

УПРАВЛІННЯ ОСВІТИ І НАУКИ  
ЧЕРКАСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ ДЕРЖАВНОЇ АДМІНІСТРАЦІЇ  
КОМУНАЛЬНИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД  
«ЧЕРКАСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ІНСТИТУТ ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ  
ОСВІТИ ПЕДАГОГІЧНИХ ПРАЦІВНИКІВ ЧЕРКАСЬКОЇ  
ОБЛАСНОЇ РАДИ»

**ПІДГОТОВКА ПЕДАГОГІВ ДО ФОРМУВАННЯ  
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ  
ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

**(НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС КУРСУ ДЛЯ  
ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ОСВІТИ ПЕДАГОГІЧНИХ  
ПРАЦІВНИКІВ)**

Черкаси  
2020

УДК 37. 018.1-053.4  
ББК 74.105  
А 66

*Схвалено до використання комісією з післядипломної педагогічної освіти Науково-методичної ради з питань освіти Міністерства освіти і науки України  
(протокол № 1 від 01.11.2019 року)*

**АВТОР:**

**Т.К.Андрющенко**, доктор педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри професійного розвитку педагогів КНЗ «Черкаський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних працівників Черкаської обласної ради».

**РЕЦЕНЗЕНТИ:**

**І. І. Демченко**, доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри спеціальної освіти, декан факультету дошкільної і спеціальної освіти Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини;

**Г. А. Назаренко**, доктор педагогічних наук, професор, проректор з науково-методичної роботи КНЗ «Черкаський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних працівників Черкаської обласної ради»;

**Л. П. Корнелюк**, методист вищої категорії Черкаського міського методичного кабінету установ освіти.

**Андрющенко Т. К.**

Підготовка педагогів до формування здоров'язберезувальної компетентності дітей дошкільного віку: навч.-метод. комплекс. Черкаси: КНЗ «ЧОПОПП Черкаської обласної ради», 2020. 120 с.

*Навчально-методичний комплекс курсу «Підготовка педагогів до формування здоров'язберезувальної компетентності дітей дошкільного віку» присвячений актуальним проблемам розвитку здорової дитини дошкільного віку. Розкрито сучасні підходи до забезпечення здоров'язберезувальної спрямованості освітнього процесу у закладах дошкільної освіти. Окреслено вимоги до професійної діяльності вихователів закладів дошкільної освіти щодо формування здоров'язберезувальної компетентності дошкільників. Презентовано методiku формування здоров'язберезувальної компетентності у дітей дошкільного віку на основі життєвих навичок, що сприяють збереженню фізичного, психічного, духовного та соціального здоров'я.*

*Для науково-педагогічних працівників інститутів післядипломної педагогічної освіти, педагогічних працівників закладів дошкільної освіти.*

**ISBN**

УДК 37. 018.1-053.4  
ББК 74.105  
А 66

© Т. Андрющенко, 2020

## Зміст

Пояснювальна записка .....	4
Профіль програми курсу .....	8
Зміст програми курсу .....	13
Методичні розробки для викладача.....	25
Дидактичні розробки для слухача.....	83
Опис електронної платформи.....	110
Список використаних джерел	116

## ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Життя і здоров'я людини є найвагомішими цінностями держави, оскільки саме вони є показником цивілізованості суспільства, головним критерієм ефективності діяльності всіх його сфер. Здоров'я підростаючого покоління правомірно розглядається не лише, як найбільша соціальна цінність, а й вирішальний чинник економічного розвитку, конкурентоспроможності держави. Саме тому з позицій сьогодення набуває особливої значимості проблема збереження та зміцнення здоров'я дітей, виховання особистості, здатної на повноцінну реалізацію своїх фізичних, інтелектуальних та духовних можливостей. Зважаючи на зазначене, одним із пріоритетних завдань сучасної освіти є формування у дітей здоров'язбережувальної компетентності. Дуже важливо з дитинства сформувати у дітей валеологічний світогляд, мотивацію на здоровий спосіб життя; дати знання про здоров'я та чинники його збереження; забезпечити можливість набувати досвід здоров'язбережувальної діяльності.

Програму курсу «Підготовка педагогів до формування здоров'язбережувальної компетентності дітей дошкільного віку» розроблено відповідно до Законів України «Про освіту» (2017 р.), «Про дошкільну освіту» (2001 р.), «Про охорону дитинства» (2002 р.), «Національної стратегії розвитку освіти до 2021 року» (2013 р.), Державної національної програми «Діти України» (2001 р.), Базового компоненту дошкільної освіти (2012 р.), у яких визначаються основні підходи до збереження і зміцнення здоров'я дітей.

### **Актуальність курсу визначається:**

- сучасними тенденціями до погіршення здоров'я підростаючого покоління;
- необхідністю впровадження в закладах дошкільної освіти методики формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку на основі життєвих навичок, що сприяють фізичному, соціальному, психічному і духовному здоров'ю;
- зростаючою роллю післядипломної освіти в підготовці вихователів до формування в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності.

**Мета курсу:** розвиток професійної компетентності вихователів щодо використання інноваційних підходів у процесі формування в дітей дошкільного віку здоров'язбережувальної компетентності.

Курс «Підготовка педагогів до формування здоров'язбережувальної компетентності дітей дошкільного віку» спрямований на реалізацію таких **основних завдань**:

- *Систематизувати знання щодо:*
  - здоров'язбережувального змісту дошкільної освіти;
  - методики формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку;
  - життєвих навичок, що сприяють збереженню фізичного, соціального, психічного і духовного здоров'я особистості;
  - побудови освітнього процесу в закладі дошкільної освіти на основі компетентісного підходу.
- *Сформуувати вміння (навички):*
  - розкривати сутність поняття «здоров'я», враховувати вимоги до формування його складових у процесі навчання дошкільників;
  - використовувати адекватні форми, методи, засоби формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку;
  - визначати наявний рівень сформованості здоров'язбережувальної компетентності в дітей старшого дошкільного віку.
- *Розвинути установки до:*
  - створення здоров'язбережувального середовища в закладах дошкільної освіти;
  - аналізу та рефлексії;
  - креативності;
  - інноваційності.

#### **Очікувані навчальні результати:**

- *знання:*
  - здоров'язбережувального змісту дошкільної освіти;
  - методики формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей старшого дошкільного віку;
  - життєвих навичок, що сприяють збереженню фізичного, соціального, психічного і духовного здоров'я особистості;
  - наявного рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності у дітей старшого дошкільного віку;
  - побудови освітнього процесу в закладах дошкільної освіти на основі компетентісного підходу.

➤ *вміння:*

– розкривати сутність поняття «здоров'я», враховувати вимоги до формування його складових у процесі навчання дошкільників;

– впроваджувати методика формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку;

– визначати наявний рівень сформованості здоров'язбережувальної компетентності в дітей старшого дошкільного віку;

– використовувати компетентісний підхід в процесі навчання дітей основам здоров'я.

➤ *установки до:*

– створення здоров'язбережувального середовища;

– аналізу та рефлексії;

– креативності; інноваційності.

Теоретико-методологічним підґрунтям програми курсу є методологічні підходи:

– компетентісний підхід;

– аксіологічний підхід;

– культурологічний підхід;

– особистісно-діяльнісний підхід.

### **Навчальна стратегія курсу:**

Реалізація завдань для досягнення результатів здійснюється шляхом:

– розгляду навчального матеріалу на лекціях;

– самостійного вивчення слухачами навчального матеріалу на основі розробленого для курсу комплексу навчально-методичних матеріалів;

– виконання практичних завдань, спрямованих на набуття слухачами вмій і навичок на практиці застосовувати набуті знання;

– дистанційної форми навчання через проведення Інтернет-консультацій;

– проведення вхідного та вихідного анкетування та підсумкового контрольного тестування.

Програма курсу розрахована на один модуль (30 годин – 1 кредит) і включає такі навчальні теми: «Оздоровча парадигма дошкільної освіти», «Формування здоров'язберігаючої компетентності дошкільників: психолого-педагогічні особливості».

На практичних заняттях значна частина відводиться часу розробці стратегій забезпечення здоров'язбережувального змісту освітнього процесу закладів дошкільної освіти, моделюванню навчальних завдань для формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності відповідно до життєвих навичок, аналізу методів навчання, що сприяють формуванню здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників.

Завдання для самостійної роботи орієнтовані на збір та опрацювання матеріалів для визначення рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників, розробку презентацій власних проєктів; розв'язування тестових завдань тощо.

### **Форми контролю**

**Навчальні результати слухачів у межах курсу оцінюються на основі:**

- виконання практичних завдань;
- підсумкового тесту;

**Максимальна кількість балів за вивчення всього курсу – 100.**

**Прохідний бал – 75.**

### **Розподіл балів:**

<b>Види навчальної діяльності</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>Підсумковий контроль</b>	<b>Всього</b>
Практичні завдання	2*2 0	2*2 0		<b>80</b>
Підсумковий контроль (тест)			20	<b>20</b>
<b>Всього</b>	<b>40</b>	<b>40</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

**Навчально-методичне забезпечення курсу** представлено матеріалами для самостійної роботи здобувачів освіти (анкети, лекції, завдання для практичних занять, самостійної роботи, завдання тесту, список рекомендованої літератури).

Програма курсу рекомендується для післядипломної освіти педагогічних працівників, а саме: завідувачів, вихователів-методистів, вихователів закладів дошкільної освіти.

<b>Профіль програми курсу «Підготовка педагогів до формування здоров'язбережувальної компетентності дітей дошкільного віку»</b>	
Обсяг програми	1 кредит ЄКТС
Заклад післядипломної педагогічної освіти	Комунальний навчальний заклад «Черкаський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних працівників Черкаської обласної ради»
Інституція, що проводить ліцензування	Міністерство освіти і науки України
Період ліцензування	Безстроково
Рівень програми	Підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів дошкільної освіти

<b>А</b>		<b>Мета програми курсу</b>
		Удосконалити професійну компетентність педагогічних працівників закладів дошкільної освіти щодо використання інноваційних підходів у процесі формування здоров'язбережувальної компетентності дітей дошкільного віку.
<b>В</b>		<b>Характеристика програми</b>
1	<i>Функціональна спрямованість</i>	Розвиток складових професійних компетентностей педагогічних працівників закладів дошкільної освіти, метою яких є збереження і зміцнення фізичного, соціального, психічного і духовного здоров'я дітей, формування у них навичок збереження власного здоров'я і здоров'я оточуючих.
2	<i>Фокус програми</i>	Акцент програми робиться на: – презентацію педагогам методики формування здоров'язбережувальної компетентності особистості; – розкриття змісту життєвих навичок, що сприяють збереженню фізичного, соціального, психічного і духовного здоров'я особистості; – ознайомлення педагогів з формами, методами, засобами формування здоров'язбережувальної компетентності особистості; – розвиток у педагогічних працівників вмій та навичок, необхідних для формування здоров'язбережувальної компетентності особистості.
3	<i>Орієнтація програми</i>	Програма орієнтована на розвиток і вдосконалення здоров'язбережувальної компетентності педагогічних працівників закладів дошкільної та загальної середньої освіти. Сфокусуванні уваги педагогів на інноваційних формах і методах формування здоров'язбережувальної



		компетентності особистості на основі життєвих навичок, створення здоров'язбережувального середовища в закладах освіти.
4	<i>Особливість програми</i>	Курс доступний для вивчення в стаціонарному режимі при безпосередньому керівництві викладача або у дистанційному режимі у зручний для здобувача освіти час. Для навчання у дистанційному режимі необхідна наявність відповідного електронного пристрою (планшет, ноутбук, стаціонарний комп'ютер тощо). Програма курсу складається з 1 (одного) навчального модулю тривалістю 30 академічних годин (1 кредит ЄКТС). Навчальний модуль містить відповідні теми навчальних занять, які мають практичне спрямування. Проходження навчання завершується тестуванням, за результатами якого видається сертифікат відповідного зразка.
5	<i>Цільова група</i>	Завідувачі, вихователі-методисти, вихователі закладів дошкільної освіти.
<b>С</b>	<b>Продовження освіти</b>	
	<i>Продовження освіти</i>	Програма курсу передбачає можливість подальшого розширення та поглиблення професійних знань, умінь, навичок педагогічних працівників закладів дошкільної освіти у сфері формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників та інших суб'єктів освітнього процесу на основі життєвих навичок у системі неформальної та інформальної освіти.
<b>Д</b>	<b>Стиль навчання</b>	
	<i>Підходи до викладання та навчання</i>	<b>Теоретико-методологічним підґрунтям програми курсу є методологічні підходи:</b> <b>компетентнісний підхід</b> , що є основою для розкриття сутності здоров'язбережувальної компетентності особистості дитини дошкільного віку, спрямовує педагогів до мотивації дітей до сприйняття знань про здоров'я та чинники його збереження, свідомого вибору моделі поведінки і діяльності, які відповідають здоровому способу життя, застосовуючи здоров'язбережувальні життєві навички у відповідних ситуаціях; <b>аксіологічний підхід</b> , що дозволяє спрямувати зміст освітньої діяльності з дошкільниками на формування в них ціннісного ставлення до власного здоров'я і здоров'я інших людей з позиції сприйняття здоров'я як життєвої цінності; <b>культурологічний підхід</b> , що передбачає сприйняття феномена здоров'я в контексті культуротворення і культурозбереження особистості, формування у дітей

		<p>здоров'язбережувальних життєвих навичок на зразках відповідних різновидів культури: культури здоров'я, харчування, рухової культури, культури тіла, спілкування, культури поведінки;</p> <p><b>особистісно-діяльнісний підхід</b>, що уможливорює об'єднання сутнісних зв'язків особистісно зорієнтованого та діяльнісного підходів, а також забезпечує врахування потенційних можливостей кожної дитини, її суб'єктивного досвіду в організації навчально-виховного процесу з формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку та насичення здоров'язбережувальним змістом різних видів діяльності дітей для формування і закріплення здоров'язбережувальних життєвих навичок, набуття досвіду здорового способу життя.</p> <p><b>Курс</b> доступний для вивчення у <b>стаціонарному або у дистанційному режимі</b>. Навчання у стаціонарному режимі відбуваються переважно у формі тренінгів і мають практичну спрямованість. Можливість проходження курсу в дистанційній формі забезпечує освітній портал КНЗ «Черкаський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних працівників Черкаської обласної ради» сайтом «Інтернет-школа педагогічної майстерності», яка ґрунтується на системі Moodle за адресою <a href="http://oipoppp.ed-sp.net/">http://oipoppp.ed-sp.net/</a>.</p> <p>Метою діяльності Інтернет-школи педагогічної майстерності є:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Створення умов для досягнення педагогами бажаного рівня професійної компетентності у міжкурсовий період через самоосвіту.</li> <li>2. Здійснення підвищення кваліфікації педагогів області за технологіями дистанційного навчання засобами Інтернет.</li> </ol>
	<i>Система оцінювання</i>	<p>Результати навчання за програмою курсу «Підготовка педагогів до формування здоров'язбережувальної компетентності дітей дошкільного віку» оцінюються після виконання педагогами практичних занять і проходження педагогами тестування: зараховано (75 балів і більше) /не зараховано (менше ніж 75 балів). Позитивний результат тестування дає здобувачам освіти право на отримання сертифікату відповідного зразка.</p>
<b>Е</b>	<b>Програмні компетентності</b>	
	<i>Загальні</i>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Здатність навчатися та самонавчатися.</li> <li>2. Здатність до усного та письмового спілкування</li> </ol>

		<p>рідною мовою</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Здатність бути критичним та самокритичним.</li> <li>4. Здатність до планування та розподілу часу.</li> <li>5. Здатність діяти на підставі етичних суджень.</li> <li>6. Здатність генерувати нові ідеї (креативність).</li> <li>7. Здатність виявляти, ставити і вирішувати проблеми.</li> <li>8. Здатність застосовувати знання на практиці.</li> <li>9. Здатність приймати обґрунтовані рішення.</li> <li>10. Прагнення до збереження навколишнього середовища.</li> <li>11. Здатність взаємодіяти з іншими людьми в конструктивному ключі, навіть при вирішенні складних питань.</li> <li>12. Прагнення до здоров'я, благополуччя і безпеки.</li> <li>13. Здатність оцінювати і підтримувати якість роботи.</li> <li>14. Здатність використовувати інформаційні та комунікаційні технології.</li> <li>15. Відповідально ставитися до завдань і обов'язків.</li> <li>16. Здатність діяти з соціальною відповідальністю і громадянською свідомістю.</li> </ol>
	<p><i>Фахові</i></p>	<p><b><i>Тема 1. Оздоровча парадигма дошкільної освіти</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Володіння знаннями про нормативно-правове забезпечення системи дошкільної освіти.</li> <li>2. Впровадження в практику новітніх досягнень сучасної психолого-педагогічної науки і практики.</li> <li>3. Здатність застосовувати знання про закономірності організації та загальні принципи побудови здоров'язбережувального середовища в закладі дошкільної освіти.</li> <li>4. Забезпечення здоров'язбережувальної спрямованості освітнього процесу в закладі дошкільної освіти.</li> <li>5. Володіння навичками аналізу стану здоров'я дітей дошкільного віку.</li> <li>6. Усвідомлення вимог до професійної діяльності вихователів закладів дошкільної освіти щодо формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників.</li> </ol> <p><b><i>Тема 2. Психолого-педагогічні особливості формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників.</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Впровадження методики формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників.</li> <li>2. Володіння знаннями про життєві навички як основу здоров'язбережувальної компетентності особистості.</li> </ol>

	<p>3. Здатність розробляти навчальні завдання для формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності відповідно до життєвих навичок.</p> <p>4. Визначення рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності у старших дошкільників.</p>
<b>F</b>	<b>Програмні результати навчання</b>
	<p><b><i>Тема 1. Оздоровча парадигма дошкільної освіти</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Усвідомлення проблем, шляхів і завдань виховання здорового покоління.</li> <li>2. Готовність до використання в практичній діяльності новітніх досягнень сучасної психолого-педагогічної науки і практики в галузі збереження здоров'я дошкільників.</li> <li>3. Уміння аналізувати стан здоров'я дітей старшого дошкільного віку.</li> <li>4. Дотримання вимог до професійної діяльності вихователів закладів дошкільної освіти щодо формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників.</li> <li>5. Уміння самостійно розробляти стратегії забезпечення здоров'язбережувального змісту освітнього процесу закладів дошкільної освіти.</li> <li>6. Здійснення ефективної роботи щодо створення здоров'язбережувального середовища в закладі дошкільної освіти.</li> </ol> <p><b><i>Тема 2. Психолого-педагогічні особливості формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників.</i></b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Ефективне впровадження в практику методики формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників.</li> <li>2. Уміння застосовувати в практиці методи навчання, що сприяють формуванню здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників.</li> <li>3. Готовність до формування у дошкільників життєвих навичок, що сприяють збереженню фізичного, соціального, психічного і духовного здоров'я.</li> <li>4. Уміння розробляти навчальні завдання для формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності відповідно до життєвих навичок.</li> </ol> <p style="text-align: center;">Володіння навичками визначення рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності у старших дошкільників.</p>

# ЗМІСТ ПРОГРАМИ КУРСУ «ПІДГОТОВКА ПЕДАГОГІВ ДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ»

## ВСТУП ДО КУРСУ (2 год.)

### ТЕМА 1.

#### ОЗДОРОВЧА ПАРАДИГМА ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ (13 год.)

**Мета** – Формування професійної компетентності вихователів закладів дошкільної освіти для забезпечення здоров'язбережувального змісту дошкільної освіти.

#### **Завдання:**

- *Систематизувати знання щодо:*
  - здоров'язбережувального змісту дошкільної освіти;
  - вимоги до професійної компетентності вихователів закладів дошкільної освіти щодо формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників;
  - проблем і завдань виховання здорового покоління.
- *Сформувати вміння (навички):*
  - будувати освітній процес на валеологічній основі, враховуючи вимоги до професійної компетентності сучасних вихователів;
  - визначати проблеми, шляхи, завдання виховання здорового покоління;
  - розробляти стратегії забезпечення здоров'язбережувального змісту освітнього процесу закладів дошкільної освіти.
- *Розвинути установки до:*
  - аналізу;
  - рефлексії.

#### **Очікувані навчальні результати:**

- *знання:*
  - здоров'язбережувального змісту дошкільної освіти;
  - вимог до професійної компетентності вихователів закладів дошкільної освіти щодо формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників;
  - проблем і завдань виховання здорового покоління.
- *вміння:*
  - будувати освітній процес на валеологічній основі, враховуючи вимоги до професійної компетентності сучасних вихователів;

- розробляти стратегії забезпечення здоров'язбережувального змісту освітнього процесу закладів дошкільної освіти.

➤ *установки до:*

- аналізу;
- рефлексії.

## **Лекція 1.**

### **Здоров'язбережувальна спрямованість освітнього процесу закладів дошкільної освіти (2 год.).**

Конституція України визнає життя і здоров'я людини одними з найвищих соціальних цінностей. Зміни, які провокують погіршення умов життєдіяльності людей та стану їхнього здоров'я: глобальні екологічні та економічні кризи, стрімка технологізація життя, потужний потік інформації тощо. Проблема організації освітнього процесу, спрямованого на формування у підростаючого покоління системи наукових і практичних знань, ціннісних орієнтацій, поведінки і діяльності, зорієнтованих на збереження власного здоров'я і відповідального ставлення до здоров'я свого і оточуючих, тобто здоров'язбережувальної компетентності. Основою здоров'язбережувальної компетентності є життєві навички, що сприяють фізичному, соціальному, психічному та духовному здоров'ю. Результат буде досягнуто за умови побудови педагогічного процесу з урахуванням завдань, спрямованих на формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку з подальшим формуванням у них здоров'язберігаючої компетентності згідно з вимогами сучасної науки.

### **Література**

1. Андрющенко Т. К. Проектування особистісно зорієнтованої моделі валеологічної освіти в дошкільних навчальних закладах. *Імідж сучасного педагога*. 2008. № 7–8. С. 97–100.
2. Андрющенко Т.К. Самореалізація педагогів у процесі підготовки до формування в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. – Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2012. № 7 (25). С. 370–376.
3. Базовий компонент дошкільної освіти (нова редакція) / наук. кер. А. М. Богуш; авт. кол. : А. М. Богуш, Г. В. Беленька, О. Л. Богініч та ін. Спецвип.

- журн. «Вихователь-методист дошкільного закладу». К., 2012. 30 с.
4. Витоки здоров'я дитини : [навч.-метод. посіб.] / Н. Ф. Денисенко, Л. В. Лиходід, С. В. Лупінович, А. Ф. Михайличенко. Тернопіль : Мандрівець, 2010. 160 с.
  5. Денисенко Н. Оздоровчі технології в освітньому процесі. *Дошкільне виховання*. 2004. № 12. С. 4–6.
  6. Денисенко Н. Освітній процес має бути здоров'язбережувальним. *Дошкільне виховання*. 2007. № 7. С. 8–10.
  7. Кузьменко В.У. Індивідуальний підхід: десять кроків. *Дошкільне виховання*. 2006. № 7. С. 10.
  8. Левінець Н. В. Здоров'язбережувальний освітній простір дошкільного навчального закладу. Личность в едином образовательном пространстве: сб. науч. ст. I Международного образовательного форума / под. науч. ред. проф. К. Л. Крутий. Запорожье : ООО «ЛИПС» ЛТД, 2010. Ч. 3. С. 235–238.
  9. Омельченко Л. П. Здоров'ятворча педагогіка. Х. : Вид. група «Основа», 2008. – 205, [3] с. : іл. – (Серія „Адміністратору школи”).
  10. Сварковська Л. А. Чинники формування здоров'я та фізичного стану вихованців дошкільних закладів. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології: наук. журнал*. Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2010. № 1(3). С. 323–330.
  11. Смольникова Г. Здоров'язбережувальні та здоров'яформувальні технології. *Дошкільне виховання*. 2013. № 7. С. 23–26.

### **Практичне заняття 1.**

#### **Виховання здорового покоління: проблеми, шляхи, завдання (2 год.).**

##### **Запитання для дослідження:**

1. Які причини погіршення здоров'я дітей?
2. Які шляхи формування, збереження і зміцнення здоров'я дітей?
3. Хто є ключовими особами у процесі виховання здорового покоління і яка їхня роль?
4. Які завдання стоять перед закладом дошкільної щодо вирішення даної проблеми?

## Лекція 2.

### **Вимоги до професійної діяльності вихователів закладів дошкільної освіти щодо формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників (2 год.).**

Одним із актуальних завдань у практиці роботи закладів дошкільної освіти є забезпечення кваліфікованої допомоги у виробленні навичок збереження, зміцнення і відновлення фізичного, психічного і соціального здоров'я дітей, а також надання дітям знань про основи здоров'я і формування в них здоров'язберігаючої компетентності. Основні характеристики та принципи діяльності успішного педагога закладу дошкільної освіти, що забезпечують здоров'язбережувальний зміст освіти.

Шляхи реалізації принципів діяльності успішного педагога на практиці. Порівняння традиційної моделі освіти з особистісно орієнтованою. Методичні рекомендації для вихователів щодо побудови роботи з формування здоров'язбережувальної компетентності в дошкільників.

