**ОЗДОРОВЧІ ТЕХНОЛОГІЇ ТА**

**ДІАГНОСТИКА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ДОШКІЛЬНИКІВ**

Напрям підготовки7.010101. Дошкільна освіта

Розробник: Семашкіна Г.М.,

кандидат біологічних наук, доцент кафедри

 педагогіки дошкільної та початкової освіти

 2016 рік

**Вступ**

Програма вивчення навчальної дисципліни *“Оздоровчі технології та діагностика фізичного розвитку дошкільників”* складена відповідно до освітньо-професійної програми підготовки бакалаврів напряму підготовки 7.01010101. «Дошкільна освіта».

 **Предметом** вивчення навчальної дисципліни є теоретичні засади дошкільної педагогіки; особливості здоров'язберігаючих технологій в дошкільній освіті України, формування вміння уміло застосовувати одержані знання, активно впроваджувати наукову організацію праці, успішно вирішувати завдання всебічного розвитку, виховання та навчання дітей дошкільного віку.

 **Міжпредметні зв’язки:** студенти мають актуалізувати знання з курсів «Педагогіка дошкільна», «Загальна педагогіка», «Теорія і методика дошкільної освіти:фізичне виховання дошкільників», що сприятиме в подальшому формуванню професійної компетентності вихователя ДНЗ.

**Мета та завдання навчальної дисципліни**

**Оздоровчі технології та діагностика фізичного розвитку дошкільників**

***МЕТА КУРСУ*:** ознайомити студентів з інноваційними підходами щодо здійснення адаптивного фізичного виховання дітей дошкільного віку та з основними діагностичними методиками, що дозволять оцінити їх фізичний стан і моторну обдарованість*.* Розкриття перед студентами особливостей здоров'язберігаючих технологій в дошкільній освіті України, озброєння кожного випускника комплексом теоретичних знань та практичних умінь діагностики стану здоров'я, фізичного розвитку та рухової активності дітей дошкільного віку, формування вміння уміло застосовувати одержані знання, активно впроваджувати наукову організацію праці, успішно вирішувати завдання всебічного розвитку, виховання та навчання дітей дошкільного віку.

 ***ЗАВДАННЯ КУРСУ:***

**методичні:** формувати мотиваційну готовність до професійної діяльності в галузі фізичного здоров’я.

* *Теоретичні* – наданнястудентам знання щодо сучасних

здоров'язберігаючих технологій в дошкільній освіті та сформувати вміння, необхідні для діагностики стану здоров’я, фізичного розвитку та рухової активності дітей дошкільного віку; ознайомлення з системою оздоровчих, виховних, освітніх напрямів програми фізичного виховання дітей дошкільного віку, показати їх взаємозв’язок;

* *Практичні* – оволодіння студентами засобами і методами діагностики стану

здоров’я, фізичного розвитку та рухової активності дітей дошкільного віку, формування у процесі навчання професійної майстерності, організаційно-педагогічних навичок, вміння творчо застосовувати одержані знання в практичній діяльності; формувати вміння планування організації рухової діяльності дітей дошкільного віку, контролю, оцінюванню та діагностики стану здоров’я, фізичного розвитку та рухової підготовленості дітей дошкільного віку; обстеження рухової підготовленості дошкільників, виявлення відхилень у фізичному розвитку дитини, планування фізкультурної роботи з дітьми, надання методичної допомоги батькам, вміння використовувати досвід кращих педагогів і керівників дошкільних закладів.

**виховні:**

сприяти ефективному використанню майбутніми вихователями форм і методів роботи з оздоровчих методик.

**розвивальні:**

* озброєння студентів варіативними технологіями оздоровлення

дошкільників засобами фізичної культури;

* формування в майбутніх вихователів знань, умінь і навичок оцінки і

контролю за фізичним станом дошкільників, так і за організацією і здійсненням навчально-виховної діяльності вихователями дошкільних закладів.

**Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:**

* *Знати:* теоретичні засади курсу «Оздоровчі технології на діагностика

фізичного розвитку дошкільників», особливості ролі вихователя дошкільного закладу у оздоровленні та діагностиці фізичного стану дитини дошкільного віку; мету, завдання та зміст провідних концептуальних, базових та варіативних програмних документів з методики діагностики фізичного розвитку дитини, санітарно-гігієнічні вимоги до проведення занять з фізичної культури; методичні вимоги до проведення різних форм оздоровчої роботи в умовах ДНЗ.

* *Вміти:* планувати та проводити оздоровчі заходи для дітей дошкільного

віку, заняття з фізичної культури в дошкільному закладі, здійснювати діагностику фізичного розвитку та рухової підготовленості дітей дошкільного віку, проводити просвітницьку роботу з батьками дітей дошкільного віку з питань збереження здоров’я.

**КОМПЕТЕНЦІЇ:**

- *загальнопедагогічні*- володіння базовими інваріантними психолого-педагогічними знаннями й уміннями, обумовленими успішністю вирішення широкого кола виховних і освітніх завдань в різних педагогічних системах; це відповідність певним професійно-педагогічним вимогам незалежно від спеціалізації майбутнього педагога; це володіння сукупністю загальнолюдських якостей особистості, необхідних для успішної професійно-педагогічної діяльності;

*- спеціальні* - володіння специфічними для даного курсу знаннями й уміннями;

 *- технологічні (діяльнісні*) - володіння професійно-педагогічними вміннями, під якими розуміється засвоєний спосіб виконання професійно-педагогічних дій, що забезпечуються сукупністю набутих знань у галузі оздоровлення дошкільників; креативності;

*- комунікативні* - встановлення правильних взаємовідносин з вихованцями, які сприяли б найбільш ефективному вирішенню завдань навчання і виховання; прояв шанобливого, зацікавленого відношення до тих цінностей, які складають зміст позиції дитини, яким би воно простим і нецікавим не здалося; володіння прийомами професійного спілкування з колегами;

*- рефлексивні* - регулятор особистісних досягнень педагога, збудник професійного зростання, вдосконалення педагогічної майстерності. Дана компетенція проявляється в здатності до самопізнання (самоспостереження, самоаналізу, критичної самооцінки), самовираження (самокритики, самостимулювання, самозмушування тощо.), самореалізаціі (самоорганізації, контролю та обліку діяльності з само утворення).

 *Власне оздоровчі компетенції:*

         • знання базових понят про здоровозберігаючи технології, основних відомостей з різних форм роботи, передбачених програмою за професійним спрямуванням;

         • досвід самостійної предметної діяльності - навчально-пізнавальної, ана­літичної, синтетичної та ін.;

         • здатність адекватно сприймати, розуміти, оцінювати і відтворювати почу­те чи прочитане;

         • здатність до творчості;

         • здатність планувати, готувати майбутнє заняття (роботу) з оздоровчих технологій виступати з повідомленням;

         • здатність реалізовувати задум у процесі оздоровчої діяльності;

        • здатність до контролю, самоконтролю результатів оздоровчої діяльності.

*Комунікативні компетенції:*

         • уміння доцільно віудстоювати засоби оздоровчих технологій в прак­тиці ДНЗ;

         •  уміння наводити переконливі аргументи про введення певних оздоровчих технологій в ДНЗ;

         • здатність орієнтуватися в ситуації спілкування, комунікативно виправдано добирати вербальні і невербальні засоби і способи для оформлення думок, почуттів у різних сферах спілкування;

         • уміння встановлювати і підтримувати контакт із співрозмовником, змінювати стратегію, мовленнєву поведінку залежно віл комунікативної ситуації;

         • досвід особистої відповідальності за власну комунікативну поведінку, ви­могливість до свого мовлення.

**ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ**

Професійні знання у галузі та уміння застосовувати їх у педагогічній діяльності: філософські, лінгвістичні, психологічні, дидактичні основи здорового способу життя, загальні питання методики здорово збереження; особливості формування вмінь фізичної діяльності дошкільників в умовах сучасного ДНЗ; структури курсу здоровозбережувальних технологій в дошкільних закладах України та їх методичне забезпечення.

Здатність до свідомого вибору шляхів та методів удосконалення своїх особистих і професійних якостей, уміння застосовувати на практиці здобуті знання з метою навчання дітей оздоровчих технологій та оцінки фізичного стану дітей.

Моделювання занять за різними теоретичними основами здоровозбережувальної методики та оцінки фізичного стану дошкільників у ДНЗ.

Здатність до системного мислення у професійній сфері, креативність у вирішенні професійних завдань.

Наполегливість у досягнення мети та якісному виконанні функціоналу професійної діяльності.

Володіння навичками дослідницької та організаторської діяльності. Аналіз психолого‑педагогічних аспектів освітнього процесу в ДНЗ стосовно виховання у дитини відповідальності за власне здоров’я.

**Наявність сформованих компетенцій**: загальнопедагогічних; спеціальних – володіння специфічними для даного курсу знаннями й уміннями;  технологічних (діяльнісних); комунікативних;  власне оздоровчих, рефлексивних.

 **Програма курсу:**

**Оздоровчі технології та діагностика фізичного розвитку дошкільників**

 Збереження і зміцнення здоров’я дитини – основна мета дошкільного виховання. Здоров'язберігаючі технології на сучасному етапі розвитку дошкільного виховання. Інноваційні оздоровчі технології: фітболгімнастика, художня гімнастика, пальчикова (вправи, ігри, картинки), дихальна та звукова гімнастика, імунна гімнастика, гідроаеробіка, психогімнастика (вправи, ігри, етюди, пантоміми) тощо. Оздоровчі технології, що використовуються з профілактично-лікувальною метою: фітотерапія (чаї, коктейлі, фітомішечки); аромотерапія (ароматизація приміщення); вітамінотерапія (вітамінізація страв). Оздоровчі технології терапевтичного спрямування: арттерапія, піскова терапія, казкотерапія, ігрова терапія, сміхотерапія; музична терапія; кольоротерапія, тощо.

 Фізичний розвиток – показник здоров’я дитини. Обстеження фізичного розвитку дитини. Основні методи масового дослідження фізичного розвитку дітей. Вікові групи та середній вік дошкільника. Антропометричні обстеження. Обстеження функціональних можливостей дитини: визначення стану серцево-судинної системи, життєвої місткості легенів та розвитку рухових якостей.

