім'ї та вихователів ЗДО з проблем формування навичок ЗСЖ дітей.

Тема 6. Планування та організація валеологічної освіти дітей у ЗДО

Аналіз та порівняльна характеристика програм з валеологічної освіти дошкільників. Форми і методи формування у дітей здоров'язберезувальної компетентності, культури здоров'я, навичок ЗСЖ та безпеки життєдіяльності. Здоров'язберезувальні технології в дошкільній освіті. Особливості здійснення освітньої діяльності в умовах ЗДО з питань

здоров'язбереження та безпеки життєдіяльності дошкільників на період дії правового режиму воєнного стану. Алгоритм складання плану роботи вихователя з валеологічної освіти дітей раннього та дошкільного віку. Складання індивідуальної програми здоров'язбереження дитини.

Тема 7. Організація роботи щодо розвитку та здоров'язбереження дошкільників з особливими освітніми потребами

Здоровий організм як фундамент піраміди навчання дитини. Індивідуальна програма розвитку (ІПР) для дітей з особливими освітніми потребами. Нормативно-правове забезпечення створення ІПР в умовах здоров'язбережувального середовища ЗДО. Структура індивідуальної програми розвитку та здоров'язбереження дитини раннього або дошкільного віку з ООП. Послідовність створення індивідуальної програми розвитку та здоров'язбереження. Роль вихователя і асистента вихователя у забезпеченні здоров'я дитини.

ТЕХНОЛОГІЧНА КАРТА ДИСЦИПЛІНИ

<p>Семінар «Стан здоров'я дітей в Україні: проблеми та перспективи»</p>	<p>Понятійне розминання; постановка проблеми; рефлексія досвіду; Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотним зв'язком: «Значення формування культури здоров'я дитини», «Здоровий спосіб життя запорука здоров'я дитини», дискусія; групове обговорення.</p>	<p>1. Скласти глосарій з визначенням понять: «здоров'я», «хвороба», «культура здоров'я», «здоров'язбережувальна компетентність дитини», «здоровий спосіб життя», «валеологічна освіта», «валеологічне виховання».</p> <p>2. Заповнення порівняльної таблиці «Аналіз законодавчих нормативних документів та програм щодо збереження та зміцнення здоров'я дітей дошкільного віку»: Конвенція ООН про права дитини; Закони України «Про освіту», «Про дошкільну освіту», «Основи законодавства України про охорону здоров'я», «Про затвердження Санітарного регламенту для дошкільних навчальних закладів», «Про запобігання та протидію домашньому насильству»; Постанови Кабінету Міністрів України «Питання організації реабілітації у сфері</p>	<p>До практичного заняття</p>
---	--	---	-------------------------------

		<p>охорони здоров'я», «Норми харчування у закладах освіти та дитячих закладах оздоровлення та відпочинку»;</p> <p>Методичні рекомендації МОН України щодо здійснення освітньої діяльності з питань дошкільної освіти на період дії правового режиму воєнного стану; Базовий компонент дошкільної освіти, програми розвитку дитини.</p> <p>3. Обговорення порівняльної таблиці «Аналіз законодавчих нормативних документів та програм щодо збереження та зміцнення здоров'я дітей дошкільного віку».</p> <p>4. Перевірка глосарію основних понять курсу.</p> <p>5. Робота у командах, підготовка доповідей та розробка мап розуму «Чинники, що впливають на здоров'я дитини», «Методи мотивації на ЗСЖ», «Моделі здоров'я дитини» мап розуму «Проблеми здоров'я дітей в Україні і перспективи їх вирішення»,</p>	<p>На практичному занятті</p>
--	--	---	-------------------------------

		<p>«Критерії здорового способу життя», «Чинники, що впливають на здоров'я дитини», «Методи мотивації на ЗСЖ», «Моделі здоров'я дитини».</p> <p>6. Участь у дискусії «Здоров'я дітей-здоров'я нації»</p>	
Круглий стіл «Фізичне здоров'я як системоутворюючий компонент здорового способу життя»	<p>Постановка проблеми рефлексія досвіду; дискусія; групове обговорення; робота в мікрогрупі. Відпрацювання «Soft skills»</p>	<p>1. Підготовка валеологічної теки вихователя (фізичне здоров'я): підбір віршів, приказок, біблійних оповідань, прислів'їв, загадок, ребусів, казок, конспектів занять та проектної діяльності, тематичних карток, ілюстрацій про здоров'я та здоровий спосіб життя, підбір дидактичних, рухливих, сюжетно-рольових, театралізованих, комп'ютерних ігор, відеороликів, фізкультхвилинок, тренінгів, медитаційних записів і сінквейнів з тем «Фізичне, психічне, соціальне, духовне здоров'я», «Чистота – запорука здоров'я», «Загартування», «Рухова активність», «Вітаміни» тощо.</p> <p>2. Обговорення підібраних матеріалів</p>	<p>До практичного заняття</p> <p>На практичному занятті</p>

		<p>до валеологічної теки вихователя (фізичне здоров'я).</p> <p>3. Участь у дискусії «Фізичне здоров'я – це важливий компонент здоров'я людини». «Фізичне здоров'я дитини як мета роботи вихователя»,</p> <p>4. Робота в мікрогрупі – складання мап розуму «Показники фізичного здоров'я», «Взаємозв'язок здорового способу життя та фізичного здоров'я».</p>	
<p>Практичне заняття «Основні напрями роботи вихователя щодо збереження фізичного здоров'я дитини»</p>	<p>Постановка проблеми рефлексія досвіду. Відпрацювання «Soft skills». Робота в командах, відпрацювання здатності організувати командну роботу, аналізувати й наводити приклади.</p>	<p>1. Підготовка валеологічної теки вихователя (фізичне здоров'я): підбір віршів, приказок, біблійних оповідань, прислів'їв, загадок, ребусів, казок, конспектів занять та проєктної діяльності, тематичних карток, ілюстрацій про здоров'я та здоровий спосіб життя, підбір дидактичних, рухливих, сюжетно-рольових, театралізованих, комп'ютерних ігор, відеороликів, фізкультхвилинок, тренінгів, медитаційних записів і сінквейнів з тем «Фізичне, психічне,</p>	<p>До практичного заняття</p>

		<p>соціальне, духовне здоров'я», «Чистота – запорука здоров'я», «Загартування», «Рухова активність», «Вітаміни» тощо.</p> <p>2. Обговорення підібраних матеріалів до валеологічної теки вихователя (фізичне здоров'я).</p> <p>3. Робота в групі: розробка мапи розуму «Фізичне здоров'я дитини як мета роботи вихователя»; підготовка доповідей з демонстрацією прикладів (теми за вибором студентів): «Правила загартування дітей», «Раціональне харчування дошкільників», «Правильна постава», «Рухова активність дітей в умовах ЗДО», «Гігієна дітей дошкільного віку».</p>	На практичному занятті
Семінар-практикум «Складники психічного і соціального здоров'я дитини»	Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотним зв'язком: «Взаємозв'язок психічного і соціального здоров'я дитини, вплив на загальний стан здоров'я».	<p>1. Підготовка доповіді-презентації (тема за вибором студента): «Особливості психічного і соціального розвитку дітей дошкільного віку». «Соціалізація дошкільників». «Безпека в соціальному довіллі». «Критерії втоми при</p>	До практичного заняття

	<p>Постановка проблеми рефлексія досвіду; відпрацювання «Soft skills».</p> <p>Робота в командах, відпрацювання здатності аналізувати й дискутувати.</p>	<p>фізичній, розумовій та психічній діяльності». «Статеве виховання дітей дошкільного віку».</p> <p>2. Обговорення і захист доповідей-презентацій.</p> <p>3. Робота в групі:</p> <ul style="list-style-type: none"> • розробка і обговорення мап розуму «Показники психічного і соціального здоров'я дошкільників», «Гендерне виховання дошкільників», «Фактори, що сприяють появу неврозів та невротичних станів у дітей». • участь у дискусіях «Цілісність здоров'я, взаємозв'язок фізичної, психічної і соціальної складових». «Як соціальна підтримка покращує наше здоров'я?» (наведення прикладів із власного досвіду). 	<p>На практичному занятті</p>
<p>Тренінг «Аутогенне тренування і позитивне мислення при корекції стресових станів»</p>	<p>Відпрацювання «Soft skills».</p> <p>Робота в командах, відпрацювання здатності організовувати командну роботу, аналізувати й дискутувати.</p>	<p>1. Підготовка валеологічної теки вихователя (психічне і соціальне здоров'я): підбір віршів, приказок, біблійних оповідань, прислів'їв, загадок, ребусів, казок, конспектів</p>	<p>До практичного заняття</p>

		<p>занять та проєктної діяльності, тематичних карток, ілюстрацій про здоров'я та здоровий спосіб життя, підбір дидактичних, рухливих, сюжетно-рольових, театралізованих, комп'ютерних ігор, відеороликів, фізкультхвилинок, тренінгів, медитаційних записів і сінквейнів з тем «Фізичне, психічне, соціальне, духовне здоров'я», «Чистота – запорука здоров'я», «Загартування», «Рухова активність», «Вітаміни» тощо.</p> <p>2. Обговорення підібраних матеріалів до валеологічної теки вихователя (психічне і соціальне здоров'я).</p> <p>3. Робота в групі: розробка і обговорення мап розуму «Методи психічної саморегуляції та аутогенні тренування», «Стрес – вплив на здоров'я», «Позитивне мислення – подолання хвороб і стресів», «Особливості підтримки дітей у стресових ситуаціях»</p>	<p>На практичному занятті</p>
--	--	---	-------------------------------

		<p>під час воєнних дій», «Неврози та невротичні стани у дітей, дитячі страхи, агресивна поведінка.</p> <p>4. «Аутогенне тренування (прослуховування і обговорення медитаційних вправ для дошкільників):</p> <ul style="list-style-type: none"> • гра-медитація «Я і море» (https://www.youtube.com/watch?v=4SZI16iUrA8); • медитація для дошкільників «Повітряна кулька» (https://www.youtube.com/watch?v=fb8wBTzW4y4); • медитація для дошкільників «Галявина» (https://www.youtube.com/watch?v=FPus0n3Ao9g); <p>5. Робота в команді – розробка медитаційних вправ, тренінгових ігор для дошкільників, презентація і обговорення у групі.</p>	
Семінар-практикум «Морально-духовний розвиток дошкільників»	Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотним зв'язком: «Духовне здоров'я»	1. Підготовка валеологічної теки вихователя (духовне здоров'я): підбір віршів, приказок, біблійних оповідань, прислів'їв, загадок, ребусів, казок,	До практичного заняття

	<p>дошкільників».</p> <p>Відпрацювання «Soft skills».</p> <p>Робота в командах, відпрацювання здатності організовувати командну роботу, аналізувати й дискутувати, написання контрольної роботи</p>	<p>конспектів занять та проєктної діяльності, тематичних карток, ілюстрацій про здоров'я та здоровий спосіб життя, підбір дидактичних, рухливих, сюжетно-рольових, театралізованих, комп'ютерних ігор, відеороликів, фізкультхвилинок, тренінгів, медитаційних записів і сінквейнів з тем «Фізичне, психічне, соціальне, духовне здоров'я», «Чистота – запорука здоров'я», «Загартування», «Рухова активність», «Вітаміни» тощо.</p> <p>2. Написання контрольної роботи 1.</p> <p>3. Обговорення підібраних матеріалів до валеологічної теки вихователя (духовне здоров'я).</p> <p>4. Робота в групі:</p> <ul style="list-style-type: none"> • розробка і обговорення мапи розуму «Форми роботи з дошкільниками з духовно-морального виховання» • аналіз програм з духовно-морального виховання «Зерно любові», «Духовно-моральне виховання 	<p>На практичному занятті</p>
--	---	---	-------------------------------