### **Література**

1. Волкова С. С. Как воспитать здорового ребенка. К. : Рад. школа, 1981. 93 с.
2. Калашнікова С. А. Освіта дорослих: сучасні виклики та підходи. К.: Проект «Рівний доступ до якісної освіти», 2007. С. 11-30.
3. Книш Т.В. Валеологічна підготовка майбутніх вихователів дошкільних закладів освіти: Дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. К., 2001. 19 с.
4. Лохвицька Л. В., Андрющенко Т. К. Дошкільникам про основи здоров'я: Навч.-метод. посіб. Черкаси: Відлуння–плюс, 2004. 208 с.
5. Мартынов С. М. Здоровье ребенка в ваших руках : советы практ. врача-педиатра : [кн. для восп. дет. сада и родителей]. М. : Просвещение, 1991. – 223 с.
6. Настільна книга педагога. Посібник для тих, хто хоче бути вчителем-майстром / Упоряд.: В.М.Андрєєва, В.В.Григора.–Х.: Вид. група «Основа», 2006. 352 с.
7. Як стати майстерним педагогом: Навч.-метод. Посіб. / Кол. авт.: В.Ш.Ковальчук, Л.М. Сергєєва та ін. За заг. ред. Л.І.Даниленко. К., 2007. 184 с.



## Практичне заняття 2.

### Розробка стратегій забезпечення здоров'язбережувального змісту освітнього процесу дошкільних навальних закладів (2 год.).

#### Завдання для виконання:

1. Розробіть анкету на визначення наявного рівня знань дошкільників щодо власного здоров'я.
2. Використовуючи теоретичний матеріал до теми 1, складіть алгоритм діяльності педагога з забезпечення здоров'язбережувального змісту освітнього процесу дошкільних навальних закладів.
3. Визначте види діяльності, які сприяють збереженню і зміцненню здоров'я дошкільників

## ТЕМА 2.

### ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДОШКІЛЬНИКІВ: ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ

**Мета.** Ознайомлення вихователів закладів дошкільної освіти з методикою формування в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності на основі життєвих навичок, що сприяють фізичному, соціальному, психічному і духовному здоров'ю.

#### Завдання:

➤ *Систематизувати знання щодо:*

- методики формування в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності;
- життєвих навичок, що сприяють фізичному, соціальному, психічному і духовному здоров'ю;
- методики діагностики рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників.

➤ *Сформувати вміння (навички):*

- впроваджувати в навчально-виховний процес закладу дошкільної освіти методики формування в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності;
- аналізувати методи навчання, що сприяють формуванню здоров'язбережувальної компетентності в дошкільників;

– розробляти навчальні завдання для формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності відповідно до життєвих навичок;

– визначати рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників.

➤ *Розвинути установки до:*

– інноваційної діяльності;

– рефлексії.

### **Очікувані навчальні результати:**

➤ *знання:*

– методики формування в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності;

– життєвих навичок, що сприяють фізичному, соціальному, психічному і духовному здоров'ю;

– діагностики рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників.

➤ *вміння:*

– впроваджувати в навчально-виховний процес закладу дошкільної освіти методики формування в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності;

– аналізувати методи навчання, що сприяють формуванню в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності;

– розробляти навчальні завдання для формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності відповідно до життєвих навичок;

– визначати рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників.

➤ *установки до:*

– інноваційної діяльності;

– рефлексії.

## **Лекція 1.**

### **Здоров'язбережувальна компетентність дошкільників: методика формування (2 год.).**

Компетентнісний підхід у процесі формування у дітей здатності до збереження здоров'я. Методика формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей дошкільного віку. Пріоритетні завдання методики. Загальнодидактичні принципи

методики. Дванадцять життєвих навичок, у сферах фізичного, соціального, психічного і духовного здоров'я, на яких ґрунтується методика формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей дошкільного віку. Перелік тем, які доцільно вивчати при формуванні здоров'язбережувальної компетентності. Етапи вивчення тем. Комплекс дидактичного супроводу (форми, методи, засоби навчання). Алгоритм опрацювання тем.

### Література

1. Андрющенко Т.К. Формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності (старший дошкільний вік) : методичний посібник. – Тернопіль : Мандрівець, 2016. 120 с.
2. Андрющенко Т.К. Формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників у процесі навчально-дослідницькій діяльності : [навч.-метод. посіб.]. К. : ТОВ «Праймдрук», 2012. 100 с.
3. Базовий компонент дошкільної освіти. *Вихователь-методист дошкільного закладу*. 2012. Спецвипуск. С. 1–29.
4. Барвисте життя: хрестоматія для читання дітям дошкільного віку / упор. : Л.В.Лохвицька, Т. К. Андрющенко. Тернопіль : Мандрівець, 2014. 344 с.
5. Бойченко Т. Є. Здоров'язберігаюча компетентність як ключова в освіті України. *Основи здоров'я і фізична культура*. 2008. № 11-12. С. 6–7.
6. Дошкільне тіловиховання. Вплив рухової активності на здоров'я дитини дошкільного віку / Авт.-упор. : Л. В. Калуська, З. В. Калуський, М. М. Гуменюк. Тернопіль : Мандрівець, 2008. 184 с.
7. Замрозович С. Р. Формування фізичної компетенції дітей дошкільного віку. *Педагогічні науки* : зб. наук. праць. Випуск 51. Херсон : Вид-во ХДУ, 2009. С. 158–161.
8. Левінець Н. В. Впровадження здоров'язберігаючих технологій як актуальний напрям сучасної дошкільної освіти. *Вісник Інституту розвитку дитини*. Вип. 16. Серія: Філософія, педагогіка, психологія : зб. наук. праць. К. : Вид. НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2011. С. 116–120.
9. Лохвицька Л. В., Андрющенко Т. К. Дошкільникам про основи здоров'я : [навч.-метод. посіб.]. [2-ге вид., оновл.]. – Тернопіль : Мандрівець, 2008. 192 с.

10. Лохвицька Л. В. Програма з основ здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей дошкільного віку "Про себе треба знати, про себе треба дбати". Тернопіль : Мандрівець, 2014. 120 с.
11. Лохвицька Л. В., Андрищенко Т. К. До здоров'я дітей – через освіту дорослих: Технологія взаємодії дошкільних навчальних закладів з родинами : [навч.-метод. посіб.]. Тернопіль : Мандрівець, 2014. 176 с.
12. Лохвицька Л. В., Андрищенко Т. К. Навчи мене дбати про себе! Робочий зошит з основ здоров'я для дошкільнят [старший дошкільний вік]. Тернопіль : Мандрівець, 2014. 64 с.
13. Піроженко Т. О. Особистість дошкільника: перспективи розвитку: [навч.-метод. посіб.]. Тернопіль : Мандрівець, 2010. 136 с.

### **Практичне заняття 1.**

#### **Аналіз методів навчання, що сприяють формуванню здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників (2 год.).**

##### **Завдання для виконання:**

1. Проаналізуйте методи навчання дошкільників, використовуючи теоретичний матеріал до теми 2.
2. Оберіть для обговорення по одному виду дитячої діяльності для групи.
3. Доберіть для кожного виду дитячої діяльності методи навчання, які сприяють формуванню у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності.
4. Визначте інтерактивні методи, що сприяють формуванню зазначеній компетентності.
5. Заповніть таблицю за допомогою табличного процесора.
6. Перешліть інформацію про обрані методи навчання колегам із інших груп за допомогою електронної пошти.
7. Складіть загальну таблицю.
8. Презентуйте роботу.

## Лекція 2.

### Життєві навички як основа здоров'язбережувальної компетентності (2 год.).

Пріоритетні завдання системи освіти. Сутність здоров'язбережувальних життєвих навичок. Групування життєвих навичок. Життєві навички, що сприяють збереженню фізичного здоров'я. Життєві навички, які є основою соціального здоров'я. Життєві навички, що сприяють збереженню духовного та психічного здоров'я.

### Література

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : [навч. посіб.]. Суми : ВТД «Університетська книга», 2004. 428 с.
2. Головаха Є. І. Соціальне самопочуття населення України. Українське суспільство на порозі третього тисячоліття / Під ред. М. О. Шульги. К. : Ін-т соціології НАН України, 1999. С. 398–409.
3. Дедулевич М. Н., Шишкіна В. А. Новые подходы к оценке двигательного развития детей дошкольного возраста. *Вектор науки ТГУ*. Серия : Педагогика, психология. 2010. № 3 (3). С. 42–46.
4. Денисенко Н., Аксьонова О. Через рух – до здоров'я дітей : [навч.-метод. посіб.]. Тернопіль : Мандрівець, 2009. 88 с.
5. Дошкільне тіловиховання. Вплив рухової активності на здоров'я дитини дошкільного віку / авт.-упор. Л. В. Калуська, З. В. Калуський, М. М. Гуменюк. Тернопіль : Мандрівець, 2008. – 184 с.
6. Єфіменко М. Рух – це життя. Даруймо його дітям щодня. *Дошкільне виховання*. 2014. № 7. С. 26–30.
7. Оздоровча робота в дошкільному навчальному закладі : [навч. посіб.] / Уклад. Г. І. Григоренко, Н. Ф. Денисенко, Ю. О. Коваленко, Н. В. Маковецька. Запоріжжя : ЗНУ, 2006. 99 с.
8. Фізичне виховання, основи здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей старшого дошкільного віку : [навч.-метод. посіб.] / О. Л. Богініч, Н. В. Левинець, Л. В. Лохвицька, Л. А. Сварковська. К. : Генеза, 2013. 128 с.

9. Шевченко Ю. М. Фізичний розвиток дітей старшого дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 / Шевченко Юлія Михайлівна. К., 2009. 245 с.
10. Шимко О. Ходити, щоб не хворіти. *Дошкільне виховання*. 2009. № 5. С. 18–20.

## Практичне заняття 2.

**Розробка навчальних завдань для формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності відповідно до життєвих навичок (2 год.).**

<b>Навчальний план курсу</b>					
	<i>Всього</i>	<i>Лекція</i>	<i>Практичне заняття</i>	<i>Самостійна робота</i>	<i>Тести</i>
<b>Модуль. Підготовка педагогів до формування здоров'язбережувальної компетентності дітей дошкільного віку</b>	<b>30</b>				
Вступ до курсу	<b>2</b>				
Презентація курсу		1			
Знайомство учасників, вироблення Кодексу взаємодії			1		
<b>Тема 1. Оздоровча парадигма дошкільної освіти.</b>	<b>13</b>				
Здоров'язбережувальна спрямованість освітнього процесу закладів дошкільної освіти.		2			
Виховання здорового покоління: проблеми, шляхи, завдання			2		
Аналіз досліджень стану здоров'я дітей дошкільного віку				2	

Вимоги до професійної діяльності вихователів закладів дошкільної освіти щодо формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників.		2			
Розробка стратегій забезпечення здоров'язбережувального змісту освітнього процесу закладу дошкільної освіти			2		
Організація здоров'язбережувального середовища закладу дошкільної освіти				3	
<b>Тема 2. Психолого-педагогічні особливості формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників.</b>	<b>13</b>				
Здоров'язбережувальна компетентність дошкільників: методика формування		2			
Аналіз методів навчання, що сприяють формуванню здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників.			2		
Ознайомлення з методикою формування здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників.				3	
Життєві навички як основа здоров'язбережувальної компетентності		2			
Розробка навчальних завдань для формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності відповідно до життєвих навичок			2		

Визначення рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників				2	
<b>Підсумковий контроль</b>	<b>2</b>				<b>2</b>

**Завдання для виконання:**

1. Класифікуйте здоров'язбережувальні життєві навички за сферами здоров'я.
2. Доберіть до різних здоров'язбережувальних життєвих навичок навчальні завдання для формування здоров'язберігаючої компетентності дошкільників.
3. Презентуйте матеріал.

**Самостійна робота.**

**Визначення рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників**

**Завдання для виконання:**

1. Використовуючи теоретичний матеріал до теми 1, виділіть основні компоненти здоров'язбережувальної компетентності.
2. Визначте, які життєві навички необхідно сформувати в дошкільників відповідно до кожного компонента.
3. Розробіть власні завдання для визначення рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників.
4. Оберіть групу старших дошкільників.
5. Запропонуйте дітям для виконання блок розроблених Вами практичних завдань.
6. Визначте за допомогою поданих критеріїв рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності у старших дошкільників.
7. На основі отриманих результатів зробіть висновки – рекомендації щодо організації роботи з формування здоров'язбережувальної компетентності у старших дошкільників.



## МЕТОДИЧНІ РОЗРОБКИ ДЛЯ ВИКЛАДАЧА

### ВСТУП ДО КУРСУ (2 год.)

#### Організаційна частина

#### Лекція (1 год.)

#### «Презентація курсу»

**Метод навчання:** лекція-презентація.

**Матеріали для обов'язкового вивчення:**

1. Презентація спецкурсу «Формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей дошкільного віку».

### Практичне заняття (1 год.)

#### «Знайомство учасників»

**Метод навчання:** робота в малих групах.

**Завдання для виконання:**

1. Анкетування учасників
2. Користуючись наданою формою сформулюйте факти, що є важливими для Вашого представлення.
3. Презентуйте визначені факти іншим учасникам групи та дайте відповіді на запитання, що виникнуть.

#### *Форма звітності для виконання завдання*

<i>Назва параметру</i>	<i>Опис параметру</i>
Ім'я	
Організація, посада	
Ключові цінності	
Наявні здоров'язбережувальні життєві навички	
Оцінка ставлення до власного здоров'я	
Очікувані результати	

## «Вироблення Кодексу взаємодії»

**Метод навчання:** робота в малих групах.

**Запитання для обговорення:**

1. Сформулюйте визначення поняття „Кодекс взаємодії”.
2. На яких параметрах мають ґрунтуватися правила взаємодії?
3. Складіть «Кодекс взаємодії», який, на Вашу думку, забезпечить ефективність роботи у межах даного курсу.

### ТЕМА 1.

## ОЗДОРОВЧА ПАРАДИГМА ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

### Мета теми 1.

Формування професійної компетентності вихователів дошкільних навчальних закладів для забезпечення здоров'язбережувального змісту дошкільної освіти.

### Завдання теми 1:

➤ *Систематизувати знання щодо:*

- здоров'язбережувального змісту дошкільної освіти;
- вимоги до професійної компетентності вихователів дошкільних навчальних закладів щодо формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників;
- проблем і завдань виховання здорового покоління.

➤ *Сформувати вміння (навички):*

- будувати навчально-виховний процес на валеологічній основі, враховуючи вимоги до професійної компетентності сучасних вихователів;
- визначати проблеми, шляхи, завдання виховання здорового покоління;
- розробляти стратегії забезпечення здоров'язбережувального змісту освітнього процесу дошкільних навчальних закладів.

➤ *Розвинути установки до:*

- аналізу;
- рефлексії.

### Очікувані навчальні результати теми 1:

➤ *знання:*

- здоров'язбережувального змісту дошкільної освіти;

– вимог до професійної компетентності вихователів дошкільних навчальних закладів щодо формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників;

– проблем і завдань виховання здорового покоління.

➤ *вміння:*

– будувати навчально-виховний процес на валеологічній основі, враховуючи вимоги до професійної компетентності сучасних вихователів;

– розробляти стратегії забезпечення здоров'язбережувального змісту освітнього процесу дошкільних навчальних закладів.

➤ *установки до:*

– аналізу;

– рефлексії.

### **Матеріали для обов'язкового вивчення:**

1. Теоретичний матеріал до теми 1.
2. Презентації до лекцій теми 1.

## **Теоретичний матеріал до теми 1.**

### **Основні поняття**

***Власне здоров'я дошкільників** – це оптимальний стан організму, який характеризується гармонійною сформованістю фізичної, психічної, духовної та соціальної складових здоров'я, залежить від способу життя дитини, її ставлення до оточуючого світу.*

***Гуманізація освіти** – центральна складова нового педагогічного мислення, що передбачає переоцінку всіх компонентів педагогічного процесу в світлі їх людиноствірної функції.*

***Емоційний інтелект** – здатність сприймати, розуміти, виражати і контролювати свої емоції та емоції інших.*

***Здоров'я** – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб або фізичних вад.*

***Здоров'я духовне** – усвідомлення особистістю свого „Я” як частки природи і суспільства; прояв морально-вольових рис характеру у справах, спрямованих на творення, віра у вищі духовні цінності (Бога, добро, любов), відповідальність перед іншими людьми, безкорисливість.*

***Здоров'я психічне** – внутрішньосистемна основа соціальної поведінки особистості. У ньому відображається стан мозку, коли його вищі відділи забезпечують активну інтелектуальну, емоційну та*

свідомо-вольову взаємодію індивідуума з довкіллям. Компоненти психічного здоров'я – інтелектуальний та емоційний.

**Здоров'я соціальне** визначає здатність дитини контактувати з однолітками та дорослими в різних життєвих ситуаціях. Пріоритетом для соціально здорових дітей є нестресовий стиль життя.

**Здоров'я фізичне** – це такий стан організму дитини, коли показники основних фізіологічних систем перебувають у межах норми й адекватно змінюються в процесі взаємодії з довкіллям; це гармонійна взаємодія всіх органів та систем, їх динамічна зрівноваженість із середовищем.

**Здоровий спосіб життя** – це активна діяльність людей, спрямована на збереження і зміцнення здоров'я, зміну способу життя, оздоровлення, боротьбу зі шкідливими звичками і чинниками ризику здоров'я.

**Зміст навчання** – наповнення, тематичні питання, відповідає на запитання – чому вчити.

**Знання** – це інформація (дані, поняття і стосунки), яку індивід може відтворити.

**Інновація педагогічна** – процес створення, поширення і використання нових засобів (нововведень) для розв'язання тих педагогічних проблем, які досить розв'язувались по-іншому.

**Ключові (базові) професійні компетенції** – мінімальний набір знань, вмінь і поведінкових компетенцій, необхідних для ефективного виконання професійної діяльності.

**Мотивація** – система мотивів або стимулів, яка спонукає людину до конкретних форм діяльності або поведінки. Мотивами можуть виступати уявлення й ідеї, почуття й переживання, що виражають матеріальні й духовні потреби людини

**Педагогіка співробітництва** – напрям педагогічного мислення і практичної діяльності, спрямований на демократизацію, гуманізацію і оздоровлення педагогічного процесу.

**Соціальне середовище** (за О. Запорожцем) – це не просто необхідна зовнішня умова (поряд з повітрям, теплом). Це справжнє джерело розвитку, оскільки саме в ньому “записана” програма того, які психічні здібності мають у дитини виникнути, і визначені конкретні засоби для “переводу” цих здібностей із соціальної форми в процесуальну індивідуальну.

*Ціннісне ставлення до власного здоров'я дітей старшого дошкільного віку – це усвідомлення ними здоров'я як особистісної цінності, активна спрямованість на пізнання основ здоров'я, самостійне дотримання здорового способу життя.*

## **ЛЕКЦІЯ 1**

### **ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА СПРЯМОВАНІСТЬ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ДОШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ**

**Форма навчання:** лекція – презентація.

Конституція України визнає життя і здоров'я людини одними з найвищих соціальних цінностей. Однак в умовах сьогодення наявні значні негативні зміни в ноосфері, які провокують погіршення умов життєдіяльності людей та стану їхнього здоров'я. До цих змін відносяться: глобальні екологічні та економічні кризи, стрімка технологізація життя, потужний потік інформації тощо. Від сучасної людини вимагається здатність до швидкої адаптації до умов життя, що змінюються, та кризисним ситуаціям, які потребують збільшених фізичних, психічних та інтелектуальних зусиль й, відповідно, високого рівня здоров'я. Тому збереження і зміцнення здоров'я підростаючого покоління є одним із головних завдань держави, сім'ї і самої дитини. Про це також зазначено у Національній стратегії розвитку освіти в Україні на 2012-2021 роки: «перспективним завданням освіти є формування здорового способу життя як складової виховання». У контексті сказаного гостро постає проблема організації освітнього процесу, спрямованого на формування у підростаючого покоління системи наукових і практичних знань, ціннісних орієнтацій, поведінки і діяльності, зорієнтованих на збереження власного здоров'я і відповідального ставлення до здоров'я свого і оточуючих, тобто здоров'язбережувальної компетентності.

Найбільш важливим аспектом діяльності педагогічних працівників дошкільних навчальних закладів є різнобічний і гармонійний розвиток дітей, створення умов для збереження, зміцнення і відновлення їхнього здоров'я, розвиток рухових та фізичних якостей, забезпечення безпеки життєдіяльності, формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності. Основою останньої є життєві навички, що сприяють фізичному, соціальному, психічному та духовному здоров'ю. Кожне заняття і всі інші види діяльності дітей «мають бути валеологічно

обґрунтованими, тобто побудованими з урахуванням базових потреб дошкільників: потреби у саморозвитку, грі, наслідуванні, набутті досвіду».

Вимоги сучасності потребують переорієнтації змісту виховання підростаючого покоління, зміщення акцентів на створення умов для поступального, повноцінного, всебічного розвитку особистості. Для того, щоб навчити дітей жити, успішно діяти у світі, самовизначитися у ньому, необхідно сформувавши у них, починаючи з дошкільного віку, ціннісне ставлення до себе, свого образу „Я”, одним із компонентів якого є „Я – здоровий”. Дитина, у якої буде сформоване сприйняття власного здоров'я як особистісної цінності, намагатиметься свідомо коригувати свою поведінку щодо здорового існування. Результат буде досягнуто за умови побудови педагогічного процесу з урахуванням завдань, спрямованих на формування ціннісного ставлення до власного здоров'я в дітей старшого дошкільного віку з подальшим формуванням у них здоров'язберігаючої компетентності згідно з вимогами сучасної науки.

*Таблиця.*

*Вимоги до формування сфер здоров'я*

<b>Сфера здоров'я</b>	<b>Вимоги</b>
<b>Фізичне здоров'я</b>	Формувати у дітей усвідомлення здоров'я як найвищої цінності, надавати знання про будову тіла, засоби збереження здоров'я, вчити самостійно піклуватися про власне здоров'я, орієнтуватися в показниках свого фізичного стану, використовувати знання про функції органів тіла в різних видах діяльності; викликати у вихованців позитивні емоції під час виконання оздоровчих дій.
<b>Психічне здоров'я</b>	Формувати вміння зосередитися на приємних спогадах, використовувати їх для покращання настрою, оцінювати життєві ситуації, прогнозувати результати діяльності, наслідки поведінки; здатність зрозуміти почуття іншого, розділити їх; уміння стримувати негативні емоції, контролювати поведінку, установки на самостійне виконання оздоровчих процедур.
<b>Соціальне здоров'я</b>	Розкривати дітям залежність стану здоров'я від умов життя; надавати знання про правила поведінки в

суспільстві; формувати уявлення про негативний вплив шкідливих звичок на здоров'я, розуміння залежності стосунків від поведінки людей, здатність безконфліктно спілкуватися, уміння піклуватися про хворих, з повагою ставитися до здорових, установки на дотримання правил здорового існування.
--

«Основне призначення педагогічної роботи, пов'язаної з формуванням **фізичного здоров'я**, – привернути увагу дошкільника як особистості до своєї зовнішності, власного тіла як оболонки внутрішніх органів і систем, уособлення фізичної вправності, сили, м'язової радості, здорового способу життя. Щоб вважатися компетентною, дитина має набути елементарних уявлень про свою зовнішність, статеву належність, роботу основних органів і систем, вікові зміни організму, залежність його стану від харчування та способу життя, вміння уникати дії шкідливих чинників, орієнтуватися у показниках власного здоров'я та нездоров'я. Причому це не лише знати, а й емоційно-ціннісно до нього ставитися, надаючи перевагу позитивним впливам середовища перед шкідливими, руйнівними; висловлювати позицію щодо своїх фізичних можливостей і досягнень, обґрунтовувати її; відображати своє позитивне ставлення до „Я-фізичного”, до здорового способу життя у малюнках, віршах, за допомогою жестів, міміки тощо. Практично спиратися на власні фізичні можливості, вдосконалювати їх, реалізовувати у житті»

Збереженню **психічного здоров'я** дитини, її індивідуальному розвитку сприяє «єдність вимог до неї з боку всіх дорослих – педагогічного персоналу дошкільного закладу, батьків, інших близьких людей. Єдність вимог і стратегічна спільність у поглядах на виховання виробляється, передусім, за умови беззаперечного прийняття педагогами сімейних цінностей, культури і традицій та поваги до них. Лише на цій основі має будуватися пошук таких форм роботи, які дадуть змогу виробити єдину концепцію розвитку дитини».

Формуванню **соціального здоров'я** сприяють такі якості дитини, як уміння керувати своєю поведінкою і способами спілкування, здатність вибрати адекватну альтернативу власних дій та вчинків, орієнтуватися в нових обставинах, відчувати своє місце серед інших людей. Важливим засобом формування соціального здоров'я дошкільників є гра і розвиток уміння спілкуватися. «Спільна

гра ґрунтується на взаємодії учасників. Стосунки в ній містять елементи колективізму, гуманні почуття. ... Спілкування є засобом, за допомогою якого соціальні установки трансформуються у досвіді кожної людини. Гра виступає як засіб організації спілкування, спосіб доступного і виправданого донесення до дітей моральних норм».

#### **Запитання для самоперевірки:**

1. Які причини погіршення здоров'я дітей?
2. Які шляхи формування, збереження і зміцнення здоров'я дітей?
3. Хто є ключовими особами у процесі виховання здорового покоління і яка їхня роль?
4. Які вимоги до формування фізичної, психічної та соціальної сфер здоров'я дітей?
5. Які завдання стоять перед дошкільним навчальним закладом щодо вирішення даної проблеми?

#### **Література**

1. Андрищенко Т. К. Проектування особистісно зорієнтованої моделі валеологічної освіти в дошкільних навчальних закладах. *Імідж сучасного педагога*. 2008. № 7–8. С. 97–100.
2. Андрищенко Т.К. Самореалізація педагогів у процесі підготовки до формування в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2012. № 7 (25). С. 370–376.
3. Артемова Л.В. Формирование общественной направленности ребенка-дошкольника в игре. К.: Вища шк. Головное изд-во, 1988. С. 27.
4. Базовий компонент дошкільної освіти (нова редакція) / наук. кер. А. М. Богуш; авт. кол. : А. М. Богуш, Г. В. Беленька, О. Л. Богініч та ін. Спецвип. журн. «Вихователь-методист дошкільного закладу». – К., 2012. 30 с.
5. Витоки здоров'я дитини : [навч.-метод. посіб.] / Н. Ф. Денисенко, Л. В. Лиходід, С. В. Лупінович, А. Ф. Михайличенко. Тернопіль : Мандрівець, 2010. 160 с.
6. Денисенко Н. Оздоровчі технології в освітньому процесі. *Дошкільне виховання*. 2004. № 12. С. 4–6.
7. Денисенко Н. Освітній процес має бути здоров'язбережувальним. *Дошкільне виховання*. 2007. № 7. С. 8–10.