 Значення активної рухової діяльності в дошкільному віці. Норма рухової активності. Визначення рухової активності дошкільників. Метод крокометрії. Розподіл дошкільників на групи за показником рухової активності. Руховий режим в дошкільному закладі. Рухова активність дітей різних вікових груп.

 Методи дослідження правильності побудови заняття з фізичної культури та якості пристосувальних реакцій організму дитини: візуальне спостереження, бесіда, метод хронометрування, та ін.. Ознаки втомлення, перевтомлення. Моторна щільність заняття.

Вибір засобів і методів на фізкультурному занятті у відповідності до вікових особливостей та функціональних можливостей дитини.

Формування фізіологічних вигинів хребта дитини в дошкільному віці. Причини порушення постави. Негативний вплив неправильної постави на функціонування організму дитини. Причини виникнення плоскостопості. Об’єктивні методи обстеження постави та стану склепіння стопи. Метод плантографії. Профілактика плоскостопості та порушень постави.

Програма навчальної дисципліни «Оздоровчі технології та діагностика фізичного розвитку дошкільників» складається з таких **змістових модулів:**

 **Змістовий модуль 1.** Оздоровчі технології у фізичному розвитку дітей дошкільного віку

 **Змістовий модуль 2.** Здоров'язберігаючі технології в дошкільній освіті України

Курс передбачає проведення лекційних, практичних занять та організацію самостійної роботи студентів. На лекція логічно й послідовно викладаються найбільш загальні наукові питання програми. Практичні заняття спрямовані на засвоєння студентами практичних умінь і навичок. Самостійна робота спрямована на поглиблене вивчення програмового матеріалу. Контроль за самостійною роботою здійснюється в усіх формах аудиторних занять та в процесі індивідуальної роботи зі студентами, відповідно до змістових модулів.

# Опис навчальної дисципліни

**ОЗДОРОВЧІ ТЕХНОЛОГІЇ ТА ДІАГНОСТИКА ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ ДОШКІЛЬНИКІВ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Найменування показників  | Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень | Характеристика навчальної дисципліни |
| денна форма навчання | заочна фор ма навчання |
|  |
| Кількість кредитів 3 | Галузь знань0101. Педагогічна освіта(шифр і назва) |  |
|  |
| Спеціальність:7.01010101 Дошкільна освіта | Рік підготовки |
| Змістових модулів – 2 | 5-й | 5-й |
| Семестр |
| Загальна кількість годин – 90 | 9-й |  9-10-й |
|  |
| Тижневих годин для денної форми навчання:аудиторних – 2самостійної роботи студента – 1,5 | Освітньо-кваліфікаційний рівень:**спеціаліст** | Лекції |
| 16 год. | 12 год. |
| Практичні, семінарські |
| 14 год. | 12 год. |
| Лабораторні |
| Не передбачено |
| Самостійна робота |
|  60 год. | 66 год. |
| Вид контролю:  |
| Залік диф. залік |

*Примітка.*

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної роботи становить:

для денної форми навчання – 30/60 1/1,5

для заочної форми навчання – 24/66 (70) 1/

1. **Змістові модулі навчальної дисципліни**

**Змістовний модуль 1**

 **Оздоровчі технології у фізичному розвитку дітей дошкільного віку**

**Лекційний модуль (8 год.)**

**Лекція № 1**.Тема1: Вступ. Формування у дошкільників свідомого ставлення до власного здоров’я»…………………………………………………………………….2 год.

**Лекція № 2-3.** Тема2: Методика обстеження фізичного розвитку дітей дошкільного віку.............................................................................……… ...4 год.

**Лекція № 4.** Тема 3: Лікарсько педагогічний контроль за фізичним вихованням у ДНЗ ………………………………………………………………………………..2 год.

**Змістовий модуль 2**

 **Здоров'язберігаючі технології в дошкільній освіті України**

**Лекційний модуль (8 год.)**

**Лекція № 5-6.** Тема4: «Традиційні оздоровчі технології в фізичному розвитку дітей дошкільного віку…………………………………………4 год.

**Лекція № 7-8.** Тема 5:«Іноваційні оздоровчі технології в фізичному розвитку дітей дошкільного віку…………………………………………4 год.

**Практичний модуль (14 год.)**

**Змістовий модуль 1**

 **Оздоровчі технології у фізичному розвитку дітей дошкільного віку**

**Практичні заняття 1.** Тема1:Вступ.Формування у дошкільників свідомого ставлення до власного здоров’я………….…………………………………………………………2 год.

**Практичні заняття 2.** Тема 2: Методика обстеження фізичного розвитку дітей дошкільного віку...........................................................……… .........2 год.

**Практичні заняття 3.** Тема 3: Лікарсько педагогічний контроль за фізичним вихованням у ДНЗ …………….………………………………………… 2 год.

 **Змістовий модуль 2.**

 **Здоров'язберігаючі технології в дошкільній освіті України**

**Практичне заняття 4-5.** Тема 4:«Традиційні оздоровчі технології в освітньому процесі....…..................................................................................................... 4 год.

**Практичне заняття 6-7.** Тема 5:Іноваційні оздоровчі технології в освітньому процесі………………………………………………………… 4 год.

**Модуль самостійної роботи з теми:**

 **(60 год.)**

**1 тема** Вступ.Формування у дошкільників свідомого ставлення до власного здоров’я…………………………………………………………………… 2 год.

**2 тема** Методика обстеження фізичного розвитку дітей дошкільного віку…………………………………………………………………………20 год.

**3 тема** Лікарсько педагогічний контроль за фізичним вихованням у ДНЗ ....................................................................................................................... 8 год.

**4 тема** Традиційні оздоровчі технології у фізичному розвитку дітей дошкільного віку…………………………………………………………..14 год

**5 тема**  Іноваційні оздоровчі технології у фізичному розвитку дітей дошкільного віку ………………………………………………………… 16 год.

**Форма перевірки**:ПІДСУМКОВА ТЕКА

 усне опитування, тести, написання рефератів

**Список літератури**

**Основна література**

1. Бауэр О. П. **Подвижные и спортивные игры в профессиональной подготовке** специалистов по физической культуре дошкольников : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 / Рос. гос. пед. ун-т им. А.**И**. Герцена ; Бауэр Ольга Павловна. –Санкт-Петербург, 2005. – 18 с.
2. Бєлєнька Г. В. Здоров'я дитини від родини: Як виховувати в сім'ї здорову дитину від народження до повноліття / Національний педагогічний ун-т ім. М.П.Драгоманова. Інститут педагогіки і психології. Кафедра дошкільної педагогіки. Відкрита педагогічна школа ; Бєлєнька Ганна Володимирівна, Богініч Ольга Любомирівна, Машовець Марина Анатоліївна. –К. : СПД Богданова А.М., 2006. –220 с. : іл.
3. Вільчковський Е.С. Критерії оцінювання стану здоров’я, фізичного розвитку, та рухової підготовленості дітей дошкільного віку: Навч. посібник. – Київ.: ІЗМН, 1998
4. Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч. посіб. / Е.С. Вільчковський, О.І. Курок. – 3-тє вид., стер. – Суми: Університетська книга, 2001. – 428с.
5. Вільчковський Е.С. Організація рухового режиму дітей 5-10 років в закладах освіти : навч.-метод. посібник / Е. С. Вільчковський, Н. Ф. Денисенко. – Запоріжжя : ЗОІППО, 2006. – 228 с.
6. Вільчковський Е.С., Курок О.І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : Навч. посіб. – Суми : ВТД “Університетська книга”, 2008. – 428 с.
7. Денисенко Н. Ф. Концепція фізичного виховання дітей дошкільного віку в дошкільному закладі / Н. Ф.Денисенко // Організаційно-педагогічні аспекти діяльності нових типів дошкільних закладів. –К. : ІЗМН, 1997. –С. 99-105.
8. Закон Україна. Про внесення змін до Закону України «Про вищу освіту»: Проект // Освіта України. – 2007. – 2 лютого (№9). – С. 1, 2.
9. Закон України «Про дошкільну освіту» (проект) // Дошкільне виховання. -1998. – № 2. – С. 3-7.
10. Закон України «Про освіту» // Освіта України. Нормативно-правові документи. – К. : Міленіум, 2001. – С. 32.
11. Закон України «Про фізичну культуру і спорт». – К. : ВППДКНТ, 1994. – 23 с.
12. **Кожухова** Н. Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : Схемы и таблицы / **Н**. **Н**. **Кожухова**, Л. А. Рыжкова, М. М. Борисова. - М. : ВЛАДОС, 2003. – 191 с. : ил., табл.
13. Кожухова Н. Н. **Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях** : учеб. пособие для студентов фак. дошк. образования высш. пед. учеб. заведений / Н. Н. Кожухова, Л. А. Рыжкова, М. М. Самодурова; Под ред. С. А. Козловой. - М. : Academia, 2002. – 316 с. : табл. – (Высшее образование).
14. **Кожухова** Н. Н. Теория и методика физического воспитания детей дошкольного возраста : Схемы и таблицы / **Н**. **Н**. **Кожухова**, Л. А. Рыжкова, М. М. Борисова. - М. : ВЛАДОС, 2003. – 191 с. : ил., табл.
15. Кожухова Н. Н. **Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях** : учеб. пособие для студентов фак. дошк. образования высш. пед. учеб. заведений / Н. Н. Кожухова, Л. А. Рыжкова, М. М. Самодурова; Под ред. С. А. Козловой. - М. : Academia, 2002. – 316 с. : табл. – (Высшее образование).
16. Круцевич Т.Ю., Безверхна Г.В. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення. – К.: Олімпійська література, 2010. – 248 с.
17. Національна доктрина розвитку освіти України в ХХІ столітті : Указ Президента України від 17.04.02 №347/2002 // Дошкільне виховання. – 2002. – № 7. – С. 4-9.
18. **Педагогическое физкультурно-спортивное совершенствование** : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по специальности 033100 - Физ. культура / [Ю. Д.Железняк, В. А. Кашкаров, И. П. Кравцевич] ; под ред. Ю.Д. Железняка. – М. : Academia, 2002. – С. 13-14. : схемы, табл. – (Высшее образование).
19. Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту в дошкільних навчальних закладах України // Директор школи. – 2005. – № 38. – С. 23-26.
20. Поніманська Т. І. Дошкільна педагогіка : навч. посіб. / Поніманська Тамара Іллівна. – К. : Академвидав, 2004. – 456с. – (Альма матер).
21. Правдов М.А. Руководитель физического воспитания детей дошкольного возраста / М. А. Правдов, А. Н. Шутов, П. Е. Зыбкин // Современные образовательные направления в физической культуре
22. Таллер Л. А. **Фундамент здоровья** – **с детства** / Л. А. Таллер. – Минск : Полымя, 1989. – 173 **с**. : ил.
23. Филиппова С. О. Перспективные направления научных исследований в области физической культуры дошкольников / С. О. Филлипова // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 9. – С. 15-17.
24. Филиппова С. О. Подготовка специалистов по физической культуре для дошкольных учреждений / С. О. Филиппова // Теория и практика образования в области физической культуры : сб. науч.-метод. работ. – СПб. : РГПУ им. А.И. Герцена, 2001. – С. 37-44.
25. Чепель Т. Д. Психологическое обоснование требований к специалисту, осуществляющему физическое развитие дошкольников / Т. Д. Чепель // Дети и здоровье : матер. науч.-практ. конф. / под ред. А. И. Кравчука, Ю. Л. Симакова. – Омск, 1993. – С. 84-86.