		дітей дошкільного віку на християнських цінностях»	
Семінар-практикум «Форми взаємодії сім'ї та вихователів ЗДО з проблем формування навичок ЗСЖ дітей»	Постановка проблеми; рефлексія досвіду; Робота в мікрогрупі. Відпрацювання «Soft skills»	<p>1. Розробка інформаційного буклета для батьків (тема на вибір студента) «Психологічна турбота про дітей під час воєнних дій», «Попередження дитячого насилля», «Морально-духовне здоров'я дошкільників в родині», «Безпека спілкування з дорослими та однолітками», «Стилі батьківського виховання – вплив на дитяче здоров'я», «Українські традиції формування ЗСЖ в родині», «Валеологічне виховання в родині: форми та засоби»</p> <p>2. Обговорення і захист інформаційних буклетів.</p> <p>3. Робота в групі:</p> <ul style="list-style-type: none"> • наведення педагогічних ситуацій в родині в яких відображаються фізичне та психічне здоров'я чи нездоров'я дитини в сім'ї, надання шляхів їх вирішення; • розробка і обговорення мапи 	<p>До практичного заняття</p> <p>На практичному занятті</p>

		розуму «Партнерська взаємодія ЗДО і родини з питань формування культури здоров'я дошкільників»	
Практичне заняття «План роботи вихователя з валеологічної освіти дітей»	Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотним зв'язком: «Особливості планування вихователя: тижневє, календарне, наскрізне», Відпрацювання «Soft skills»: вміння працювати в команді, креативність, критичне та стратегічне мислення.	1. Написання есе (тема за вибором студента): Роль сім'ї у збереженні здоров'я дитини. Мислення, що дарує успіх і здоров'я. Стрес та методи його подолання. Компетентність вихователя у забезпеченні здоров'я дитини. Педагогічні методи і прийоми мотивування до здорового способу життя дітей дошкільного віку. Традиційні та нетрадиційні методи оздоровлення дошкільників. Вплив екологічних факторів на здоровий спосіб життя дитини. Забезпечення здоров'я дитини під час воєнних дій. Здоров'язбережувальні технології в умовах ЗДО. Рух, як основа здоров'я дитини. Вплив вітамінів і мікроелементів на організм дитини. Користь організму від стресу.	До практичного заняття

		<p>Організація здоров'язбереження дітей з ОПП.</p> <p>2. Обговорення і презентація есе.</p> <p>3. Робота у команді:</p> <ul style="list-style-type: none"> • складання плану-сітки на тиждень з валеологічної освіти дошкільників. • складання календарного плану (на квартал) з валеологічної освіти дошкільників. • складання наскрізного плану з валеологічної освіти дошкільників. 	На практичному занятті
Практичне заняття (рольова гра) «Експертна оцінка розробленої індивідуальної програми-інструкції здоров'язбереження дитини»	Робота в групі аналізувати й дискутувати згідно ролей: «експерти – розробники». Відпрацювання «Soft skills».	<p>1. Розробка конспекту заняття у вигляді презентацій, складання кросвордів, ребусів або проблемних ситуацій до кожної теми заняття (тема за вибором студента):</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Гігієна дітей дошкільного віку» (фізичне здоров'я), • «Позитивні та негативні емоції: вплив на здоров'я дитини» (психічне здоров'я), • «Правила дружби» (соціальне здоров'я), • «Вияв любові і слухняності до батьків – Божа настанова 	До практичного заняття

		освітніми потребами: складання програми, форми і методи роботи»	
Воркшоп (дискусійний клуб) «Програми розвитку та здоров'язбереження для дітей з особливими освітніми потребами (психофізичні вади)»	Участь у колективному обговоренні з динамічним зворотним зв'язком: «Індивідуальна програма розвитку дитини з психофізичними порушеннями»; дискусія, написання контрольної роботи	1. Підготовка доповіді-презентації (тема за вибором студента): «Здоровий організм як фундамент піраміди навчання дитини». «Нормативно-правове забезпечення створення ІПР в умовах здоров'язбережувального середовища ЗДО». «Роль вихователя і асистента вихователя у забезпеченні здоров'я дитини». 2. Написання контрольної роботи 2. 3. Захист і обговорення підготовлених доповідей 4. Участь у дискусіях «Психофізичні порушення у дитини, причини та шляхи подолання», «Особливості здоров'язбереження дітей з особливими освітніми потребами: складання програми, форми і методи роботи»	До практичного заняття На практичному занятті

Семінар «Стан здоров'я дітей в Україні: проблеми та перспективи»

Питання для обговорення

- Здоров'я дитини – здоров'я нації.
- Стан здоров'я дітей України як результат державного управління.
- Основні складники здоров'я дитини дошкільного віку.
- Основні критерії здоров'я дитини.
- Групи здоров'я та їх характеристика.
- Самодіагностика стану здоров'я.
- Культура здоров'я як результат валеологічного виховання.
- Охорона здоров'я дітей в Україні: нормативна база.
- Характеристика моделей здоров'я дитини.
- Фактори здоров'я дитини дошкільного віку.
- Спосіб життя, здоровий спосіб життя, мотивація дитини на

здоровий спосіб життя.

Словник основних понять

Біологічний вік організму – це оцінка фізичного і морфологічного стану людини.

Валеологія – це наука про здоров'я і здоровий спосіб життя.

Духовне здоров'я – це образ мислення людини, його почуття та засіб спілкування з навколишнім середовищем, мета, сенс життя.

Духовне здоров'я залежить від духовного світу особистості, його сприйняття складових духовної культури людства: освіти, науки, мистецтва, релігії, моралі, етики. Показники духовного здоров'я: свідомість, її ментальність, життєва самоідентифікація, ставлення до сенсу життя, оцінка реалізації власних здібностей і можливостей в контексті власних ідеалів і світогляду – все це визначає стан духовного здоров'я індивіда.

Життєдіяльність – здатність організму особи до участі у життєдіяльності/заняттєвої участі у спосіб і в межах, звичайних для людини.

Здоров'я – стан повного фізичного, психічного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб і фізичних вад.

Здоров'я – це нормальний психосоматичний стан і здатність людини оптимально задовольняти систему матеріальних і духовних потреб.

Здоров'я – це процес максимальної природної тривалості життя при високій його якості, оптимальній працездатності та соціальній активності.

Здоров'язбережувальна компетентність – це сукупність елементарних знань про людину та її здоров'я, здоровий спосіб життя; стійка мотивація еколого-валеологічної спрямованості щодо пізнання себе та довкілля, яка спонукає до використання навичок здоров'язбережувальної поведінки; потреба в опануванні способами збереження та зміцнення власного здоров'я, орієнтованих на самопізнання та самореалізацію.

Здоров'язбережувальна компетентність – це здатність дитини до застосування навичок здоров'язбережувальної поведінки відповідно до наявної життєвої ситуації; дотримання основ здорового способу життя, збереження та зміцнення здоров'я у повсякденній життєдіяльності.

Здоровий спосіб життя – спосіб життєдіяльності, спрямований на збереження і поліпшення здоров'я людей, як умови і передумови здійснення і розвитку інших сторін суспільного способу життя.

Комплексна оцінка стану здоров'я досягається використанням таких критеріїв:

- наявністю або відсутністю в момент обстеження хронічних захворювань;
- рівнем функціонального стану основних систем організму;
- ступенем резистентності організму несприятливим факторам;
- рівнем досягнутого фізичного та нервово-психічного розвитку та ступенем його гармонійності.

Критерії здоров'я:

- 1) наявність або відсутність хронічних захворювань;
- 2) рівень функціонального стану основних систем організму;

3) стадії резистентності організму (стійкість, загартованість), резистентність організму стосовно несприятливих факторів навколишнього середовища (оцінюється за частотою і тривалості захворювань за певний період).

4) рівень досягнутого фізичного розвитку і ступінь його гармонійності.

Культура здоров'я – це важливий складовий компонент загальної культури людини, що визначає формування, збереження та зміцнення її здоров'я. Культура здоров'я – це не тільки сума знань, обсяг відповідних умінь і навичок, але й здоровий спосіб життя гуманістичної орієнтації. Рівень культури здоров'я визначається знанням резервних можливостей організму (фізичних, психічних, духовних) і вмінням правильно використовувати їх.

Культура здоров'я – це важливий складовий компонент загальної культури людини, обумовлений матеріальним і духовним середовищем життєдіяльності суспільства, що виражається в системі цінностей, знань, потреб, умінь і навичок з формування, збереження й зміцнення її здоров'я.

Культура здоров'я вихователя є важливим компонентом загальної та професійної культури, яка визначає формування, збереження та зміцнення його власного здоров'я і здоров'я дошкільників, що сприяє виробленню правильного ставлення людини самої до себе, прагненню до самопізнання, формування, розвитку і самовдосконалення своєї особистості, формуванню відповідних здоров'язберігаючих навичок у щоденній поведінці, дотриманні здорового образу життя.

Медична допомога – діяльність професійно підготовлених медичних працівників, спрямована на профілактику, діагностику та лікування у зв'язку з хворобами, травмами, отруєннями і патологічними станами, а також у зв'язку з вагітністю та пологами.

Медичне обслуговування – діяльність закладів охорони здоров'я, реабілітаційних закладів, відділень, підрозділів та фізичних осіб - підприємців, які зареєстровані та одержали відповідну ліцензію у встановленому законом порядку, у сфері охорони здоров'я, що не

обов'язково обмежується медичною допомогою та/або реабілітаційною допомогою, але безпосередньо пов'язана з їх наданням.

Моделі здоров'я.

- Медична модель – передбачає таке визначення здоров'я, яке складається лише з медичних ознак і характеристик здоров'я, здоров'ям вважають відсутність хвороб та симптомів.
- Біомедична модель – розглядає відсутність у людини органічних порушень та суб'єктивних відчуттів нездоров'я.
- Біосоціальна модель – в поняття здоров'я включаються біологічні та соціальні ознаки, які розглядаються в єдності, але соціальним ознакам надається пріоритетне значення.
- Ціннісно-соціальна модель передбачає, що здоров'я – цінність, для людини, необхідна передумова для повноцінного життя, задоволення матеріальних та духовних потреб, участь у праці та соціальному житті, економічному, політичному, науковому, культурному та інших видах діяльності.

Охорона здоров'я – система заходів, спрямованих на збереження та відновлення фізіологічних і психологічних функцій, оптимальної працездатності та соціальної активності людини при максимальній біологічно можливій індивідуальній тривалості її життя. Такі заходи здійснюють органи державної влади та органи місцевого самоврядування, їх посадові особи, заклади охорони здоров'я; фізичні особи – підприємці, які зареєстровані у встановленому законом порядку та одержали ліцензію на право провадження господарської діяльності з медичної практики; медичні та фармацевтичні працівники, фахівці з реабілітації, громадські об'єднання і громадяни.

Психологічний вік – це вік, який визначається співвідношенням рівня психічного розвитку людини і середньостатистичними нормами певних психічних проявів які характерні для того чи іншого віку.

Психічне здоров'я – це стан, при якому людини здатна адекватно реагувати на внутрішні та зовнішні подразники, уміня врівноважувати свої стосунки з навколишнім світом.

До сфери психічного здоров'я дитини відносять індивідуальні особливості психічних процесів і властивостей дитини, наприклад збудженість, емоційність, чутливість. Психічне життя індивіда складається з потреб, інтересів, мотивів, стимулів, установок, цілей, уяв, почуттів тощо. Психічне здоров'я пов'язано з особливостями мислення, характеру, темпераменту, здібностей. Всі ці складові і чинники обумовлюють особливості індивідуальних реакцій на, так би мовити, однакові життєві ситуації, вірогідність стресів, афектів.

Соціальне здоров'я – це внутрішній стан людини, який визначає здатність людини контактувати з соціумом. Показники соціального здоров'я – соціальна адаптація; соціальний розвиток; соціалізація; вихованість; соціальна поведінка; особистісний розвиток.

Спосіб життя – це діяльність людини в загальному вигляді, зокрема сукупність істотних рис, що характеризують діяльність народів, класів, соціальних груп, особистостей, яка (діяльність) детермінована умовами певної суспільно-економічної формації, способом виробництва, рівнем життя, сукупністю природно-географічних і суспільно-історичних умов, ціннісних настанов, що притаманні окремим індивідам, соціальним групам, суспільству в цілому.

Стан здоров'я – загальний показник для хвороб (гострих і хронічних), розладів, пошкоджень або травм. Стан здоров'я також може охоплювати інші обставини, такі як вагітність, старіння, стрес, вроджена аномалія або генетична схильність. Стани здоров'я кодуються за Міжнародною статистичною класифікацією хвороб та споріднених проблем охорони здоров'я.