8. Кузьменко В.У. Індивідуальний підхід: десять кроків. *Дошкільне виховання*. 2006. № 7. С. 10.
9. Левінець Н. В. Здоров'язбережувальний освітній простір дошкільного навчального закладу. Личность в едином образовательном пространстве: сб. науч. ст. I Международного образовательного форума / под. науч. ред. проф. К. Л. Крутий. – Запорожье : ООО «ЛИПС» ЛТД, 2010. Ч. 3. С. 235–238.
10. Омельченко Л. П. Здоров'ятворча педагогіка. Х. : Вид. група «Основа», 2008. 205, [3] с. : іл. – (Серія „Адміністратору школи”).
11. Сварковська Л. А. Чинники формування здоров'я та фізичного стану вихованців дошкільних закладів. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*: наук. журнал. Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2010. № 1(3). С. 323–330.
12. Смольникова Г. Здоров'язбережувальні та здоров'яформувальні технології. *Дошкільне виховання*. 2013. № 7. С. 23–26.

### **Практичне заняття 1**

#### **Виховання здорового покоління: проблеми, шляхи, завдання**

**Метод навчання:** робота в малих групах.

**Запитання для дослідження:**

- |  |
|--|
| <ol style="list-style-type: none"><li>5. Які причини погіршення здоров'я дітей?</li><li>6. Які шляхи формування, збереження і зміцнення здоров'я дітей?</li><li>7. Хто є ключовими особами у процесі виховання здорового покоління і яка їхня роль?</li><li>8. Які завдання стоять перед дошкільним навчальним закладом щодо вирішення даної проблеми?</li></ol> |
|--|

## **Завдання для виконання:**

1. Оберіть питання, яке бажаєте досліджувати.
2. Об'єднайтеся у групи відповідно до обраного питання.
3. Знайдіть в Інтернеті сайти, на яких розміщена інформація, що цікавить Вас.
4. Перешліть адреси сайтів учасникам інших груп за допомогою електронної пошти.
5. Обговоріть питання у своїй групі за допомогою форуму.
6. Створіть презентації для обраного питання.
7. Візьміть участь в обговоренні і презентації питання.

## **ЛЕКЦІЯ 2**

### **ВИМОГИ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВИХОВАТЕЛІВ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ ЩОДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДОШКІЛЬНИКІВ**

**Форма навчання:** лекція – презентація.

Одним із актуальних завдань у практиці роботи закладів дошкільної освіти є забезпечення кваліфікованої допомоги у виробленні навичок збереження, зміцнення і відновлення фізичного, психічного і соціального здоров'я дітей, а також надання дітям знань про основи здоров'я і формування в них здоров'язберігаючої компетентності. Виходячи з цього, доцільно використовувати синергетичний підхід для вирішення означених питань. Необхідно викликати в дітей прагнення зберігати і зміцнювати своє здоров'я, переконати в тому, що здоров'я значною мірою залежить від способу життя, сформуванню поняття про те, що здоров'я – основна цінність людини. Важлива місія в цій роботі належить вихователям дошкільних навчальних закладів. Великий педагог В. Сухомлинський з цього приводу писав: «Я не боюся ще й ще раз повторити: турбота про здоров'я – це найважливіша праця вихователя. Від

життєрадісності, бадьорості дітей залежить їхнє духовне життя, світогляд, розумовий розвиток, міцність знань, віра в свої сили...»

### **Основні характеристики та принципи діяльності успішного педагога дошкільного навчального закладу, що забезпечують здоров'язбережувальний зміст освіти**

1. Педагог націлений на успіх кожної дитини.
2. Педагог створює позитивну навчальну атмосферу.
3. Педагог використовує індивідуальний підхід у навчанні.
4. Педагог заохочує кооперативне навчання, де вихованці навчаються на засадах співпраці та самоуправління.
5. Педагог пов'язує життєвий досвід дошкільників з навчальним процесом.
6. Педагог створює навчальне середовище, в основі якого – цінності та принципи демократії.

#### ***Шляхи реалізації принципів діяльності успішного педагога на практиці:***

##### *1. Педагог націлений на успіх кожної дитини:*

- Стримує “надто активних” і заохочує “надто тихих”;
- Має дбайливе ставлення до кожного вихованця;
- Ставиться до дітей справедливо і розглядає їх як унікальні особистості;
- Забезпечує можливості досягнення успіху;
- Має терпіння;
- Визнає як великі, так і малі цілі та досягнення;
- Заохочує особистісне зростання;
- Ділиться власними успіхами й поразками;
- Відповідає на різноманітні навчальні потреби вихованців.

##### *2. Педагог створює позитивну навчальну атмосферу.*

- Заохочує командну роботу і співпрацю;
- Дає чіткі вказівки;
- Забезпечує бачення успіху;
- Унікає захисної поведінки;
- Ставиться до вихованців з гідністю і повагою;
- Визнає окремі здібності кожної дитини;
- Ефективно використовує час;
- Демонструє етичну поведінку;
- Показує чесність;

- Має почуття гумору.

### *3. Педагог використовує індивідуальний підхід у навчанні*

- Знає індивідуальні особливості своїх вихованців, такі як: темперамент, сімейна культура, особливості розвитку тощо;

- Визнає, що кожна дитина розвивається у власному темпі, і має індивідуальні особливості;

- Використовує знання індивідуальних особливостей вихованців для планування навчальних завдань, очікуваних навчальних результатів;

- Організовує навчальне середовище, яке відображає індивідуальні особливості дітей у групі;

- Планує навчальні цілі, враховуючи зону найближчого розвитку для кожної дитини;

- Використовує різні форми навчання (робота в малих групах, робота в парах тощо) для застосування індивідуального підходу;

- Рішення стосовно навчальних завдань базуються не лише на рекомендаціях державних навчальних програм, а й на спостереженнях вихователя за дітьми та їх оцінці;

- Володіє та використовує навички спостереження для відслідковування індивідуального прогресу кожного вихованця.

### *4. Педагог заохочує кооперативне навчання, де вихованці навчаються на засадах співпраці та самоуправління.*

- Забезпечує можливість кооперативного навчання;

- Заохочує оцінку вихованців їхніми однолітками;

- Забезпечує конструктивний зворотній зв'язок;

- Надає дітям рекомендації щодо групової роботи;

- Допмагає вихованцям при створенні плану роботи;

- Заохочує дошкільників спільно визначати цілі навчання;

- Сприяє розвитку самоуправління і спілкуванню вихованців, розуміючи, що це тривалий і поступовий процес;

- Моделює та заохочує активну участь кожного у роботі групи.

### *5. Педагог пов'язує життєвий досвід дошкільників з навчальним процесом:*

- Включає досвід дошкільників до планів занять;

- Заохочує дітей ділитися власним досвідом у контексті навчальних завдань;

- Розвиток навичок відбувається в контексті, значимому для вихованців;

- Дошкільникам пропонуються конкретні навчальні завдання з відомим багажем досвіду;

- Вважає, що будь-який досвід є навчальним і приділяє час, щоб допомогти дітям засвоїти і застосувати набуті навички;

- Використовує досвід вихованців для забезпечення мотивації навчання.

*6. Педагог створює навчальне середовище, в основі якого – цінності та принципи демократії.*

- Забезпечує право вибору дошкільників у щоденному житті групи;

- Моделює та заохочує повагу та врахування вкладу кожного вихованця;

- Моделює та заохочує способи прийняття рішень «виграв-виграв»;

- Заохочує визнання розмаїтості у класі;

- Уникає практики «позитивної дискримінації».

*Адаптовано з навчально-методичного посібника «Як стати майстерним педагогом» / Кол. автор.: Ковальчук В.І., Сергеева Л. М. та ін. За заг. ред. Л.І.Даниленко, - К., 2007.*

*Таблиця.*

*Порівняння традиційної моделі освіти з особистісно орієнтованою*

<b><i>Традиційна модель</i></b>	<b><i>Особистісно- орієнтована модель</i></b>
Вихователі дають вказівки дітям займатися одним і тим самим одночасно	Вихователі визнають, що кожна дитина розвивається у власному темпі і має свої індивідуальні особливості
Вихователі постійно зайняті, спрямовуючи, розподіляючи, наставляючи	Вихователі діють перш за все, як помічники (фасилітатори), а лише потім як викладачі
Діти більшість часу працюють над поставленими завданнями	Навчання здійснюється головним чином в різних центрах навчання
Типу матеріалів, з якими працюють діти, приділяється мало уваги	Матеріали, які використовуються для безпосереднього навчання, є важливою складовою навчання
Наголос робиться на результаті навчання	Навчання – це постійний процес
Увага приділяється розвитку	Розділи змісту групуються за

вузько пізнавальних навичок та засвоєнню конкретних фрагментарних розділів змісту	можливістю навколо головних концепцій. Розвиток навичок відбувається у контексті, значущому для дітей
Навчання зосереджено на абстрактних матеріалах та ідеях	Дітям пропонуються конкретні навчальні завдання з відомим багажем досвіду
Рішення щодо навчальної програми приймається вихователем, який керується рекомендаціями державних навчальних програм	Рішення щодо навчальної програми базуються не лише на рекомендаціях державних навчальних програм, а й на результатах спостережень вихователя за дітьми
Всі рішення у групі приймаються педагогом	Діти залучаються до процесу прийняття рішення і до вибору, з ким вони хочуть працювати і що вони хочуть вивчати
Вихователі головним чином слідкують за процесами контролю та управління	Вихователі сприяють розвитку самоуправління і спілкування дітей, розуміючи, що це – тривалий і поступовий процес
Протягом дня у групі панує тиша	Вихователі цінують, коли діти використовують мову для спілкування, і виділяють для цього час протягом навчального заняття

**Методичні рекомендації для вихователів щодо побудови роботи з формування здоров'язбережувальної компетентності в дошкільників**  
**Фізичне здоров'я**

1. Щоденно планувати і проводити навчально-виховну роботу щодо формування в дітей ціннісного ставлення до власного здоров'я.
2. Стимулювати в дошкільників прагнення до самостійного піклування про здоров'я.
3. Використовувати дидактичні ігри, посібники, художні та фольклорні твори, ілюстрації в процесі надання дітям знань про сфери здоров'я.

4. Створювати умови для самостійного визначення дітьми функцій органів тіла, а саме: проводити досліди, експерименти, пропонувати для виконання проблемні завдання відповідно до теми, що вивчається.
5. Закріплювати назви органів тіла і правила догляду за ними під час виконання дітьми гігієнічних і загартувальних процедур, у ході сюжетно-рольових ігор „Сім'я”, „Дитячий садок”, „Лікарня” тощо.
6. Спонукаати дітей встановлювати зв'язок між станом окремих органів тіла і загальним самопочуттям, робити висновки щодо доцільності дотримання здоров'язберігаючого стилю поведінки.
7. Кожні два тижні оновлювати комплекс вправ із коригувальної гімнастики та проводити її з дітьми з метою збереження правильної постави, зміцнення стоп. Постійно спонукаати дітей контролювати правильну поставу в однолітків та рідних. Пояснювати вплив постави на стан внутрішніх органів людини.
8. Доводити дошкільникам необхідність щоденного виконання фізичних вправ і дотримання рухового режиму. Розкривати їх роль у розвитку організму дитини.
9. Забезпечувати активний руховий режим відповідно до віку дітей. Зміст фізкультхвилинок, фізкультпауз тощо збагачувати інформацією про будову і функції органів тіла. Підтримувати бажання вихованців організовувати рухливі ігри, придумувати власні загальнорозвивальні вправи. Спонукаати слабоактивних дітей включатися в ігри, розваги.
10. Привчати дітей до самостійного виконання загартувальних процедур (миття рук до ліктів, обтирання тіла вологою рукавичкою, ходіння босоніж тощо). Пропонувати дошкільникам виконувати їх із членами родини.
11. Під час щоденних прогулянок акцентувати увагу дітей на загартувальних властивостях сонця, повітря і води. Спонукаати вихованців робити висновки щодо власних відчуттів після переходу з приміщення на подвір'я.
12. Постійно формувати в дошкільників культуру споживання їжі. Давати поняття про необхідність дотримання режиму харчування. Пояснювати значення окремих продуктів для зміцнення і збереження власного здоров'я. Формувати елементарне уявлення про функціонування системи травлення.

13. Навчати дітей правил безпеки життєдіяльності. Закріплювати знання дошкільників у процесі моделювання життєвих ситуацій здоров'язбережувального змісту.
14. Проводити роботу з формування в дітей ціннісного ставлення до власного здоров'я в тісній співпраці з батьками. Запрошувати їх до участі в просвітницьких і оздоровчих заходах, що проводяться в дошкільному навчальному закладі: батьківських зборах, дискусіях, консультаціях, бесідах, практичних заняттях; Днях здоров'я, Днях відкритих дверей, туристичних походах, спортивних розвагах тощо.
15. Постійно здійснювати медико-педагогічний контроль за станом фізичного здоров'я вихованців. Повідомляти батьків про результати обстеження дітей.

### ***Психічне здоров'я***

1. Створити в групі атмосферу шанобливого ставлення до людини, яка вміє підтримувати на належному рівні власне здоров'я, а також піклується про здоров'я інших людей.
2. Середовище, у якому перебувають діти, максимально наблизити до домашньої обстановки. Проводити різноманітні заходи, що сприяють збереженню психічного здоров'я дошкільників. Організувати в групі куточок релаксації, домашньої іграшки тощо.
3. Надавати дітям знання про емоції людини, розвивати вміння контролювати негативні емоції. Закріплювати правила ввічливої поведінки. Акцентувати увагу дітей на недопустимості некоректного ставлення до інших людей.
4. Розвивати в дітей здатність розрізняти почуття людей і відповідно на них реагувати. Моделювати життєві ситуації різної емоційної спрямованості в ході сюжетно-рольових ігор „Сім'я”, „Дитячий садок”, „Поліклініка”, „Лікарня”, „Театр” тощо.
5. З повагою ставитися до ініціатив, ідей, побажань дошкільників з питань формування знань про здоров'я, включати їхні пропозиції в подальшу навчально-виховну роботу.
6. Навчати дітей встановлювати причинно-наслідкові зв'язки між поведінкою, стосунками з однолітками і станом здоров'я. Використовувати твори художньої літератури відповідного змісту з метою закріплення правил культури поведінки.



- Пропонувати дошкільникам аналізувати поведінку літературних героїв, співвідносити з власною, робити висновки щодо її доцільності.
7. Навчати дітей з терпимістю ставитися до однолітків. Спонукаючи вихованців аналізувати конфлікти, що виникають, з метою подальшого їх запобігання.
  8. Виявляти психологічні особливості дітей, здійснювати особистісно орієнтований підхід у процесі виховання і навчання дошкільників.
  9. Не залишати поза увагою жодної з проблем, що виникають у дітей. Вирішувати їх в індивідуальному порядку, доброзичливо і спокійно.
  10. У роботі з дітьми із заниженою самооцінкою допомагати їм виділяти власні сильні якості, формувати позитивне ставлення до самих себе. З цією метою в повсякденну діяльність включати бесіди «Що тобі подобається в собі?», колективні завдання: зробити «ланцюжки вмінь», психогімнастику, проводити ігри та застосовувати метод Ш. Амонашвілі «відповідь на вушко» тощо.
  11. Навчати дітей встановлювати контакти з однолітками і дорослими, розвивати їхню емоційно-вольову сферу. Використовувати в роботі зі старшими дошкільниками комплекс психогігієнічних ігор, вправ, наприклад, «Назви своє ім'я» (вчити представляти себе колективу, називати своє ім'я), «Лагідні слова» (виховувати доброзичливе ставлення до людей), «Як пройшов сьогодні день?» (формувати вміння аналізувати події, робити висновки) тощо.

### ***Соціальне здоров'я***

1. Наголошувати вихованцям на тому, що, змалечку дотримуючись правил здорового способу життя, вони зможуть краще пристосуватися до умов навколишньої дійсності, їм буде легше навчатися у школі, сприймати нову інформацію, радіти спілкуванню з однолітками і дорослими.
2. Надавати дітям можливість за власним бажанням повторювати, моделювати, аналізувати з товаришами запропоновані вихователем під час занять ситуації, які сприяють формуванню соціального здоров'я. Доцільно розробити ситуації за темами: «Етикет у житті людини», «Я, сім'я і всі люди», «Я і мої друзі» тощо.

3. Збагачувати досвід діяльності в колективі і позитивного ставлення до однолітків, впроваджуючи види діяльності, які потребують співпраці вихованців. Розвивати в дітей уміння надати допомогу, діяти, не заважаючи іншим, тактовно вказувати на недоліки. Нагадувати дітям про правила спілкування з однолітками і дорослими тощо.
4. Для соціального та емоційного розвитку дітей вихователям необхідно постійно демонструвати бажану поведінку. Дошкільники мають бачити, що вихователь їх поважає, співпрацює з ними, шукає взаємоприйнятних рішень, висловлює емоції за допомогою слів. Така модель поведінки дорослого сприяє утворенню в групі атмосфери дружби та взаємодопомоги, а діти починають наслідувати поведінку вихователя.
5. Моделювати разом із дітьми проблемні ситуації, що стосуються формування соціального здоров'я. Доцільно, щоб роль дитини з негативною поведінкою інколи грав вихователь. Таким чином педагог має допомогти дітям зрозуміти недопустимість подібної поведінки.
6. Пропонувати дітям складати казки і створювати малюнки про те, що допомагає бути здоровим, про чуйність і байдужість, про звички, які зберігають і які руйнують здоров'я, про дружбу тощо. Малюнки дітей можуть бути присвячені таким темам: «Мій лікар», «Улюблений куточок природи», «Я і моя сім'я», «Моє рідне місто», «Свято в нашій сім'ї» тощо.
7. Давати дітям зрозуміти, коли їхня поведінка не є соціально прийнятною. Спонукаючи вихованців аналізувати власні дії і їх наслідки.

### **Запитання для самоперевірки:**

1. Назвіть основні принципи діяльності успішного педагога.
2. Опишіть модель діяльності педагога, спрямованого на забезпечення здоров'язбережувального змісту освіти в дошкільних навчальних закладах.
3. Які суттєві відмінності між традиційною та особистісно орієнтованою моделями навчання?
4. Які основні підходи до формування фізичної складової здоров'язбережувальної компетентності дитини дошкільного віку?

5. Які основні підходи до формування психічної складової здоров'язбережувальної компетентності дитини дошкільного віку?
6. Які основні підходи до формування соціальної складової здоров'язбережувальної компетентності дитини дошкільного віку?

### **Література**

1. Волкова С. С. Как воспитать здорового ребенка. К. : Рад. школа, 1981. 93 с.
2. Калашнікова С. А. Освіта дорослих: сучасні виклики та підходи. К.: Проект «Рівний доступ до якісної освіти», 2007. С. 11-30.
3. Книш Т.В. Валеологічна підготовка майбутніх вихователів дошкільних закладів освіти: Дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. К., 2001. 19 с.
4. Лохвицька Л. В., Андрющенко Т. К. Дошкільникам про основи здоров'я: Навч.-метод. посіб. Черкаси: Відлуння – плюс, 2004. 208 с.
5. Мартынов С. М. Здоровье ребенка в ваших руках : советы практ. врача-педиатра : [кн. для восп. дет. сада и родителей]. М. : Просвещение, 1991. 223 с.
6. Настільна книга педагога. Посібник для тих, хто хоче бути вчителем-майстром / Упоряд.: В.М.Андрєєва, В.В.Григора. Х.: Вид. група «Основа», 2006. 352 с.
7. Як стати майстерним педагогом: Навч.-метод. Посіб. / Кол. авт.: В.Ш.Ковальчук, Л.М. Сергєєва та ін. За заг. ред. Л.І.Даниленко. К., 2007. 184 с.

**Практичне заняття 2**  
**«Розробка стратегій забезпечення здоров'язбережувального змісту освітнього процесу дошкільних навальних закладів»**

**Метод навчання:** робота в малих групах.

**Завдання для виконання:**

1. Розробіть анкету на визначення наявного рівня знань дошкільників щодо власного здоров'я.
2. Використовуючи теоретичний матеріал до теми 1, складіть алгоритм діяльності педагога з забезпечення здоров'язбережувального змісту освітнього процесу дошкільних навальних закладів.
3. Визначте види діяльності, які сприяють збереженню і зміцненню здоров'я дошкільників

**Форма звітності 1 для виконання завдання**

<b>Вступна частина анкети</b>
<b>Основна частина анкети</b>
<p><b>I. Контактні питання.</b></p> <p>1. 2. ...</p> <p><b>II. Основні питання.</b></p> <p>1. 2. ...</p> <p><b>III. Заключні питання.</b></p> <p>1. 2. ...</p>
<b>„Паспортичка”</b>
<b>Завершення анкети</b>

**Форма звітності 2 для виконання завдання**

<i>Назва параметру</i>	<i>Опис параметру</i>
Принципи діяльності	1.

успішного педагога	2. 3. 4. 5. 6.
Види здоров'язберігаючої діяльності дошкільників	1. 2. 3. 4. 5. 6.

## ТЕМА 2. ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДОШКІЛЬНИКІВ: ПСИХОЛОГО- ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ

**Мета теми 2.** Ознайомлення вихователів закладів дошкільної освіти з методикою формування в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності на основі життєвих навичок, що сприяють фізичному, соціальному, психічному і духовному здоров'ю.

### **Завдання теми 2:**

➤ *Систематизувати знання щодо:*

– методики формування в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності;

– життєвих навичок, що сприяють фізичному, соціальному, психічному і духовному здоров'ю;

– методики діагностики рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників.

➤ *Сформувати вміння (навички):*

– впроваджувати в навчально-виховний процес закладу дошкільної освіти методики формування в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності;

– аналізувати методи навчання, що сприяють формуванню здоров'язбережувальної компетентності в дошкільників;

– розробляти навчальні завдання для формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності відповідно до життєвих навичок;

– визначати рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників.

➤ *Розвинути установки до:*

– інноваційної діяльності;

– рефлексії.

### **Очікувані навчальні результати теми 2:**

➤ *знання:*

– методики формування в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності;

– життєвих навичок, що сприяють фізичному, соціальному, психічному і духовному здоров'ю;

– діагностики рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників.

➤ *вміння:*

– впроваджувати в освітній процес закладу дошкільної освіти методики формування в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності;

– аналізувати методи навчання, що сприяють формуванню в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності;

– розробляти навчальні завдання для формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності відповідно до життєвих навичок;

– визначати рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників.

➤ *установки до:*

– інноваційної діяльності;

– рефлексії.

### **Матеріали для обов'язкового вивчення:**

1. Теоретичний матеріал до теми 2.

2. Презентації до лекцій теми 2.

## Теоретичний матеріал до теми 2.

### Основні поняття

**Вміння** – готовність людини ефективно виконувати дії (або діяльність) відповідно до мети і умов, за яких необхідно діяти. Основою вмінь є знання: розрізняють розумові, практичні, часткові, загальні та узагальнені.

**Гуманізація освіти** – центральна складова нового педагогічного мислення, що передбачає переоцінку всіх компонентів педагогічного процесу в світлі їх людиноствірної функції.

**Застосування** – перенесення набутих під час навчальної діяльності знань, вмінь і навичок на робоче місце або у життєву ситуацію.

**Знання** – це інформація (дані, поняття і стосунки), яку індивід може відтворити, володіння інформацією про проблему та її розуміння.

**Індивідуальний підхід** – принцип педагогіки, за яким у навчально-виховній роботі досягається вплив на кожного учня, заснований на знанні його особистісних якостей та умов життя. враховуючи темперамент і характер виховання, запас його знань, уявлень і навичок поведінки, педагог схвалює і підтримує учнів у процесі їхнього навчання.

**Компетентність** – спроможність кваліфіковано здійснювати діяльність, виконувати роботу або завдання.

**Здоров'язберезувальна компетентність дітей дошкільного віку** – суб'єктивна категорія, яка передбачає свідоме прагнення дитини до здорового способу життя, наявність сукупності знань про здоров'я та чинники його збереження, сформованість здоров'язберезувальних життєвих навичок і здатність до їх адекватного використання у відповідних життєвих ситуаціях.

**Навички** – дії, складові частини яких у процесі багаторазового повторення стають автоматичними. Навички характеризуються високим ступенем засвоєння і відсутністю по елементної свідомої регуляції і контролю.

**Здоров'язберезувальні життєві навички** – комплекс доведених до автоматизму дій, що спрямовані на свідомий вибір моделі поведінки і діяльності та забезпечують збереження фізичного, соціального, психічного і духовного здоров'я дитини.

## ЛЕКЦІЯ 1

### ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ ДОШКІЛЬНИКІВ: МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ

**Форма навчання:** лекція – презентація.

У контексті соціально-економічних змін, які відбуваються в сучасному українському суспільстві, проблема здоров'я підростаючого покоління виходить на пріоритетні позиції. Одним із найважливіших завдань педагогів є забезпечення фізичного, психічного, духовного і соціального здоров'я дітей. Дуже важливо з дошкільного дитинства сформувати у вихованців валеологічний світогляд, мотивацію на здоровий спосіб життя; дати дітям знання про здоров'я та чинники його збереження; забезпечити можливість набувати досвід здоров'язбережувальної діяльності.