**Додаткова література**

1. Актуальні проблеми теорії і методики фізичного виховання / Державний комітет України з питань фізичної культури і спорту; Українська академія наук ; Львівський держ. ін-т фізичної культури; голов. ред. О. М. Вацеба. - Л., 2005. – 296 с.
2. Аналітико-статистичний збірник з фізичного виховання та спорту в навчальних закладах України. – К. : ЛК Мейкер, 2004. – 85 с.
3. Богініч О. Л. Особливості підготовки майбутніх педагогів до фізкультурно-оздоровчої роботи з дошкільниками / О. Л. Богініч // Наукові записки Тернопільського ДПУ : Педагогіка. – 2004. – № 4. –С. 108-111.
4. Вільчковський Е. С. Професійна спрямованість підготовки фахівців з фізичного виховання / Е. С. Вільчковський // Розвиток педагогічної і психологічної наук в Україні 1992-2002: зб. наук. праць до 10-річчя АПН України / Академія педагогічних наук України; голов. ред. В. Г. Кремень. –Харків : ОВС, 2002. –301 с.
5. Волошина Л. Формирование здоровьесберегающего образовательного пространства / Л. Волошина // Дошкольное воспитание. – 2006. – №3. –117-122.
6. Кожухова Н. Н. **Воспитатель по физической культуре в дошкольных учреждениях**: учеб. пособие для студентов фак. дошк. образования высш. пед. учеб. заведений / Н. Н. Кожухова, Л. А. Рыжкова, М. М. Самодурова; Под ред. С. А. Козловой. - М. : Academia, 2002. – 316 с. : табл. – (Высшее образование).
7. Національна Доктрина розвитку освіти України у ХХІ столітті // Бюлетень: програма підтримки вироблення стратегії реформування освіти. – 2001. – № 1. – С. 13-22.

**Internet – ресурси.**

1. http://slovnik.com.ua/?grupa=11 педагогічна енциклопедія
2. http://pedlib.ru/ педагогічна бібліотека
3. «Методичні рекомендації до програми виховання та навчання дітей від двох до семи років «Дитина» - http://nauch.com.ua/psihologiya/5477/index.html
4. Програма розвитку дітей старшого дошкільного віку «Впевнений старт» (авт. кол. Андрієтті О.О., Голубович О.П. та ін.) - <http://www.mon.gov.ua/images/files/doshkilna-cerednya/doshkilna/progr_rozv/1.pdf>

### Форма підсумкового контролю успішності навчання: залік

**Засоби діагностики успішності навчання: усне опитування, тестування**

**Підсумкова тека.**

**Запитання для самостійного опрацювання:**

1. Збереження і зміцнення здоров’я дитини – основна мета дошкільного

виховання.

1. Основні технології покращання стану здоров’я та фізичної підготовленості дітей дошкільного віку.
2. Здоров'язберігаючі технології на сучасному етапі розвитку дошкільного виховання.
3. Інноваційні оздоровчі технології.
4. Оздоровчі технології, що використовуються з профілактично-лікувальною метою:
5. Вікові особливості фізичного розвитку дітей дошкільного віку.
6. Здоров’я та його ознаки. Фактори зміцнення здоров’я.
7. Важливість фізичного виховання у дошкільному дитинстві.
8. «Фізичний розвиток дітей в умовах ДНЗ» (Методичні рекомендації МОНУ від 16.08.2010 № 1/9-563)
9. Засоби фізичного виховання дітей дошкільного віку.
10. Значення активної рухової діяльності в дошкільному віці.
11. Норма рухової активності. Руховий режим в дошкільному закладі.
12. Визначення рухової активності дошкільників.
13. Підготуйте аргументований виступ з теми «Оптимальна рухова активність – необхідна умова всебічного розвитку дошкільників».
14. Які принципи покладено в основу визначення норми рухової активності дошкільників.
15. Основні методи масового дослідження фізичного розвитку дітей.
16. Антропометричні обстеження.
17. Обстеження функціональних можливостей дитини: визначення стану серцево-судинної системи, життєвої місткості легенів та розвитку рухових якостей.
18. Фізичний розвиток – показник здоров’я дитини.
19. Основні методи масового дослідження фізичного розвитку дітей. Обстеження функціональних можливостей дитини.
20. Методика обстеження фізичного розвитку дитини дошкільного віку.
21. Обстеження функціональних можливостей дітей
22. Обстеження рухової підготовленості дітей.
23. Обстеження рухової активності дітей дошкільного віку.
24. Об’єктивні методи обстеження постави та стану склепіння стопи.
25. Заходи щодо покращення стану здоровя та фізичної підготовленості дошкільників.

 **Література для самостійного опрацювання**

1. Алябьева Е.А. Тематические дни и недели в детском саду: планирование и конспекты. – М.: ТЦ Сфера, 2006. – 160 с.
2. Базовий компонент дошкільної освіти. – К.: Дошкільне виховання, 1999.
3. Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку: навч. Посіб. / Е.С. Вільчковський, О.І. Курок. – 3-тє вид., стер. – Суми: Університетська книга, 2001. – 428с.
4. Поніманська Т.І. Дошкільна педагогіка: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. – К.: „Академвидав”, 2004. – 456с
5. Дитина: Програма виховання і навчання дітей від 2 до 7 років / наук.кер.проекту: О.В.Огневюк, К.І.Волинець; наук. Кер. Програмою: Проскура О.В., Кочина Л.П., Кузьменко В.У., Кудикіна Н.В. та об.– К.: Київ. Ун-т ім. Б. Грінченка. – 2012. – 492 с.
6. Заняття та виховні заходи для дітей старшого дошкільного віку / упоряд. О.Б.Полєвікова. – Х.: Вид. обот «Основа», 2011. – 239 с.
7. Кузьменко В.У. Розвиток індивідуальності дитини 3-7 років: [монографія] / В.У.Кудикіна. – К.: НПУ ім. М.П.Драгоманова, 2005. – 354с.
8. Методичне забезпечення інтеграційних процесів розвитку здібностей дошкільнят. – Донецьк: ІППО, 2006. – 92 с.
9. «Методичні рекомендації до програми виховання та навчання дітей від двох до семи років «Дитина» - <http://nauch>.com.ua/psihologiya/5477/index.html
10. Освітня програма «Дитина в дошкільні роки» (науковий керівник Крутій К.Л.) – Запоріжжя: ТОВ «ЛІПС» ЛТД. – 2011. – 188 с.
11. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Українське обот из» (обо. Кол. Білан О.І, Возна Л.М., Максименко О.Л. та об.). – Тернопіль: Мандрівець. – 2012. – 264 с.
12. Програма розвитку дітей старшого дошкільного віку «Впевнений старт» (обо. Кол. Андрієтті О.О., Голубович О.П. та об.) – <http://www>.mon.gov.ua/images/files/doshkilna-cerednya/doshkilna/progr\_rozv/1.pdf
13. Проскура О.В. Оновлення програми «ДИТИНА» / О.В.Проскура, В.У.Кузьменко, Н.В.Кудикіна // Дитячий садок: управління. – № 3(17). – 2010. – С. 14-16, 17-18.
14. <http://slovnik>.com.ua/?grupa=11 педагогічна енциклопедія
15. <http://pedlib>.ru/ педагогічна бібліотек

***НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС ДИСЦИПЛІНИ***

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ**

**ДО ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНИХ РОБІТ**

**Практичний модуль (14 год.)**

**Практичне заняття 1**

**Тема 1**: **Вступ. Формування у дошкільників свідомого ставлення до власного здоров’я (**2 год.)

 *Короткі відомості*

 Формування здорового способу життя - це складний, цілісний і багатогранний процес, що потребує спільних зусиль значної кількості людей (членів сім’ї, педагогічних колективів) і передовсім відповідної державної допомоги.

 Робота у дошкільних закладів орієнтована здебільшого на формування культурно-гігієнічних навичок, не забезпечує повною мірою необхідний *рівень знань, умінь* та навичок дітей із збереження свого здоров’я.

 Основне завдання яких – відпрацювання тих навичок, якими дитина повинна оволодіти в процесі навчання.

 Оздоровчі технології в дитячому садку – це комплекс медичних, психологічних і педагогічних заходів, спрямованих не тільки на захист дітей, але й на формування у них ціннісного та усвідомленого ставлення до стану свого здоров'я. Підвищена увага до них обумовлено тим, що захворюваність малюків з року в рік збільшується.

Це відбувається незважаючи на всі досягнення сучасної медицини. При цьому багато вихованці дитячих садків страждають від хронічних захворювань, від порушень роботи опорно-рухового апарату, у них є проблеми з поставою.

Здоров'езберігаючи технології у виховному процесі розділені на ті, які спрямовані на:

 стимулювання і збереження здоров'я;

 навчання здорового і правильного способу життя;

 корекцію стану малюків.