Фізичне здоров'я – це стан функціональних можливостей органів та систем організму, які вимірюються кількісними та якісними показниками.

Фізичне здоров'я дитини визначають такі чинники, як індивідуальні особливості анатомічної будови тіла, фізіологічні функції організму в різних умовах спокою, руху, довкілля, генетичної спадщини, рівні фізичного розвитку органів і систем організму, ріст, вага.

Формування здорового способу життя визначається як процес застосування зусиль для сприяння поліпшенню здоров'я і благополуччя взагалі, зокрема ефективній політиці, розробці доцільних програм, наданню відповідних послуг, які можуть підтримати та поліпшити наявні рівні здоров'я, дати людям змогу посилити контроль над власним здоров'ям і покращити його.

Хронологічний вік – виражається кількістю календарних років, місяців, днів від моменту народження.

Література

1. Базовий компонент дошкільної освіти: державний стандарт дошкільної освіти (нова редакція. Наказ МОН України від 12.01. 2021). URL: https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2021/12.01/Pro_novu_redaktsiyu%20Vazovoho%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf (дата звернення 12.02.2024)
2. Глебова О. С. Формування валеологічної свідомості у дошкільнят: посібник. Глухів: Глухівський дошкільний навчальний заклад (ясла - садок) «Журавка». Глухівської міської ради. 2018. 25 с.
3. Грибан В. Г. Валеологія : підручник : для студентів вищ. навч. закл. 2-ге вид, перероб. та допов. Київ : Центр учбової літератури, 2018. 342 с.
4. Коцур Н. І., Товкун Л. П. Валеологія: підручник (у 2-х частинах). Частина II. Переяслав-Хмельницький (Київська обл.): Домбровська Я. М., 2019. 458 с.
5. Кошель В. М., Почітаєва О. І., Дубровська І. М. Формування культури здоров'я дітей дошкільного віку в умовах закладів дошкільної освіти: посібник для студентів спеціальності «Дошкільна освіта»,

працівників закладів дошкільної освіти та батьків. Чернігів: ФОП Баликіна О. В., 2018. 177с.

6. Левченко Т. Г. Валеологія щодня. Основи здоров'я для дітей 5–6 років. Харків: Основа, 2017. 214 с.

7. Максимова О. О. Валеологічна освіта дітей дошкільного віку (теоретико-методичні засади): навчально-методичний посібник. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. 213 с.

8. Основи законодавства України про охорону здоров'я: закон України (Документ 2801-ХІІ, чинний, поточна редакція. Редакція від 03.03.2024, підстава - 3576-ІХ). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2801-12#Text> (дата звернення 12.02.2024)

9. Пинзеник О. М. Кухта М. І. Формування валеологічної компетентності майбутніх фахівців дошкільної освіти в процесі самостійної роботи. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2021. № 78. С. 68-73.

10. Яковенко Л., Бойко О. Валеологія для дошкільників. Для всіх вікових груп. Методичка. Сучасна дошкільна освіта. Харків. Ранок, 2021. 160 с.

Круглий стіл «Фізичне здоров'я як системоутворюючий компонент здорового способу життя»

Питання для обговорення

- Поняття фізичне здоров'я дитини дошкільного віку.
- Фізичне здоров'я як компонент дитячого здоров'я.
- Основні показники фізичного здоров'я дитини.
- Чинники фізичного здоров'я дитини дошкільного віку.
- Педагогічні умови підтримки фізичного здоров'я дитини в закладі дошкільної освіти.

Словник основних понять

Соматичне здоров'я дитини – як поточний стан органів і систем організму дитини, основу якого складає біологічна програма індивідуального розвитку, опосередкована базовими потребами, які домінують на різних етапах онтогенетичного розвитку.

Фізичне здоров'я дитини – стан гармонії морфологічної структури фізичного тіла і функціонального стану систем життєзабезпечення дитячого організму. З визначення можна зробити висновок, що даний феномен розглядається як гармонійне поєднання *фізичного* (сфера фізичної культури і спорту) і *соматичного* (сфера біології та медицини).

Чинники фізичного здоров'я дитини дошкільного віку: активна рухова діяльність; достатнє перебування на свіжому повітрі; загартування природними чинниками (повітря, вода, земля, сонце); гігієна; раціональне харчування; достатній сон (відповідно до індивідуальної потреби в кожному віковий період розвитку дитини).

Література

1. Кондес Т. В. Фізична культура і здоров'я: навчальний посібник. Київ: Університет економіки та права «КРОК», 2017. 126 с.
2. Кошель В. М., Почітаєва О. І., Дубровська І. М. Формування культури здоров'я дітей дошкільного віку в умовах закладів дошкільної освіти: посібник для студентів спеціальності «Дошкільна освіта», працівників закладів дошкільної освіти та батьків. Чернігів: ФОП Баликіна О. В., 2018. 177с.
3. Максимова О. О. Валеологічна освіта дітей дошкільного віку (теоретико-методичні засади): навчально-методичний посібник. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. 213 с.
4. Я у світі. Програма розвитку дитини від народження до шести років/ О. П. Аксьонова, А. М. Аніщук, Л. В. Артемова [та ін.]; наук. Кер. О. Л. Кононко. Київ: ТОВ «МЦФЕР-Україна», 2019. 488 с.

5. Яковенко Л., Бойко О. Валеологія для дошкільників. Для всіх вікових груп. Методичка. Сучасна дошкільна освіта. Харків. Ранок, 2021. 160 с.

Практичне заняття «Основні напрями роботи вихователя щодо збереження фізичного здоров'я дитини»

Питання для обговорення

- Дитяча активність, рух як основа дитячого здоров'я.
- Роль правильної постави у забезпеченні здоров'я дитини.
- Основні технології загартування в закладі дошкільної освіти.
- Гігієна дітей дошкільного віку.
- Специфіка організації дитячого харчування в закладі дошкільної освіти. Норми харчування в закладі дошкільної освіти.
- Здоров'я і правильне харчування, культура харчування українців.

Словник основних понять

Вегетаріанство (від англійського *vegetarian*, від лат. *vegetabilis* – рослинний) – загальна назва систем харчування, виключають з їжі продукти тваринного походження (в тому числі рибу та птицю) або обмежують їх споживання.

Гігієна – наука, що вивчає вплив факторів довкілля на здоров'я, працездатність і тривалість життя людини та розробляє заходи оздоровлення умов її життя і праці.

Загартування – це процес при якому відбувається поступова адаптація організму до умов навколишнього середовища, які постійно змінюються.

Особиста гігієна – це основа здорового способу життя, умова ефективної первинної та вторинної профілактики різних захворювань. Особиста гігієна розробляє принципи збереження і зміцнення здоров'я шляхом дотримання гігієнічних вимог у повсякденному особистому житті й діяльності.

Постава – це положення тіла, найбільш звичне людині у спокої і при русі.

Правильна постава характеризується симетричним розвитком правої і лівої частин тіла, при цьому шийний і поперековий відділи хребта злегка прогнуті вперед, грудний назад, природні вигини хребта виражені помірно, лопатки розташовані симетрично, плечі на одному рівні і злегка розгорнені, живіт підтягнутий, ноги прямі.

Раціональне харчування (ratio розумний) – достатнє в кількісному й повноцінне в якісному відношенні харчування; фізіологічно повноцінне харчування здорових людей із врахуванням їх віку, статі, характеру праці та інших факторів.

Раціонально складене меню в ЗДО являє собою такий підбір страв добового раціону, який задовольняє потреби дітей в основних харчових речовинах з урахуванням віку, умов виховання та стану здоров'я, а також клімато-географічних і національних особливостей харчування.

Рухова активність – це необхідна умова для підтримання і розвитку оптимальних фізичних і психічних якостей з використанням різноманітних форм, методів і засобів фізичної культури. Розрізняють два види рухової активності дитини дошкільного віку: спонтанну та спеціально організовану.

Самостійна рухова діяльність як форма активізації рухового режиму проводиться з дітьми щодня під час ранкового прийому, денної та вечірньої прогулянок тощо. Вона може розгортатися як у приміщенні, так і на майданчику. Організуючи самостійну рухову діяльність, слід враховувати індивідуальні особливості здоров'я і фізичний розвиток, функціональні можливості організму конкретної дитини.

Фізична культура – це сукупність матеріальних і духовних цінностей, що створюються і використовуються для фізичного удосконалення людей, вона становить частку загальної культури суспільства.

Література

1. Бабюк Т. Педагогічні умови формування готовності майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти до професійно-валеологічної діяльності. *Методика початкового навчання і дошкільного виховання: збірник наукових праць*. 2018. Випуск 25 Частина 2. С. 137–142.
2. Базовий компонент дошкільної освіти: державний стандарт дошкільної освіти (нова редакція. Наказ МОН України від 12.01. 2021). URL: https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2021/12.01/Pro_novu_redaktsiyu%20Bazovoho%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf (дата звернення 12.02.2024)
3. Кондес Т. В. Фізична культура і здоров'я: навчальний посібник. Київ: Університет економіки та права «КРОК», 2017. 126 с.
4. Кошель В. М., Почітаєва О. І., Дубровська І. М. Формування культури здоров'я дітей дошкільного віку в умовах закладів дошкільної освіти: посібник для студентів спеціальності «Дошкільна освіта», працівників закладів дошкільної освіти та батьків. Чернігів: ФОП Баликіна О. В., 2018. 177с.
5. Максимова О. О. Валеологічна освіта дітей дошкільного віку (теоретико-методичні засади): навчально-методичний посібник. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. 213 с.
6. Я у світі. Програма розвитку дитини від народження до шести років/ О. П. Аксьонова, А. М. Аніщук, Л. В. Артемова [та ін.]; наук. Кер. О. Л. Кононко. Київ: ТОВ «МЦФЕР-Україна», 2019. 488 с.
7. Яковенко Л., Бойко О. Валеологія для дошкільників. Для всіх вікових груп. Методичка. Сучасна дошкільна освіта. Харків. Ранок, 2021. 160 с.

Семінар-практикум «Складники психічного і соціального здоров'я дитини»

Питання для обговорення

- Психіка дитини як чинник її здоров'я.

- Поняття психічне і соціальне здоров'я дитини.
- Соціалізація дошкільників в умовах закладу дошкільної освіти.
- Культура спілкування дошкільників, особливості дитячо-дитячого, дитячо-дорослого спілкування.
- Модель гендерного виховання дітей дошкільного віку.
- Критерії втоми дітей дошкільного віку у різних видах діяльності.

Словник основних понять

Втома – це стан, що спричиняється інтенсивною і тривалою будь-якою діяльністю, характеризується тимчасовим зниженням працездатності, виражається зниженням кількості та якості діяльності і погіршенням координації функцій.

Гендерне виховання – складова частина загального процесу виховної роботи закладу дошкільної освіти та сім'ї, що забезпечує правильний статевий розвиток дітей, оволодіння нормами статевої поведінки й культури міжстатевих стосунків.

Комплекс пожвавлення – позитивна емоційно-дійова реакція новонародженого на появу дорослого, особливо на голос матері, її обличчя, дотики.

Криза першого року життя – криза, яка обумовлена руйнуванням необхідності емоційної взаємодії дитини з дорослим і проявляється в плаксивості, похмурості, інколи в порушенні сну, втраті апетиту тощо.

Криза трьох років – криза соціальних відносин, яка зумовлена становленням самосвідомості дитини і проявляється в негативізмі, впертості, непокірності, свавіллі, протесті, деспотизмі.

Психіка – функція мозку, що полягає у відображенні об'єктивної дійсності; душевна організація людини.

Психічне здоров'я – потреба самореалізації як особистості, тобто забезпечення соціальної сфери життя.

Психічне здоров'я дитини розглядається як здатність психіки дитини до самоорганізації (саморегуляції, самооновлення, самовідновлення).

Соціалізація дітей дошкільного віку – набуття дошкільниками соціального досвіду, що здійснюється через діяльність, спрямовану на орієнтування в ситуації, пристосування до навколишнього, перетворення живої і неживої природи, власного «Я»; процес освоєння й реалізації зростаючою людиною соціального змісту; реальний зміст дорослішання дитини, у якому відбувається становлення значущої для індивідуальності суб'єкта активної творчої соціальної дії; історично зумовлений процес входження дитини у світ конкретних соціальних зв'язків і освоєння соціокультурного досвіду, засвоєння нею цінностей, норм поведінки; процес відтворення дитиною цих зв'язків за рахунок її включення в соціальне середовище, активної власної діяльності та спілкування.