Питання формування, збереження і зміцнення здоров'я дошкільників знаходиться в центрі уваги широкого кола учених. Аналіз наукових праць засвідчує багатоплановість і значимість робіт у цій сфері, які розкривають різні аспекти проблеми: надання дітям знань про основи здоров'я (Л. Лохвицька, С. Юрочкіна та ін.), формування у дошкільників ціннісного ставлення до власного здоров'я (Т. Андрющенко, Г. Беленька, О. Богініч, М. Машовець, І. Чупах та ін.), особливості формування фізичного здоров'я дошкільників (О. Богініч, Е. Вільчковський, Л. Волков, Н. Денисенко, О. Дубогай, С. Петренко, О. Потужній, Л. Сварковська, Ю. Шевченко та ін.), забезпечення основ здорового способу життя (Н. Андрєєва, Т. Бабюк, Н. Бикова, Т. Овчиннікова, А. Ошкіна, О. Перевертайло та ін.), створення в дошкільних навчальних закладах здоров'язбережувального середовища (О. Богініч, Н. Денисенко, І. Золотухіна, Н. Левінець, Т. Овчиннікова, Ж. Петрова, Н. Рилова, О. Тимченко та ін.), а також підготовка майбутніх педагогів до діяльності з оздоровлення дітей (О. Іванашко, Т. Книш, Н. Маковецька, В. Нестеренко та ін.).

Умови сучасності потребують формування у дітей здатності до збереження здоров'я на основі інноваційних підходів. Враховуючи той факт, що наразі в освіту впроваджується компетентнісний підхід, вважаємо, що актуальною проблемою сучасної педагогічної науки є розробка нових моделей організації в дошкільних навчальних



зкладах освітнього процесу, спрямованого на формування у дітей здоров'язбережувальної компетентності, що є запорукою і передумовою здорового способу життя.

Вважаємо, що саме компетентнісний підхід до збереження здоров'я забезпечить розвиток особистості, яка свідомо ставиться до власного здоров'я і здоров'я оточуючих, дотримується здорового способу життя, має сформовані здоров'язбережувальні життєві навички, що дозволяють вести якісне, повноцінне і продуктивне життя. Зазначеному вище, на нашу думку, сприятиме впровадження в практику роботи дошкільних навчальних закладів **методики** формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей дошкільного віку. Пріоритетними **завданнями** запропонованої методики є формування у дітей:

- позитивної мотивації на збереження здоров'я, дотримання здорового способу життя;
- системи знань про здоров'я та чинники його збереження;
- життєвих навичок, що сприяють фізичному, соціальному, психічному та духовному здоров'ю.

В основу методики закладено загальнодидактичні **принципи**, відповідно до яких має здійснюватися управління процесом формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей дошкільного віку, а саме: *мотиваційного забезпечення, свідомості та активності, систематичності і послідовності, міцності знань, науковості, доступності, зв'язку теорії з практикою.*

*Принцип мотиваційного забезпечення* передбачає формування позитивного ставлення дітей до збереження здоров'я через опору на природну допитливість, емоційність, інтелектуальний потенціал дошкільника, його самооцінку.

*Принцип свідомості та активності* ґрунтується на розумінні того, що основою освіти є глибоко і самостійно усвідомлені знання. Свідоме засвоєння дітьми знань залежить від ряду чинників: мотивів навчання, рівня і характеру пізнавальної активності дошкільників, організації освітнього процесу тощо. Практична реалізація принципу свідомості та активності у процесі формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей дошкільного віку має відбуватися через:

- пояснення вихованцям значення здоров'я в житті людини;
- використання всіх видів і форм пізнавальної діяльності при навчанні дошкільників;

- забезпечення розуміння дітьми важливості здоров'язбережувальних дій з опорою на їхній життєвий досвід, наявні знання, логічні ланцюжки між засвоєними і новими знаннями;
- введення дітей в ситуації, які вимагають від них виявлення і пояснення розходжень між фактами, що спостерігаються і наявними знаннями;
- спонукання дітей до аналізу власних помилок, допущених при виконанні завдань;
- закріплення у практичній діяльності теоретичної інформації, що надається дітям.

*Принцип систематичності і послідовності.* Відповідно до даного принципу пропонується дітям матеріал необхідно компонувати таким чином, щоб була наявна система знань, умінь, навичок, яка б відповідала віковим особливостям і пізнавальним можливостям дітей. Матеріал доцільно подавати від простого до складного через:

- повторення й удосконалення раніше засвоєного;
- повторення вивченого на початку, у кінці заняття, а також по завершенні кожного логічного відрізка навчання у ході заняття.

*Принцип міцності знань* проявляється у довготривалій пам'яті дитини, яка формується під впливом правильної організації навчального процесу, а також залежить від уміння педагога викласти матеріал так, щоб знання були продуктивними, щоб дитина відчувала потребу в них у подальшому житті. Реалізація принципу має відбуватися через:

- формування у дошкільників інтересу і позитивного ставлення до нової інформації;
- подання вихованцям логічно пов'язаних між собою знань, оскільки вони засвоюються краще, ніж розрізненні відомості;
- надання у навчанні переваги мисленню дітей, а не запам'ятовуванню інформації;
- подачу інформації, що потребує запам'ятовування, у короткій і конкретній формі;
- пропонування для запам'ятовування дітям матеріалу, який вони зрозуміли і усвідомили;
- активізацію не тільки пам'яті, а й мислення й почуттів дошкільників при повторенні і закріпленні вивченого.

*Принцип науковості* передбачає добір матеріалу, що ґрунтується на перевірених наукових даних. Для реалізації даного принципу доречно дотримуватися таких правил:

- подаючи дітям нову інформацію, розкривати логічні зв'язки з наявними знаннями;

- усі відомості, що пропонуються дошкільникам, ґрунтувати на науковому фактичному матеріалі;

- заохочувати дітей до проведення дослідницької діяльності у контексті теми, що вивчається;

- давати дітям змогу зробити власні відкриття щодо причин і наслідків життєвих ситуацій, які стосуються здоров'я.

*Принцип доступності* ґрунтується на врахуванні, з одного боку, закономірностей вікового розвитку дітей, з іншого – організації й здійснення навчального процесу у відповідності до рівня розвитку дітей. Реалізація принципу має забезпечуватися таким чином:

- на всіх етапах навчання дотримуватися правил, сформульованих Я. А. Коменським: «від простого до складного, від відомого до невідомого»;

- дітям подавати ту інформацію, яку вони можуть засвоїти на даному віковому етапі, але з певним випередженням їхнього віку;

- під час занять враховувати життєвий досвід дошкільників;

- під час розгляду складних тем застосовувати диференційований підхід;

- використовувати аналогію, порівняння, співставлення, протиставлення;

- всі поняття формулювати чітко, образно, з використанням фактів, прикладів із життя.

*Принцип зв'язку теорії з практикою.* Його основою є філософські, педагогічні та психологічні положення щодо перевірки, підтвердження і спрямування теоретичних знань у практичне русло. Практична реалізація принципу зв'язку теорії з практикою має відбуватися через:

- формування у дітей розуміння, що знання, уміння і навички щодо збереження здоров'я, отримані в дошкільному дитинстві, будуть необхідними протягом усього життя людини;

- створення здоров'язбережувального середовища для закріплення навичок здорового способу життя;

- використання на заняттях проблемно-пошукових завдань;

– спонукання дітей вести спостереження в навколишньому з метою підтвердження знань, отриманих на заняттях, практикою тощо.

Складовими здоров'язбережувальної компетентності є комплекс життєвих навичок, сформованість яких забезпечує дитині можливість свідомо вести здорове, повноцінне, цікаве життя. Акцент робимо на дванадцяти життєвих навичках, які доцільно формувати у дітей дошкільного віку у сферах фізичного, соціального, психічного і духовного здоров'я. На них ґрунтується методика формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей дошкільного віку. Для опрацювання з дошкільниками пропонується **двадцять шість тем**, які розкривають різні аспекти життєвих навичок. Вибір тем ґрунтується на результатах діяльності робочої групи українських науковців і педагогів з питань запровадження компетентнісного підходу, створеної в рамках проекту ПРООН (програма розвитку організації об'єднаних націй) «Освітня політика та освіта «рівний – рівному». Зміст інформації, пропонований для розкриття тем, підібраний нами та адаптований для сприйняття дітьми дошкільного віку.

### **Перелік тем, які доцільно вивчати при формуванні здоров'язбережувальної компетентності**

Розділи (сфери здоров'я)	Життєві навички, що складають здоров'язбережувальну компетентність	Теми для вивчення з дітьми
Фізичне здоров'я	Навички раціонального харчування	Дотримання режиму харчування.
		Дотримання харчового раціону
		Вживання якісних харчових продуктів
	Навички рухової активності	Виконання ранкової зарядки
		Регулярна участь у заняттях з фізичної культури та рухливих іграх
	Санітарно-гігієнічні навички	Дотримання особистої гігієни
		Виконання гігієнічних процедур
	Навички дотримання режиму діяльності та відпочинку	Чергування розумової та фізичної активності
Планування діяльності		
	Навички ефективного спілкування	Уміння слухати
		Уміння чітко висловлювати свої думки
		Володіння невербальними засобами

Соціальне здоров'я		мовлення
	Навички співчуття	Розуміння почуттів, потреб і проблем інших людей
		Уміння допомагати та підтримувати Доброзичливе ставлення до людей з особливими потребами
	Навички поведінки в умовах тиску	Уміння відмовлятися від небезпечних для здоров'я пропозицій
	Навички спільної діяльності	Уміння діяти в команді
Визнання внеску інших у спільну роботу		
Психічне і духовне здоров'я	Навички самоусвідомлення та самооцінки	Усвідомлення власної унікальності
		Позитивне ставлення до себе, інших людей та життєвих перспектив
	Навички аналізу проблем та прийняття рішень	Визначення суті проблеми та причини її виникнення
		Прийняття оптимальних рішень і передбачення їх наслідків для себе та інших людей
	Навички самоконтролю	Уміння правильно виражати свої емоції та почуття
		Уміння контролювати прояви гніву
Навички успішного досягнення мети	Настанова на успіх	
	Уміння зосереджуватися на досягненні мети	

Кожну запропоновану тему вивчають поетапно. Нами виокремлено **три послідовних та взаємопов'язаних етапи: мотиваційний, теоретичний і практичний**. Для кожного із зазначених етапів розроблений відповідний комплекс дидактичного супроводу (методи, засоби навчання), зацентровано на методах, за яких дошкільники виступають активними суб'єктами освітньої діяльності.

Виокремлення **мотиваційного етапу** ґрунтується на результатах наших спостережень, які дали підставу стверджувати, що готовність дошкільників до сприймання знань про основи здоров'я, чинники, які сприяють здоров'ю, до дотримання здорового способу життя суттєво залежить від умотивованості дітей та сформованості у них відповідних ціннісних орієнтацій.

Мотивація спрямовує й організовує поведінку дитини, надає особистісного змісту та значущості її здоров'язбережувальній діяльності, сприяє перетворенню зовнішньо сформульованих цілей

щодо дотримання здорового способу життя у внутрішні потреби особистості. Тому розвиток здоров'язбережувальної компетентності у дітей дошкільного віку не може відбуватися без активної, свідомої участі самої дитини. Відтак мотивація розглядається нами як початковий етап формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей дошкільного віку. Мотиваційний етап спрямований на формування в дітей інтересу до теми, що вивчається, прагнення отримати інформацію про різні аспекти збереження здоров'я, усвідомлення необхідності використання здобутих знань у повсякденній діяльності.

На мотиваційному етапі пропонується застосовувати такі методи: *спостереження, аналіз життєвих ситуацій, вчинків, визначати проблему, яку необхідно буде вирішити.*

*Спостереження* забезпечує безпосереднє, цілеспрямоване, планомірне сприйняття дітьми процесів, явищ, об'єктів, запропонованих вихователем, не впливаючи при цьому на розвиток подій. Під час спостереження активно взаємодіють сприймання, мислення і мовлення. Ми керуємося думкою С. Рубінштейна, який вважав спостереження результатом осмисленого сприйняття, у процесі якого відбувається розвиток розумової діяльності.

Для кожної теми нами визначена мета спостереження. Вихователі мають заздалегідь продумати об'єкти, план та час спостереження. Бажано проводити спостереження у дошкільному навчальному закладі в період від приходу дітей до початку занять. Для проведення спостереження, об'єктом якого є інші люди, з метою забезпечення його ефективності, педагогам доцільно створювати невеликі групи по 4-5 дітей і спрямовувати їхню увагу на об'єкти спостереження. Якщо тема не передбачає можливості забезпечення об'єкта спостереження, то спостереження можна замінити переглядом мультфільму за змістом, що відповідає темі, яку вивчають. У разі, коли тема передбачає проведення спостереження за межами дошкільного навчального закладу (вдома за діями батьків, за поведінкою людей у транспорті, лікарні, магазині тощо), спостереженнями дітей мають керувати батьки. Для них необхідно заздалегідь провести відповідну консультацію.

Усвідомивши чітко сформульовану мету спостереження, діти «заглиблюються» в ситуацію і отримують певний матеріал для роздумів, що дає змогу підвести їх до наступного кроку – *аналізу ситуації.*

*Аналіз ситуації.* Враховуючи той факт, що дітям ще важко самостійно робити аналіз, важливо передбачити ключові запитання, які уможливають виконання завдання дітям. Вихованці мають проаналізувати результати спостережень, власні відчуття, спогади, пов'язані з темою, що вивчають. Аналізуючи запропоновані ситуації, дошкільники виокремлюють у процесах, предметах і явищах основні, суттєві, ознаки, встановлюють причинно-наслідкові зв'язки, залежності.

У роботі ми керуємося дослідженнями В. Кузьменко, якими доведено, що пригадування подій недалекого минулого, їх аналіз та прогнозування майбутнього виводять дитину за межі безпосередньої ситуації та визначають точки опори, які дають можливість оцінити окремі дії та вчинки, усвідомити їхню значущість і корисність не лише для даного моменту, а й для подальшого життя в цілому. Таке усвідомлення – неодмінна умова подальшого планування дій, відповідної корекції стилю діяльності, вироблення на цій основі суспільно прийнятого стилю поведінки. На цьому етапі діти починають усвідомлювати потребу в додатковій інформації щодо нової теми, у них виникає зацікавленість у темі, мотив до її вивчення. Дорослий спрямовує міркування дітей у потрібному напрямі і підводить їх до *формулювання проблеми*.

*Постановка проблеми.* У перекладі з грецької слово «проблема» означає «завдання», «справа», «трудність». Проблема – це складне теоретичне або практичне питання, що потребує розв'язання, вивчення, дослідження. Здатність бачити, виявляти, формулювати проблему потрібна абсолютно кожній дитині для її нормального розвитку. Формулюючи проблему, акцентуємо на тому, що є на даний момент незрозумілим для дітей. Визначена разом з дорослими проблема стане основою для подальшої роботи з дітьми над обраною темою під час теоретичного етапу.

Виокремлення *теоретичного етапу* зумовлене тим, що здоров'язбережувальна компетентність ґрунтується на системі знань, усвідомлених особистістю. У процесі формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільники мають отримати відповідні фундаментальні відомості з основ здоров'я, які представлені у визначеній логічній послідовності; усвідомити їх і використовувати у відповідних життєвих ситуаціях. Теоретичний етап спрямований на забезпечення дітей знаннями про здоров'я та чинники здоров'язбереження, життєві навички, що сприяють

фізичному, соціальному, психічному і духовному здоров'ю, формування здорового способу життя, розвиток у дошкільників валеологічного мислення.

Осмислення матеріалу на теоретичному етапі забезпечує застосовувати такі методи: *розповідь, інтерв'ю з дорослими, бесіда*, які відкривають для дітей можливість виходити у процесі пізнання за межі безпосереднього сприймання.

*Розповіді* вихователя використовуються для повідомлення дітям нових знань, відомостей про здоров'я, певну здоров'язбережувальну навичку. Під час розповіді педагог розкриває в логічній послідовності причинно-наслідкові зв'язки, залежності між певними діями і станом здоров'я людини; сутність способів дій, які потрібно запам'ятати. Діти отримують нову інформацію, поступово усвідомлюючи її, засвоюють поданий матеріал.

У нашій методиці використовується науково-популярна розповідь, яка ґрунтується на аналізі фактичного матеріалу, спирається на достатню кількість яскравих і переконливих прикладів, що доводять правильність теоретичних положень, сприяють ефективному сприйманню нового матеріалу, формуванню у дітей загального уявлення про зміст теми, яка розглядається.

Окремих занять для вивчення теми відводити немає потреби. Свою розповідь педагога, по можливості, мають пов'язувати з темою запланованого заняття з ознайомлення з навколишнім, художньою літературою, розвитку мовлення тощо. Однак, якщо теми за змістом не узгоджуються, то вихователі можуть проводити бесіди про певну життєву навичку в інші режимні моменти: на прогулянці (по підгрупах), перед денним сном дітей, у другій половині дня, при виконанні відповідних темі гігієнічних процедур тощо.

*Інтерв'ю з дорослими.* У процесі отримання інформації про здоров'я, формування навичок здорового способу життя та реалізації його принципів у повсякденному житті дитина не може бути пасивним об'єктом. Вона має активно здобувати знання про здоров'я, усвідомлювати, інтериоризувати їх – бути суб'єктом здоров'яспрямованої освіти. Стимулювання дошкільників до проведення інтерв'ю сприяє формуванню у них уміння самостійно ставити запитання дорослому з метою збору та уточнення інформації. На допомогу вихователю у посібнику пропонуються орієнтовні переліки запитань, (5-8) з теми, які доцільно поставити іншій людині відповідно до кожної теми. Однак, зважаючи на те, що дітям, які ще



не вміють писати й читати, важко утримати в пам'яті таку кількість питань і відповідей на них, дошкільникам доцільно пропонувати по одному питанню, на яке вони мають знайти відповідь у дорослих членів сім'ї, знайомих, а також в інших джерелах. Діти можуть запам'ятати питання або отримати картку, на якій для нагадування буде схематично зображене питання, яке вивчають. Відповіді дорослих доречно зафіксувати схематичними позначками або малюнками.

*Бесіда.* Вагоме освітнє і виховне значення бесіди визначається тим, що вона сприяє розкриттю мислення дитини, забезпечує можливість реалізації індивідуального підходу до вихованця, дозволяє педагогові залучити до активної участі в роботі невпевнених і пасивних дітей. Саме за допомогою бесіди, спираючись на знання та практичний досвід дітей, вихователь активізує розумову діяльність дітей, ставлячи їм запитання для міркування, розв'язання проблемної ситуації, підводить їх до розуміння нового або уточнення, поглиблення, розширення відомого. Під час бесіди відбувається активізація наявних знань дошкільників з проблеми, що вивчається; узагальнення і систематизація знань; усвідомлення дітьми закономірностей зв'язку причин і наслідків подій; закріплення отриманої інформації під час розповіді вихователя та проведення інтерв'ю з дорослими. Бесіди можуть проходити під час заняття, якщо є відповідна тема, а також у вільний від занять час у першій половині дня.

Акцент на *практичному етапі* пояснюється розумінням того, що дітям потрібні не лише знання, а й навички, які допомагають робити життєвий вибір, досягати мети, коригувати поведінку, оцінювати ризики, зберігати і покращувати здоров'я та якість життя. Вітчизняні психологи Л. Божович, Л. Венгер, Л. Виготський, Г. Костюк, В. Мухіна відстоювали думку про те, що поведінка дитини формується під впливом сукупності таких чинників, як соціальні умови, спілкування та сфера діяльності, у яких вона живе і розвивається. Особистість не є пасивним продуктом взаємодії спадковості і середовища. Взаємодія цих чинників реалізується через активність дитини. Отже, поведінкові реакції і здоров'язбережувальна діяльність виступають одними з показників сформованості здоров'язбережувальної компетентності у дітей дошкільного віку.

Практичний етап уможливорює закріплення дітьми знань і подальше вдосконалення умінь і навичок здоров'язбереження, розвиток здатності самостійно моделювати свою поведінку та діяльність, приймати рішення щодо виходу із різноманітних життєвих ситуацій, що впливають на здоров'я, отримання досвіду дотримання здорового способу життя. На практичному етапі через застосування таких методів: *дидактичні та сюжетно-рольові ігри, дослідження і моделювання ситуацій, практичні завдання і вправи* відбувається первинна спроба втілити в життя те, чому навчилася дитина.

*Дидактичні ігри* сприяють розвитку довільної уваги, пізнавальних здібностей, кмітливості, уяви; активізують інтерес, розумову діяльність, творчу думку і волю дітей, здатність до аналізу ситуації, постановки і вирішення задач; забезпечують закріплення знань, умінь і навичок. Проведенню дидактичних ігор має передувати добір необхідного матеріалу, який уможливить виконання заявлених мети і завдань гри.

*Сюжетно-рольові ігри* ґрунтуються на моделюванні змісту здоров'язбережувальної діяльності, відповідних ролей, системи взаємин. Вони інсценують умови уявної ситуації, в якій учасники виконують певні ролі. У процесі гри поєднуються знання і уміння, в яких відображаються інтереси дітей, реалізуються їх прагнення. У сюжетно-рольовій грі закріплюються життєві навички, які сприяють усім складникам здоров'я. Вплив сюжетно-рольової гри на формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей дошкільного віку проявляється в тому, що завдяки ігровому наслідуванню і рольовому перевтіленню дитина знайомиться з тими нормами та моделями поведінки і взаємин дітей і дорослих, які стають зразками для її власної поведінки. У грі дитина набуває навичок, необхідних для дотримання здорового способу життя.

*Дослідження.* При проведенні дослідів забезпечується єдність знань, умінь і навичок дошкільників, виховується самостійність і допитливість. Застосування дослідів сприяє розвитку пізнавальної активності дошкільників, формуванню вміння знаходити фактичний матеріал для підтвердження власних гіпотез щодо здоров'язбережувального підґрунтя певних моделей способу життя. Задовольняючи свою допитливість у процесі активної дослідницької діяльності, дитина, з одного боку, розширює своє уявлення про чинники збереження здоров'я, з іншого – починає оволодівати

основними культурними формами пізнання – засобами диференціації та узагальнення досвіду, а саме: причинно-наслідковими і часовими відношеннями, що дозволяють пов'язувати окремі уявлення щодо здоров'язбережувальної поведінки в цілісну модель здорового способу життя.

Наполягаючи на творчій, дослідницькій побудові навчально-виховного процесу, В. Сухомлинський відзначав важливість дослідницького елемента в навчанні. Саме дослідження дає поштовх до творчого осмислення ситуації, до пошуку неординарної відповіді, а отже, це шлях до нових відкриттів, до радості від пізнання. Проведення дослідницької роботи у процесі формування в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності, на нашу думку, сприятиме розумінню дітьми взаємозв'язку способу життя і здоров'я людини.

*Моделювання ситуацій* використовують з метою набуття дітьми досвіду здоров'язбережувальної поведінки. Застосування цього методу сприяє розвитку вміння передбачати наслідки дій, емоційних реакцій; розкривати взаємозв'язок між станом здоров'я і способом життя, поведінкою людини та її взаєминами з іншими людьми, настроєм та вчинками. Пошук розв'язання запропонованих ситуацій допомагає дітям висловити своє ставлення до подій, запропонувати власну модель поведінки. Моделювання ситуацій доцільно включати в перебіг сюжетно-рольової гри чи застосовувати під час проведення прогулянки, різних режимних моментів, самостійної діяльності дітей.

*Практичні завдання і вправи* забезпечують багаторазове повторення оздоровчих дій для формування та вдосконалення навичок здоров'язбережувальної поведінки. Формування вмінь здоров'язбережувального спрямування у процесі вправляння відбувається на підставі поступового ускладнення умов виконання вправ.

Для реалізації запропонованих методикою практичних завдань можна використовувати різні форми роботи з дітьми. Це можуть бути конкурси: «На кращу рекламу зубної щітки», «На кращу рекламу шампуню»; «Мозковий штурм» з проблем: «Меню для нашого садка», «Розпорядок дня для батьків», вправа «Змагання експертів» (завдання – визначити якомога більше ознак зіпсованого продукту); фізкультурні змагання та рухливі ігри під керівництвом інструктора з фізичної культури тощо.

Усі етапи процесу формування у дітей здоров'язбережувальної компетентності на основі життєвих навичок, що сприяють здоров'ю, узгоджені між собою. Діяльність на них спрямована на забезпечення засвоєння дітьми наданої інформації, свідомого оволодіння ними життєвими навичками на особистісному рівні.

Робота з формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей дошкільного віку буде ефективною, якщо в комплексі застосовувати зазначені методи, як на заняттях, так в нерегламентованій самостійній діяльності дітей здоров'язбережувального спрямування з використанням можливостей здоров'язбережувального середовища. Діяльність у цьому напрямі має будуватися так, щоб валеологічний зміст занять мав своє продовження в самостійній діяльності. Цілеспрямована нерегламентована діяльність дає змогу використовувати додатковий інформаційний матеріал, розширює світогляд і конкретизує знання.

Кожну тему, запропоновану у методиці, треба розглядати один тиждень. Подаємо **алгоритм опрацювання теми**:

**Понеділок** – *мотиваційний етап*: спостереження (перегляд відеосюжету), аналіз ситуації, постановка проблеми.

*теоретичний етап*: розповідь вихователя.

Домашнє завдання: інтерв'ю з дорослими: дітям пропонується по одному запитанню, на яке вони мають знайти відповідь у дорослих.

**Вівторок** – *теоретичний етап*: бесіда з дітьми. Відбувається обговорення з дітьми інформації, яку вони здобули самостійно і почули від вихователя під час його розповіді.