 Ефективність всіх технологій в першу чергу залежить від того, як саме в ДНЗ організований процес навчання, не завдає він шкоди малюкам. Цілі їх використання гранично ясні. Вони необхідні для того, щоб вихованці садочків стали більш життєздатними, у них сформувалося правильне ставлення до свого здоров'я, вони могли самостійно його зберігати, оберігати і підтримувати. Навіть дошкільнята повинні отримувати знання про правила надання елементарної медичної допомоги та, у разі необхідності, самодопомоги.
Необхідно в процес залучати і батьків вихованців дитячих садків.

 *Педагогіка оздоровлення* розглядає фізичне виховання як педагогічну систему, орієнтовану на гуманний підхід до дитини, формування засобами фізичної культури її особистості, збереження та зміцнення здоров’я дітей. Усі заходи, спрямовані на оздоровлення та зміцнення тіла, сприяють культурі особистості, оскільки культура інтелекту чи емоцій може бути побудована лише на основі фізично здорового дитячого організму, з урахуванням його можливостей,на принципах соціальної гігієни.

 Вся робота з фізичного виховання здійснюється з урахуванням стану здоров’я, самопочуття, рівня фізичного розвитку та підготовленості дітей. На заняттях розповісти дітям у доступній формі про оздоровчий вплив різних вправ на їхній організм. Для дитини розуміння того, що вона росте, міцнішає, стає сильнішою має велике психологічне значення.

 **Питання для обговорення:**

1.Науковці про здоровий спосіб життя.

2.Оздоровча спрямованість фізичного виховання дітей дошкільного віку.

3. Фізкультурно-оздоровчі заходи у регламенті ДНЗ.

4. Перші кроки до формування збереження та зміцнення здоров’я дошкільників.

5. Практичний досвід ДНЗ з використання оздоровчих технологій.

 6. Збереження і зміцнення здоров’я дитини – основна мета дошкільного

 виховання.

 7. Формування у молодших дошкільників уявлень про здоровий спосіб

 життя.

 **Практичні завдання:**

 1. Перевірка виконання самостійної та індивідуальної роботи. Обговорення основних питань теми.

 2. Яким чином можна формувати у дошкільників уявлення про здоровий спосіб життя.

 3. Навести план практичного заняття про здоровий спосіб життя дошкільників.

**Література**

1. Бєлєнька Г. В. Здоров'я дитини від родини: Як виховувати в сім'ї здорову

дитину від народження до повноліття / Національний педагогічний ун-т ім. М.П.Драгоманова. Інститут педагогіки і психології. Кафедра дошкільної педагогіки. Відкрита педагогічна школа ; Бєлєнька Ганна Володимирівна, Богініч Ольга Любомирівна, Машовець Марина Анатоліївна. –К. : СПД Богданова А.М., 2006. –220 с. : іл.

1. Вільчковський Е.С. Критерії оцінювання стану здоров’я, фізичного

 розвитку, та рухової підготовленості дітей дошкільного віку: Навч. посібник. –

 Київ.: ІЗМН, 1998

1. Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей

 дошкільного віку: навч. посіб. / Е.С. Вільчковський, О.І. Курок. – 3-тє вид.,

 стер. – Суми: Університетська книга, 2001. – 428с.

1. Вільчковський Е.С. Організація рухового режиму дітей 5-10 років в

 закладах освіти : навч.-метод. посібник / Е. С. Вільчковський, Н. Ф.

 Денисенко. – Запоріжжя : ЗОІППО, 2006. – 228 с.

 **Практичне заняття 2.**

 **Тема2**: **Методика обстеження фізичного розвитку дітей дошкільного віку (2 год.)**

*Короткі відомості*

 У технології реалізації фізичного виховання особливого теоретичного обґрунтування вимагає такий важливий її компонент, як діагностика та прогнозування здоров’я, фізичного і рухового розвитку дошкільників.

*Проблема діагностики* **-** одна із важливих в освіті, оскільки виховання неможливе без всебічного вивчення дитини. Уміння вивчати дитину – обов’язкова вимога до професійної діяльності кожного педагога.

*Для оцінки початкового фізичного стану дитини*та створення програми подальшого розвитку життєво важливих рухових умінь і навичок педагог повинен володіти методами діагностики**.** Знання про фізичний стан дитини, про її руховий досвід необхідні вихователям для того, щоб відповідним чином організувати процес фізичного виховання, побудувати раціональний режим дня, підібрати нетрадиційні засоби оздоровлення, визначити оптимальність фізичних та розумових навантажень тощо.

 На основі результатів діагностики формуються завдання, зміст і методи фізичного розвитку і виховання, оцінюється їх адекватність.

 Найбільш розробленими є методики оцінки фізичного розвитку, фізичної підготовленості, фізичної працездатності. Однак в умовах особистісно орієнтованого виховання з’явилася необхідність їх перегляду. Вони мають бути *зорієнтовані не на середні показники, а на індивідуальні оцінки* з урахуванням особливостей здоров’я і розвитку дітей. Ці методики повинні об’єднуватися в систему, яка б давала можливість комплексної оцінки динаміки розвитку дітей.

 Діагностику рівня і темпів фізичного, рухового розвитку дітей треба розглядати не як одноразовий, тимчасовий захід, а як цілісний процес, що поєднується із навчанням дітей рухових умінь та навичок.

 Оцінка функціональних можливостей дошкільників передбачає визначення стану ССС, життєвої міскості легенів та розвитку їхнії рухливих якостей (швидкість, спритність, гнучкість, сила, витривалість).
 Для оцінки стану організму дитини використовують показники серцево-судинної системи: систолічний тиск (максимально), який вираховується за формулою 100 + В, де В – вік дитини у роках. Коливання у межах ( + - ) 15 см.рт. ст.

Діастолічний тиск (мінімально) становить ½…1/3 від максимального.

 Пульсовий тиск визначається різницею між систолічним і діастолічним тиском.

За частотою пульсового тиску можна очислити коефіцієнт загальної витривалості (КВ).

 КВ = П х 100/ПД, де П –пульс, ПД – пульсовий тиск

З поступовим розвитком витривалості дитини числове значення КВ знижується.

 Вивчення рівня розвитку рухових якостей у зв’язку з природним зростанням дітей і під впливом спеціально організованої рухової діяльності (заняття з фізичної культури, ранкова гімнастика, рухливі ігри, справи спортивного характеру та ін.) є важливою умовою раціонального управління процесом фізичного виховання дошкільників.

 *Фізкультурні заняття* є пріоритетними у процесі систематичного, послідовного формування, закріплення і вдосконалення основних рухових умінь і навичок у дітей розвитку їхніх фізичних якостей. Проводяться двічі на тиждень за загальним розкладом занять у приміщенні або на майданчику (в період з квітня по жовтень за належних погодних умов, систематично) і тричі на тиждень під час прогулянок у першій половині дня протягом усього року. Тривалість фіз. занять на прогулянках така сама, як і занять у залі, але за холодної днини може подовжуватися на 5 хвилин. Варіативність проведення визначається різними чинниками, як – от: пора року і погода (відповідно – одяг та взуття дітей), наявність обладнання та інвентарю, ступінь володіння дітьми рухами.

 **Питання для обговорення:**

1. Важливість фізичного виховання у дошкільному дитинстві.
2. «Фізичний розвиток дітей в умовах ДНЗ» (Методичні рекомендації МОНУ від 16.08.2010 № 1/9-563)
3. Засоби фізичного виховання дітей дошкільного віку.
4. Значення активної рухової діяльності в дошкільному віці.
5. Норма рухової активності.Визначення рухової активності дошкільників.
6. Руховий режим в дошкільному закладі. Основні методи масового дослідження фізичного розвитку дітей.
7. Антропометричні обстеження.
8. Обстеження функціональних можливостей дитини: визначення стану серцево-судинної системи, життєвої місткості легенів та розвитку рухових якостей.
9. Фізичний розвиток – показник здоров’я дитини.
10. Обстеження фізичного розвитку дитини.
11. Основні методи масового дослідження фізичного розвитку дітей. Обстеження функціональних можливостей дитини.
12. Методика обстеження фізичного розвитку дитини дошкільного віку.
13. Обстеження функціональних можливостей дітей
14. Обстеження рухової підготовленості дітей.

11. Обстеження рухової активності дітей дошкільного віку.

 12. Обстеження функціональних можливостей дітей: функціональних проб із дозованим фізичним навантаженням.

 **Практичні завдання:**

 1. Перевірка виконання самостійної та індивідуальної роботи. Обговорення основних питань теми.

 2. Методи обстеження постави та стану склепіння стопи. Запропонуйте заходи щодо покращення стану здоровя та фізичної підготовленості дошкільників

 3. Розробити проект власного бачення завдань фізичного виховання в сучасних умовах ДНЗ.

 4. Розібрати вимоги до добору загально розвивальних вправ.

 5. Ознайомитись з основними методиками розвитку рухових якостей: швидкості, сили, гнучкості, з основними вправами загартування дошкільників.

 6. Описати техніку виконання основних рухів (в зошит).

 7. Назвіть засоби для попередження травматизму у дітей під час виконання основних рухів.

 8. Підготуйте аргументований виступ з теми «Оптимальна рухова активність – необхідна умова всебічного розвитку дітей дошкільного віку».

 9. Обгрунтуйте думку про те, які принципи покладено в основу визначення норми рухової активності дошкільників.

**Література:**

1.Вільчковський Е.С. Критерії оцінювання стану здоров’я, фізичного

розвитку, та рухової підготовленості дітей дошкільного віку: Навч. посібник. – Київ.: ІЗМН, 1998.

2.Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей

дошкільного віку: навч. посіб. / Е.С. Вільчковський, О.І. Курок. – 3-тє вид., стер. – Суми: Університетська книга, 2001. – 428с.

3.Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкільникам: Программа и

программные требования. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.

4.Щербак А.П. Тематические физкультурные заняття и праздники в

дошкольном учреждении: Влияние физического воспитания на саморегуляцию поведения дошкольника: пособие для педагогов дошк. учреждений. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2004

1. Бєлєнька Г. В. Здоров'я дитини від родини: Як виховувати в сім'ї здорову

дитину від народження до повноліття / Національний педагогічний ун-т ім. М.П.Драгоманова. Інститут педагогіки і психології. Кафедра дошкільної педагогіки. Відкрита педагогічна школа ; Бєлєнька Ганна Володимирівна, Богініч Ольга Любомирівна, Машовець Марина Анатоліївна. –К. : СПД Богданова А.М., 2006. –220 с. : іл.