Соціальне здоров'я дитини – визначає її здатність контактувати з однолітками та дорослими в різних життєвих ситуаціях. Пріоритетом для соціально здорових дітей є нестресовий стиль життя.

Література

1. Кошель В. М., Почітасва О. І., Дубровська І. М. Формування культури здоров'я дітей дошкільного віку в умовах закладів дошкільної освіти: посібник для студентів спеціальності «Дошкільна освіта», працівників закладів дошкільної освіти та батьків. Чернігів: ФОП Баликіна О. В., 2018. 177с.

2. Максимова О. О. Валеологічна освіта дітей дошкільного віку (теоретико-методичні засади): навчально-методичний посібник. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. 213 с.

3. Матвієнко С. І. Методика формування у дошкільників соціальної компетентності навч.-метод. посібник. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2012. 116 с.

4. Психологічне здоров'я дошкільника / укл. Прищеп Т. І. Харків: Вид. «Основа», 2010. 239 с.

5. Соціалізація дітей старшого дошкільного віку в умовах ДНЗ: монографія / Н. Гавриш, О. Рейпольська та ін.; за заг.ред. О. Рейпольської. Київ. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2018. 280 с.

6. Яковенко Л., Бойко О. Валеологія для дошкільників. Для всіх вікових груп. Методичка. Сучасна дошкільна освіта. Харків. Ранок, 2021. 160 с.

Тренінг «Аутогенне тренування і позитивне мислення при корекції стресових станів»

Питання для обговорення

- Причини стресу у дітей дошкільного віку.
- Корекційні методи стресових станів.
- Вплив стресу на організм дитини.
- Посттравматичний стресовий розлад під час воєнних дій: ігрові техніки подолання.
- Дитячі неврози, страхи, агресія: причини і корекція.
- Позитивне мислення і здоров'я дитини.
- Аутогенне тренування, дитячі медитації.

Словник основних понять

Агресія – це поведінка дитини, що спрямована на пошкодження або зруйнування оточуючого середовища. У випадку, якщо агресія виявляється в найбільш екстремальній і соціально неприпустимій формі, вона переростає у насильство.

Аутогенне тренування (АТ) є методикою самонавіювання, яка дозволяє через психічні процеси (уяву, увагу та емоційні стани) впливати на діяльність органів, якими керує вегетативна нервова система. Ключовим моментом в АТ є досягнення стану аутогенного занурення – свого роду напівдрімоти, особливого виду психічної активності, спрямованої на внутрішню сферу.

Внутрішня картина здоров'я – це те, як людина розуміє і відчуває своє здоров'я, що для неї означає бути здоровим; це складова частина самосвідомості, уявлення про свій фізичний стан, що супроводжується своєрідним емоційним, чуттєвим фоном.

Гіпноз – це якісно особливий психофізіологічний стан, якому властива чітка, не притаманна ні сну, ні бадьорості, вибірковість у засвоєнні та переробці інформації.

Дистрес – стан, при якому людина не в змозі повністю адаптуватися до стресових ситуацій та спричинених ними наслідків і проявляє дезадаптивну поведінку.

Істерія – виникає в інфантильних, істеричних осіб із слабкою психічною адаптацією, проявляється або за типом завмирання, або за типом лякання, уникання, нападу. Можуть виникати функціональні паралічі, парези, розлади чутливості, координації рухів, мови (заїкання, шепіт аж до німоти).

Навіювані страхи виникають у дитини під впливом слів чи дій дорослого.

Неврастенія – психічне виснаження, негативний емоційний фон, подразливість, образливість, сльозливість, зниження волі, відчуття безперспективності на тлі підвищеної відповідальності.

Невроз нав'язливих станів – зустрічається найчастіше в астеніків, людей меланхолічного складу. Характерними є фобії, підвищена тривожність, повторність дій, зниження настрою, вегетативні розлади.

Особистісно-зумовлені страхи виникають через незадоволення життєво-важливих потреб для повноцінного розвитку особистості.

Посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) – це порушення психічного стану, що може розвинути після травматичної події.

Психопрофілактика – аутогенне психом'язове тренування, яке має на меті навчити людину свідомо корегувати деякі процеси в організмі, які дають

змогу захистити психіку людини від шкідливих дій і «настроїти» її на переборення труднощів та стресових станів.

Саморегуляція – це управління своїм психоемоційним станом, який досягається шляхом впливу людини на самого себе за допомогою слів, уявних образів, управління м'язовим тонусом і диханням.

Ситуативні страхи спричинені реальними подіями у житті дитини.

Страх – це захисна емоція, що з'являється під час загрозової для життєдіяльності людини ситуації.

Стрес – це сукупність загальних неспецифічних біохімічних, фізіологічних і психологічних реакцій організму внаслідок дії надзвичайних подразників різної природи і характеру, які викликають порушення функцій органів. Стрес неспецифічна відповідь організму на будь-які впливи або ситуації (стресори), які потребують пристосування до них.

Стресор – це будь-який фактор, незвичайний за силою і тривалістю дії на людину.

Література

1. Боришполь С. В. Психологічні ігри з елементами тренінгів у початковій школі: вчителю та психологу. Харків: Вид. «Основа», 2019. 160 с.
2. Кошель В. М., Почітаєва О. І., Дубровська І. М. Формування культури здоров'я дітей дошкільного віку в умовах закладів дошкільної освіти: посібник для студентів спеціальності «Дошкільна освіта», працівників закладів дошкільної освіти та батьків. Чернігів: ФОП Баликіна О. В., 2018. 177с.
3. Максимова О. О. Валеологічна освіта дітей дошкільного віку (теоретико-методичні засади): навчально-методичний посібник. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. 213 с.
4. Психологічне здоров'я дошкільника / укл. Прищепя Т. І. Харків: Вид. «Основа», 2010. 239 с.

5. Яковенко Л., Бойко О. Валеологія для дошкільників. Для всіх вікових груп. Методичка. Сучасна дошкільна освіта. Харків. Ранок, 2021. 160 с.

6. Я у світі. Програма розвитку дитини від народження до шести років/ О. П. Аксьонова, А. М. Аніщук, Л. В. Артемова [та ін.]; наук. Кер. О. Л. Кононко. Київ: ТОВ «МЦФЕР-Україна», 2019. 488 с.

Семінар-практикум «Морально-духовний розвиток дошкільників»

Питання для обговорення

- Духовність і здоров'я.
- Вплив релігії на духовне здоров'я дитини.
- Моральність база духовного розвитку дитини.
- Особливості духовно-морального виховання дітей дошкільного віку в ЗДО.

Словник основних понять

Духовне виховання – це система, уклад життя, умова, яка забезпечує здійснення розумового, інтелектуального, емоційно-чуттєвого розвитку дитини та формування її світогляду.

Духовне здоров'я дитини – усвідомлення дитиною свого «Я» як частки природи і суспільства; прояв морально-вольових рис характеру в справах, спрямованих на творення, віра у вищі духовні цінності (у Бога, добро, любов), відповідальність перед іншими людьми, безкорисливість.

Духовність – це спосіб життєдіяльності, специфіка якого полягає у пріоритетному задоволенні потреби у пізнанні – світу, себе і, головне, смислу та призначення свого життя.

Мораль (лат. moralitas) – система неофіційних уявлень, норм та оцінок, що регулюють поведінку людей у суспільстві, практична реалізація положень якої забезпечується громадським схваленням чи осудом.

Література

1. Духовно-моральне виховання дітей дошкільного віку на християнських цінностях: навч. прогр. та календарно-темат. план / А. М. Богуш, І. Л. Сіданіч, В. Є. Сучок [та ін.]. Київ: ВБФ «Східноєвропейська гуманітарна місія», 2019. 164 с.

2. Зерно любові. Програма духовно-морального виховання дітей / авт. кол. О. Шиян, О. Франкевич, Н. Патуляк, Г. Іванців, Л. Зеленко, Л. Цюпа, А. Казіброда. Львів: ДНЗ Львівське ВПУ ІКТ, 2018. 61 с.

3. Кошель В. М., Почітаєва О. І., Дубровська І. М. Формування культури здоров'я дітей дошкільного віку в умовах закладів дошкільної освіти: посібник для студентів спеціальності «Дошкільна освіта», працівників закладів дошкільної освіти та батьків. Чернігів: ФОП Баликіна О. В., 2018. 177с.

4. Максимова О. О. Валеологічна освіта дітей дошкільного віку (теоретико-методичні засади): навчально-методичний посібник. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. 213 с.

5. Яковенко Л., Бойко О. Валеологія для дошкільників. Для всіх вікових груп. Методичка. Сучасна дошкільна освіта. Харків. Ранок, 2021. 160 с.

Семінар-практикум «Форми взаємодії сім'ї та вихователів ЗДО з проблем формування навичок ЗСЖ дітей»

Питання для обговорення

- Вплив родини на здоров'я дітей дошкільного віку.
- Основи здоров'я, традиції збереження в родині.
- Домашнє насильство, причини, види, способи звернутися за допомогою.
- Форми партнерської взаємодії з батьками з підтримки культури здоров'я в родині.

Словник основних понять

Авторитаризм. Батьки висувають суворі вимоги, що охоплюють всі сфери життя дітей. Їхні судження безапеляційні, вони безцеремонно втручаються у всі дитячі справи, реальні потреби членів сім'ї ігноруються. Авторитаризм – це «силовий тиск», суворість, агресія, диктат, черствість, холодність.

Демократизм (колегіальна демократія) ґрунтується на глибокій взаємній зацікавленості, допомозі й підтримці.

Домашнє насильство – діяння (дії або бездіяльність) фізичного, сексуального, психологічного або економічного насильства, що вчиняються в сім'ї чи в межах місця проживання або між родичами, або між колишнім чи теперішнім подружжям, або між іншими особами, які спільно проживають (проживали) однією сім'єю, але не перебувають (не перебували) у родинних відносинах чи у шлюбі між собою, незалежно від того, чи проживає (проживала) особа, яка вчинила домашнє насильство, у тому самому місці, що й постраждала особа, а також погрози вчинення таких діянь.

Запобігання домашньому насильству – система заходів, що здійснюються органами виконавчої влади, органами місцевого самоврядування, підприємствами, установами та організаціями, а також громадянами України, іноземцями та особами без громадянства, які перебувають в Україні на законних підставах, та спрямовані на підвищення рівня обізнаності суспільства щодо форм, причин і наслідків домашнього насильства, формування нетерпимого ставлення до насильницької моделі поведінки у приватних стосунках, небайдужого ставлення до постраждалих осіб, насамперед до постраждалих дітей, викорінення дискримінаційних уявлень про соціальні ролі та обов'язки жінок і чоловіків, а також будь-яких звичаїв і традицій, що на них ґрунтуються.

Кривдник – особа, яка вчинила домашнє насильство у будь-якій формі.

Лібералізм. Деякі батьки, виправдовуючи свою позицію гаслом «вільного виховання», зовсім не займаються дітьми. Можлива й «гіперопіка», тобто надмірне упадання біля дитини, коли вона не може самостійно й кроку ступити. Ще одна форма лібералізму – уседозволеність, тоді дитина росте егоїстом.

Протидія домашньому насильству – система заходів, що здійснюються органами виконавчої влади, органами місцевого самоврядування, підприємствами, установами та організаціями, а також громадянами України, іноземцями та особами без громадянства, які перебувають в Україні на законних підставах, та спрямовані на припинення домашнього насильства, надання допомоги та захисту постраждалій особі, відшкодування їй завданої шкоди, а також на належне розслідування випадків домашнього насильства, притягнення до відповідальності кривдників та зміну їхньої поведінки;

Психологічне насильство – форма домашнього насильства, що включає словесні образи, погрози, у тому числі щодо третіх осіб, приниження, переслідування, залякування, інші діяння, спрямовані на обмеження волевиявлення особи, контроль у репродуктивній сфері, якщо такі дії або бездіяльність викликали у постраждалої особи побоювання за свою безпеку чи безпеку третіх осіб, спричинили емоційну невпевненість, нездатність захистити себе або завдали шкоди психічному здоров'ю особи;

Сім'я (родина) – соціально активна група людей, пов'язаних кровною чи шлюбною спорідненістю на основі взаємної спільності мети, інтересів і моральної відповідальності, які ведуть самостійну господарсько-економічну діяльність, дотримуючись законів і правил, прийнятих у державі.