*практичний етап*: дидактична гра з проблеми, що вивчається; сюжетно-рольова гра (триває до кінця тижня)

**Середа** – *практичний етап*: досліди, сюжетно-рольова гра.

**Четвер** – *практичний етап*: моделювання ситуацій, практичні завдання, сюжетно-рольова гра.

**П'ятниця** – *практичний етап*: практичні завдання, сюжетно-рольова гра, рефлексія.

Запровадження в освітній процес дошкільного навчального закладу методики формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей дошкільного віку дасть змогу отримати такі результати:

– сформувати у дітей потребу та емоційно-позитивне налаштування на збереження здоров'я;

– розвинути пізнавальну активність, стійкий інтерес до інформації що стосується здоров'язбереження;

- сформуванати ціннісні настанови на дотримання здорового способу життя;
- сформуванати систему знань про основи здоров'я і чинники його збереження;
- сприяти усвідомленню дітьми норм і правил здорового способу життя;
- сформуванати навички здоров'язбережувальної діяльності;
- сформуванати готовність дошкільників самостійно вирішувати завдання, пов'язані з підтриманням, зміцненням і збереженням здоров'я;
- сформуванати уміння адекватно оцінювати поведінку і спосіб життя значимих людей і самооцінку власного способу життя.

### **Запитання для самоконтролю:**

1. Дайте визначення поняття «здоров'язбережувальна компетентність дітей дошкільного віку».
2. Назвіть види дитячої діяльності через які доцільно формувати здоров'язбережувальну компетентність.
3. Назвіть методи навчання, які використовуються в методиці формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників.
4. Обґрунтуйте алгоритм вивчення тем, запропонованих методиці.

### **Література**

1. Андрющенко Т.К. Формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності (старший дошкільний вік) : методичний посібник. – Тернопіль : Мандрівець, 2016. 120 с.
2. Андрющенко Т.К. Формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників у процесі навчально-дослідницької діяльності : [навч.-метод. посіб.]. К. : ТОВ «Праймдрук», 2012. 100 с.
3. Базовий компонент дошкільної освіти. *Вихователь-методист дошкільного закладу*. 2012. Спецвипуск. С. 1–29.
4. Барвисте життя: хрестоматія для читання дітям дошкільного віку / упор. : Л.В.Лохвицька, Т. К. Андрющенко. – Тернопіль : Мандрівець, 2014. 344 с.
5. Бойченко Т. Є. Здоров'язберігаюча компетентність як ключова в освіті України. *Основи здоров'я і фізична культура*. 2008. № 11-12. С. 6–7.

6. Дошкільне тіловиховання. Вплив рухової активності на здоров'я дитини дошкільного віку / Авт.-упор. : Л. В. Калуська, З. В. Калуський, М. М. Гуменюк. Тернопіль : Мандрівець, 2008. 184 с.
7. Замрозович С. Р. Формування фізичної компетенції дітей дошкільного віку. *Педагогічні науки : зб. наук. праць*. Випуск 51. Херсон : Вид-во ХДУ, 2009. С. 158–161.
8. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе / И. В. Чупаха, Е. З. Пужаева, И. Ю. Соколова. М. : Илекса, Народное образование. Ставрополь : Ставропольсервисшкола, 2003. 400 с.
9. Левінець Н. В. Впровадження здоров'язберігаючих технологій як актуальний напрям сучасної дошкільної освіти. *Вісник Інституту розвитку дитини*. Вип. 16. Серія: Філософія, педагогіка, психологія : зб. наук. праць. К. : Вид. НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2011. С. 116–120.
10. Лохвицька Л.В., Андрющенко Т.К. Дошкільникам про основи здоров'я : [навч.-метод. посіб.]. [2-ге вид., оновл.]. Тернопіль : Мандрівець, 2008. 192 с.
11. Лохвицька Л. В. Програма з основ здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей дошкільного віку “Про себе треба знати, про себе треба дбати”. Тернопіль : Мандрівець, 2014. 120 с.
12. Лохвицька Л.В., Андрющенко Т.К. До здоров'я дітей – через освіту дорослих: Технологія взаємодії дошкільних навчальних закладів з родинами : [навч.-метод. посіб.]. Тернопіль : Мандрівець, 2014. 176 с.
13. Лохвицька Л.В., Андрющенко Т.К. Навчи мене дбати про себе! Робочий зошит з основ здоров'я для дошкільнят [старший дошкільний вік]. Тернопіль : Мандрівець, 2014. 64 с.
14. Піроженко Т. О. Особистість дошкільника: перспективи розвитку: [навч.-метод. посіб.]. Тернопіль : Мандрівець, 2010. – 136 с.

## Практичне заняття 1

**Аналіз методів навчання, що сприяють формуванню здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників**  
**Метод навчання:** робота в малих групах.

### *Завдання для виконання:*

1. Проаналізуйте методи навчання дошкільників, використовуючи теоретичний матеріал до теми 2.
2. Оберіть для обговорення по одному виду дитячої діяльності для групи.
3. Доберіть для кожного виду дитячої діяльності методи навчання, які сприяють формуванню у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності.
4. Визначте інтерактивні методи, що сприяють формуванню зазначеній компетентності.
5. Заповніть таблицю за допомогою табличного процесора.
6. Перешліть інформацію про обрані методи навчання колегам із інших груп за допомогою електронної пошти.
7. Складіть загальну таблицю.
8. Презентуйте роботу.

### *Форма звітності для виконання завдання*

<i>Види дитячої діяльності</i>	<i>Методи, що сприяють формуванню в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності</i>
Комунікативна діяльність	
Дослідницька діяльність	
Ігрова діяльність	
Самостійна художня діяльність	
Трудова діяльність	
Рухова	

діяльність	
Навчальна діяльність	

## ЛЕКЦІЯ 2

### ЖИТТЄВІ НАВИЧКИ ЯК ОСНОВА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ

Пріоритетним завданням системи освіти є виховання людини в дусі ставлення до власного здоров'я і здоров'я тих, хто оточує, як до найвищої індивідуальної і суспільної цінності. Оскільки проблеми зі здоров'ям сучасних дітей виходять на глобальний рівень необхідно навчити їх зберігати здоров'я хоча б на тому рівні, на якому воно є з народження.

Зберегти власне здоров'я діти зможуть, набуваючи здоров'язбережувальних життєвих навичок, які, на нашу думку, являють собою **комплекс доведених до автоматизму дій, що спрямовані на свідомий вибір моделі поведінки і діяльності та забезпечують збереження фізичного, соціального, психічного і духовного здоров'я дитини.** Це створить їм можливість ефективно справлятися з вимогами і викликами щоденного життя без втрат для здоров'я. Життєві навички, необхідні для формування, збереження, зміцнення, відтворення здоров'я людини, групи людей, спільноти, суспільства, групуються за складовими здоров'я: фізичною, соціальною, психічною, духовною. Зважаючи на те, що чинниками збереження фізичного здоров'я є раціональне харчування, дотримання особистої гігієни, рухова активність, чергування активних і малорухомих видів діяльності, вважаємо за доцільне формувати у дошкільників такі життєві навички: навички раціонального харчування; навички рухової активності; санітарно-гігієнічні навички; навички дотримання режиму діяльності та відпочинку.

#### ***Життєві навички, що сприяють фізичному здоров'ю.***

*Навички раціонального харчування.* Загальновідомо, що проблеми здоров'я і харчування тісно пов'язані. Харчування – найважливіший показник як благополуччя суспільства, його здоров'я, культури, так і ступеня його розвитку, цивілізації. Раціональне харчування сприяє збереженню здоров'я, опірності шкідливим чинникам довколишнього середовища, високій фізичній і розумовій



працездатності, а також активному довголіттю. Вимоги до раціонального харчування складаються з вимог до: харчового раціону, режиму харчування, умов прийому їжі. Правильне харчування – перший ключ до здоров'я й одна з передумов здорового способу життя. Древньогрецькому філософу Сократу належить вислів: «Ми живемо не для того, щоб їсти, а їмо для того, щоб жити».

Вищезазначене підкреслює необхідність навчання дітей з дошкільного віку дотримання режиму харчування, уміння дотримуватися харчового раціону, визначати і зберігати високу якість харчових продуктів, формування в них свідомого ставлення до харчування. Навички здорового харчування, сформовані у дошкільний період, унеможливають у подальшому вживання дитиною газованих напоїв, чипсів, сухариків та інших продуктів харчування, які згубно впливають на організм людини.

*Навички рухової активності.* Важливу роль у процесі збереження і зміцнення здоров'я дошкільників відіграє формування в них рухових умінь і навичок. Здоров'я людини значною мірою визначається рівнем її рухової активності. Виконання дітьми різноманітних рухів сприяє не лише розвитку опорно-рухового апарату, м'язів тіла, а й активізації діяльності кори головного мозку, легенів, серцево-судинної та дихальної систем, зорових нервів.

Рух, за твердженням учених (Е. Вільчковського, Н. Денисенко, Т. Дмитренко, Г. Шалигіної та ін.) є «біологічною потребою організму дитини від народження до 18–22 років, природною необхідністю в розвитку організму: дихальної, серцево-судинної, нервової систем, опорно-рухового апарату. Без руху і рухової діяльності неможливе повноцінне життя дітей, нормальний фізичний розвиток».

Рухова активність – важлива умова формування особистості людини, що починається з дитинства. Необхідний обсяг рухової активності дітей є вирішальною гарантією виховання всебічно розвиненого, здорового зростаючого покоління. Діти, які систематично виконують фізичні вправи, вирізняються бадьорістю, життєрадісністю та оптимізмом. При цьому більш висока тренуваність підвищує стійкість організму дитини до негативного впливу зовнішнього середовища: підвищення температури, гіпоксії, інфекційної туберкульозної палички та загального гамма-випромінювання.

Рухова активність – природна біологічна потреба людини. Рухаючись, дитина пізнає світ і саму себе, можливості власного організму, розвиває своє тіло. Від того, наскільки ця потреба задоволена, залежить подальший структурний розвиток організму. Ця істина, відома з давніх часів, сьогодні набуває неабиякої ваги й актуальності, оскільки наразі переважає малорухливий спосіб життя дорослих, який позначається і на дітях. Дорослі обмежують рухову активність дітей, через це в сучасних дітей дошкільного віку фіксуються випадки гіподинамії. Тому формування у дошкільників навичок рухової активності через виконання ранкової гімнастики, регулярні заняття фізичною культурою, рухлими іграми тощо є надзвичайно актуальними.

*Санітарно-гігієнічні навички.* Здоров'я дітей дошкільного віку значною мірою залежить і від того, наскільки сформовані у них санітарно-гігієнічні навички, які уможливають ефективно дотримання елементарних норм гігієни. У дошкільній педагогіці виховання санітарно-гігієнічних (культурно-гігієнічних) навичок розглядається в єдності із завданнями фізичного виховання, яке наголошує на турботі про фізичне здоров'я дитини як одному із пріоритетів педагогічної роботи.

Молодшим дошкільникам доцільно прищеплювати звичку полоскати рот питною водою після прийому їжі, попередньо навчивши їх цьому. Діти середнього і старшого дошкільного віку мають більш усвідомлено ставитися до виконання правил особистої гігієни; самостійно мити руки з милом, насухо витирати їх, користуватися індивідуальним рушником, гребінцем, стаканом для полоскання рота, стежити, щоб усі речі трималися в чистоті. Гігієнічні процедури необхідно проводити щоденно в один і той самий час, що сприятиме формуванню постійних навичок. Діти мають усвідомити, що від знання і виконання ними необхідних гігієнічних правил і норм поведінки залежить не тільки їхнє здоров'я, але і здоров'я інших дітей і дорослих.

*Навички дотримання режиму діяльності та відпочинку.* Формування зазначених навичок є надзвичайно важливими для сучасних дітей, оскільки зниження рухової активності зумовлює цілу низку проблем, а саме: порушується обмін речовин в організмі, погіршується робота кардіореспіраторної, травної, центральної нервової систем, ослаблюється кістково-м'язовий апарат, виникають застійні явища в органах малого тазу, зменшується опірність

організму проти психічних розладів та інфекційних захворювань. Малорухливий спосіб життя – гіподинамія – першочерговий чинник слабого здоров'я людини. Він є причиною суттєвого підвищення ймовірності серцево-судинних захворювань, появи надмірної маси тіла, порушення постави дошкільників. Зазначено, що більш високий відсоток порушень стану опорно-рухового апарату фіксується у малорухливих дітей (18% порівняно з 6% в активних дошкільників). Кардіолог А. М'ясников відзначав, що при надмірному нервово-емоційному збудженні рухова активність найбільш сприятлива для нормалізації нервової діяльності.

Вегетативні функції організму дитини та її руховий апарат також тісно пов'язані. Рухи стимулюють різноманітні життєдіяльні процеси, позитивно впливають на їх формування. У свою чергу, вегетативні функції забезпечують тканини, внутрішні органи поживними речовинами та киснем. Таким чином, гіподинамія може спричинити не тільки відставання у формуванні моторики дошкільника, а й затримку розвитку його вегетативних функцій.

Завдяки фізичним вправам знімається розумова втома, відбувається корекція зору, постави, поліпшується функція дихання, емоційний стан малюка. Сказане вище є підтвердженням необхідності формування у дошкільників навичок дотримання режиму діяльності та відпочинку через чергування розумової і фізичної активності, а також оволодіння дітьми вмінням планувати свою діяльність.

На різних етапах дошкільного дитинства у дітей необхідно формувати *життєві навички, які є основою соціального здоров'я* особистості, а саме: навички ефективного спілкування, навички співчуття, навички спільної діяльності. Діти мають усвідомити, що стосунки між людьми мають бути доброзичливими, культурними: необхідно навчитися керувати своїми емоціями, сприймати вчинки інших на основі розуміння їхніх мотивів і причин. Обґрунтуємо необхідність, можливість і доцільність формування зазначених життєвих навичок.

*Навички ефективного спілкування.* У спілкуванні людина задовольняє свою потребу в іншій людині. Особливість спілкування проявляється в тому, що в цьому процесі суб'єктивний світ однієї людини розкривається для іншої. У ньому вона проявляє свої індивідуальні особливості – риси характеру, темперамент, рівень освіченості і культури. Активно спілкуючись, діти прагнуть до самовираження, підтримання контактів. Спілкування людей є

повноцінним лише тоді, коли один говорить, а інший слухає. Уміння слухати не менш важливе, ніж уміння говорити. Невміння слухати є свідченням низької культури і причиною конфліктів. Перебиваючи того, хто говорить, людина демонструє свою неповагу до нього (і до себе). Діти мають навчитися уважно і терпляче вислуховувати співрозмовника, щоб отримати нову інформацію, продемонструвати ввічливість і вихованість, виявити повагу до людини, зберегти з нею добрі стосунки.

Допоможе ефективному спілкуванню вміння чітко висловлювати свою думку. Як зазначає С. Ладивір, для формування у дітей цього вміння дорослим необхідно «давати дитині можливість вільно висловлювати свою оцінку, своє ставлення, розуміння ситуацій. Не варто поспішати із власними оцінними судженнями з приводу почутого від дитини. Краще спонукати її до самостійних висновків. Свою ж думку слід висловлювати чітко, зрозуміло, пояснюючи її», щоб дитина мала приклад для наслідування.

Отже, формуванню навичок ефективного спілкування сприятиме оволодіння дітьми вмінням слухати, чітко висловлювати свою думку, засвоєння невербальних засобів мовлення.

*Навички співчуття.* У дошкільному віці виникає і розвивається потреба співпереживати, співчувати, яка проявляється в емоційній децентрації. У дітей виникають такі новоутворення, як здатність підпорядковувати свої безпосередні бажання свідомим намірам, уміння управляти собою, своєю поведінкою і здатність правильно відтворювати соціальні норми поведінки. Старші дошкільники прагнуть зайняти нове місце в системі доступних суспільних відносин. Виникає потреба в соціальній відповідності. Дитина починає усвідомлювати свої вміння і деякі якості, відкривати для себе власні переживання.

«Схильність творити добро чи зло не притаманна дитині від природи, зауважувала С. Ладивір, – вона виробляється у процесі життя. Це – основа людської культури, і закладається вона від народження, формуючись протягом перших семи років дитинства. Слід учити дитину бачити прояви добра у житті й виробляти відповідне ставлення до нього. Учати дивитися і помічати добро в буденному, викликати позитивні реакції на добрі вчинки і прищеплювати звичку (як основу потреби) робити щось добре для рідних, друзів, знайомих і незнайомих людей. Ідея добра, що править світом, має міцно увійти в душу кожної дитини – у думки, погляди,

переконання – стати тією мірою, за допомогою якої оцінюються людські стосунки».

Формування навички співчуття відбувається через спрямування дітей на розуміння почуттів, потреб і проблем інших людей; розвиток уміння допомагати і підтримувати, налаштованість на доброзичливе ставлення до людей з особливими потребами.

*Навички спільної діяльності.* У дошкільному віці через недостатню розвиненість емоційно-вольової сфери діти не завжди можуть керувати власною діяльністю та поведінкою, адекватно відреагувати на невдачі, що спіткали їх при виконанні певних дій. Це є причиною конфліктів між дітьми, особливо при спільній діяльності, які призводять до порушення взаємин.

Розкриваючи питання педагогіки успіху у вихованні особистості, І. Бех наголошує, що слід якомога раніше залучати дітей до організованої колективної діяльності. Оптимальною у контексті формування навички спільної діяльності, за І. Бехом, є та форма колективної діяльності, яку відносять до кооперативної. У кооперативній діяльності мета і, відповідно, результат є спільними. Кожен учасник діяльності робить свій внесок у єдине досягнення-продукт. Цим знімається проблема формування і прояву конфліктності й конкуренції, натомість серед учасників кооперативної діяльності утверджується співпраця і злагода.

Н. Гавриш і О. Ліннік переконливо доводять: «якщо спонукати дітей до співпраці, при цьому поступово навчати певних правил, то співробітництво для них стане найулюбленішою формою роботи. Щоб навчити дітей співпрацювати, треба частіше створювати ситуації спільної взаємодії, поступово зменшуючи ступінь своєї присутності, участі в управлінні діяльністю дітей, делегуючи їм повноваження лідерів, організаторів, ведучих. Отже, при формуванні навички спільної діяльності, доцільно навчати дошкільників співпрацювати в команді, плануючи діяльність, підтримуючи один одного, узгоджуючи свої дії з діями інших членів команди, а також визнавати внесок інших у спільну роботу.

***Життєві навички, що сприяють духовному та психічному здоров'ю.***

Психічне здоров'я, як зазначала А. Богуш, «забезпечується позитивними емоціями і почуттями, самоставленням і волею, самосвідомістю, резервами психічних можливостей людини,

запобіганням шкідливим звичкам, формуванням здоров'язбережувальних навичок».

*Навички самоусвідомлення та самооцінки.* Дошкільне дитинство – особливий, значущий час становлення особистості. Розвиток особистості полягає в організації та інтегруванні людиною свого внутрішнього світу. Це – шлях до себе, шлях самопізнання, рефлексії людиною власного досвіду. Весь цей процес тісно пов'язаний із самоусвідомленням та вольовим дозріванням. Новоутворенням цього віку є усвідомлення свого внутрішнього «Я», що виражається у системі уявлень дитини про себе: свої наміри, бажання, настрої, а також осмислене орієнтування у власних переживаннях, що призводить до формування узагальненого емоційно-ціннісного ставлення до себе – самолюбства. Уявлення про себе досить адекватно відображають ціннісну сферу особистості: чому саме дитина віддає перевагу, що для неї має більшу значущість, що вона цінує, що її цікавить.

Зміст самостворення складають, за визначенням Л. Уельса і Дж. Марвелла, три основні поняття – це любов до себе, самоприйняття і почуття компетентності. Любов до себе і самоприйняття відображають рівень симпатії індивіда до себе самого, а почуття компетентності ґрунтується на порівнянні себе з певним еталоном і пов'язане з переживанням успіху або невдачі.

Досліджуючи психологічні умови формування самооцінки у старших дошкільників, О. Олійник встановлено, що самооцінка починає утворюватися на рубежі раннього та дошкільного віку і розвивається під впливом двох чинників: спілкування з довколишніми та власної діяльності. У контексті теми дослідження, якщо у дитини впродовж дошкільного віку переважає оцінка себе як сильної, спритної, активної, веселої, бадьорої, товариської тощо, можна говорити про те, що у неї формується образ «Я – здоровий». Відповідно до сказаного вище, образ «Я – здоровий» формується на основі знань про здоров'я, бажання бачити себе здоровим, усвідомлення характеристики здорової особистості, прагнення засвоїти правила здоров'язбереження.

*Навички аналізу проблем і прийняття рішень.* У повсякденному житті дитині постійно доводиться стикатися із ситуаціями вибору і приймати рішення відповідно до ситуації, що виникла. Дитина, зіткнувшись із проблемою, яку її знання та досвід не дозволяють успішно вирішити, опиняється не тільки в емоційно складній

ситуації, а й перед низкою загроз (особистих, соціальних, освітніх). Тобто в актуальному сенсі проблема є «гальмом» у просуванні дитини, але потенційно може стати стимулом її розвитку. Кожен реальний позитивний результат, досягнутий завдяки активності самого дошкільника, – це його позитивний досвід вибудовування ставлення до себе як суб'єкта, який може керувати ситуацією, протиставляючи обставинам своє бажання, волю й активність. Важливим є розвиток умінь розмірковувати, аналізувати, запитувати про невідоме, робити припущення. Це передбачає необхідність ставити дитину в позицію суб'єкта пізнавального процесу, життєдіяльності в цілому.

Для формування у дошкільників навички аналізу проблем і прийняття рішень необхідно вправляти дітей в умінні бачити суперечності, невідповідності, визначати суть проблеми і її причини; знаходити потрібну інформацію і достовірні джерела, способи і прийоми оптимального розв'язання проблем, передбачати наслідки різних варіантів розв'язання проблеми для себе та інших.

*Навички самоконтролю.* У дошкільному віці емоції дитини опосередковуються її ставленням до тих чи інших явищ. Самоконтроль – важливий компонент свідомої вольової саморегуляції людської поведінки, що виявляється в усвідомленні та оцінюванні особистістю своїх психічних станів і дій, в узгодженні їх відповідно до висунутих вимог та суспільно встановлених правил і норм поведінки людей. Метою самоконтролю є попередження і виправлення людиною допущених помилкових дій і вчинків. Завдяки самоконтролю вона здатна, коригуючи власні дії, реалізувати виконання поставленої мети. Самоконтроль не є вродженою властивістю, а формується у результаті виховання. Важливо виробити в дитини навички розпізнавання та регулювання своїх емоцій, насамперед негативних, однак, малі діти не здатні адекватно оцінювати ані свій стан, ані стан тих, хто їх оточує. Адже емоційний досвід дошкільників досить бідний. То такі вміння у дітей необхідно спеціально розвивати. Доречні розмови про те, що в тих чи інших обставинах відчуває дитина, інші учасники подій. Приводом для таких бесід мають бути різноманітні ситуації, в які потрапляє дитина. Корисно аналізувати ситуації, описані в літературних творах і взяті з реального життя.

На думку вчених (С. Кулачківська, С. Ладивір) важливо навчити дитину замислюватися над власним внутрішнім станом у певні

моменти, розуміти причини його виникнення та наслідки, спокійно описувати свої почуття. Так поступово дитина навчається розуміти емоційний стан інших людей, співвідносити його з певною ситуацією. Цей досвід і має стати основою для вироблення вміння регулювати свою поведінку.

Ураховуючи зазначене, у процесі формування навички самоконтролю необхідно розвивати у дітей уміння правильно виражати свої емоції і почуття, а також контролювати прояви негативних емоцій. Це сприятиме збереженню психічного і духовного здоров'я.

*Навички успішного досягнення мети.* У старшому дошкільному віці відбувається розвиток мотиваційно-сислової саморегуляції – здатності стримувати безпосереднє бажання й докладати зусилля для подолання перешкод (В. Аснін, В. Котирло, В. Мухіна та ін.). Старшим дошкільникам властиві потреби в самореалізації й самодіяльності, що характеризуються здатністю використовувати набуті навички, вносити у практичні дії елементи ініціативи, а також поява незалежності від допомоги дорослого, що є найвищими проявами розвитку самостійності у дошкільника, бажання досягти визнання тих, хто оточує. Для того, щоб діти вчилися завершувати свої починання, отримувати результат діяльності, необхідно, як дослідила Н. Дятленко, налаштовувати їх на відповідальне ставлення до реалізації власних задумів, спонукати дошкільників озвучувати свої інтереси, визначати, чим вони хочуть займатися, на елементарному рівні планувати свої дії.

Розвиток компетентності зводиться до того, що людина може моделювати й оцінювати наслідки своїх дій завчасно і на тривалу перспективу. Це дає змогу їй здійснити перехід від зовнішньої оцінки до визначення «внутрішніх стандартів» оцінки себе, своїх планів, життєвих ситуацій та інших людей.

Таким чином, для формування у дошкільників навички успішного досягнення мети необхідно розвивати упевненість у реальності успішного завершення розпочатої роботи й у той же час, пояснювати дітям важливість зосередження на виконанні конкретних дій, що забезпечить досягнення мети.