**Практичне заняття 3**

**Тема 3: Лікарсько педагогічний контроль за фізичним вихованням у ДНЗ (2 год.)**

*Короткі відомості*

 Успішним вирішенням завдань з фізичного виховання дітей значною мірою залежить від якості лікарсько-педагогічного контролю. У ДНЗ він здійснюється за такими напрямками.

 1.Систематичне проведення медичних оглядів і оцінка стану здоров' я, нервово-психічного та фізичного розвитку; функціональними можливостями та динамики розвитку рухів дітей.

 Під час медичного огляду визначається стан здоров' я, її фізичний розвиток (довжина та маса тіла, окружність грудної клітки) стан з поставою та склепінням стоп дитини. Поглиблене медичне обстеження обов’язково містить докладну характеристику опорно-рухового апарата дитини. Перш за все обстежується стан кісткової системи – наявність деформацій та їх ступінь. Порушення постави та деформація стоп частіше мають функціональний характер і визначаються в основному недостатнім розвитком м'язів та зв'язок. Обстеження містить докладну характеристику опорно-рухового апарата, враховуються антропометричні показники. Дані порівнюються з оціночними таблицями фізичного розвитку дітей.

 На основі комплексного мед.обстеження (органів дихання, серцево-судинної системи та ін. діти розподіляються за станом здоров' я на три групи: 1 - основна, 2 - підготовча, 3 - спеціальна.

 Розподіл дітей на медичні групи кожного півроку переглядається. Якщо стан здоров' я дитини 2 гр.погріршуєтья (або покращується) її переводть у 3 (або 1 гр.)

 ІІ.Спостереження за проведенням різних організаційних форм фізичного виховання, контроль за змістом, методикою проведення фізичних вправ, відповідність їх анатомо-фізіологічним можливостям. Контороль за дотриманням режиму дня та організацією раціонального харчування.

 Систематичне виконання фізичних вправ зміцнює опорно-руховий апарат дити та сприяє профілактиці порушень постави тп плоскостопості.

 Обмін думками між лікарем та вихователем дає можливість накреслити конкретні шляхи, спрямовані на оздоровлення дітей.

 **Питання для обговорення:**

 1. Напрямки лікарсько-педагогічного контролю за фізичним вихованням дітей. Характеристика експрес-контролю

 2. Контроль за станом здоров'я та фізичним розвитком дітей.

 3. Контроль за розвитком рухів дітей та організацією рухового режиму.

 4. Контроль за організаційними формами фізичного виховання дітей

 5.Функціональні обов’язки педагогічного колективу у керівництві фізичним вихованням дітей.

 6. Контроль за повсякденним станом і поведінкою дитини

 7. Основні причини травматизму дітей та їх попередження.

 8. Принципи розподілу дітей дошкільного віку за групами здоров**’**я

 9. Схема розподілу дітей дошкільного віку за групами здоров**’**я.

 10.Поняття про втому, критерії оцінки втоми дітей

**Практичні завдання:**

1. Перевірка виконання самостійної та індивідуальної роботи. Обговорення основних питань теми.

2. Записати в зошити основні напрямки вирішення завдань з фізичного виховання дітей.

3. Застосування функціональних проб на дозоване фізичне навантаження:

 а) проба з переміною положення тіла; б) проба на дозоване м’язове навантаження.

4. Скласти орієнтований режим дня від народження до 6 років.

**Література:**

1.Вільчковський Е.С. Критерії оцінювання стану здоров’я, фізичного

розвитку, та рухової підготовленості дітей дошкільного віку: Навч. посібник. – Київ.: ІЗМН, 1998.

2.Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей

дошкільного віку: навч. посіб. / Е.С. Вільчковський, О.І. Курок. – 3-тє вид., стер. – Суми: Університетська книга, 2001. – 428с.

3.Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкільникам: Программа и

программные требования. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.

4.Щербак А.П. Тематические физкультурные заняття и праздники в

дошкольном учреждении: Влияние физического воспитания на саморегуляцию поведения дошкольника: пособие для педагогов дошк. учреждений. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2004

 **5.** Бєлєнька Г. В. Здоров'я дитини від родини: Як виховувати в сім'ї здорову дитину від народження до повноліття / Національний педагогічний ун-т ім. М.П.Драгоманова. Інститут педагогіки і психології. Кафедра дошкільної педагогіки. Відкрита педагогічна школа ; Бєлєнька Ганна Володимирівна, Богініч Ольга Любомирівна, Машовець Марина Анатоліївна. –К. : СПД Богданова А.М., 2006. –220 с. : іл.

 **Практичне заняття 4 -5**

**Тема 4**:**.Традиційні оздоровчі технології в фізичному розвитку**

**дітей дошкільного віку. (4 год.)**

 *Короткі відомості*

 Сучасна освіта характеризується широким впровадженням технологічного підходу.

 У кожне заняття обов’язково включають аутотренінг, коригувальні вправи, елементи методики М. Єфименка. А також навчає дітей елементів ігор спортивного характеру: баскетбол, футбол, хокей, волейбол.

 Крім традиційних такі види занять з фізкультури: ігрові, заняття – тренування, сюжетно – рольові, заняття, що будуються на танцювальному матеріалі (проводять музичний керівник спільно з вихователем).

 Прогулянки. Основна мета прогулянок – походів – оздоровлення дітей, запобігання *гіподинамії,* вдосконалення рухових навичок у природних умовах та розвиток фізичної витривалості. Вони проводяться, починаючи з другої молодшої групи. Їх тривалість становить: у другій молодшій групі – 15–20 хв., у середній – 20 – 25 хв., у старшій – 25 – 30 хв. в один бік.
 Особливого значення набуває *самостійна рухова діяльність як форма активізації рухового режиму.* Щодня в усіх вікових групах на неї відводиться час у вільні від занять години ранкового прийому, прогулянок, надвечір’я тощо.

У відведений для самостійної рухової діяльності час з дітьми різних вікових категорій щодня організовується також *індивідуальна робота з фізичного виховання.* Дітей залучають до неї для ознайомлення з основними рухами, поглибленого розучування їх та закріплення відповідних навичок для усунення відставання в розвитку фізичних якостей (внаслідок невідвідування ДНЗ, індивідуальних особливостей стану здоров’я, фізичного і психічного розвитку та інших чинників). Її метою є також активізація малорухливих дітей, запобігання порушення постави і стопи та виправлення їх. Виходячи з аналізу стану здоров’я, фізичного розвитку й підготовленості, інтерес дітей, педагоги визначають мету індивідуальної роботи, добирають потрібне обладнання та інвентар і проводять її з однією дитиною чи з підгрупами по 2–4 дітей.
Такі форми роботи допомагають дитині відчути себе частинкою природи, навчитись зливатися з природою, стати більш гармонійним.

 *Оздоровчо – валеологічна робота.*З метою збереження і зміцнення здоров'я, сприяння всебічному фізичному розвиткові, підвищення рівня функціональних та адаптаційних можливостей організму дітей в ДНЗ впроваджуються: ранкова гімнастика, яка збадьорює дітей і створює гарний настрій; після денного сну – гімнастика пробудження, яку вихователі проводять під мелодійну музику в поєднанні з повітряними ваннами.

 Доктор мед. наук Змановський Ю.Ф. розробив основні положення здоров’язбережувального аспекту діяльності ДНЗ:

* використання психогігієнічних засобів і методів;
* реалізація оригінальної системи загартування дітей;
* створення умов для оздоровчих режимів.

 Науково-методичні основи створення здоров’язбережувальногосередовища визначаються, насамперед, пріоритетом засобів фізичної культури у збереженні та зміцненні здоров’я дітей.

У класифікацію засобів фізичного виховання закладені функціональні можливості кожного з них, який впливає на організм дитини в цілому, хоча кожний засіб має свій специфічний вплив на певну систему або орган.

 Тому важливе значення має гармонійне поєднання різних фізичних вправ з оздоровчими силами природи та гігієнічними факторами.

 Базова програма розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі» приділяє особливу ува­гу впровадженню в навчально-виховний процес здоров'язбережувальних технологій, що дають змогу проводити оздоровлення в цікавих різнома­нітних формах, забезпечують фізичне, соціально-емоційне, духовне, інтелектуальне благополуччя дошкільнят

 *Поняття «здоров’язбережувальна технологія»* вважається синонімом до «системи фізкультурно-оздоровчої роботи».За останні роки ця система у багатьох ДНЗ удосконалилася, збагатилася новими підходами, новими шляхами реалізації, елементами здоров’язбережувальних методик.

 У технології реалізації фізичного виховання особливого теоретичного обґрунтування вимагає такий важливий її компонент, як діагностика та прогнозування здоров’я, фізичного і рухового розвитку дошкільників.

*Технології навчання* **с**прямовані на підвищення рівня знань, умінь і навичок протидії негативним явищам та формування відповідальної поведінки.

 Поняття *“здоров’язберігаючі технології*” об’єднує в собі всі напрями діяльності загальноосвітнього закладу щодо формування, збереження та зміцнення здоров’я дітей.

*Під здоров’язберігаючими технологіями* вчені пропонують розуміти:

сприятливі умови навчання та виховання дитини в ДНЗ (відсутність стресових ситуацій, адекватність вимог, методик навчання та виховання);

оптимальну організацію навчального процесу (відповідно до вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм);

повноцінний та раціонально організований руховий режим.

Слід зазначити, що впровадження здоров’язберігаючих освітніх технологій пов’язано з використанням медичних (медико-гігієнічних, фізкультурно-оздоровчих, лікувально-оздоровчих), соціально-адаптованих, екологічних здоров’язберігаючих технологій та технологій забезпечення безпеки життєдіяльності.