Фізичне насильство – форма домашнього насильства, що включає ляпаси, стусани, штовхання, щипання, шмагання, кусання, а також незаконне позбавлення волі, нанесення побоїв, мордування, заподіяння тілесних ушкоджень різного ступеня тяжкості, залишення в небезпеці, ненадання

допомоги особі, яка перебуває в небезпечному для життя стані, заподіяння смерті, вчинення інших правопорушень насильницького характеру.

Форми взаємодії родини з ЗДО:

- індивідуальні (вступне анкетування, попередні візити батьків з дітьми до садка, співбесіди, консультації, відвідування педагогами своїх вихованців удома, телефонний зв'язок);
- наочно-письмові (батьківські куточки, тематичні стенди, ширмочки, планшети, папки-пересувки, дошка оголошень, інформаційні листки, тематичні виставки, анкетування, скринька пропозицій, індивідуальні зошити, неформальні листи, родинні газети, педагогічна бібліотека, запрошення, вітання тощо. Найпоширенішими наочно-інформаційними формами роботи є виставки дитячих робіт; реклама книг, публікацій у періодиці, в системі Інтернет з проблем сімейного виховання);
- групові (консультації, практикуми, школа молодих батьків, гуртки за інтересами, вечори запитань та відповідей, зустрічі з цікавими людьми – вчителями, лікарями, психологом, юристом тощо);
- колективні (батьківські конференції, тематичні зустрічі за «круглим столом», засідання батьківського комітету, дні відкритих дверей, створення групи батьків-порадників, перегляд ранків, спільні свята, спортивні змагання, відпочинок у вихідні дні тощо).

Література

1. Бабюк Т. Педагогічні умови формування готовності майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти до професійно-валеологічної діяльності. *Методика початкового навчання і дошкільного виховання: збірник наукових праць*. 2018. Випуск 25 Частина 2. С. 137–142.

2. Базовий компонент дошкільної освіти: державний стандарт дошкільної освіти (нова редакція. Наказ МОН України від 12.01. 2021). URL: https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2021/12.01/Pro_novu_redaktsiyu%20

Vazovoho%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf (дата звернення 12.02.2024)

3. Глебова О. С. Формування валеологічної свідомості у дошкільнят: посібник. Глухів: Глухівський дошкільний навчальний заклад (ясла - садок) «Журавка». Глухівської міської ради. 2018. 25 с.

4. Кононенко Н. В. Завдання для самостійної роботи здобувачів бакалаврського рівня (скорочений термін навчання) з навчальної дисципліни «Культура здоров'я дошкільників» спеціальність 012 «Дошкільна освіта»: метод. рекомендації. Одеса : Університет Ушинського, 2021. 25 с.

5. Кошель В. М., Почітаєва О. І., Дубровська І. М. Формування культури здоров'я дітей дошкільного віку в умовах закладів дошкільної освіти: посібник для студентів спеціальності «Дошкільна освіта», працівників закладів дошкільної освіти та батьків. Чернігів: ФОП Баликіна О. В., 2018. 177с.

6. Левченко Т. Г. Валеологія щодня. Основи здоров'я для дітей 5–6 років. Харків: Основа, 2017. 214 с.

7. Максимова О. О. Валеологічна освіта дітей дошкільного віку (теоретико-методичні засади): навчально-методичний посібник. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. 213 с.

8. Про запобігання та протидію домашньому насильству: закон України (Документ 2229-VIII, чинний, поточна редакція. Редакція від 31.12.2023, підстава - 2801-IX). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2229-19#Text> (дата звернення 12.02.2024)

Практичне заняття «План роботи вихователя з валеологічної освіти дітей»

Питання для обговорення

- Порівняльна характеристика програм з питань валеологічного виховання дітей дошкільного віку.

- Корекційно-розвивальні програми збереження та зміцнення дитячого здоров'я.
- Форми і методи валеологічного виховання дошкільників, здоров'язбережувальні технології.
- Здоров'язбережувальне середовище закладу дошкільної освіти.
- Планування освітньо-оздоровчої роботи в закладі дошкільної освіти.

Словник основних понять

Здоров'язбережувальний досвід дошкільників (ЗД) – це усвідомлення дітьми елементарних уявлень щодо здоров'язбереження, прояв бажання вести ЗСЖ, здатність самостійно та доцільно дотримуватись техніки здоров'язбережувальної, безпечної поведінки у процесі життєдіяльності.

Здоров'язбережувальні технології в дошкільній освіті – технології, спрямовані на рішення пріоритетного завдання сучасної дошкільної освіти – завдання збереження, підтримки та збагачення здоров'я суб'єктів освітнього процесу в ЗДО: дітей, педагогів і батьків.

Здоров'язбережувальне середовище ЗДО – сукупність управлінських, організаційних, освітньо-виховних умов, що спрямовані на збереження, формування та зміцнення всіх видів здоров'я дитини (фізичного, психічного, духовного й соціального).

Планування освітньо-оздоровчої роботи – це важливий процес, що визначає конкретні мету, завдання, зміст, форму, методи, засоби, що необхідні для забезпечення гармонійного та різнобічного розвитку особистості дитини з підтримки і збереження її здоров'я.

Форми валеологічної роботи з дошкільниками:

- заняття з валеології;
- валеологічні заняття на театралізованій або ігровій основі;
- форми дозвіллевої діяльності відповідного спрямування (Дні та Тижні Здоров'я, валеологічні свята та розваги, спортивні Олімпіади тощо);

- рекреаційно-оздоровчі заходи (прогулянки, дитячий туризм, піші переходи, сезонні рекреації);
- форми загартування (обливання, обмивання), літнє купання у відкритих водоймах;
- заняття в басейні.

Література

1. Бабюк Т. Педагогічні умови формування готовності майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти до професійно-валеологічної діяльності. *Методика початкового навчання і дошкільного виховання: збірник наукових праць*. 2018. Випуск 25 Частина 2. С. 137–142.
2. Базовий компонент дошкільної освіти: державний стандарт дошкільної освіти (нова редакція. Наказ МОН України від 12.01. 2021). URL: https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2021/12.01/Pro_novu_redaktsiyu%20Bazovoho%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf (дата звернення 12.02.2024)
3. Глебова О. С. Формування валеологічної свідомості у дошкільнят: посібник. Глухів: Глухівський дошкільний навчальний заклад (ясла - садок) «Журавка». Глухівської міської ради. 2018. 25 с.
4. Кононенко Н. В. Завдання для самостійної роботи здобувачів бакалаврського рівня (скорочений термін навчання) з навчальної дисципліни «Культура здоров'я дошкільників» спеціальність 012 «Дошкільна освіта»: метод. рекомендації. Одеса : Університет Ушинського, 2021. 25 с.
5. Кошель В. М., Почітаєва О. І., Дубровська І. М. Формування культури здоров'я дітей дошкільного віку в умовах закладів дошкільної освіти: посібник для студентів спеціальності «Дошкільна освіта», працівників закладів дошкільної освіти та батьків. Чернігів: ФОП Баликіна О. В., 2018. 177с.
6. Левченко Т. Г. Валеологія щодня. Основи здоров'я для дітей 5–6 років. Харків: Основа, 2017. 214 с.

7. Максимова О. О. Валеологічна освіта дітей дошкільного віку (теоретико-методичні засади): навчально-методичний посібник. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. 213 с.

8. Я у світі. Програма розвитку дитини від народження до шести років/ О. П. Аксьонова, А. М. Аніщук, Л. В. Артемова [та ін.]; наук. Кер. О. Л. Кононко. Київ: ТОВ «МЦФЕР-Україна», 2019. 488 с.

Практичне заняття (рольова гра) «Експертна оцінка розробленої індивідуальної програми-інструкції здоров'язбереження дитини»

Питання для обговорення

- Індивідуальна програма здоров'я дитини.
- Загальна інформація про здоров'я дитини, діагностика.
- Технології корекції дитячого здоров'я.
- Планування роботи з батьками.
- Комплексна спеціальна допомога дитині щодо збереження здоров'я.

Словник основних понять

Індивідуальна програма здоров'я дитини – комплексна програма медичних, педагогічних, психологічних заходів, спрямованих на контроль за станом здоров'я дитини. Для складання індивідуальної програми здоров'я дитини потрібно враховувати показники психічного, соціального, духовного та фізичного здоров'я дитини. А потім скласти корегуючі моменти, якщо виявлені деякі порушення у розвитку дитини.

Література

1. Глебова О. С. Формування валеологічної свідомості у дошкільнят: посібник. Глухів: Глухівський дошкільний навчальний заклад (ясла - садок) «Журавка». Глухівської міської ради. 2018. 25 с.

2. Кошель В. М., Почітаєва О. І., Дубровська І. М. Формування культури здоров'я дітей дошкільного віку в умовах закладів дошкільної освіти: посібник для студентів спеціальності «Дошкільна освіта»,

працівників закладів дошкільної освіти та батьків. Чернігів: ФОП Баликіна О. В., 2018. 177с.

3. Левченко Т. Г. Валеологія щодня. Основи здоров'я для дітей 5–6 років. Харків: Основа, 2017. 214 с.

4. Максимова О. О. Валеологічна освіта дітей дошкільного віку (теоретико-методичні засади): навчально-методичний посібник. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. 213 с.

Воркшоп (дискусійний клуб) «Програми розвитку та здоров'язбереження для дітей з особливими освітніми потребами (вади мовлення)»

Питання для обговорення

- Індивідуальна програма розвитку (ІПР) для дітей з особливими освітніми потребами
- Мета та структура програми в залежності від проблем зі здоров'ям дитини.
- Етапи створення ІПР.
- Вади мовлення, їх порушення і усунення

Словник основних понять

Вади мовлення називають будь-які відхилення від норми, які прийняті у певному мовному середовищі.

Індивідуальна програма розвитку – це письмовий документ, який загалом є контрактом між педагогічним колективом і батьками чи опікунами дитини. Він закріплює вимоги до організації навчання дитини, зокрема визначає характер освітніх послуг і форм підтримки.

Портфоліо – це накопичувальна система оцінювання, що передбачає збір різних видів робіт, які засвідчують рух в індивідуальному розвитку; активну участь в інтеграції кількісних і якісних оцінок; підвищення ролі самооцінки.

Література

1. Малярчук А. Я. Виправлення вад мовлення. Звуки С,З,Ц,ДЗ. Київ: Вид. «Літера ЛТД», 2009. 104 с.
2. Малярчук А. Я. Виправлення вад мовлення. Шиплячі звуки Щ, Ч, Ш, Ж. Київ: Вид. «Літера ЛТД», 2009. 128 с.
3. Створення індивідуальної програми розвитку для дітей з особливими освітніми потребами: методичний посібник / Під заг. ред. Софій Н. З., Київ: ТОВ «Видавничий дім «Плеяди», 2015. 66 с

Воркшоп (дискусійний клуб) «Програми розвитку та здоров'язбереження для дітей з особливими освітніми потребами (психофізичні вади)»

Питання для обговорення

- Індивідуальна програма розвитку (ІПР) для дітей з особливими освітніми потребами
- Мета та структура програми в залежності від проблем зі здоров'ям дитини.
- Етапи створення ІПР.
- Порушення і корекція психофізичного розвитку дітей.

Словник основних понять

Діти з особливостями (порушеннями) психофізичного розвитку мають відхилення від нормального фізичного чи психічного розвитку, що зумовлені вродженими чи набутими розладами.

Індивідуальна програма розвитку – це письмовий документ, який загалом є контрактом між педагогічним колективом і батьками чи опікунами дитини. Він закріплює вимоги до організації навчання дитини, зокрема визначає характер освітніх послуг і форм підтримки.

Портфоліо – це накопичувальна система оцінювання, що передбачає збір різних видів робіт, які засвідчують рух в індивідуальному розвитку;

активну участь в інтеграції кількісних і якісних оцінок; підвищення ролі самооцінки.