## Література

1. Вільчковський Е. С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : [навч. посіб.]. Суми : ВТД «Університетська книга», 2004. 428 с.
2. Головаха Є. І. Соціальне самопочуття населення України. *Українське суспільство на порозі третього тисячоліття* / Під ред. М. О. Шульги. К. : Ін-т соціології НАН України, 1999. С. 398–409.
3. Дедулевич М. Н. Новые подходы к оценке двигательного развития детей дошкольного возраста. *Вектор науки ТГУ. Серия : Педагогика, психология*. 2010. № 3 (3). С. 42–46.
4. Денисенко Н. Через рух – до здоров'я дітей : [навч.-метод. посіб.] Тернопіль : Мандрівець, 2009. 88 с.
5. Дошкільне тіловиховання. Вплив рухової активності на здоров'я дитини дошкільного віку / авт.-упор. Л. В. Калуська, З. В. Калуський, М. М. Гуменюк. Тернопіль : Мандрівець, 2008. 184 с.
6. Єфіменко М. Рух – це життя. Даруймо його дітям щодня. *Дошкільне виховання*. 2014. № 7. С. 26–30.
7. Оздоровча робота в дошкільному навчальному закладі : [навч. посіб.] / Уклад. Г. І. Григоренко, Н. Ф. Денисенко, Ю. О. Коваленко, Н. В. Маковецька. Запоріжжя : ЗНУ, 2006. 99 с.
8. Фізичне виховання, основи здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей старшого дошкільного віку : [навч.-метод. посіб.] / О. Л. Богініч, Н. В. Левинець, Л. В. Лохвицька, Л. А. Сварковська. К. : Гененза, 2013. 128 с.
9. Шевченко Ю. М. Фізичний розвиток дітей старшого дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 К., 2009. 245 с.
10. Шимко О. Ходити, щоб не хворіти. *Дошкільне виховання*. 2009. № 5. С. 18–20.

## Практичне заняття 2

### Розробка навчальних завдань для формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності відповідно до життєвих навичок

**Метод навчання:** робота в малих групах.

**Завдання для виконання:**

1. Класифікуйте здоров'язбережувальні життєві навички за сферами здоров'я.
2. Доберіть до різних здоров'язбережувальних життєвих навичок навчальні завдання для формування здоров'язберігаючої компетентності дошкільників.
3. Презентуйте матеріал.

#### *Форма звітності для виконання завдання*

<i>Здоров'язбережувальні життєві навички</i>	<i>Навчальні завдання для формування здоров'язбережувальної компетентності через життєві навички</i>
Навички раціонального харчування	1. 2. 3.
Навички рухової активності	1. 2. 3
Санітарно-гігієнічні навички	1. 2. 3
Навички дотримання режиму діяльності та відпочинку	1. 2. 3
Навички ефективного спілкування	1. 2. 3
Навички співчуття	1. 2. 3
Навички поведінки в умовах тиску	1. 2. 3
Навички спільної діяльності	1. 2. 3
Навички самоусвідомлення та самооцінки	1. 2. 3
Навички аналізу проблем та прийняття	1. 2.

рішень	3
Навички самоконтролю	1. 2. 3
Навички успішного досягнення мети	1. 2. 3

## **ДЛЯ ДОПИТЛИВИХ**

### **Самостійна робота**

#### **Визначення рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників**

*Форма проведення:* індивідуальна робота.

*Статус:* необов'язковий.

#### **Завдання для виконання:**

1. Використовуючи теоретичний матеріал до теми 1, виділіть основні компоненти здоров'язбережувальної компетентності.
2. Визначте, які життєві навички необхідно сформувавши в дошкільників відповідно до кожного компонента.
3. Розробіть власні завдання для визначення рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників.
4. Оберіть групу старших дошкільників.
5. Запропонуйте дітям для виконання блок розроблених Вами практичних завдань.
6. Визначте за допомогою поданих критеріїв рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності у старших дошкільників
7. На основі отриманих результатів зробіть висновки – рекомендації щодо організації роботи з формування здоров'язбережувальної компетентності у старших дошкільників.

#### **Форма звітності для виконання завдання**

<b>Компонент здоров'язбережувальної компетентності</b>	<b>Критерій</b>	<b>Завдання для визначення рівня сформованості ціннісного ставлення до власного здоров'я</b>	<b>Оцінка виконання завдання (від до)</b>
--	-----------------	--	---

1.		1. 2. 3.	
2.		1. 2. 3.	
3.		1. 2. 3.	

## ТЕСТИ ДО КУРСУ

1. Тестове завдання (формат «Так-Ні»): Чи вірним є твердження, що „здоров’я – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб або фізичних вад”:

	Так
	Ні

2. Тестове завдання (формат «Один з багатьох»): Із поданого переліку тверджень оберіть вірне:

	Третина сучасних дошкільників вважається відносно здоровою.
	Половина сучасних дошкільників вважається відносно здоровою.
	Діти дошкільного віку вважаються відносно здоровими.

3. Тестове завдання (формат «Багато з багатьох»): Із поданого переліку оберіть характеристики успішного педагога

	Педагог націлений на успіх кожної дитини.
	Педагог не завантажує дитину завданнями, які вона не бажає виконувати.
	Педагог використовує індивідуальний підхід у навчанні.
	Педагог пов’язує життєвий досвід дошкільників з навчальним процесом.
	Педагог будує навчальний процес на основі принципу авторитаризму.

4. Тестове завдання (формат «Відповідність»): Встановіть відповідність між визначеннями понять:

Здоров'я фізичне		це такий стан організму дитини, коли показники основних фізіологічних систем перебувають у межах норми й адекватно змінюються в процесі взаємодії з довкіллям.
Здоров'я психічне		внутрішньосистемна основа соціальної поведінки особистості.
Здоров'я соціальне		визначає здатність дитини контактувати з однолітками та дорослими в різних життєвих ситуаціях.

5. Тестове завдання (формат «Послідовність»): Встановіть правильну послідовність ...

Етап 2.	Надання знань про основи здоров'я.
Етап 3.	Формування навичок догляду за тілом.
Етап 1.	Формування установки до здорового способу життя.

6. Тестове завдання (формат «Так-Ні»): Чи вірним є твердження, що набуттю знань про основи здоров'я сприятиме створення умов для самостійного визначення дітьми функцій органів тіла, а саме: проведення дослідів, експериментів.

	Так
	Ні

7. Тестове завдання (формат «Багато з багатьох»): Із поданого переліку виберіть дії, які сприяють реалізації мети мотивації ціннісного ставлення до власного здоров'я.

	Активізувати і закріпити в дітей позитивні емоції, пов'язані зі здоровим існуванням.
	Надати знання про будову організму.
	Викликати інтерес до засобів підтримання здоров'я.
	Сформувати стійке прагнення до самостійного піклування про власне здоров'я.
	Вчити знаходити причинно-наслідкові зв'язки між поведінкою і станом здоров'я.

	Сформувати навички догляду за тілом.
--	--------------------------------------

8. Тестове завдання (формат «Один з багатьох»): Із поданого переліку тверджень оберіть вірне:

	Здорову особистість необхідно виховувати з дошкільного віку.
	Здорову особистість необхідно виховувати від самого народження.
	Здорову особистість необхідно виховувати з молодшого шкільного віку
	Здорову особистість необхідно виховувати з раннього віку.

9. Тестове завдання (формат «Багато з багатьох»): Із поданого переліку виберіть параметри, що відповідають показникам сформованості компетентності щодо збереження фізичного здоров'я.

	Знання будови і функцій органів і систем організму людини.
	Позитивне ставлення до оздоровчих процедур.
	Знання правил поведінки в суспільстві.
	Здатність зрозуміти і розділити стан і почуття оточуючих.
	Використання знань про функції органів тіла в різних видах діяльності.
	Уміння стримувати негативні емоції, контролювати поведінку.
	Уміння стримувати негативні емоції, контролювати поведінку.

10. Тестове завдання (формат «Один з багатьох»): Із поданого переліку тверджень оберіть вірне: Для успішного навчання педагог має:

	Керувати діяльністю дошкільника.
	Використовувати фронтальні форми навчання дошкільників.
	Пов'язувати життєвий досвід дошкільників з навчальним процесом.
	Не акцентувати увагу на успіхах вихованців.

11. Тестове завдання (формат «Так-Ні»): Чи вірним є твердження, що збереженню психічного здоров'я дитини сприяє єдність вимог до неї з боку всіх дорослих: педагогічного персоналу ДНЗ і батьків.

	Так
	Ні

12. Тестове завдання (формат «Багато з багатьох»): Із поданого переліку виберіть шляхи реалізації принципу „Педагог націлений на успіх кожної дитини.

	Уникає захисної поведінки.
	Планує навчальні цілі, враховуючи зону найближчого розвитку для кожної дитини.
	Ставиться до дітей справедливо і розглядає їх як унікальні особистості.
	Визнає як великі, так і малі цілі та досягнення.
	Відповідає на різноманітні навчальні потреби вихованців.
	Заохочує особистісне зростання.
	Забезпечує право вибору дошкільників у щоденному житті групи.

13. Тестове завдання (формат «Так-Ні»): Чи вірним є твердження, що дитина, у якої буде сформована здоров'язбережувальна компетентність, намагатиметься свідомо коригувати свою поведінку щодо здорового існування.

	Так
	Ні

16. Тестове завдання (формат «Багато з багатьох»): Із поданого переліку оберіть параметри, що відповідають вимогам збереження психічного здоров'я.

	Знання чинників, що сприяють збереженню здоров'я.
	Знання емоційних станів людини.
	Знання правил поведінки в суспільстві.
	Позитивне ставлення до оздоровчих процедур.
	Здатність зрозуміти і розділити стан і почуття оточуючих.

	Володіння вербальними і невербальними засобами спілкування.
	Уміння стримувати негативні емоції, контролювати поведінку.

17. Тестове завдання (формат «Один з багатьох»): Із поданого переліку тверджень оберіть вірне:

	Формуванню соціального здоров'я дитини сприяє її вміння керувати своєю поведінкою і способами спілкування.
	Формуванню соціального здоров'я дитини сприяє єдність вимог до неї з боку педагогів і батьків.
	Формуванню соціального здоров'я дитини сприяє наявність знань про статеvu належність.

18. Тестове завдання (формат «Відповідність»): Встановіть відповідність між принципами діяльності успішного педагога і шляхами їх реалізації.

Педагог націлений на успіх кожної дитини.		Має терпіння.
Педагог створює позитивну навчальну атмосферу.		Дає чіткі вказівки.
Педагог пов'язує життєвий досвід дошкільників з навчальним процесом.		Заохочує дітей ділитися власним досвідом у контексті навчальних програм.

19. Тестове завдання (формат «Так-Ні»): Чи вірним є твердження: „Емоції не є відображенням життєвого смислу явищ і ситуацій”.

	Так
	Ні

20. Тестове завдання (формат «Один з багатьох»): Із поданого переліку тверджень оберіть вірне:

	Здоров'я людини на 10% залежить від способу життя.
	Здоров'я людини на 51% залежить від способу життя.



	Здоров'я людини на 30% залежить від способу життя.
--	--

21. Тестове завдання (формат «Так-Ні»): Чи вірним є твердження: «Здоров'язбережувальна компетентність – це суб'єктивна категорія, яка передбачає свідоме прагнення дитини до здорового способу життя, наявність знань про здоров'я, сформованість здоров'язбережувальних життєвих навичок і здатність до їх адекватного використання у відповідних життєвих ситуаціях».

	Так
	Ні

22. Тестове завдання (формат «Так-Ні»): Чи вірним є твердження: „Індивідуальний підхід є важливим принципом педагогіки, згідно з яким у навчально-виховній роботі з колективом дітей досягається вплив на кожного, враховуються множинність і різноманітність характеристик кожної конкретної дитини”.

	Так
	Ні

23. Тестове завдання (формат «Багато з багатьох»): Із поданого переліку оберіть твердження, що характеризують інтерактивне навчання.

	Індивідуальне навчання є методом викладання, який враховує внесок кожної дитини до процесу навчання.
	Індивідуальне навчання ґрунтується на розумінні того, що не може бути двох вихованців, які б могли брати участь у навчальних заняттях цілком однаково.
	Всі діти однаково реагують на певний метод навчання.
	При індивідуальному навчанні педагог повинен чутливо реагувати на розбіжності в реакції дітей на навчання.

24. Тестове завдання (формат «Так-Ні»): Чи вірним є твердження: „Метод „Карусель” – це варіант кооперативного навчання, найбільш ефективний для одночасного залучення всіх учасників до активної роботи з різними співрозмовниками для обговорення дискусійних питань?”

	Так
	Ні

25.Тестове завдання (формат «Багато з багатьох»): Із поданого переліку оберіть інтерактивні методи навчання.

	Мікрофон
	Спостереження
	Кути
	Валеохвилинки
	Бесіди
	Ажурна пилка

26. Тестове завдання (формат «Так-Ні»): Чи вірним є твердження: „Метод показу виконання дій належить до інтерактивних методів навчання”.

	Так
	Ні

27.Тестове завдання (формат «Один з багатьох»): Із поданого переліку тверджень оберіть вірне: Метод „Ажурна пилка” – сприяє:

	засвоєнню значного обсягу інформації за короткий проміжок часу.
	оперативному залученню учнів до діяльності, взаємодії, актуалізації опорних знань чи мотивація навчальної діяльності.
	розумінню учнями, що в процесі передачі інформація може спотворюватися, та переконання їх у важливості донесення до інших точної інформації.

28.Тестове завдання (формат «Відповідність»): Встановіть відповідність між сферами здоров'я та життєвими навичками, що сприяють їх збереженню.

Фізичне здоров'я		Навички самоусвідомлення та самооцінки. Навички аналізу проблем та прийняття рішень. Навички самоконтролю. Навички успішного досягнення мети.
Соціальне здоров'я		Навички раціонального харчування. Навички рухової активності. Санітарно-гігієнічні навички.

		Навички дотримання режиму діяльності та відпочинку.
Психічне і духовне здоров'я		Навички ефективного спілкування. Навички співчуття. Навички поведінки в умовах тиску. Навички спільної діяльності.

29. Тестове завдання (формат «Так-Ні»): Чи вірним є твердження: „Застосування – перенесення набутих під час навчальної діяльності знань, вмінь і навичок на робоче місце або у життєву ситуацію”.

	Так
	Ні

30. Тестове завдання (формат «Відповідність»): Встановіть відповідність між інтерактивними методами та їх характеристиками.

„Ротаційні (змінювані) трійки		Сприяє активному, ґрунтовному аналізу й обговоренню нового матеріалу з метою його осмислення, закріплення та засвоєння.
Ажурна пилка		Засвоєння значного обсягу інформації за короткий проміжок часу.
Мікрофон		Оперативне залучення учнів до діяльності, взаємодії, актуалізації опорних знань чи мотивація навчальної діяльності.

## ДИДАКТИЧНІ РОЗРОБКИ ДЛЯ СЛУХАЧА

### ВСТУП ДО КУРСУ (2 год.)

#### Практичне заняття (1 год.) «Знайомство учасників»

**Метод навчання:** робота в малих групах.

**Завдання для виконання:**

1. Анкетування учасників (див. запитання анкети).
2. Користуючись наданою формою сформулюйте факти, що є важливими для Вашого представлення.

3. Презентуйте визначені факти іншим учасникам групи та дайте відповіді на запитання, що виникнуть.

**Форма звітності для виконання завдання**

<i>Назва параметру</i>	<i>Опис параметру</i>
Ім'я	
Організація, посада	
Ключові цінності	
Наявні здоров'язбережувальні життєві навички	
Оцінка ставлення до власного здоров'я	
Очікувані результати	

**Анкета учасника**

Шановний колего!

Пропонуємо Вам відповісти на питання анкети, яка проводиться з метою визначення доцільності розкриття проблеми підготовки вихователів закладів дошкільної освіти до діяльності з формування здоров'язбережувальної компетентності в дошкільників

**I. Контактні питання.**

1. *Як часто Ви звертаєте увагу на забезпечення здоров'язбережувального середовища в дошкільному навчальному закладі?*

- а) постійно;
- б) епізодично, активізую діяльність під час підвищення рівня захворюваності дітей;
- в) дуже рідко, оскільки опікуватися станом здоров'я дітей мають батьки та медичні працівники;
- г) інший варіант відповіді

2. *Якою є Ваша реакція на інформацію про впровадження здоров'язбережувальних технологій в навчально-виховний процес дошкільних навчальних закладів?*

- а) намагаюся відразу впроваджувати в роботу;
- б) спочатку ретельно зважу доцільність впровадження і вивчу технологію, потім приймаю рішення;
- в) не впроваджую, проте цікавлюся досвідом колег з вирішення даної

проблеми;  
г) інший варіант відповіді

---

---

## **II. Основні питання.**

1.. *Чи вважаєте Ви проблему формування здоров'язбережувальної компетентності в дошкільників актуальною для вирішення в дошкільних навчальних закладах?*

- а) так, проблема є актуальною для сучасного суспільства в цілому;
  - б) так, проблема є актуальною для дошкільних навчальних закладів, які мають статус „Школа сприяння здоров'ю”;
  - в) так, проблема актуальна особисто для мене, оскільки є я розумію, що в дошкільному віці закладається фундамент подальшого життя особистості;
  - г) інший варіант відповіді
- 
- 

2. *Яким з наведених нижче складових здорового способу життя, на Вашу думку необхідно приділяти найбільшу увагу?*

- а) раціональному харчуванню;
- б) створенню здоров'язбережувального середовища;
- в) наданню дітям можливості закріплювати отримані знання в повсякденній діяльності;
- г) всі запропоновані вище варіанти забезпечувати в комплексі.

3. *Які методи, на Вашу думку, доцільно використовувати в процесі формування здоров'язбережувальної компетентності в дошкільників?*

- а) наочні;
- б) словесні;
- в) інтерактивні;
- г) поєднання традиційних та інтерактивних методів, з опорою на особистісно орієнтований підхід.

## **III. Заключні питання.**

1. *Чи можна, на Вашу думку, підвищити ефективність процесу*

формування здоров'язберезувальної компетентності в дошкільників, впроваджуючи індивідуальний підхід?

а) так, тому що

---

\_\_\_\_\_ ;

б) ні, тому що

---

в) інший варіант

відповіді \_\_\_\_\_.

2. Чи доцільно починати діяльність з формування здоров'язберезувальної компетентності в дошкільників з попередньої підготовки батьків?

а) так, тому що

---

\_\_\_\_\_ ;

б) ні, тому що

---

в) інший варіант відповіді -

---

1. Чи маєте Ви дошкільну освіту?

а) так

б) ні.

2. Скільки років Ви працюєте в дошкільному навчальному закладі?

а) 0-5;

б) 5-10;

в) 10-15;

г) 15-20;

д) 20-25.

3. У якій місцевості Ви проживаєте?

а) в місті

б) в сільській місцевості;

в) інша відповідь.

4. Чи маєте власні розробки з проблеми формування

здоров'язбережувальної компетентності в дошкільників?

а) так

б) ні.

**Дякуємо за співпрацю!**

### **«Вироблення Кодексу взаємодії»**

**Метод навчання:** робота в малих групах.

**Запитання для обговорення:**

1. Сформулюйте визначення поняття „Кодекс взаємодії”.
2. На яких параметрах мають ґрунтуватися правила взаємодії?
3. Складіть «Кодекс взаємодії», який, на Вашу думку, забезпечить ефективність роботи у межах даного курсу.

## **ТЕМА 1.**

### **ОЗДОРОВЧА ПАРАДИГМА ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ**

**Мета теми 1.** Формування професійної компетентності вихователів дошкільних навчальних закладів для забезпечення здоров'язбережувального змісту дошкільної освіти.

#### **Теоретичний матеріал до теми 1.**

##### **Основні поняття**

***Власне здоров'я дошкільників** – це оптимальний стан організму, який характеризується гармонійною сформованістю фізичної, психічної, духовної та соціальної складових здоров'я, залежить від способу життя дитини, її ставлення до оточуючого світу.*

***Гуманізація освіти** – центральна складова нового педагогічного мислення, що передбачає переоцінку всіх компонентів педагогічного процесу в світлі їх людиноствірної функції.*

***Емоційний інтелект** – здатність сприймати, розуміти, виражати і контролювати свої емоції та емоції інших.*

***Здоров'я** – це стан повного фізичного, духовного і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб або фізичних вад.*

***Здоров'я духовне** – усвідомлення особистістю свого „Я” як частки природи і суспільства; прояв морально-вольових рис характеру у справах, спрямованих на творення, віра у вищі духовні цінності (Бога, добро, любов), відповідальність перед іншими людьми, безкорисливість.*

**Здоров'я психічне** – внутрішньосистемна основа соціальної поведінки особистості. У ньому відображається стан мозку, коли його вищі відділи забезпечують активну інтелектуальну, емоційну та свідомо-вольову взаємодію індивідуума з довкіллям. Компоненти психічного здоров'я – інтелектуальний та емоційний.

**Здоров'я соціальне** визначає здатність дитини контактувати з однолітками та дорослими в різних життєвих ситуаціях. Пріоритетом для соціально здорових дітей є нестресовий стиль життя.

**Здоров'я фізичне** – це такий стан організму дитини, коли показники основних фізіологічних систем перебувають у межах норми й адекватно змінюються в процесі взаємодії з довкіллям; це гармонійна взаємодія всіх органів та систем, їх динамічна зрівноваженість із середовищем.

**Здоровий спосіб життя** – це активна діяльність людей, спрямована на збереження і зміцнення здоров'я, зміну способу життя, оздоровлення, боротьбу зі шкідливими звичками і чинниками ризику здоров'я.

**Зміст навчання** – наповнення, тематичні питання, відповідає на запитання – чому вчити.

**Знання** – це інформація (дані, поняття і стосунки), яку індивід може відтворити.

**Інновація педагогічна** – процес створення, поширення і використання нових засобів (нововведень) для розв'язання тих педагогічних проблем, які досить розв'язувались по-іншому.

**Ключові (базові) професійні компетенції** – мінімальний набір знань, вмінь і поведінкових компетенцій, необхідних для ефективного виконання професійної діяльності.

**Мотивація** – система мотивів або стимулів, яка спонукає людину до конкретних форм діяльності або поведінки. Мотивами можуть виступати уявлення й ідеї, почуття й переживання, що виражають матеріальні й духовні потреби людини

**Педагогіка співробітництва** – напрям педагогічного мислення і практичної діяльності, спрямований на демократизацію, гуманізацію і оздоровлення педагогічного процесу.

**Соціальне середовище** (за О. Запорожцем) – це не просто необхідна зовнішня умова (поряд з повітрям, теплом). Це справжнє джерело розвитку, оскільки саме в ньому “записана” програма того, які психічні здібності мають у дитини виникнути, і визначені



конкретні засоби для “переводу” цих здібностей із соціальної форми в процесуальну індивідуальну.

*Ціннісне ставлення до власного здоров’я дітей старшого дошкільного віку – це усвідомлення ними здоров’я як особистісної цінності, активна спрямованість на пізнання основ здоров’я, самостійне дотримання здорового способу життя.*

## ЛЕКЦІЯ 1

### ЗДОРОВ’ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА СПРЯМОВАНІСТЬ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ДОШКІЛЬНИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ

*Таблиця.*

*Вимоги до формування сфер здоров’я*

<i>Сфера здоров’я</i>	<i>Вимоги</i>
<b>Фізичне здоров’я</b>	Формувати у дітей усвідомлення здоров’я як найвищої цінності, надавати знання про будову тіла, засоби збереження здоров’я, вчити самостійно піклуватися про власне здоров’я, орієнтуватися в показниках свого фізичного стану, використовувати знання про функції органів тіла в різних видах діяльності; викликати у вихованців позитивні емоції під час виконання оздоровчих дій.
<b>Психічне здоров’я</b>	Формувати вміння зосередитися на приємних спогадах, використовувати їх для покращання настрою, оцінювати життєві ситуації, прогнозувати результати діяльності, наслідки поведінки; здатність зрозуміти почуття іншого, розділити їх; уміння стримувати негативні емоції, контролювати поведінку, установки на самостійне виконання оздоровчих процедур.
<b>Соціальне здоров’я</b>	Розкривати дітям залежність стану здоров’я від умов життя; надавати знання про правила поведінки в суспільстві; формувати уявлення про негативний вплив шкідливих звичок на здоров’я, розуміння залежності стосунків від поведінки людей, здатність безконфліктно спілкуватися, уміння піклуватися про хворих, з повагою ставитися до здорових, установки на дотримання правил здорового існування.

### Запитання для самоперевірки:

1. Які причини погіршення здоров'я дітей?
2. Які шляхи формування, збереження і зміцнення здоров'я дітей?
3. Хто є ключовими особами у процесі виховання здорового покоління і яка їхня роль?
4. Які вимоги до формування фізичної, психічної та соціальної сфер здоров'я дітей?
5. Які завдання стоять перед дошкільним навчальним закладом щодо вирішення даної проблеми?

### Література

1. Андрищенко Т. К. Проектування особистісно зорієнтованої моделі валеологічної освіти в дошкільних навчальних закладах. *Імідж сучасного педагога*. 2008. № 7–8. С. 97–100.
2. Андрищенко Т.К. Самореалізація педагогів у процесі підготовки до формування в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. – Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2012. № 7 (25). С. 370–376.
3. Артемова Л.В. Формирование общественной направленности ребенка-дошкольника в игре. К.: Вища шк. Головное изд-во, 1988. – С. 27.
4. Базовий компонент дошкільної освіти (нова редакція) / наук. кер. А. М. Богуш; авт. кол. : А. М. Богуш, Г. В. Беленька, О. Л. Богініч та ін. // Спецвип. журн. *Вихователь-методист дошкільного закладу*. К., 2012. 30 с.
5. Витоки здоров'я дитини : [навч.-метод. посіб.] / Н. Ф. Денисенко, Л. В. Лиходід, С. В. Лупінович, А. Ф. Михайличенко. Тернопіль : Мандрівець, 2010. 160 с.
6. Денисенко Н. Оздоровчі технології в освітньому процесі. *Дошкільне виховання*. 2004. № 12. С. 4–6.
7. Денисенко Н. Освітній процес має бути здоров'язбережувальним. *Дошкільне виховання*. 2007. № 7. С. 8–10.
8. Кузьменко В.У. Індивідуальний підхід: десять кроків. *Дошкільне виховання*. 2006. № 7. С. 10.
9. Левінець Н. В. Здоров'язбережувальний освітній простір дошкільного навчального закладу / Н. В. Левінець // *Личность в едином образовательном пространстве: сб. науч. ст.* І

- Міжнародного освітнього форуму / под. науч. ред. проф. К. Л. Крутий. – Запоріжжє : ООО «ЛІПС» ЛТД, 2010. Ч. 3. С. 235–238.
10. Омельченко Л. П. Здоров'ятворча педагогіка. Х. : Вид. група «Основа», 2008. – 205, [3] с. : іл. (Серія „Адміністратору школи”).
  11. Сварковська Л. А. Чинники формування здоров'я та фізичного стану вихованців дошкільних закладів. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології: наук. журнал*. Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2010. № 1(3). С. 323–330.
  12. Смольникова Г. Здоров'язбережувальні та здоров'яформувальні технології. *Дошкільне виховання*. 2013. № 7. С. 23–26.