* Сутність здоров’язберігаючих та здоров’яформуючих технологій постає в

комплексній оцінці умов виховання і навчання, які дозволяють зберігати наявний стан дітей, формувати більш високий рівень їхнього здоров’я, навичок здорового способу життя, здійснювати моніторинг показників індивідуального розвитку, прогнозувати можливі зміни здоров’я і проводити відповідні психолого-педагогічні, корегувальні, реабілітаційні заходи з метою забезпечення успішності навчальної діяльності та її мінімальної фізіологічної “вартості”, поліпшення якості життя суб’єктів освітнього середовища.
*здоров’язберігаючі* – технології, що створюють безпечні умови для

перебування, навчання в ДНЗ та ті, що вирішують завдання раціональної організації виховного процесу (з урахуванням вікових, статевих, індивідуальних особливостей та гігієнічних норм), відповідність навчального та фізичного навантажень можливостям дитини.

 На основі отриманих на початку року діагностичних даних проводиться корекційна робота щодо зміцнення здоров’я дітей, покращення фізичного розвитку, рухової підготовленості. Вона повинна проводитися індивідуально чи підгрупами кожного дня і займати відповідне місце у режимі дня.

 **Питання для обговорення:**

 1. Поняття про традиційні оздоровчі технології в освітньому процесі.

 2. Здоров’язберігаючі технології та їх класифікація.

 3. Практичний досвід ДНЗ з використання оздоровчих технологій.

 4. Фізичні вправи в оздоровчих технологіях.

 5. Роль гімнастики в укріпленні здоров'я дітей.

 6. Оздоровчі сили природи як засіб фізичного виховання.

 7. Використання природних чинників в процесі загартування дошкільників

 8. Особливості методики оздоровчої фізкультури, зумовленої діагнозом ослаблених дітей

 9. Вплив фізичних вправ на відновлення та покращення здоров'я дошкільників.

 10. Фізична культура як головний засіб профілактики захворювань дітей дошкільного віку.

 11. Використання лікувальної фізкультури як головний засібу реабілітації дітей.

12.Особливості методики оздоровчої фізкультури, зумовленої діагнозом ослаблених дітей

13.Використання природних чинників в процесі загартування дошкільників

14.Значення, зміст та завдання оздоровчого масажу.

15.Коротка історія розвитку про зародження та розвиток масажу як методу профілактики та лікування захворювань.

16.Анатомо-фізіологічна дія масажу на організм дитини.

17.Способи і прийоми обстеження різних ділянок тіла перед проведенням масажу.Норми тривалості масажу для дошкільників.

18.Показання та протипоказання до проведення масажу

19.Коротка характеристика прийомів масажу для дітей дошкільного віку.

 **Практичні завдання:**

 1. Перевірка виконання самостійної та індивідуальної роботи. Обговорення основних питань теми.

 2. Ознайомитись із загартуванням організму дитини природними чинниками (сонце, вода, повітря).

3. Дібрати ефективні способу впливу на фізичний розвиток дітей (у приміщенні та на повітрі).

4. Ознайомитись з методикою проведення методів загартування:

повітряні та сонячні ванни, вологе обтирання, обливання водою ніг і тіла, душ, контрастне обливання ніг,купання у водоймах тощо.

З'ясувати показання та протипоказання для проведення за гартувальних процедур

5.Масаж.Ознайомлення з методикою проведення видів

профілактичного масажу для дошкільників: загальний та окремих ділянок тіла. Використання основних прийомів(на моделі ляльки): а) прогладжування; б) розтирання; в) розминання; г) вібрація.

 З'ясування основних помилок при виконання оздоровчого масажу.

6.Ознайомитись з формами фізичної культури в ДНЗ. Навчитись проводити різноманітні форми роботи з фізичного виховання: ранкову та гігієнічну гімнастики, малі форми активного відпочинку, фізкультурні заняття, рухливі та спортивні ігри.

7. Ознайомитись з собливостями методики оздоровчої фізкультури, зумовленої діагнозом ослаблених дітей.

**Література:**

1.Вільчковський Е.С. Критерії оцінювання стану здоров’я, фізичного

розвитку, та рухової підготовленості дітей дошкільного віку: Навч. посібник. – Київ.: ІЗМН, 1998.

2.Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей

дошкільного віку: навч. посіб. / Е.С. Вільчковський, О.І. Курок. – 3-тє вид., стер. – Суми: Університетська книга, 2001. – 428с.

3.Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкільникам: Программа и

программные требования. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.

 **5.** Бєлєнька Г. В. Здоров'я дитини від родини: Як виховувати в сім'ї здорову дитину від народження до повноліття / Національний педагогічний ун-т ім. М.П.Драгоманова. Інститут педагогіки і психології. Кафедра дошкільної педагогіки. Відкрита педагогічна школа ; Бєлєнька Ганна Володимирівна, Богініч Ольга Любомирівна, Машовець Марина Анатоліївна. –К. : СПД Богданова А.М., 2006. –220 с. : іл.

1. Щербак А.П. Тематические физкультурные заняття и праздники в

дошкольном учреждении: Влияние физического воспитания на саморегуляцию поведения дошкольника: пособие для педагогов дошк. учреждений. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2004. – С 53

**Практичне заняття 6-7**

**Тема 5**: **Інноваційні оздоровчі технології в фізичному розвитку дітей дошкільного віку. (4 год.)**

 *Короткі відомості*

 Поряд із традиційними технологіями фізкультурно – оздоровчої роботи використовують *інноваційні технології.* Проводять хвилинки – здоровинки, як частину заняття (фізкультхвилинку) чи як фізкультпаузу, точковий масаж, пальчикові вправи, психогімнастики, щоб фізично розвантажити дітей, допомогти їм зняти втому або стимулювати діяльність певних органів під час різних видів навчальної діяльності. Організовуючи рухову активність у повсякденні проводять тижні безпеки життєдіяльності, заняття – змагання, спортивні свята та розваги, малі олімпійські ігри (два рази на рік) до участі в яких залучають медиків та батьків.

 Безсумнівно, здоров’я – це основа життя людини, не самоціль, а необхідна умова розвитку та підготовки дитини до життя.

 На сучасному етапі розвитку дошкільної освіти існує потреба у педагогічних інноваціях у галузі фізичного виховання, яка вимагає вирішення.

 Проте *«нововведення»* інколи сприймаються дошкільними педагогами неадекватно, розглядаються як самоціль, не інтегруються у цілісну систему.

 Новації часто тлумачаться на власний розсуд кожного педагога, включаються у практику без наукового підґрунтя, без теоретичного осмислення, без певного алгоритму діяльності. Для багатьох ДНЗ типовим є використання інноваційних технологій для зовнішнього ефекту та відповідності сучасним вимогам, а не для здоров’я чи розвитку дитини.

 Для ефективної організації фізичного виховання дітей дошкільні працівники мають осмислити поняття *«інновації», «технології»,* тому що тільки професійні знання можуть бути головним інструментом у реалізації будь-якого педагогічного впливу.

 *Інновація –* процес передачі в практику і засвоєння нового (нової ідеї, методу, засобу, технології, системи тощо).

*Інноваційні процеси – це* не експеримент чи упровадження окремих новацій. Інноваційна діяльність характеризується системністю, цілісністю. Педагогічні інновації у галузі фізичного виховання дітей дошкільного віку повинні являти собою певну внутрішню систему і органічно вписуватися в освітньо-виховну систему дошкільного закладу, фізична культура повинна зайняти у ній чітко визначене місце.

 Одним *із інноваційних напрямків* вчені вважають розробку саме оздоровчої спрямованості фізичного виховання дітей дошкільного віку. Принцип передбачає домінанту здоров’я в усіх формах роботи з дітьми. Доцільність проведення будь-якого педагогічного проекту, заходу, впливу необхідно розглядати з позиції здоров’я дитини.

* *оздоровчі –* технології, спрямовані на вирішення завдань зміцнення

фізичного здоров’я учнів, підвищення потенціалу (ресурсів) здоров’я: фізична підготовка, фізіотерапія, аромотерапія, загартування, гімнастика, масаж, фітотерапія, музична терапія;

* *технології навчання здоров’ю* – гігієнічне навчання, формування

життєвих навичок (керування емоціями, вирішення конфліктів тощо), профілактика травматизму та зловживання психоактивними речовинами, статеве виховання. Ці технології реалізуються завдяки включенню відповідних тем до предметів загально-навчального циклу, введення до варіативної частини навчального плану нових предметів, організації факультативного навчання та додаткової освіти;

* *виховання культури здоров’я* – виховання у дітей особистісних

якостей, які сприяють збереженню та зміцненню здоров’я, формуванню уявлень про здоров’я як цінність, посиленню мотивації на ведення здорового способу життя, підвищенню відповідальності за особисте здоров’я, здоров’я родини.

 У разі введення «нового» в галузі фізичного виховання дітей дошкільного віку важливо пам’ятати основне правило – «не зашкодити здоров’ю».

 В умовах дитячого садка вихователі можуть впроваджувати різноманітні оздоров­чі та профілактичні технології іннова­ційного та здоров'язбережувального характеру. Важливо при цьому врахо­вувати індивідуальні особливості вихо­ванців. Практика показала ефективність оздоровчих технологій, а саме: *арт-терапії, піскової терапії, ігрової та казкотерапії, сміхотерапії, музичної те­рапії, кольоротерапії тощо.*

*Терапія означає "лікування".* Але в умовах дитсадка впровадження таких техно­логій передбачає профілактику різних захворювань, поліпшення психоемо­ційного стану дошкільнят.

 Серед інноваційних оздоровчих технологійдля дошкільників слід виокремити і такі нетрадиційні методи, як пальчикову (вправи, ігри, картинки), дихальну та звукову гімнастику, імунну гімнастику, психогімнастику (вправи, ігри, етюди, пантоміми),точковий масаж за методико Уманської тощо. Популярності набуло застосування в практиці роботи ДНЗ оздоровчих технологій, що використовуються з профілактично-лікувальною метою, виділити наступні**:** фітотерапія (чаї, коктейлі, фітомішечки); аромотерапія (ароматизація приміщення);вітамінотерапія (вітамінізація страв).

Вихователі використовують час для занять на власний розсуд, орієнтуючись на зацікав­леність малят, їхні можливості та їхню працездатність.

 Здоров’язбережувальна технологія – своєрідна конкретизація методики, змістова техніка реалізації фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми; системний педагогічний процес, спрямований на реалізацію прогнозованих індивідуальних показників здоров’я, фізичного, рухового, загального розвитку дітей, побудований на певних алгоритмах діяльності.