Література

1. Єфремова В. В. Система роботи з психофізичного розвитку дитини. Тернопіль: Мандрівець, 2009. 160 с.
2. Матвієнко С. І. Методичні рекомендації до самостійної роботи здобувачів бакалаврського рівня (денна форма навчання) з навчальної дисципліни «Теорія та методика фізичного виховання та валеологічної освіти» спеціальність 012 «Дошкільна освіта». Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2021. 90 с.
3. Психологічне здоров'я дошкільника / укл. Прищепя Т. І. Харків: Вид. «Основа», 2010. 239 с.
4. Створення індивідуальної програми розвитку для дітей з особливими освітніми потребами: методичний посібник / Під заг. ред. Софій Н. З., Київ: ТОВ «Видавничий дім «Плеяди», 2015. 66 с.

ІНСТРУКЦІЯ З ВИКОНАННЯ САМОСТІЙНОЇ ТА ІНДИВІДУАЛЬНОЇ НАВЧАЛЬНО-ДОСЛІДНОЇ РОБОТИ

Самостійна та індивідуально навчально-дослідна робота здобувачів вищої освіти передбачає опрацювання і засвоєння освітнього матеріалу з навчальної дисципліни «Теорія та технологія валеологічної освіти дошкільників». Здобувачі освіти виявляють вміння: аналізувати, підбирати та використовувати здоров'язберезувальні технології; розробляти та проводити заняття з валеології для дітей раннього та дошкільного віку, визначати їх якість та ефективність; складати та аналізувати перспективний план роботи вихователя з валеологічної освіти дітей раннього та дошкільного віку; аналізувати та підбирати форми та методи валеологічної освіти в залежності від віку та індивідуальних особливостей дитини, складати індивідуальну програму здоров'язбереження дитини раннього або дошкільного віку;

планувати та організовувати партнерську взаємодію з батьками та іншими суб'єктами освітнього процесу з питань здоров'язбереження дитини.

Всі завдання самостійної та індивідуально-дослідної роботи розробляються та завантажуються здобувачами освіти у фіксовані терміни в персональні папки на One Drive згідно визначеного порядку. Персональні папки здобувачів створюються на One Drive викладача дисципліни, здобувачам освіти надається доступ до власної папки. Здобувач освіти має доступ тільки до персональної папки. Текстові матеріали завантажуються згідно окреслених вимог: комп'ютерний набір документу формату А-4, кегль 14, шрифт – Times New Roman, інтервал – 1,5, мова – українська. Поля: ліве - 30мм, праве - 15мм, верх – 2,5 мм, низ – 2,5 мм.

Індивідуальне навчально-дослідне завдання (ІНДЗ): підготовка і захист програми-інструкції здоров'язбереження дитини (на вибір студента: ранній вік, молодша, середня або старша група) у формі презентації: планування здоров'язбережувальної діяльності на квартал, підбір методик діагностик здоров'я, здоров'язбережувальних технологій, конспектів ігор та занять, консультацій для батьків за складниками здоров'я (фізичне, психічне, соціальне, духовне). Індивідуально-дослідне завдання подається у вигляді презентації з фіксованою кількістю слайдів (до 30 слайдів). Наприкінці слайдів обов'язково вказуються списки використаних джерел. Література оформляється згідно з вимогами, 10-15 джерел. Посилання у тексті подавати у квадратних дужках – []. Перша цифра відповідає номеру джерела в списку літератури, після коми ставиться мала буква «с» з крапкою і цифра, що означає номер сторінки у списку джерел, на яке зроблено посилання. Якщо в одних дужках автор посилається на два і більше джерел, то вони відокремлюються крапкою з комою (;). Наприклад: [3, с. 124], [5, с. 17–17; 10, с. 91. У тексті вживаються такі знаки: лапки – (« »), апостроф – ('), через відступ тире (–), а не дефіс (-). Двокрапка (:) ставиться без відступу. Титульний лист оформляється згідно з вимогами кафедри.

Методичні рекомендації щодо написання есе: Есе – вільний твір на запропоновану викладачем тематику. Характеризується виразним, вичерпним, трактуванням обраної теми. Містить чіткий, розгорнутий виклад суті поставленої проблеми, аналіз літератури, педагогічних концепцій і поглядів, підбір та детальний аналіз прикладів, що ілюструють проблему, власні міркування та умовиводи, висновки, що узагальнюють авторську позицію з поставленої проблеми, методичні рекомендації. Есе подається в електронному або рукописному вигляді, форма подання залишається на вибір здобувачів освіти.

Вимоги до рукописного варіанту есе: есе оформлюється з дотримання граматичних та орфографічних правил у зошиті або на аркушах паперу формату А4. Кількість рукописних сторінок від 5 до 8 сторінок. Титульний лист оформляється згідно з вимогами кафедри. Після написання, робиться фото есе та завантажується у персональну папку здобувача освіти.

Вимоги до електронного варіанту есе: комп'ютерний набір документа формату А-4, кегль 14, шрифт – Times New Roman, інтервал – 1,5, мова – українська. Поля: ліве – 30 мм, праве – 15 мм, верх – 2,5 мм, низ – 2,5 мм. Сторінки нумеруються. У тексті статті вживаються такі знаки: лапки – (« »), апостроф – ('), через відступ тире (–), а не дефіс (-). Двокрапка (:) ставиться без відступу. Титульний лист оформляється згідно з вимогами кафедри. Кількість сторінок від 5 до 8 сторінок. Розроблене есе завантажується у персональну папку.

Методичні рекомендації щодо написання розробки мапи розуму: Для розробки «мапи розуму» використовують програми Microsoft Word, Google Drawing, MindOnMap. Аркуш листа розташовується в альбомній орієнтації. У центрі аркуша розміщують центральний образ (головне поняття, проблему). Це може бути малюнок, або геометрична фігура. Центральний образ обов'язково підписується. Підпис – це назва теми, концепції, проекту, що досліджується (наприклад, здоров'язберезувальні технології в ЗДО). Від центрального образу відводяться «гілки» головних ідей, міркувань. Їх

кількість складає від двох до десяти. До головних «гілок» прикріплюються підпорядковані «гілки», асоціативно пов'язані із головними ідеями, поняттями, що деталізують їх. До підпорядкованих «гілок» додаються ідеї нижчого рівня із ще більшою конкретизацією і деталізацією. Усі «гілки» необхідно підписати ключовими словами. За допомогою мар розуму здобувачі вищої освіти можуть бачити зв'язки між ключовими і тематичними поняттями навчальної дисципліни, малювати діаграми, вставляти фігури, текст, рекомендувати відео контент, додавати сторінки вебсайтів з цікавою інформацією.

ВИКОНАННЯ КОНТРОЛЬНОЇ РОБОТИ З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ТЕОРІЯ ТА ТЕХНОЛОГІЯ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ ОСВІТИ ДОШКІЛЬНИКІВ»

Призначення контрольної роботи

Контрольна робота одна з форм перевірки й оцінювання засвоєних здобувачами освіти знань, рівня їх самостійності й активності.

У письмовій контрольній роботі система завдань передбачає виявлення рівня знань з певного модуля і розуміння сутності загальних понять, уміння самостійно робити узагальнення, використовуючи знання і навички. Завдання контрольної роботи носять узагальнювальний характер і вимагають від здобувача освіти повної, чіткої, логічної і завершеної відповіді, при написанні контрольної роботи не припустимі скорочення слів.

Контрольна робота, що не пройшла атестацію повертається студенту на доопрацювання.

Рекомендації щодо виконання контрольної роботи

Завдання для контрольної роботи з навчальної дисципліни «Теорія та технологія валеологічної освіти дошкільників» складено на підставі робочої програми, яка містить два змістові модулі. До кожного модуля надано по три

варіанти контрольних завдань, які спрямовані на виявлення знань студентів з базових понять навчальної дисципліни та практичних умінь використання комп'ютерних технологій у роботі з дітьми.

Варіанти контрольної роботи представлені за чотирма рівнями складності. Перше – спрямоване на виконання тестового завдання. Друге – спрямоване на виконання завдання репродуктивного характеру. Третє завдання має на меті виявити рівень теоретичних знань і практичних навичок організації валеологічної освіти дошкільників. Четверте завдання вимагає від студента прояву творчості у вирішенні конкретного запитання. Здобувач вищої освіти має змогу самостійно обирати порядок виконання завдань контрольної роботи та самостійно визначати, на якому рівні він засвоїв навчальний матеріал.

Загальні критерії оцінювання підготовки здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни «Теорія та технологія валеологічної освіти дошкільників».

1. Повнота знань – вичерпне володіння понятійним апаратом навчальної дисципліни за всіма змістовними модулями.

2. Гнучкість – проявляється в умінні здобувача вищої освіти трансформувати знання з метою використання у нестандартних ситуаціях.

3. Систематичність – упорядкованість та послідовна ієрархія деякої сукупності знань, розуміння зв'язків і взаємозалежностей між педагогічними явищами і об'єктами, що відображено у знаннях.

4. Усвідомленість – розуміння значення і можливостей застосування отриманих знань, у практичних діях з організації здоров'язбережувального середовища ЗДО.

Варіанти контрольної роботи

Контрольна робота 1

Варіант 1.

1. Наука про здоров'я та здоровий образ життя – це

- А) гігієна
- Б) загартовування
- В) валеологія

2. Розведіть поняття «стрес», «дистрес», наведіть приклади.

3. Розкрийте поняття «фізичне здоров'я», схарактеризуйте способи його укріплення, поясніть яку роль відіграє фізичне здоров'я в системі різнобічного розвитку дитини.

4. Розробіть власні критерії комплексної оцінки здоров'я дитини (фізичного, психічного, соціального, духовного).

Варіант 2.

1. Стосунки індивіда із структурними одиницями соціуму – сім'єю, організаціями, з якими створюються соціальні зв'язки, праця, відпочинок, побут, соціальний захист, охорона здоров'я, безпека існування – це

- А) соціальне здоров'я
- Б) фізичне здоров'я
- В) психічне здоров'я

2. Дайте визначення поняття «духовне здоров'я», наведіть його показники.

3. Розкрийте фактори, що впливають на здоров'я дитини.

4. Розробіть правила поведінки дитини, що формують у неї навички ЗСЖ.

Варіант 3.

1. Виберіть відповідне значення поняття «загартування»:

А) «...процес при якому відбувається поступова адаптація організму до умов навколишнього середовища, які постійно змінюються.»

Б) «... - це стан повного фізичного, духовного, соціального й психічного благополуччя, а не лише відсутність хвороб або фізичних вад»

В) «... - це наука про здоров'я та здоровий спосіб життя»

2. Дайте визначення поняття «психічне здоров'я», наведіть показники.

3. Доведіть, що рухова активність дитини забезпечує нормальний розвиток всіх її систем функціонування. Назвіть основні форми рухової активності.

4. Складіть педагогічні ситуації, спираючись на власний досвід чи тематичну літературу, в яких відображаються духовне та соціальне здоров'я чи нездоров'я дитини в сім'ї.

Контрольна робота 2

Варіант 1.

1. Соціально активна група людей, пов'язаних кровною чи шлюбною спорідненістю на основі взаємної спільності мети, інтересів і моральної відповідальності, які ведуть самостійну господарсько-економічну діяльність, дотримуючись законів і правил, прийнятих у державі – це

А) сім'я

Б) колектив

В) громада

2. Наведіть визначення поняття «здоров'язбережувальні технології в дошкільній освіті», наведіть приклади.

3. Схарактеризуйте українські традиції формування здорового способу життя в родині.

4. Розробіть конспект заняття з валеології (молодша, середня або старша група) (тема на власний вибір).

Варіант 2.

1. Діяння (дії або бездіяльність) фізичного, сексуального, психологічного або економічного насильства, що вчиняються в сім'ї чи в межах місця проживання або між родичами, або між колишнім чи теперішнім подружжям, або між іншими особами, які спільно проживають (проживали) однією сім'єю, але не перебувають (не перебували) у родинних відносинах чи у шлюбі між собою, незалежно від того, чи проживає

(проживала) особа, яка вчинила домашнє насильство, у тому самому місці, що й постраждала особа, а також погрози вчинення таких діянь – це

- А) родинне виховання
- Б) домашнє насильство
- В) батьківський авторитет

2. Дайте визначення поняття «стилі виховання», схарактеризуйте його ознаки.