### **Практичне заняття 1**

#### **Виховання здорового покоління: проблеми, шляхи, завдання**

**Метод навчання:** робота в малих групах.

#### **Запитання для дослідження:**

1. Які причини погіршення здоров'я дітей?
2. Які шляхи формування, збереження і зміцнення здоров'я дітей?
3. Хто є ключовими особами у процесі виховання здорового покоління і яка їхня роль?

Які завдання стоять перед дошкільним навчальним закладом щодо вирішення даної проблеми?

#### **Завдання для виконання:**

1. Оберіть питання, яке бажаєте досліджувати.
2. Об'єднайтеся у групи відповідно до обраного питання.
3. Знайдіть в Інтернеті сайти, на яких розміщена інформація, що цікавить Вас.
4. Перешліть адреси сайтів учасникам інших груп за допомогою електронної пошти.
5. Обговоріть питання у своїй групі за допомогою форуму.
6. Створіть презентації для обраного питання.
7. Візьміть участь в обговоренні і презентації питання.

## ЛЕКЦІЯ 2

# ВИМОГИ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ВИХОВАТЕЛІВ ЗАКЛАДІВ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ ЩОДО ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДОШКІЛЬНИКІВ

### Основні характеристики та принципи діяльності успішного педагога закладу дошкільної освіти, що забезпечують здоров'язбережувальний зміст освіти

1. Педагог націлений на успіх кожної дитини.
2. Педагог створює позитивну навчальну атмосферу.
3. Педагог використовує індивідуальний підхід у навчанні.
4. Педагог заохочує кооперативне навчання, де вихованці навчаються на засадах співпраці та самоуправління.
5. Педагог пов'язує життєвий досвід дошкільників з навчальним процесом.
6. Педагог створює навчальне середовище, в основі якого – цінності та принципи демократії.

### *Шляхи реалізації принципів діяльності успішного педагога на практиці:*

#### *1. Педагог націлений на успіх кожної дитини:*

- Стримує “надто активних” і заохочує “надто тихих”;
- Має дбайливе ставлення до кожного вихованця;
- Ставиться до дітей справедливо і розглядає їх як унікальні особистості;
- Забезпечує можливості досягнення успіху;
- Має терпіння;
- Визнає як великі, так і малі цілі та досягнення;
- Заохочує особистісне зростання;
- Ділиться власними успіхами й поразками;
- Відповідає на різноманітні навчальні потреби вихованців.

#### *2. Педагог створює позитивну навчальну атмосферу.*

- Заохочує командну роботу і співпрацю;
- Дає чіткі вказівки;
- Забезпечує бачення успіху;
- Уникає захисної поведінки;
- Ставиться до вихованців з гідністю і повагою;
- Визнає окремі здібності кожної дитини;
- Ефективно використовує час;

- Демонструє етичну поведінку;
- Показує чесність;
- Має почуття гумору.

### *3. Педагог використовує індивідуальний підхід у навчанні*

- Знає індивідуальні особливості своїх вихованців, такі як: темперамент, сімейна культура, особливості розвитку тощо;
- Визнає, що кожна дитина розвивається у власному темпі, і має індивідуальні особливості;
- Використовує знання індивідуальних особливостей вихованців для планування навчальних завдань, очікуваних навчальних результатів;
- Організовує навчальне середовище, яке відображає індивідуальні особливості дітей у групі;
- Планує навчальні цілі, враховуючи зону найближчого розвитку для кожної дитини;
- Використовує різні форми навчання (робота в малих групах, робота в парах тощо) для застосування індивідуального підходу;
- Рішення стосовно навчальних завдань базуються не лише на рекомендаціях державних навчальних програм, а й на спостереженнях вихователя за дітьми та їх оцінці;
- Володіє та використовує навички спостереження для відслідковування індивідуального прогресу кожного вихованця.

### *4. Педагог заохочує кооперативне навчання, де вихованці навчаються на засадах співпраці та самоуправління.*

- Забезпечує можливість кооперативного навчання;
- Заохочує оцінку вихованців їхніми однолітками;
- Забезпечує конструктивний зворотній зв'язок;
- Надає дітям рекомендації щодо групової роботи;
- Допмагає вихованцям при створенні плану роботи;
- Заохочує дошкільників спільно визначати цілі навчання;
- Сприяє розвитку самоуправління і спілкуванню вихованців, розуміючи, що це тривалий і поступовий процес;
- Моделює та заохочує активну участь кожного у роботі групи.

### *5. Педагог пов'язує життєвий досвід дошкільників з навчальним процесом:*

- Включає досвід дошкільників до планів занять;
- Заохочує дітей ділитися власним досвідом у контексті навчальних завдань;
- Розвиток навичок відбувається в контексті, значимому для вихованців;

- Дошкільникам пропонуються конкретні навчальні завдання з відомим багажем досвіду;
- Вважає, що будь-який досвід є навчальним і приділяє час, щоб допомогти дітям засвоїти і застосувати набуті навички;
- Використовує досвід вихованців для забезпечення мотивації навчання.

*6. Педагог створює навчальне середовище, в основі якого – цінності та принципи демократії.*

- Забезпечує право вибору дошкільників у щоденному житті групи;
- Моделює та заохочує повагу та врахування вкладу кожного вихованця;
- Моделює та заохочує способи прийняття рішень «виграв-виграв»;
- Заохочує визнання розмаїтості у класі;
- Унікає практики «позитивної дискримінації».

*Адаптовано з навчально-методичного посібника «Як стати майстерним педагогом» / Кол. автор.: Ковальчук В.І., Сергеева Л. М. та ін. За заг. ред. Л.І.Даниленко, - К., 2007.*

### **Методичні рекомендації для вихователів щодо побудови роботи з формування здоров'язбережувальної компетентності в дошкільників**

#### **Фізичне здоров'я**

1. Щоденно планувати і проводити навчально-виховну роботу щодо формування в дітей ціннісного ставлення до власного здоров'я.
2. Стимулювати в дошкільників прагнення до самостійного піклування про здоров'я.
3. Використовувати дидактичні ігри, посібники, художні та фольклорні твори, ілюстрації в процесі надання дітям знань про сфери здоров'я.
4. Створювати умови для самостійного визначення дітьми функцій органів тіла, а саме: проводити досліди, експерименти, пропонувати для виконання проблемні завдання відповідно до теми, що вивчається.
5. Закріплювати назви органів тіла і правила догляду за ними під час виконання дітьми гігієнічних і загартовувальних процедур, у ході сюжетно-рольових ігор „Сім'я”, „Дитячий садок”, „Лікарня” тощо.

6. Спонукаати дітей встановлювати зв'язок між станом окремих органів тіла і загальним самопочуттям, робити висновки щодо доцільності дотримання здоров'язберігаючого стилю поведінки.
7. Кожні два тижні оновлювати комплекс вправ із коригувальної гімнастики та проводити її з дітьми з метою збереження правильної постави, зміцнення стоп. Постійно спонукаати дітей контролювати правильну поставу в однолітків та рідних. Пояснювати вплив постави на стан внутрішніх органів людини.
8. Доводити дошкільникам необхідність щоденного виконання фізичних вправ і дотримання рухового режиму. Розкривати їх роль у розвитку організму дитини.
9. Забезпечувати активний руховий режим відповідно до віку дітей. Зміст фізкультхвилинок, фізкультпауз тощо збагачувати інформацією про будову і функції органів тіла. Підтримувати бажання вихованців організовувати рухливі ігри, придумувати власні загальнорозвивальні вправи. Спонукаати слабоактивних дітей включатися в ігри, розваги.
10. Привчати дітей до самостійного виконання загартовувальних процедур (миття рук до ліктів, обтирання тіла вологою рукавичкою, ходіння босоніж тощо). Пропонувати дошкільникам виконувати їх із членами родини.
11. Під час щоденних прогулянок акцентувати увагу дітей на загартовувальних властивостях сонця, повітря і води. Спонукаати вихованців робити висновки щодо власних відчуттів після переходу з приміщення на подвір'я.
12. Постійно формувати в дошкільників культуру споживання їжі. Давати поняття про необхідність дотримання режиму харчування. Пояснювати значення окремих продуктів для зміцнення і збереження власного здоров'я. Формувати елементарне уявлення про функціонування системи травлення.
13. Навчати дітей правил безпеки життєдіяльності. Закріплювати знання дошкільників у процесі моделювання життєвих ситуацій здоров'язбережувального змісту.
14. Проводити роботу з формування в дітей ціннісного ставлення до власного здоров'я в тісній співпраці з батьками. Запрошувати їх до участі в просвітницьких і оздоровчих заходах, що проводяться в дошкільному навчальному закладі: батьківських зборах, дискусіях, консультаціях, бесідах,

практичних заняттях; Днях здоров'я, Днях відкритих дверей, туристичних походах, спортивних розвагах тощо.

15. Постійно здійснювати медико-педагогічний контроль за станом фізичного здоров'я вихованців. Повідомляти батьків про результати обстеження дітей.

### *Психічне здоров'я*

1. Створити в групі атмосферу шанобливого ставлення до людини, яка вміє підтримувати на належному рівні власне здоров'я, а також піклується про здоров'я інших людей.
2. Середовище, у якому перебувають діти, максимально наблизити до домашньої обстановки. Проводити різноманітні заходи, що сприяють збереженню психічного здоров'я дошкільників. Організувати в групі куточок релаксації, домашньої іграшки тощо.
3. Надавати дітям знання про емоції людини, розвивати вміння контролювати негативні емоції. Закріплювати правила ввічливої поведінки. Акцентувати увагу дітей на недопустимості некоректного ставлення до інших людей.
4. Розвивати в дітей здатність розрізняти почуття людей і відповідно на них реагувати. Моделювати життєві ситуації різної емоційної спрямованості в ході сюжетно-рольових ігор „Сім'я”, „Дитячий садок”, „Поліклініка”, „Лікарня”, „Театр” тощо.
5. З повагою ставитися до ініціатив, ідей, побажань дошкільників з питань формування знань про здоров'я, включати їхні пропозиції в подальшу навчально-виховну роботу.
6. Навчати дітей встановлювати причинно-наслідкові зв'язки між поведінкою, стосунками з однолітками і станом здоров'я. Використовувати твори художньої літератури відповідного змісту з метою закріплення правил культури поведінки. Пропонувати дошкільникам аналізувати поведінку літературних героїв, співвідносити з власною, робити висновки щодо її доцільності.
7. Навчати дітей з терпимістю ставитися до однолітків. Спонукаючи вихованців аналізувати конфлікти, що виникають, з метою подальшого їх запобігання.
8. Виявляти психологічні особливості дітей, здійснювати особистісно орієнтований підхід у процесі виховання і навчання дошкільників.



9. Не залишати поза увагою жодної з проблем, що виникають у дітей. Вирішувати їх в індивідуальному порядку, доброзичливо і спокійно.
10. У роботі з дітьми із заниженою самооцінкою допомагати їм виділяти власні сильні якості, формувати позитивне ставлення до самих себе. З цією метою в повсякденну діяльність включати бесіди «Що тобі подобається в собі?», колективні завдання: зробити «ланцюжки вмінь», психогімнастику, проводити ігри та застосовувати метод Ш. Амонашвілі «відповідь на вушко» тощо.
11. Навчати дітей встановлювати контакти з однолітками і дорослими, розвивати їхню емоційно-вольову сферу. Використовувати в роботі зі старшими дошкільниками комплекс психогігієнічних ігор, вправ, наприклад, «Назви своє ім'я» (вчити представляти себе колективу, називати своє ім'я), «Лагідні слова» (виховувати доброзичливе ставлення до людей), «Як пройшов сьогодні день?» (формувати вміння аналізувати події, робити висновки) тощо.

### ***Соціальне здоров'я***

1. Наголошувати вихованцям на тому, що, змалечку дотримуючись правил здорового способу життя, вони зможуть краще пристосуватися до умов навколишньої дійсності, їм буде легше навчатися у школі, сприймати нову інформацію, радіти спілкуванню з однолітками і дорослими.
2. Надавати дітям можливість за власним бажанням повторювати, моделювати, аналізувати з товаришами запропоновані вихователем під час занять ситуації, які сприяють формуванню соціального здоров'я. Доцільно розробити ситуації за темами: «Етикет у житті людини», «Я, сім'я і всі люди», «Я і мої друзі» тощо.
3. Збагачувати досвід діяльності в колективі і позитивного ставлення до однолітків, впроваджуючи види діяльності, які потребують співпраці вихованців. Розвивати в дітей уміння надати допомогу, діяти, не заважаючи іншим, тактовно вказувати на недоліки. Нагадувати дітям про правила спілкування з однолітками і дорослими тощо.
4. Для соціального та емоційного розвитку дітей вихователям необхідно постійно демонструвати бажану поведінку. Дошкільники мають бачити, що вихователь їх поважає, співпрацює з ними, шукає взаємоприйнятних рішень, висловлює

- емоції за допомогою слів. Така модель поведінки дорослого сприяє утворенню в групі атмосфери дружби та взаємодопомоги, а діти починають наслідувати поведінку вихователя.
5. Моделювати разом із дітьми проблемні ситуації, що стосуються формування соціального здоров'я. Доцільно, щоб роль дитини з негативною поведінкою інколи грав вихователь. Таким чином педагог має допомогти дітям зрозуміти недопустимість подібної поведінки.
  6. Пропонувати дітям складати казки і створювати малюнки про те, що допомагає бути здоровим, про чуйність і байдужість, про звички, які зберігають і які руйнують здоров'я, про дружбу тощо. Малюнки дітей можуть бути присвячені таким темам: «Мій лікар», «Улюблений куточок природи», «Я і моя сім'я», «Мое рідне місто», «Свято в нашій сім'ї» тощо.
  7. Давати дітям зрозуміти, коли їхня поведінка не є соціально прийнятною. Спонукаючи вихованців аналізувати власні дії і їх наслідки.

### **Запитання для самоперевірки:**

1. Назвіть основні принципи діяльності успішного педагога.
2. Опишіть модель діяльності педагога, спрямованого на забезпечення здоров'язбережувального змісту освіти в дошкільних навчальних закладах.
3. Які суттєві відмінності між традиційною та особистісно орієнтованою моделями навчання?
4. Які основні підходи до формування фізичної складової здоров'язбережувальної компетентності дитини дошкільного віку?
5. Які основні підходи до формування психічної складової здоров'язбережувальної компетентності дитини дошкільного віку?
6. Які основні підходи до формування соціальної складової здоров'язбережувальної компетентності дитини дошкільного віку?

### **Література**

1. Волкова С. С. Как воспитать здорового ребенка. К. : Рад. школа, 1981. – 93 с.
2. Калашнікова С. А. Освіта дорослих: сучасні виклики та підходи. – К.: Проект «Рівний доступ до якісної освіти», 2007. С. 11-30.

3. Книш Т.В. Валеологічна підготовка майбутніх вихователів дошкільних закладів освіти: Дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. К., 2001. 19 с.
4. Лохвицька Л. В., Андрищенко Т. К. Дошкільникам про основи здоров'я: Навч.-метод. посіб. Черкаси: Відлуння–плюс, 2004. 208 с.
5. Мартынов С. М. Здоровье ребенка в ваших руках : советы практ. врача-педиатра : [кн. для восп. дет. сада и родителей]. М. : Просвещение, 1991. – 223 с.
6. Настільна книга педагога. Посібник для тих, хто хоче бути вчителем-майстром / Упоряд.: В.М.Андрєєва, В.В.Григора.–Х.: Вид. група «Основа», 2006. – 352 с.
7. Як стати майстерним педагогом: Навч.-метод. посібник / Кол. авт.: В.Ш. Ковальчук, Л.М. Сергєєва та ін. За заг. ред. Л.І.Даниленко. – К., 2007. – 184 с.

## **Практичне заняття 2**

### **«Розробка стратегій забезпечення здоров'язбережувального змісту освітнього процесу дошкільних навальних закладів»**

**Метод навчання:** робота в малих групах.

**Завдання для виконання:**

1. Розробіть анкету на визначення наявного рівня знань дошкільників щодо власного здоров'я.
2. Використовуючи теоретичний матеріал до теми 1, складіть алгоритм діяльності педагога з забезпечення здоров'язбережувального змісту освітнього процесу дошкільних навальних закладів.
3. Визначте види діяльності, які сприяють збереженню і зміцненню здоров'я дошкільників

**Форма звітності 1 для виконання завдання**

<b>Вступна частина анкети</b>
<b>Основна частина анкети</b>
<b>I. Контактні питання.</b> 1. 2. ...
<b>II. Основні питання.</b>

1. 2. ...
<b>III. Заключні питання.</b>
1. 2. ...
<b>„Паспортичка”</b>
<b>Завершення анкети</b>

*Форма звітності 2 для виконання завдання*

<i>Назва параметру</i>	<i>Опис параметру</i>
Принципи діяльності успішного педагога	1. 2. 3. 4. 5. 6.
Види здоров'язберігаючої діяльності дошкільників	1. 2. 3. 4. 5. 6.

**ТЕМА 2.  
ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ  
КОМПЕТЕНТНОСТІ ДОШКІЛЬНИКІВ: ПСИХОЛОГО-  
ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ**

**Мета теми 2.** Ознайомлення вихователів закладів дошкільної освіти з методикою формування в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності на основі життєвих навичок, що сприяють фізичному, соціальному, психічному і духовному здоров'ю.

## Теоретичний матеріал до теми 2.

### Основні поняття

**Вміння** – готовність людини ефективно виконувати дії (або діяльність) відповідно до мети і умов, за яких необхідно діяти. Основою вмінь є знання: розрізняють розумові, практичні, часткові, загальні та узагальнені.

**Гуманізація освіти** – центральна складова нового педагогічного мислення, що передбачає переоцінку всіх компонентів педагогічного процесу в світлі їх людиноствірної функції.

**Застосування** – перенесення набутих під час навчальної діяльності знань, вмінь і навичок на робоче місце або у життєву ситуацію.

**Знання** – це інформація (дані, поняття і стосунки), яку індивід може відтворити, володіння інформацією про проблему та її розуміння.

**Індивідуальний підхід** – принцип педагогіки, за яким у навчально-виховній роботі досягається вплив на кожного учня, заснований на знанні його особистісних якостей та умов життя. враховуючи темперамент і характер виховання, запас його знань, уявлень і навичок поведінки, педагог схвалює і підтримує учнів у процесі їхнього навчання.

**Компетентність** – спроможність кваліфіковано здійснювати діяльність, виконувати роботу або завдання.

**Здоров'язберезувальна компетентність дітей дошкільного віку** – суб'єктивна категорія, яка передбачає свідоме прагнення дитини до здорового способу життя, наявність сукупності знань про здоров'я та чинники його збереження, сформованість здоров'язберезувальних життєвих навичок і здатність до їх адекватного використання у відповідних життєвих ситуаціях.

**Навички** – дії, складові частини яких у процесі багаторазового повторення стають автоматичними. Навички характеризуються високим ступенем засвоєння і відсутністю по елементної свідомої регуляції і контролю.

**Здоров'язберезувальні життєві навички** – комплекс доведених до автоматизму дій, що спрямовані на свідомий вибір моделі поведінки і діяльності та забезпечують збереження фізичного, соціального, психічного і духовного здоров'я дитини.

**ЛЕКЦІЯ 1**  
**ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНА КОМПЕТЕНТНІСТЬ**  
**ДОШКІЛЬНИКІВ:**  
**МЕТОДИКА ФОРМУВАННЯ**

**Перелік тем, які доцільно вивчати при формуванні**  
**здоров'язбережувальної компетентності**

<b>Розділи (сфери здоров'я)</b>	<b>Життєві навички, що складають здоров'язбережувальну компетентність</b>	<b>Теми для вивчення з дітьми</b>
Фізичне здоров'я	Навички раціонального харчування	Дотримання режиму харчування.
		Дотримання харчового раціону
		Вживання якісних харчових продуктів
	Навички рухової активності	Виконання ранкової зарядки
		Регулярна участь у заняттях з фізичної культури та рухливих іграх
	Санітарно-гігієнічні навички	Дотримання особистої гігієни
Виконання гігієнічних процедур		
Навички дотримання режиму діяльності та відпочинку	Чергування розумової та фізичної активності	
	Планування діяльності	
Соціальне здоров'я	Навички ефективного спілкування	Уміння слухати
		Уміння чітко висловлювати свої думки
		Володіння невербальними засобами мовлення
	Навички співчуття	Розуміння почуттів, потреб і проблем інших людей
		Уміння допомагати та підтримувати
		Добррозичливе ставлення до людей з особливими потребами

	Навички поведінки в умовах тиску	Уміння відмовлятися від небезпечних для здоров'я пропозицій
	Навички спільної діяльності	Уміння діяти в команді Визнання внеску інших у спільну роботу
Психічне і духовне здоров'я	Навички самоусвідомлення та самооцінки	Усвідомлення власної унікальності
		Позитивне ставлення до себе, інших людей та життєвих перспектив
	Навички аналізу проблем та прийняття рішень	Визначення суті проблеми та причини її виникнення
		Прийняття оптимальних рішень і передбачення їх наслідків для себе та інших людей
	Навички самоконтролю	Уміння правильно виражати свої емоції та почуття
		Уміння контролювати прояви гніву
	Навички успішного досягнення мети	Настанова на успіх
		Уміння зосереджуватися на досягненні мети

Кожну тему, запропоновану у методиці, треба розглядати один тиждень. Подаємо алгоритм опрацювання теми:

**Понеділок** – *мотиваційний етап*: спостереження (перегляд відеосюжету), аналіз ситуації, постановка проблеми.

*теоретичний етап*: розповідь вихователя.

Домашнє завдання: інтерв'ю з дорослими: дітям пропонується по одному запитанню, на яке вони мають знайти відповідь у дорослих.

**Вівторок** – *теоретичний етап*: бесіда з дітьми. Відбувається обговорення з дітьми інформації, яку вони здобули самостійно і почули від вихователя під час його розповіді.

*практичний етап*: дидактична гра з проблеми, що вивчається; сюжетно-рольова гра (триває до кінця тижня)

**Середа** – *практичний етап*: досліди, сюжетно-рольова гра.

**Четвер** – *практичний етап*: моделювання ситуацій, практичні завдання, сюжетно-рольова гра.

**П'ятниця** – *практичний етап*: практичні завдання, сюжетно-рольова гра, рефлексія.

### **Чинники, які сприяють збереженню здоров'я дитини.**

#### **1. Чинники, що сприяють фізичному здоров'ю:**

- раціональне харчування;
- рухова активність;
- дотримання особистої гігієни;
- чергування активних і малорухомих видів діяльності.

#### **2. Чинники, що сприяють соціальному здоров'ю:**

- комфортне спілкування;
- вміння проявляти емпатію;
- відсутність шкідливих звичок;
- здатність взаємодіяти з іншими людьми.

#### **3. Чинники, що сприяють духовному та психічному здоров'ю:**

- позитивне ставлення до себе та інших людей;
- вміння приймати рішення і передбачати їх наслідки для себе та інших людей;
- навички самоконтролю;
- налаштованість на успіх і здатність досягати мети.

### **Запитання для самоконтролю:**

1. Дайте визначення поняття «здоров'язбережувальна компетентність дітей дошкільного віку».

2. Назвіть види дитячої діяльності через які доцільно формувати здоров'язбережувальну компетентність.

3. Назвіть методи навчання, які використовуються в методиці формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників.

4. Обґрунтуйте алгоритм вивчення тем, запропонованих методиці.

### **Література**

1. Андрющенко Т.К. Формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності (старший дошкільний вік) : методичний посібник. – Тернопіль : Мандрівець, 2016. – 120 с.
2. Андрющенко Т.К. Формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників у процесі навчально-дослідницькій



- діяльності : [навч.-метод. посіб.]. К. : ТОВ «Праймдрук», 2012. 100 с.
3. Базовий компонент дошкільної освіти. *Вихователь-методист дошкільного закладу*. 2012. Спецвипуск. С. 1–29.
  4. Барвисте життя: хрестоматія для читання дітям дошкільного віку / упор. : Л.В.Лохвицька, Т. К. Андрющенко. Тернопіль : Мандрівець, 2014. 344 с.
  5. Бойченко Т. Є. Здоров'язберігаюча компетентність як ключова в освіті України. *Основи здоров'я і фізична культура*. 2008. № 11-12. С. 6–7.
  6. Дошкільне тіловиховання. Вплив рухової активності на здоров'я дитини дошкільного віку / Авт.-упор. : Л. В. Калуська, З. В. Калуський, М. М. Гуменюк. Тернопіль : Мандрівець, 2008. 184 с.
  7. Замрозович С. Р. Формування фізичної компетенції дітей дошкільного віку. *Педагогічні науки* : зб. наук. праць. – Випуск 51. – Херсон : Вид-во ХДУ, 2009. – С. 158–161.
  8. Здоровьесберегающие технологии в образовательно-воспитательном процессе / И. В. Чупаха, Е. З. Пужаева, И. Ю. Соколова. М. : Илекса, Народное образование. – Ставрополь : Ставропольсервисшкола, 2003. 400 с.
  9. Левінець Н. В. Впровадження здоров'язберігаючих технологій як актуальний напрям сучасної дошкільної освіти. *Вісник Інституту розвитку дитини*. Вип. 16. Серія: Філософія, педагогіка, психологія : зб. наук. праць. К. : Вид. НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2011. С. 116–120.
  10. Лохвицька Л.В., Андрющенко Т.К. Дошкільникам про основи здоров'я : [навч.-метод. посіб.]. [2-ге вид., оновл.]. Тернопіль : Мандрівець, 2008. 192 с.
  11. Лохвицька Л. В. Програма з основ здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей дошкільного віку “Про себе треба знати, про себе треба дбати”. Тернопіль : Мандрівець, 2014. 120 с.
  12. Лохвицька Л.В., Андрющенко Т.К. До здоров'я дітей – через освіту дорослих: Технологія взаємодії дошкільних навчальних закладів з родинами : [навч.-метод. посіб.]. Тернопіль : Мандрівець, 2014. – 176 с.
  13. Лохвицька Л.В., Андрющенко Т.К. Навчи мене дбати про себе! Робочий зошит з основ здоров'я для дошкільнят [старший дошкільний вік] Тернопіль : Мандрівець, 2014. 64 с.