 Специфіка технології полягає у тому, що її мета конкретизується точними, наперед прогнозованими результатами у певному часовому періоді.

 У фізичному вихованні якісними показниками є здоров’я дітей, їх фізичний і руховий розвиток.

Проводяться комплекси оздоровчих вправ, дихальної гімнастики, різні види *масажу:*щіточковий, горіховий, рукавичковий, точковий.

 Діти проводять імітацію рухів під музичний супровід з відтворенням образів різних тварин, птахів, що сприяє психофізичному розвитку малят.

До корекційних технологій відносять музикотерапію, казкотерапію, изотерапию, логоритмику, арттерапію.

 Таким чином, виникла потреба в удосконаленні системи фізичного виховання в дошкільних закладах. У практиці дошкільної освіти треба створити систему фізичного виховання, основним завданням якої б стало оздоровлення дітей з використанням усього арсеналу засобів і методів традиційної і нетрадиційної фізичної культури при обов’язковому врахуванні індивідуальних особливостей кожної дитини.

 **Питання для обговорення:**

 1. Поняття про іноваційні оздоровчі технології в освітньому процесі.

 2. Практичний досвід ДНЗ з використання інноваційних оздоровчих технологій.

 3. Іноваційні здоров’язберігаючі технології в ДНЗ:

а) оздоровчи нетрадиційні методи (пальчикова, дихальна, імунна,психогімнастика);

б) профілактично-лікувальні (фітотерапія, ароматерапія)

в) сміхотерапі, пісочна терапія,

 **Практичні завдання:**

1. Перевірка виконання самостійної та індивідуальної роботи. Обговорення основних питань теми.

2. Вправляння студентів у техніці виконання танцювальних рухів.

3. Моделювати фрагментів занять з використанням інноваційних технологій (футбол гімнастика, флорбол гімнастика, піскова терапія, фітотерапія)

4. З'ясувати показання та протипоказання для проведення інноваційних технологій в дошкільному закладі.

 **Література:**

1.Вільчковський Е.С. Критерії оцінювання стану здоров’я, фізичного

розвитку, та рухової підготовленості дітей дошкільного віку: Навч. посібник. – Київ.: ІЗМН, 1998.

2.Вільчковський Е.С. Теорія і методика фізичного виховання дітей

дошкільного віку: навч. посіб. / Е.С. Вільчковський, О.І. Курок. – 3-тє вид., стер. – Суми: Університетська книга, 2001. – 428с.

3.Глазырина Л.Д. Физическая культура - дошкільникам: Программа и

программные требования. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001.

4.Щербак А.П. Тематические физкультурные заняття и праздники в

дошкольном учреждении: Влияние физического воспитания на саморегуляцию поведения дошкольника: пособие для педагогов дошк. учреждений. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2004

 **5.** Бєлєнька Г. В. Здоров'я дитини від родини: Як виховувати в сім'ї здорову дитину від народження до повноліття / Національний педагогічний ун-т ім. М.П.Драгоманова. Інститут педагогіки і психології. Кафедра дошкільної педагогіки. Відкрита педагогічна школа ; Бєлєнька Ганна Володимирівна, Богініч Ольга Любомирівна, Машовець Марина Анатоліївна. –К. : СПД Богданова А.М., 2006. –220 с. : іл.

**ДИДАКТИЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ**

 **САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ СТУДЕНТІВ**

 **(60 год.)**

 **Самостійна робота студентів** ув умовах кредитно-модульної ситеми організації навчального процесу (КМСОНП) спрямована на розвиток особистості майбутнього фахівця, здатного не лише самостійно здобувати знання, а й реалізувати їх відповідно до практичних вимог сьогодення.

 Самостійна робота охоплює різні види завдань:

* опрацювання лекційного матеріалу,матеріалів рекомендованих підручників, довідкової літератури;
* вивчення окремих тем (питань), винесених на самостійне опрацювання;
* аналіз програм оздоровчого спрямування;
* написання рефератів з тем курсу;
* конспекти проектів, тренінгів, сценаріїв здоров’язберігаючих ігор;
* планів співпраці ДНЗ з іншими організаціями з питань оздоровлення дошкільників;
* складання та заповнення таблиць, схем тощо.

Форми контролю самостійної роботи: участь в обговоренні теоретичних питань на практичних заняттях, модульна контрольна робота, виконання вправ і завдань тощо.

 **1 тема** **Вступ.Формування у дошкільників свідомого ставлення до власного здоров’я…**………………………………………………………………………..2 год.

Написання рефератів з теми: Формування у дошкільників свідомого ставлення до власного здоров’я.

**2 тема**  **Методика обстеження фізичного розвитку дітей дошкільного**

 **віку** …………………………………………………………………….............20 год.

 **1.Написання рефератів** ( 1 тема)

 **2. Законспектувати теми** (у зошит):**:**

1. Вікові особливості фізичного розвитку дитини дошкільного віку: антропометричні показники.
2. Вікові особливості фізичного розвитку дитини дошкільного віку: кісткова система.
3. Вікові особливості фізичного розвитку дитини дошкільного віку: м’язова система.
4. Вікові особливості фізичного розвитку дитини дошкільного віку: дихальна система.
5. Вікові особливості фізичного розвитку дитини дошкільного віку: нервова система.
6. Вікові особливості фізичного розвитку дитини дошкільного віку: серцево-судинна система.
7. Визначити поняття «фізичний розвиток», «антропометрія».
8. Закономірності збільшення основних антропометричних показників у дітей.
9. За якими морфологічними показниками оцінюється фізичний розвиток дитини?
10. Як оцінюється індивідуальний фізичний розвиток дитини?
11. Методика визначення довжини та маси тіла дитини.
12. Методика визначення окружності грудної клітки.
13. Обстеження функціональних можливостей організму дитини.
14. Як проводиться функціональна проба на дозоване навантаження ?
15. Як визначається фізична працездатність у дошкільників?
16. Визначити поняття: «швидкість», «спритність», «гнучкість». «сила», «витривалість».
17. Методика обстеження стрибка у довжину з місця у дошкільників?
18. За якими показниками оцінюється якість стрибка у довжину з місця у дітей молодшого та старшого дошкільного віку?
19. Методика обстеження стрибків у довжину з розбігу у дошкільників?
20. За якими показниками оцінюється якість стрибка у довжину з розбігу у дітей молодшого та старшого дошкільного віку?
21. Методика обстеження стрибків у висоту з розбігу у дошкільників?
22. За якими показниками оцінюється якість стрибка у висоту з розбігу у дітей молодшого та старшого дошкільного віку?
23. Методика обстеження метання торбинки з піском на дальність у дошкільників.
24. За якими показниками оцінюється якість метання торбинки з піском у дітей молодшого та старшого дошкільного віку?
25. Забезпечення рухової активності в повсякденному житті дітей дошкільного віку.

 3 тема. **Лікарсько педагогічний контроль за фізичним вихованням**

 **у ДНЗ**…………………………………………………………………… …… 8 год.

 **1. Написання рефератів**

 **2. Законспектувати теми** (у зошит):

1. Напрямки лікарсько-педагогічного контролю за фізичним вихованням у ДНЗ.
2. Як здійснюється розподілення дітей на групи здоров’я?
3. Причини дитячого травматизму в умова дошкільного навчального закладу.
4. Лікарсько-педагогічний контроль за розвитком рухів та організацією рухового режиму.
5. Контроль за організованими формами фізичного виховання у умовах ДНЗ.
6. Які фактори впливають на формування моторики у дошкільників?
7. За якими показниками оцінюється рухова підготовленість дітей?
8. Методика обстеження ходьба у дошкільників?
9. За якими показниками оцінюється якість ходьби у дітей молодшого та старшого дошкільного віку?
10. Методика обстеження бігу у дошкільників?
11. За якими показниками оцінюється якість бігу у дітей молодшого та старшого дошкільного віку?

**4 тема .Традиційні оздоровчі технології у фізичному розвитку дітей дошкільного віку…………………………………………..…………….........14 год.**

**1. Написання рефератів**

**2. Законспектувати теми** (у зошит):

 Методика визначення рухової активності дітей.

1. Які патологічні зміни у функціях організму дітей можуть спричинювати порушення постави?
2. Які фактори впливають на формування стоп у дошкільників?
3. Методика визначення викривлень хребта у дитини.
4. Методика плантографії.
5. Вправи для формування навичок дихання та покращення життєвої місткості легенів у дошкільника.
6. Засоби для розвитку рухових якостей у дошкільників.
7. Які організаційні форми з фізичної культури входять до рухового режиму дітей в умовах ДНЗ?
8. Методика проведення ранкової гімнастики.
9. Методика визначення загальної та моторної щільності заняття.
10. Здоров’язбережувальні технології в умовах організованого дитинства (дихальні вправи, пальчикова гімнастика, гімнастика для очей, загартовуючи процедури тощо).

**5 тема. Інноваційні оздоровчі технології у фізичному розвитку дітей дошкільного віку**…………………………………………..…………….........16 год.

**1. Написання рефератів**

**2. Законспектувати теми** (у зошит):**:**

1. Які фактори впливають на формування стоп у дошкільників?
2. Методика визначення викривлень хребта у дитини.
3. Методика плантографії.
4. Вправи для формування навичок дихання та покращення життєвої місткості легенів у дошкільника.
5. Засоби для розвитку рухових якостей у дошкільників.
6. Які організаційні форми з фізичної культури входять до рухового режиму дітей в умовах ДНЗ?
7. Методика проведення ранкової гімнастики.
8. Методика визначення загальної та моторної щільності заняття.
9. Нетрадиційні технології здоров’я (арт-терапія, кольоротерапія, фітотерапія.
10. Здоров’язбережувальні технології в умовах організованого дитинства (дихальні вправи, пальчикова гімнастика, гімнастика для очей, загартовуючи процедури тощо).