3. Схарактеризуйте форми і методи валеологічного виховання дітей дошкільного віку.

4. Розробіть план роботи з батьками на квартал з валеологічного виховання дошкільників.

Варіант 3.

1. Усвідомлення дітьми елементарних уявлень щодо здоров'язбереження, прояв бажання вести ЗСЖ, здатність самостійно та доцільно дотримуватись техніки здоров'язбережувальної, безпечної поведінки у процесі життєдіяльності – це

- А) соціальне здоров'я
- Б) здоров'язбережувальний досвід
- В) психічний розвиток

2. Дайте визначення поняття «планування освітньо-виховної роботи», схарактеризуйте його ознаки.

3. Схарактеризуйте особливості здійснення освітньої діяльності в умовах ЗДО з питань здоров'язбереження та безпеки життєдіяльності дошкільників на період дії правового режиму воєнного стану.

4. Розробіть конспект використання фізкультурно-оздоровчої технології у роботі з дітьми дошкільного віку.

Оформлення контрольної роботи

Усі контрольні роботи з навчальної дисципліни «Теорія та технологія валеологічної освіти дошкільників» здобувачі вищої освіти виконують у єдиному зошиті обсягом 12 арк.

Титульна сторінка зошита оформлюється за формою:

Міністерство освіти і науки України
Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний
університет імені К. Д. Ушинського»
Кафедра дошкільної педагогіки

Контрольна робота
з навчальної дисципліни
«Теорія та технологія валеологічної освіти дошкільників»
студента (ки) _____ (шифр групи)

ПІБ студента

Одеса 20__/20__ н.р.

Зразок оформлення зворотної сторінки:

№ варіанту контрольної роботи	Дата, оцінка і підпис викладача	Із зауваженнями ознайомлений. Дата і підпис студента
Варіант контрольної роботи 1 № _____		
Варіант контрольної роботи 2 № _____		

Зразок оформлення першої сторінки: здобувач вищої освіти вказує дату проведення контрольної роботи та номер варіанту контрольної роботи. Здобувач вищої освіти може самостійно вибирати порядок виконання завдання.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

Критерії оцінювання за різними видами роботи

Вид роботи	бали	Критерії
Практичні заняття	0 балів	Здобувач вищої освіти не бере участі в занятті, є лише спостерігачем.
	1 бал	Здобувач вищої освіти знає загальні положення основного матеріалу щодо особливостей валеологічної освіти дітей раннього та дошкільного віку, але не засвоїв його деталей, демонструє епізодичні, безсистемні знання, погано обізнаний з психологічними закономірностями формування у дітей раннього і дошкільного віку навичок здорового способу життя і безпечної поведінки як основи валеологічної культури особистості, допускає неточності у відповідях, у застосуванні знань при вирішенні практичних завдань, допускає суттєві помилки, не може довести свою точку зору, не бачить кінцевого результату діяльності, демонструє нестійку сформованість практичних вмінь та навичок. Відтворює незначну частину навчального матеріалу, має поверхові уявлення про предмет вивчення, неаргументовано висловлює думку. Використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали, виконує практичні завдання за умови сторонньої допомоги. Не приймає участі у дискусії.
	2 бали	Здобувач вищої освіти демонструє наявність уявлень щодо розуміння особливостей організації валеологічної освіти в ЗДО. Здобувач розуміє

		<p>основні положення навчальної дисципліни, усвідомлює важливість здоров'язбереження дітей, орієнтується у напрямі вирішення практичних завдань. Здобувач розуміє практичні завдання, має пропозиції щодо напрямку їх вирішення; аналізує, робить висновки, проте припускається певних неточностей при виконанні завдань, потребує допомоги при їх усуненні. Виконані практичні завдання у цілому відповідають вимогам, хоча мають деякі суттєві огріхи. Усні відповіді цілком логічні, проте не завжди аргументовані, здобувач освіти намагається приймати участь у дискусіях, висловлювати власну точку зору.</p>
	3 бали	<p>Знання здобувача є достатньо повними, він самостійно застосовує відповідний навчальний матеріал, виконуючи практичні завдання, аналізує, робить висновки. Здобувач володіє навчальним матеріалом з проблем організації валеологічної освіти та здоров'язбереження дітей раннього та дошкільного віку, знає основні теоретичні положення та орієнтується в основних поняттях «здоров'я», «хвороба», «культура здоров'я», «здоров'язбережувальна компетентність дитини», «здоровий спосіб життя», «валеологічна освіта», «валеологічне виховання», що відповідають програмі навчальної дисципліни, аналізує можливі практичні ситуації та вирішує їх, але припускається незначних помилок, які усуває за підтримки з боку викладача або однокурсників. Помилки у</p>

		<p>відповідях не є системними, впевнено працює за алгоритмом. Виконані завдання у цілому відповідають вимогам, хоча мають незначні огріхи.</p>
	4 бали	<p>Здобувач бере активну участь у занятті. Володіє міцними знаннями щодо сутності і мети валеологічної освіти дітей; розуміє психологічні закономірності формування у дітей раннього і дошкільного віку навичок здорового способу життя і безпечної поведінки, як основи культури здоров'я (валеологічної культури) особистості, оперує ними при виконанні практичних завдань.</p> <p>Висловлює власні міркування, наводить доцільні приклади. Самостійно використовує необхідні інформаційно-методичні матеріали виконуючи практичні завдання. Не припускається помилок при їхньому виконанні. Активно приймає участь у дискусіях, виступає експертом практичних завдань, що виконали однокурсники.</p>
Індивідуальне навчально-дослідне завдання (програма-інструкція здоров'язбереження дитини)	10-8 балів	<p>Здобувач вищої освіти показав явне поглиблення та розуміння теми; програма-інструкція здоров'язбереження дитини притягує увагу аудиторії. Вона має чіткі цілі, відповідні темі, зроблений акцент на важливих питаннях. Він продемонстрував вміння здійснювати пошукову діяльність, систематизувати і упорядковувати інформацію щодо валеологічної освіти та здоров'язбереження дітей, вміння аналізувати програми, методики та технології здоров'язбереження, підбирати їх в залежності від</p>

		<p>віку та індивідуальних особливостей дитини, планувати роботу з батьками та іншими суб'єктами освітнього процесу. Наданні рекомендації здоров'язбереження дитини. Зміг самостійно обрати спосіб упорядкування та демонстрації інформації, включена інформація добута із різноманітних джерел. Повністю захистив програму-інструкцію здоров'язбереження дитини, відповів на всі запитання експертів.</p>
7-5 балів		<p>Програма-інструкція здоров'язбереження дитини має чіткі цілі, відповідні темі. Включена інформація добута із різноманітних джерел. Проте не повністю виконанні завдання, недостатньо ретельно підібрані форми, методи та технології роботи з дітьми. Під час захисту наявні декілька технічних, не дуже серйозних, проблем при запуску електронних матеріалів (презентації), що уповільнювало демонстрацію програми-інструкції. Здобувач вищої освіти захистив програму-інструкцію, відповів на всі запитання експертів. Розроблена програма-інструкція здоров'язбереження дитини корисна не тільки для студента, який її розробив.</p>
4-3 бали		<p>Інформація подана структуровано, зрозуміло для аудиторії, проте не повністю виконанні всі заплановані завдання, наявні фактичні помилки чи незрозумілості. Програма-інструкція здоров'язбереження дитини сфокусована на темі, але не висвітлює її. Наявна певна організаційна</p>

		структура, але вона не явна з показу. Здобувач вищої освіти продемонстрував епізодичні, безсистемні знання щодо особливостей здоров'язбереження дошкільників. У розробленій програмі-інструкції здоров'язбереження дитини відсутня робота з батьками або іншими суб'єктами освітнього процесу. Здобувач освіти під час захисту програми-інструкції не завжди надавав повну, чітку відповідь на запитання експертів. Є деякі технічні проблеми з якими перегляд ускладнюється, але перегляд все ж можливий.
	2-1 бал	Здобувач вищої освіти продемонстрував загальні положення основного матеріалу щодо здоров'язбереження дітей, проте в авторській програмі-інструкції відсутня діагностика здоров'я дошкільників, не наведені приклади занять, ігрових вправ, літературних творів валеологічної тематики тощо. Відсутня робота з батьками, не надані рекомендації щодо здоров'язбереження дитини. Здобувач вищої освіти не зміг захистити розроблену програму-інструкцію, довести власну точку зору щодо здоров'язбереження дітей. При перегляді презентації програми-інструкції наявні технічні проблеми, що не дозволили її повністю переглянути (не відкривались гіперпосилання, перевантаження анімацією тощо).
	0 балів	Програма-інструкція не розроблена.
Самостійна робота	0-1 бал	Завдання не виконано або здобувач розпізнає лише деякі об'єкти вивчення та визначає їх на

		<p>побутовому рівні, може описувати деякі об'єкти вивчення; має фрагментарні уявлення з предмета вивчення; виконує елементарні прийоми практичних завдань з валеологічної освіти дошкільників.</p>	
	3-2 балів	<p>Завдання виконане формально, здобувач знає окремі факти, що стосуються навчального матеріалу; виявляє здатність елементарно висловлювати думку; самостійно та за допомогою викладача може виконувати частину практичних завдань з валеологічної освіти дошкільників; знає послідовність виконання завдання; практичні завдання містять багато суттєвих відхилень від установлених вимог, при їх виконанні потребує систематичної допомоги викладача.</p>	
	5-4 бали	<p>У виконанні завдань виявляє креативність, самостійно і логічно відтворює фактичний і теоретичний матеріал та наводить приклади; володіє навчальним матеріалом і використовує набуті знання, уміння у стандартних ситуаціях щодо здоров'язбереження дитини; самостійно виконує практичні завдання відповідно до рекомендацій; практичні завдання виконанні в повному обсязі.</p>	
Контрольна робота	0 балів	Контрольна робота не виконана	
	0,5 бала	Тестове завдання	
	1 бал	Завдання репродуктивного характеру	
		<p>(За правильне виконання одного з варіантів контрольної</p>	

	1,5 бал	Завдання на виявлення сформованості знань та вмінь	роботи студенти отримують – 5 балів.
	2 бали	Творче завдання (розробка критеріїв здоров'я дитини, педагогічних ситуацій, календарно-тематичного планування, конспектів заняття тощо).	Виконання в повному обсязі контрольних робіт дозволяє студенту набрати 10 балів з навчальної дисципліни).

Критерії оцінювання підсумкового контролю (залік)

Для навчальної дисципліни «Теорія та технологія валеологічної освіти дошкільників» навчальним планом передбачено підсумковий контроль у формі заліку. Кількість балів, необхідних для заліку (не менше 60), студент отримує під час участі у практичних заняттях, виконання всіх видів самостійної роботи.

Критерії оцінювання за всіма видами контролю

Сума балів	Критерії оцінки
Відмінно (90–100 А)	Здобувач демонструє міцні знання навчального матеріалу в обсязі, що відповідає програмі навчальної дисципліни, правильно й обґрунтовано приймає необхідні рішення в різних нестандартних ситуаціях; реалізує теоретичні положення навчальної дисципліни виконуючи практичні завдання у сфері збереження здоров'я дитини. При виконанні практичних завдань проявляє вміння самостійно вирішувати поставлені завдання, активно включається в обговорення, відстоює власну точку зору в питаннях та рішеннях, що розглядаються.