14. Піроженко Т. О. Особистість дошкільника: перспективи розвитку: [навч.-метод. посіб.]. Тернопіль : Мандрівець, 2010. 136 с.

### **Практичне заняття 1**

**Аналіз методів навчання, що сприяють формуванню здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників**  
**Метод навчання:** робота в малих групах.

#### ***Завдання для виконання:***

1. Проаналізуйте методи навчання дошкільників, використовуючи теоретичний матеріал до теми 2.
2. Оберіть для обговорення по одному виду дитячої діяльності для групи.
3. Доберіть для кожного виду дитячої діяльності методи навчання, які сприяють формуванню у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності.
4. Визначте інтерактивні методи, що сприяють формуванню зазначеній компетентності.
5. Заповніть таблицю за допомогою табличного процесора.
6. Перешліть інформацію про обрані методи навчання колегам із інших груп за допомогою електронної пошти.
7. Складіть загальну таблицю.
8. Презентуйте роботу.

#### ***Форма звітності для виконання завдання***

<b><i>Види дитячої діяльності</i></b>	<b><i>Методи, що сприяють формуванню в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності</i></b>
Комунікативна діяльність	
Дослідницька діяльність	
Ігрова діяльність	
Самостійна художня діяльність	
Трудова діяльність	
Рухова діяльність	
Навчальна діяльність	

## ЛЕКЦІЯ 2

### ЖИТТЄВІ НАВИЧКИ ЯК ОСНОВА ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ

#### Література

1. Вільчковський Е. С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : [навч.посіб.]. Суми : ВТД «Університетська книга», 2004. 428 с.
2. Головаха Є. І., Паніна Н. В. Соціальне самопочуття населення України. *Українське суспільство на порозі третього тисячоліття /* Під ред. М. О. Шульги. – К. : Ін-т соціології НАН України, 1999.– С. 398–409.
3. Дедулевич М. Н., Шишкіна В. А. Новые подходы к оценке двигательного развития детей дошкольного возраста. *Вектор науки ТГУ. Серия : Педагогика, психология.* 2010. № 3 (3). С. 42–46.
4. Денисенко Н., Аксьонова О. Через рух – до здоров'я дітей : [навч.-метод. посіб.] Тернопіль : Мандрівець, 2009. 88 с.
5. Дошкільне тіловиховання. Вплив рухової активності на здоров'я дитини дошкільного віку / авт.-упор. Л. В. Калуська, З. В. Калуський, М. М. Гуменюк. Тернопіль : Мандрівець, 2008. 184 с.
6. Єфіменко М. Рух – це життя. Даруймо його дітям щодня. *Дошкільне виховання.* 2014. № 7. С. 26–30.
7. Оздоровча робота в дошкільному навчальному закладі : [навч. посіб.] / Уклад. Г. І. Григоренко, Н. Ф. Денисенко, Ю. О. Коваленко, Н. В. Маковецька. Запоріжжя : ЗНУ, 2006. 99 с.
8. Фізичне виховання, основи здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей старшого дошкільного віку : [навч.-метод. посіб.] / О. Л. Богініч, Н. В. Левинець, Л. В. Лохвицька, Л. А. Сварковська. К. : Генеза, 2013. 128 с.
9. Шевченко Ю. М. Фізичний розвиток дітей старшого дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.08 / Шевченко Юлія Михайлівна. – К., 2009. – 245 с.
10. Шимко О. Ходити, щоб не хворіти. *Дошкільне виховання.* – 2009. – № 5.– С. 18–20.

## Практичне заняття 2

### Розробка навчальних завдань для формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності відповідно до життєвих навичок

**Метод навчання:** робота в малих групах.

**Завдання для виконання:**

1. Класифікуйте здоров'язбережувальні життєві навички за сферами здоров'я.
2. Доберіть до різних здоров'язбережувальних життєвих навичок навчальні завдання для формування здоров'язберігаючої компетентності дошкільників.
3. Презентуйте матеріал.

#### *Форма звітності для виконання завдання*

<i>Здоров'язбережувальні життєві навички</i>	<i>Навчальні завдання для формування здоров'язберігаючої компетентності через життєві навички</i>
Навички раціонального харчування	1. 2. 3.
Навички рухової активності	1. 2. 3
Санітарно-гігієнічні навички	1. 2. 3
Навички дотримання режиму діяльності та відпочинку	1. 2. 3
Навички ефективного спілкування	1. 2. 3
Навички співчуття	1. 2. 3
Навички поведінки в умовах тиску	1. 2. 3

Навички спільної діяльності	1. 2. 3
Навички самоусвідомлення та самооцінки	1. 2. 3
Навички аналізу проблем та прийняття рішень	1. 2. 3
Навички самоконтролю	1. 2. 3
Навички успішного досягнення мети	1. 2. 3

**ДЛЯ ДОПИТЛИВИХ**  
**Самостійна робота**

**Визначення рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників**

*Форма проведення:* індивідуальна робота.

*Статус:* необов'язковий.

**Завдання для виконання:**

1. Використовуючи теоретичний матеріал до теми 1, виділіть основні компоненти здоров'язбережувальної компетентності

2. Визначте, які життєві навички необхідно сформувати в дошкільників відповідно до кожного компонента

3. Розробіть власні завдання для визначення рівня сформованості здоров'язбережувальної компетентності в старших дошкільників.

4. Оберіть групу старших дошкільників.

5. Запропонуйте дітям для виконання блок розроблених Вами практичних завдань.

6. Визначте за допомогою поданих критеріїв рівні сформованості здоров'язбережувальної компетентності у старших дошкільників.

7. На основі отриманих результатів зробіть висновки – рекомендації щодо організації роботи з формування здоров'язбережувальної компетентності у старших дошкільників.

### Форма звітності для виконання завдання

<i>Компонент здоров'язбережувальної компетентності</i>	<i>Критерій</i>	<i>Завдання для визначення рівня сформованості ціннісного ставлення до власного здоров'я</i>	<i>Оцінка виконання завдання (від до)</i>
1.		1. 2. 3.	
2.		1. 2. 3.	
3.		1. 2. 3.	

### ОПИС ЕЛЕКТРОННОЇ ПЛАТФОРМИ

Можливість проходження курсу в дистанційній формі забезпечує освітній портал КНЗ «Черкаський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних працівників Черкаської обласної ради» сайтом «Інтернет-школа педагогічної майстерності», яка ґрунтується на системі Moodle за адресою <http://oipoppp.ed-sp.net/>.

**Система Moodle** є пакетом програмного забезпечення для створення курсів дистанційного навчання и web-сайтів. До основних особливостей системи відносяться:



- Система спроектована з урахуванням досягнень сучасної педагогіки з акцентом на взаємодію між учнями, (обговорення).
- Може використовуватися як для дистанційного, так і для очного навчання.
- Має простий та ефективний web-інтерфейс.
- Дизайн має модульну структуру и легко модифікується.
- Мовні пакети, що підключаються, дозволяють добитися повної локалізації. На даний момент підтримується 43 мови.
- Слухачі можуть редагувати свої облікові записи, добавляти фотографії і змінювати особисті дані і реквізити.
- Підтримуються різні структури курсів: «календарний», «форум», «тематичний».

- Кожний курс може бути додатково захищеним за допомогою кодового слова.
- Зміни, що відбулися в курсі з часу останнього входу користувача в систему, можуть відобразитися на першій сторінці курсу.
- Все оцінки (з Форумів, Робочих зошитів, Тестів и Завдань) можуть бути зібрані на одній сторінці (або у вигляді файлу).
- Доступний повний звіт по входженню користувача в систему і роботі з графіками и деталями роботи над різноманітними модулями (останній вхід, кількість прочитань, повідомлення, записи в зошитах).
- Можливе налаштування E-mail - розсилки новин, форумів, оцінок і коментарів викладачів.

Для того, щоб використовувати можливості системи, Вам необхідно мати комп'ютер, підключений до мережі Інтернет. Щоб розпочати роботу необхідно набрати в рядку адреса web-браузера URL сервера, на якому встановлена СДО – <http://localhost> .

Після обробки запиту браузер покаже Вам стартову сторінку системи. Що є на головній сторінці. Меню:

1. Головна сторінка
2. Курси (активне)
3. Вхід на сайт (не активний, в подальшому буде знято)

 <h2 style="color: #800040;">Інтернет-школа педагогічної майстерності</h2> 	
<p>Головне Меню  <a href="#">Головна</a>  <a href="#">Курси</a></p> <p>Вхід на сайт          Ім'я користувача  <input type="text"/></p> <p>Пароль  <input type="password"/></p> <p>Запам'ятати мене <input type="checkbox"/></p> <p><a href="#">Увійти</a>  <a href="#">Забули свій пароль?</a>  <a href="#">Забули свій логін?</a>  <a href="#">Зареєструватися</a></p>	<p style="text-align: center;"><b>Шановні колеги!</b>  <b>Запрошуємо Вас до навчання</b>  <b>в Інтернет-школі педагогічної майстерності!</b></p> <p><b>Метою Інтернет-школи</b> є створення умов для досягнення педагогами бажаного рівня професійної компетентності через самоосвіту.</p> <p>Якість навчання і виховання у сучасній школі безпосередньо залежить від рівня підготовки педагогів. Безперечно, що цей рівень має постійно зростати, і важливою складовою даного процесу є самоосвіта. Самоосвіта забезпечує можливість саморозвитку, самоствердження та самореалізації особистості протягом життя, оскільки вона:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>здійснюється добровільно;</li> <li>здійснюється свідомо;</li> <li>планується, керується і контролюється самою людиною.</li> </ul> <p>В «Інтернет-школі педагогічної майстерності» Ви маєте можливість ознайомитися з переліком спецкурсів, представлених у каталозі. Обравши спецкурс, який Вас зацікавить, Ви можете:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>самостійно вивчити поданий навчальний матеріал;</li> <li>виконати практичні завдання, спрямовані на набуття вмінь і навичок на практиці застосовувати набуті теоретичні знання;</li> <li>самостійно провести підсумкове контрольне тестування до курсу з метою самооцінки власного рівня обізнаності з питання, що вивчалось.</li> </ul> <p>Під час вивчення спецкурсу, у разі необхідності Ви маєте можливість отримати консультацію спеціалістів, зайшовши на наш сайт. У книзі відгуків і пропозицій ми очікуємо Вашої оцінки запропонованих матеріалів, ідей щодо розширення тематики спецкурсів та запровадження інших форм самоосвіти педагогів.</p> <p>Представлені на сайті наукові статті, сподіваємося, будуть цікавими для Вас і допоможуть Вам у підготовці різних форм навчально-виховного процесу у школі.</p> <p><a href="#">&lt; Попередня</a></p>
<p>Date format: 2012</p>	

## Вхід Курси

### Інтерфейс системи Moodle

Стартова сторінка Moodle містить список курсів, форумів и додаткову інформацію (см. рис. 1).



Акцентуємо увагу на виборі мови для користування (правий верхній кут):

На даному етапі доцільно користуватися російською мовою, оскільки українська завантажується на 40% і інформація на сторінках блоків подається на українській на англійських мовах

Кратко ознайомимось с інтерфейсом системи. Він використовує наступні елементи

інтерфейсу:

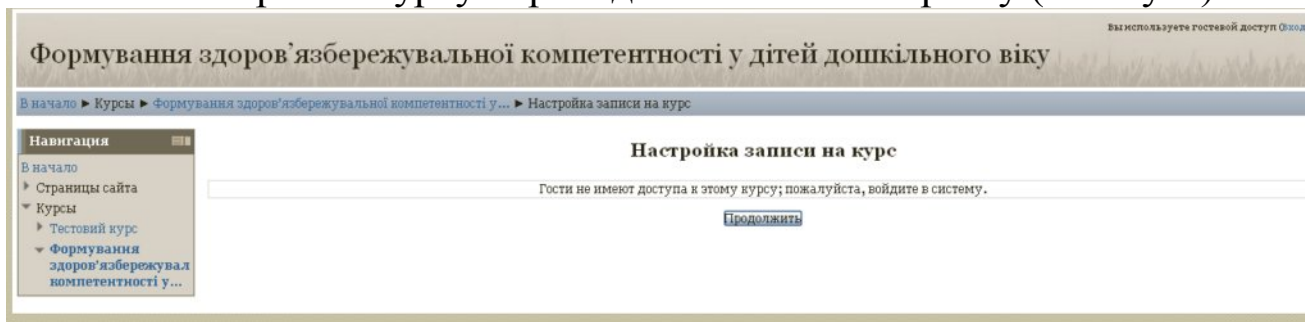
- у середині екрану знаходиться список курсів і коротка анотація (представлений один пробний курс);

Цю інформацію може бачити будь-яка людина, яка зайшла як «гість»

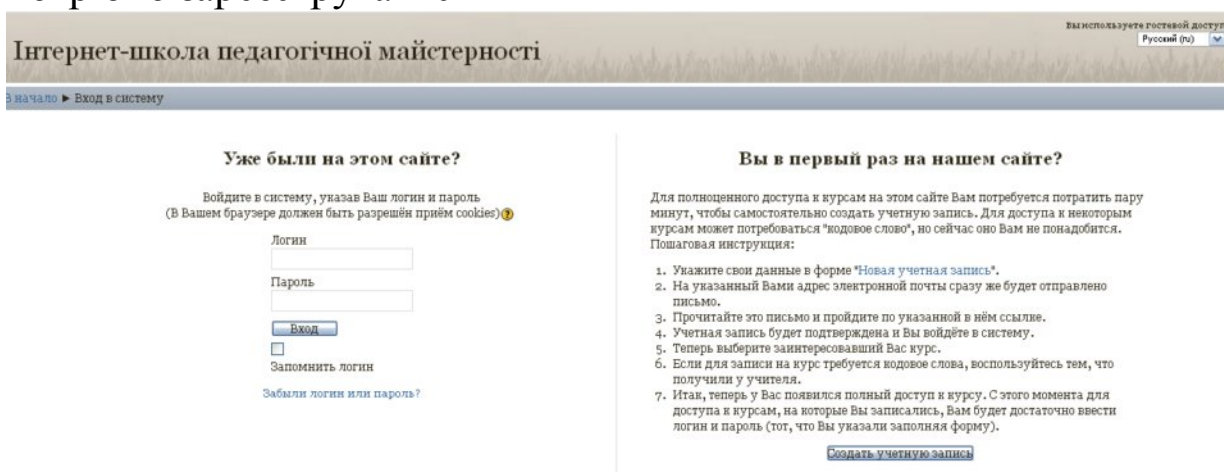
- і лівій і правій частинах екрану відображуються так звані "блоки", які містять різну інформацію та посилання (наприклад, навігація, каталог курсів, календар, вхід и др.).



Після обрання курсу переходимо на його сторінку (клікнуть)



Щоб мати змогу користуватися матеріалом обраного спецкурсу, потрібно зареєструватися



Якщо ви вже зареєстровані, то вводите свої логін і пароль, щоб увійти в систему.

Якщо ви вперше на цьому сайті, то створюєте обліковий запис



Після реєстрації на вашу електронну адресу прийде повідомлення такого змісту:

*Здравствуйте, Семен Семенович.  
На сайте "Интернет-школа педагогической мастерности" был запрос на создание учётной записи с указанием Вашего адреса электронной почты.*

Для підтвердження нової учетної записи пройдіть по адресу:  
<http://courses.iptech.ck.ua/moodle/login/confirm.php?data=BC7QCK9VCjsTF69/semenovich>

В більшості поштових програм цей адрес повинен виглядати як синя посилання, на яку достатньо натиснути. Якщо це не так, просто скопіюйте цей адрес і вставте його в рядок адреси в верхній частині вікна Вашого браузера. С уважением, адміністратор сайту,

Адміністратор Користувач [vvstadnyk@gmail.com](mailto:vvstadnyk@gmail.com)

### Інтерфейс курсу

Для входу в будь-який курс необхідно натиснути на посилання з назвою курсу.

Розглянемо інтерфейс курсу. Вікно курсу показано на рис.

Формування здоров'язбережувальної компетентності у дітей дошкільного віку

Вы зашли под именем Валентина Курсова (Выход)

В начало ► Мои курсы ► Формування здоров'язбережувальної компетентності у...

**Навигация**

- В начало
- Моя домашня сторінка
- Сторінки сайту
- Мій профіль
- Мои курсы
  - Формування здоров'язбережувальної компетентності у...
    - Учасники
    - Общее
    - Здоров'язбережувальна спрямованість освітнього про...

**Настройки**

- Управление курсом
- Оценки
- Настройки моего профиля

**Заголовки тем**

- Рекомендації до вивчення курсу
- Завдання курсу
- Мета курсу
- Графік спецкурсу
- Навчально-тематичний план дистанційного курсу
- News forum

**1 Здоров'язбережувальна спрямованість освітнього процесу дошкільних навчальних закладів.**

- Основні поняття
- Чому актуальна здоров'язбережувальна компетентність?
- Вимоги, яких необхідно дотримуватися в процесі формування здоров'язбережувальної компетентності в дітей дошкільного віку.
- Література
- Запитання для самоперевірки

1. Які причини погіршення здоров'я дітей?
2. Які шляхи формування, збереження і зміцнення здоров'я дітей?
3. Хто є ключовими особами у процесі виховання здорового покоління і яка їхня роль?
4. Які вимоги до формування фізичної, психічної та соціальної сфер здоров'я дітей?
5. Які завдання стоять перед дошкільним навчальним закладом щодо вирішення даної проблеми?

Тестове завдання

**Поиск по форумам**

Применить

Расширенный поиск ?

**Последние новости**

(Пока новостей нет)

**Предстоящие события**

Нет предстоящих событий

Перейти к календарю...  
Новое событие...



**Последние действия**

Элементы курса с Вторник 29 Май 2012, 12:33

Полный отчет о последних действиях

Со времени Вашего последнего входа ничего нового не произошло

- [Рекомендації до вивчення курсу Страница](#)
- [Завдання курсу Страница](#)
- [Мета курсу Страница](#)

-  Графік спецкурсу [Страница](#)
-  Навчально-тематичний план дистанційного курсу [Страница](#)

 News forum [Форум](#)

### **Автор:**

**Андрющенко Тетяна Костянтинівна** – доктор педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри професійного розвитку педагогів комунального навчального закладу «Черкаський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних працівників Черкаської обласної ради».

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрющенко Т. К. Проектування особистісно зорієнтованої моделі валеологічної освіти в дошкільних навчальних закладах. *Імідж сучасного педагога*. 2008. № 7–8. С. 97–100.
2. Андрющенко Т.К. Самореалізація педагогів у процесі підготовки до формування в дошкільників здоров'язбережувальної компетентності. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології*. Суми : СумДПУ імені А. С. Макаренка, 2012. № 7 (25). С. 370–376.
3. Андрющенко Т.К. Формування здоров'язбережувальної компетентності дошкільників у процесі навчально-дослідницькій діяльності : [навч.-метод. посіб.]. КИЇВ : ТОВ «Праймдрук», 2012. 100 с.
4. Андрющенко Т.К. Формування у дошкільників здоров'язбережувальної компетентності (старший дошкільний вік) : методичний посібник. Тернопіль : Мандрівець, 2016. 120 с.
5. Базовий компонент дошкільної освіти (нова редакція) / наук. кер. А. М. Богуш; авт. кол. : А. М. Богуш, Г. В. Беленька, О. Л. Богініч та ін. *Спецвип. журн. «Вихователь-методист дошкільного закладу»*. – К., 2012. – 30 с.
6. Барвисте життя: хрестоматія для читання дітям дошкільного віку / упор. : Л.В.Лохвицька, Т. К. Андрющенко. Тернопіль : Мандрівець, 2014. 344 с.
7. Бойченко Т. Є. Здоров'язберігаюча компетентність як ключова в освіті України. *Основи здоров'я і фізична культура*. 2008. № 11-12. С. 6–7.
8. Витоки здоров'я дитини : [навч.-метод. посіб.] / Н. Ф. Денисенко, Л. В. Лиходід, С. В. Лупінович, А. Ф. Михайличенко. Тернопіль : Мандрівець, 2010. 160 с.
9. Денисенко Н. Оздоровчі технології в освітньому процесі. *Дошкільне виховання*. 2004. № 12. С. 4–6.
10. Денисенко Н. Освітній процес має бути здоров'язбережувальним / Н. Ф. Денисенко // *Дошкільне виховання* . – 2007. – № 7. – С. 8–10.
11. Дошкільне тіловиховання. Вплив рухової активності на здоров'я дитини дошкільного віку / Авт.-упор. : Л. В. Калуська, З. В. Калуський, М. М. Гуменюк. Тернопіль : Мандрівець, 2008. 184 с.

12. Замрозович С. Р. Формування фізичної компетенції дітей дошкільного віку. *Педагогічні науки : зб. наук. праць*. Випуск 51. Херсон : Вид-во ХДУ, 2009. С. 158–161.
13. Калашнікова С. А. Освіта дорослих: сучасні виклики та підходи. – К.: Проект «Рівний доступ до якісної освіти», 2007. С. 11-30.
14. Книш Т.В. Валеологічна підготовка майбутніх вихователів дошкільних закладів освіти: Дис... канд. пед. наук: 13.00.04 / Інститут педагогіки і психології професійної освіти АПН України. – К., 2001. 19 с.
15. Кузьменко В.У. Індивідуальний підхід: десять кроків. *Дошкільне виховання*. 2006. № 7. С. 10.
16. Левінець Н. В. Впровадження здоров'язберігаючих технологій як актуальний напрям сучасної дошкільної освіти. *Вісник Інституту розвитку дитини*. Вип. 16. Серія: Філософія, педагогіка, психологія : зб. наук. праць. К. : Вид. НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2011. С. 116–120.
17. Левінець Н. В. Здоров'язбережувальний освітній простір дошкільного навчального закладу. *Личность в едином образовательном пространстве: сб. науч. ст. I Международного образовательного форума / под. науч. ред. проф. К. Л. Крутий*. Запорожжє : ООО «ЛИПС» ЛТД, 2010. Ч. 3. С. 235–238.
18. Лохвицька Л. В., Андрющенко Т. К. До здоров'я дітей – через освіту дорослих: Технологія взаємодії дошкільних навчальних закладів з родинами : [навч.-метод. посіб.]. Тернопіль : Мандрівець, 2014. 176 с.
19. Лохвицька Л. В., Андрющенко Т. К. Дошкільникам про основи здоров'я : [навч.-метод. посіб.]. [2-ге вид., оновл.]. Тернопіль : Мандрівець, 2008. 192 с.
20. Лохвицька Л. В. Програма з основ здоров'я та безпеки життєдіяльності дітей дошкільного віку «Про себе треба знати, про себе треба дбати». Тернопіль : Мандрівець, 2014. 120 с.
21. Лохвицька Л.В., Андрющенко Т. К. Навчи мене дбати про себе! Робочий зошит з основ здоров'я для дошкільнят [старший дошкільний вік] Тернопіль : Мандрівець, 2014. 64 с.
22. Настільна книга педагога. Посібник для тих, хто хоче бути вчителем-майстром / Упоряд.: В.М.Андрєєва, В.В.Григора. Харків : Вид. група «Основа», 2006. 352 с.

23. Омельченко Л. П. Здоров'ятворча педагогіка. Харків : Вид. група «Основа», 2008. 205, [3] с. : іл. – (Серія «Адміністратору школи»).
24. Піроженко Т. О. Особистість дошкільника: перспективи розвитку: [навч.-метод. посіб.]. Тернопіль : Мандрівець, 2010. 136 с.
25. Сварковська Л. А. Чинники формування здоров'я та фізичного стану вихованців дошкільних закладів. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології: наук. журнал*. Суми: СумДПУ ім. А. С. Макаренка, 2010. № 1(3). С. 323–330.
26. Смольникова Г. Здоров'язбережувальні та здоров'яформувальні технології. *Дошкільне виховання*. 2013. № 7. С. 23–26.
27. Як стати майстерним педагогом: Навч.-метод. посібник / кол. авт.: В.Ш. Ковальчук, Л.М. Сергеева та ін. / За заг. ред. Л.І.Даниленко. Київ, 2007. 184 с.

*Навчально-методичне видання*

**АНДРЮЩЕНКО ТЕТЯНА КОСТЯНТИНІВНА**

**ПІДГОТОВКА ПЕДАГОГІВ ДО ФОРМУВАННЯ  
ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ ДІТЕЙ  
ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ**

**(НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС КУРСУ ДЛЯ  
ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ОСВІТИ ПЕДАГОГІЧНИХ  
ПРАЦІВНИКІВ)**

Видання підготовлено до друку та віддруковано  
редакційно-видавничим відділом КНЗ «ЧОППОП ЧОР»  
Зам. № 1564 Тираж 100 пр.  
18003, Черкаси, вул. Бидгощська, 38/1