	Оцінка нижче 100 балів обґрунтовується недостатнім розкриттям теоретичних питань навчальної дисципліни, або тим, що студент проявляє невпевненість в тлумаченні теоретичних положень чи складних практичних завдань.
Добре (82–89 В)	Здобувач демонструє знання, володіння матеріалом в обсязі, що відповідає програмі навчальної дисципліни, робить на їхній основі аналіз можливих ситуацій та вміє застосовувати теоретичні положення при вирішенні практичних задач під час валеологічної освіти дошкільників, але припускається несуттєвих помилок. При виконанні практичних завдань, здобувач самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких є незначною.
Добре (74–81 С)	Здобувач володіє навчальним матеріалом, знає основні теоретичні положення, що відповідають програмі навчальної дисципліни, аналізує можливі практичні ситуації та вирішує їх, але припускається помилок які усуває за підтримки з боку викладача або однокурсників. Пояснює основні положення, дає правильні відповіді щодо застосування форм, методів, технології формування у дітей дошкільного віку здоров'язбережувальної компетентності, формування навичок безпеки життєдіяльності та навичок ЗСЖ. Помилки у відповідях не є системними, впевнено працює за алгоритмом.
Задовільно (64–73 D)	Здобувач розуміє основні положення навчальної дисципліни, котрі є визначальними і орієнтується у напрямі вирішення практичних завдань. Здобувач розуміє практичні завдання, має пропозиції щодо напрямку їх вирішення. Самостійно вирішує завдання за зразком, допускає значну кількість неточностей, помилок, котрі усуває під керівництвом викладача, підтримки з боку однокурсників. Розуміє сутність і мету валеологічної

	освіти дітей раннього та дошкільного віку; психологічні закономірності формування у дітей раннього і дошкільного віку навичок здорового способу життя і безпечної поведінки як основи культури здоров'я (валеологічної культури) особистості.
Задовільно (60–63 E)	Здобувач поверхнево опанував навчальний зміст, передбачений програмою навчальної дисципліни, володіє основними положеннями на мінімально допустимому рівні. Знання щодо охорони здоров'я дітей та формування їх здоров'язбережувальної компетентності несистемні, фрагментарні. Виконання практичних завдань, формалізоване: є відповідність алгоритму, виконує практичні завдання за підтримки з боку викладача зі значними труднощами; демонструє нестійкі навички щодо використання форм та методів валеологічної освіти в залежності від віку та індивідуальних особливостей дитини, складання індивідуальної програми здоров'язбереження дитини раннього або дошкільного віку.
Незадовільно (35-59 FX)	Здобувач має фрагментарні знання, опанувавши менше половини обсягу навчального змісту, передбаченого програмою навчальної дисципліни. Відсутнє цілісне усвідомлення навчального матеріалу. Здобувач працює пасивно, практичні завдання виконує переважно з помилками, виправляє помилки лише при виконанні нескладних практичних завдань. Здобувач допускається до повторного складання заліку.

ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ОПРАЦЮВАННЯ

1. Схарактеризуйте проблеми організації валеологічної освіти в ЗДО.
2. Розкрийте поняття «культура здоров'я», «здоров'я», «хвороба», «здоровий спосіб життя», «формування здорового способу життя дитини», «валеологічна освіта».
3. Схарактеризуйте складники здоров'я дитини.
4. Окресліть критерії, рівні та групи здоров'я.
5. Розкрийте зв'язок культури здоров'я дитини з процесом валеологічного виховання в ЗДО.
6. Схарактеризуйте законодавче та нормативно-правове забезпечення охорони здоров'я дітей в Україні.
7. Схарактеризуйте фактори, що впливають на здоров'я дитини.
8. Розкрийте принципи, форми і методи формування позитивної мотивації на здоровий спосіб життя дітей.
9. Рух, як основа здоров'я дитини. Схарактеризуйте форми рухової активності.
10. Правильна постава дитини і її роль для здоров'я.
11. Правила загартування дітей у закладі дошкільної освіти.
12. Гігієнічна культура дітей дошкільного віку.
13. Основи раціонального харчування дитини дошкільного віку.
14. Фізіологічні основи психічної діяльності.
15. Соціальне здоров'я дитини та його показники.
16. Особливості психічного і соціального розвитку дітей дошкільного віку.
17. Спілкування з дорослими і однолітками в дошкільному віці.
18. Поняття про стрес та дистрес. Профілактика психічних стресів і корекція їх наслідків.
19. Особливості підтримки дітей у стресових ситуаціях під час воєнних дій.
20. Неврози та невротичні стани у дітей, дитячі страхи, агресивна поведінка.
21. Поняття про аутогенне тренування, методи психічної саморегуляції.
22. Вплив позитивного мислення на здоров'я дитини. Критерії втоми при фізичній, розумовій та психічній діяльності.
23. Роль духовності у формуванні здоров'я дитини, валеологічний потенціал релігії.

24. Складові духовного здоров'я дошкільника.
25. Особливості духовно-морального виховання дітей в умовах закладу дошкільної освіти з позиції законодавчої та нормативно-правової бази.
26. Сутність сім'ї та її функції. Стили родинного виховання, їх вплив на здоров'я житини.
27. Українські традиції формування ЗСЖ в родині.
28. Запобігання та протидія домашньому насильству.
29. Методика організації валеологічного виховання дошкільників у родинному колі.
30. Взаємодія сім'ї та вихователів ЗДО з формування навичок ЗСЖ дітей.
31. Аналіз та порівняльна характеристика програм з валеології для дошкільників.
32. Форми і методи виховання у дітей дошкільного віку культури здоров'я. Здоров'язбережувальні технології в дошкільній освіті.
33. Особливості здійснення освітньої діяльності в умовах ЗДО з питань здоров'язбереження та безпеки життєдіяльності дошкільників на період дії правового режиму воєнного стану.
34. Алгоритм складання перспективного плану роботи вихователя з валеологічної освіти дошкільників.
35. Складання індивідуальної програми здоров'я дитини. Індивідуальна програма розвитку (ІПР) для дітей з особливими освітніми потребами.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бабюк Т. Педагогічні умови формування готовності майбутніх вихователів закладів дошкільної освіти до професійно-валеологічної діяльності. *Методика початкового навчання і дошкільного виховання: збірник наукових праць*. 2018. Випуск 25 Частина 2. С. 137–142.
2. Базовий компонент дошкільної освіти: державний стандарт дошкільної освіти (нова редакція. Наказ МОН України від 12.01. 2021). URL: https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2021/12.01/Pro_novu_redaktsiyu%20Vazovoho%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf (дата звернення 12.02.2024)
3. Бедрань Р. В. Педагогічні умови виховання культури здоров'я дітей дошкільного віку в різновікових групах: дис... канд. пед. наук: 13.00.08/ Державний заклад «Південноукраїнський національний педагогічний університет імені К. Д. Ушинського». Одеса, 2017. 276 с.
4. Глебова О. С. Формування валеологічної свідомості у дошкільнят: посібник. Глухів: Глухівський дошкільний навчальний заклад (ясла - садок) «Журавка». Глухівської міської ради. 2018. 25 с.
5. Грибан В. Г. Валеологія : підручник : для студентів вищ. навч. закл. 2-ге вид, перероб. та допов. Київ : Центр учбової літератури, 2018. 342 с.
6. Духовно-моральне виховання дітей дошкільного віку на християнських цінностях: навч. прогр. та календарно-темат. план / А. М. Богуш, І. Л. Сіданіч, В. Є. Сучок [та ін.]. Київ : ВБФ «Східноєвропейська гуманітарна місія», 2019. 164 с.
7. Єфремова В. В. Система роботи з психофізичного розвитку дитини. Тернопіль: Мандрівець, 2009. 160 с.
8. Зерно любові. Програма духовно-морального виховання дітей / авт. кол. О. Шиян, О. Франкевич, Н. Патуляк, Г. Іванців, Л. Зеленко, Л. Цюпа, А. Казіброда. Львів: ДНЗ Львівське ВПУ ІКТ, 2018. 61 с.

9. Кондес Т. В. Фізична культура і здоров'я: навчальний посібник. Київ: Університет економіки та права «КРОК», 2017. 126 с.
10. Кононенко Н. В. Завдання для самостійної роботи здобувачів бакалаврського рівня (скорочений термін навчання) з навчальної дисципліни «Культура здоров'я дошкільників» спеціальність 012 «Дошкільна освіта»: метод. рекомендації. Одеса: Університет Ушинського, 2021. 25 с.
11. Коцур Н. І., Товкун Л. П. Валеологія: підручник (у 2-х частинах). Частина II. Переяслав-Хмельницький (Київська обл.): Домбровська Я. М., 2019. 458 с.
12. Кошель В. М., Почітаєва О. І., Дубровська І. М. Формування культури здоров'я дітей дошкільного віку в умовах закладів дошкільної освіти: посібник для студентів спеціальності «Дошкільна освіта», працівників закладів дошкільної освіти та батьків. Чернігів: ФОП Баликіна О. В., 2018. 177 с.
13. Левченко Т. Г. Валеологія щодня. Основи здоров'я для дітей 5–6 років. Харків: Основа, 2017. 214 с.
14. Максимова О. О. Валеологічна освіта дітей дошкільного віку (теоретико-методичні засади): навчально-методичний посібник. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2018. 213 с.
15. Малярчук А. Я. Виправлення вад мовлення. Звуки С,З,Ц,ДЗ. Київ: Вид. «Літера ЛТД», 2009. 104 с.
16. Мардарова І. К. Підготовка майбутніх вихователів до формування культури здоров'я дошкільників. *Науковий вісник Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського. Педагогічні науки: зб. наукових праць. лютий 2019. № 1 (64). С. 161–166.*
17. Матвієнко С. І. Методичні рекомендації до самостійної роботи здобувачів бакалаврського рівня (денна форма навчання) з навчальної дисципліни «Теорія та методика фізичного виховання та валеологічної освіти» спеціальність 012 «Дошкільна освіта». Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2021. 90 с.

18. Матвієнко С. І. Формування у дітей старшого дошкільної віку основ здорового способу життя засобами ігрових технологій. *Інноваційні технології в дошкільній освіті*: збірник абстрактів Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції, м. Переяслав-Хмельницький, 28-29 березня 2018 р. / за заг. ред. Л. О. Калмикової, Н. В. Гавриш. Переяслав-Хмельницький: ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди», 2018. С. 88–90.

19. Основи законодавства України про охорону здоров'я: закон України (Документ 2801-ХІІ, чинний, поточна редакція. Редакція від 03.03.2024, підстава - 3576-ІХ). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2801-12#Text> (дата звернення 12.02.2024)

20. Пинзеник О. М. Кухта М. І. Формування валеологічної компетентності майбутніх фахівців дошкільної освіти в процесі самостійної роботи. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах*. 2021. № 78. С. 68-73.

21. Про запобігання та протидію домашньому насильству: закон України (Документ 2229-VІІІ, чинний, поточна редакція. Редакція від 31.12.2023, підстава - 2801-ІХ). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2229-19#Text> (дата звернення 12.02.2024)

22. Психологічне здоров'я дошкільника / укл. Прищеп Т. І. Харків: Вид. «Основа», 2010. 239 с.

23. Створення індивідуальної програми розвитку для дітей з особливими освітніми потребами: методичний посібник / Під заг. ред. Софій Н. З., Київ: ТОВ «Видавничий дім «Плеяди», 2015. 66 с.

24. Я у світі. Програма розвитку дитини від народження до шести років/ О. П. Аксьонова, А. М. Аніщук, Л. В. Артемова [та ін.]; наук. Кер. О. Л. Кононко. Київ: ТОВ «МЦФЕР-Україна», 2019. 488 с.

25. Яковенко Л., Бойко О. Валеологія для дошкільників. Для всіх вікових груп. Методичка. Сучасна дошкільна освіта. Харків. Ранок, 2021. 160 с.

Інформаційні ресурси:

1. Бібліотека Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського. URL: <https://library.pdpu.edu.ua>.
2. Електронний архів (репозитарій) Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К. Д. Ушинського. URL: <http://dspace.pdpu.edu.ua>.
3. Міністерство освіти і науки України: сайт. URL: <https://mon.gov.ua/ua>
4. Національна бібліотека України імені В. І. Вернадського URL: <http://www.nbuv.gov.ua>.
5. Національний репозитарій академічних текстів. URL: <http://nrat.ukrintei.ua>.
6. Одеська національна наукова бібліотека. URL: <http://odnb.odessa.ua>
7. Офіційний портал Верховної ради України. URL: <https://www.rada.gov.ua/>

Навчальне видання

Ірина Костянтинівна Мардарова
Наталія Миколаївна Гуданич
Олексій Анатолійович Листопад

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ ТА
САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«ТЕОРІЯ ТА ТЕХНОЛОГІЯ ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ ОСВІТИ
ДОШКІЛЬНИКІВ»**

Методичні рекомендації

Підп. до друку 29.03.2024. Формат 60x90/16. Папір офсетний.
Гарн. «Times» Друк цифровий. Ум. друк. арк. 3,1
Наклад 100 пр.
Університет Ушинського