 **Підсумкова тека:** усне опитування, тестовий контроль.

Індивідуальні завдання:

 **Підготувати реферат на одну з тем:**

1. Здоров’язберігаючи технології

2. Особливості традиційних здоров’язберігаючих технології в ДНЗ

3. Іноваційні здоров’язберігаючи технології в сучасному ДНЗ

4. Особливості роботи з охорони та зміцненню здоров’я дітей дошкільного віку

5. Вплив фізичних вправ на покращення здоров’я дошкільників

6. Форми лікувальної фізкультури у ДНЗ

7. Використання природних чинників в процесі застосування різних форм лукувальної фізкультури

8. Форми і методи повернення дошкільників до активної життєдіяльності після перенесенних захворювань.

9. Профілактика та корекція плоскостопості в дошкільному віці

10.Порушення постави у дітей дошкільного віку

 11.Розвиток рухових якостей у дошкільників

1. Обстеження рухової активності дітей дошкільного віку
2. Основи реабілітації, охорони та зміцнення здоров’я дошкільників
3. Необхідність фізичної реабілітації у колективі.
4. Методика проведення занять з лікувальної фізичної культури
5. Особливості методики оздоровчої фізкультури, зумовленої діагнозом ослаблених дітей

**ІІ.Скласти комплекси лікульної фізкультури**

1. З використанням традиційних здоров’язберігаючих технологій
2. З використанням іноваційних здоров’язберігаючих технологій

 **ІІІ. Виконання тестових завдань**

 **ІУ. Підсумковий контроль за виконанням самостійної роботи**

Відповісти на запитання із законспектованих тем (теми див. вище).

**Список рекомендованої літератури до самостійної роботи**

1. Базовий компонент дошкільної освіти в Україні // Дошк. виховання, 1999. – № 1. – С. 6-19.
2. Березіна И. О., Вінда О. В., Галябарник М. М. Запрошує­мо до діалогу: За проектом «Діалог»: Навч. посіб. К.: Богдан, 2003. — 128 с.
3. Вільчковський Е.С. Критерії оцінювання стану здоров’я, фізичного розвитку, та рухової підготовленості дітей дошкільного віку: Навч. посібник. – Київ.: ІЗМН, 1998
4. Глазырина Л.Д., Овсянкин В.А. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста: Пособие для педагогов дошкольных учреждений. – М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2000
5. Григоренко Г. /., Денисенко Н. Ф., Коваленко Ю. О., Маковецька Н. В. Нетрадиційні методи оздоровлення дітей дошкільного віку. — Запоріжжя: ЗНУ, 2006. — С. 54-74.
6. Денисенко Н. Ф., Аксьонова О. П. Через рух до здоров’я дітей: Навч.-метод, посіб. — Тернопіль: Мандрівець, 2009. - 88 с.
7. Денисенко Н., Григоренко / Михайліченко А. Азбука без­пеки і здоров’я (100 ігор для дітей 4-8 років). — Дніпро­петровськ: Ґенеза-Південь, 2004. — 80 с.
8. Денисенко Н., Григоренко Михайліченко А. Дитячі на­родні рухливі ігри. — Запоріжжя: ЗОЇ П ПО, 2003. — 75 с.
9. Денисенко Н., Григоренко Г., Михаиліченко А. Дітям про здоров’я та особисту безпеку. — 3-тє вид., допов. — Дніпропетровськ: Генеза-Південь, 2007,— 146с.
10. Денисенко Н. Ф. Від гармонії кольорів до здоров’я ди­тини // Початкове навчання та виховання. — 2006. — № 31.-С. 41-47.
11. Денисенко Н. Ф.Той цілющий аромат//Дошкільне ви­ховання. — 1993. — № 1. — С. 24-25.
12. Денисенко Н. Ф. Оздоровчі технології в освітньому процесі // Дошкільне виховання. — 2004. — № 1-2. —С. 4-6.
13. Денисенко Н. Ф. Правильне дихання — здорове життя // Палітра педагога. — 2004. — № 4. — С. 5-7.
14. Денисенко Н. Ф. Працездатність дитини // Дошкільне виховання. — 2005. — № 9.— С. 7-9.
15. Змановскии Ю. Ф. Воспитаем детей здоровыми. — М.: Медицина, 1989. — 128 с.
16. Дитина: Програма виховання і навчання дітей дошкільного віку. – К.: „Богдана”, 2004. – 232с.
17. Малятко: Програма виховання дітей дошк. Віку / за ред. З.П.Плохій. – К., 1991.
18. О.Богініч Сучасні пріоритети фізичного розвитку дітей / Дошкільне виховання №7 2005. – С.12-14
19. М.Єфименко Корекційне фізичне виховання / Дошкільне виховання №7 2005. – С.14-16
20. Кононко О. Л. Субсфера «Я — фізичне»; Субсфера «Я — психічне» // Коментар до Базового компонента до­шкільної освіти в Україні. — К.: Ред. журн. «Дошкільне виховання», 2003. — 243 с.
21. Лохвицька Л. В., Андрущенко Т. К. Дошкільникам про основи здоров’я: Навч.-метод, посіб. — Тернопіль: Мандрівець, 2007. — 176 с.
22. Никифоров Г. С. Психология здоровья. — СПб.: Речь, 2002. - 256 с.
23. Овчинникова І С. Организация здоровьесберегающей деятельности в дошкольных образовательньых учреждениях. — СПб.: Кара, 2006.-176 с.
24. Оржеховська В., Тарасова Т. Духовність — це здоров’я молодого покоління. — Тернопіль: Тернограф, 2005. — 216с.
25. Педагогика: педагогические теории, системы, технологии: Учеб.

пособие для студентов сред. пед. учеб. заведений / С.А.Смирнов, И.Б.Котова, Е.Н. Шиянов (Под ред. С.А. Смирнова). – 2-е изд. испр. и доп. – М.: Издат. центр "Академия", 1999. – 544 с.

1. Сепевко Г. К. Современные образовательные техноло­гии. — М.: Народное образование, 1998. — С. 29.
2. Синягина Н. Ю., Кузнецова И. В. Как сохранить и укрепить здоровье детей. Психологические установки и упражнения. — М.: Владос, 2004. — 150 с.
3. СоловьеваО. И. Игры, занятия, прогулки на летней детской площадке. — М.: Просвещение, 1968. — 197 с.
4. Сухарев А. Г. Двигательная активность и здоровье под растаюшего поколения. — М.: Знание, 1976. — 60 с.
5. Федорченко Т. Є. Кроки до здоров’я (профілактика вжи­вання неповнолітніми наркотичних речовин): Навч.- метод. посіб. — К.: XIК, 2003. — С. 6.
6. Фіцула М. М. Педагогіка. — К.: Академвидав, 2005. — 560 с.
7. Щербак А.П. Тематические физкультурные занятия и праздники в

дошкольном учреждении: Влияние физического воспитания на саморегуляцию поведения дошкольника: пособие для педагогов дошк. учреждений. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2004

1. Електронний ресурс: Обзор методик здоровьесберегающей педагогической системы в дошкольном образовательном учреждении. Режим доступу: <http://ido.tsu.ru/ss/?unit=5&page=27>

**НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ КОМПЛЕКС ДИСЦИПЛІНИ
для студентів заочної форми навчання**

**ТЕМИ І ПЛАНИ ЛЕКЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ**

**9-й семестр (4 год.)**

**Лекційний модуль (4 год.)**

**Лекція № 1.**Тема 1.Вступ Формування у дошкільників свідомого ставлення до власного здоров’я…………………………………………………………………2 год.

**Лекція № 2.** Тема 3: Лікарсько педагогічний контроль за фізичним вихованням у ДНЗ ……………………………………………………………………………… 2 год.

**Практичний модуль в 9-му семестрі навчальним планом не передбачено**

**10-й семестр**

**Лекційний модуль (8 год.)**

**Лекція № 3.** Тема 2.Методика обстеження фізичного розвитку дітей дошкільного віку…………………………………………………………………………2 год.

**Лекція № 4.** Тема 4: Традиційні оздоровчі технології у фізичному розвитку дітей дошкільного віку…………………..………………………………2 год.

**Лекція № 5-6.** Тема 5:«Іноваційні оздоровчі технології в фізичному розвитку дітей дошкільного віку……………………………………….4 год.

**Практичний модуль (12 год.)**

**Змістовий модуль 1**

 **Оздоровчі технології у фізичному розвитку дітей дошкільного віку**

**Практичні заняття 1.** Тема 1**.** Вступ.Формування у дошкільників свідомого ставлення до власного здоров’я………….…………………………….. 2 год.

**Практичні заняття 2 .**Тема 2: Методика обстеження фізичного розвитку дітей дошкільного вікуМетодика обстеження фізичного розвитку дітей дошкільного віку...........................................................……… .................2 год.

**Практичні заняття 3.** Тема 3.Лікарсько педагогічний контроль за фізичним вихованням у ДНЗ …………….…………………………………………2 год.

 **Змістовий модуль 2.**

 **Здоров'язберігаючі технології в дошкільній освіті України**

**Практичне заняття 4. Тема 4:** «Традиційні оздоровчі технології в освітньому процесі....…................................................................................2 год.

**Практичне заняття 5-6. Тема 5:** «Іноваційні оздоровчі технології в освітньому процесі……………………………………………………………………. ..4 год.

**Модуль самостійної роботи з теми: Теоретичні та практичні аспекти оздоровчих технологій для фізичного розвитку дітей дошкільного віку:**

**( 66 год.)**

**1 тема** Вступ.Формування у дошкільників свідомого ставлення до власного здоров’я……………………………………………………………………2 год.

**2 тема** Методика обстеження фізичного розвитку дітей дошкільного віку…………………………………………………………………………20 год.

**3 тема** Лікарсько педагогічний контроль за фізичним вихованням у ДНЗ .... ……………………………………………………………………………...8 год.

**4 тема** Традиційні оздоровчі технології у фізичному розвитку дітей дошкільного віку………………………………………………………….18 год

**5 тема**  Іноваційні оздоровчі технології у фізичному розвитку дітей дошкільного віку …………………………………………………………18 год.

 **Примітка:**

**Дидактичне забезпечення лекційних та практичних занять для студентів заочної форми навчання (див. для студентів денної форми навчання).**

**Але на теми лекції № 2 та № 4 замість 4 годин відводиться по 2 години.**

 **На практичні заняття тем № 1-4 відводиться по 2 години, на тему № 5 – 4 години.**

 **Самостійна робота для студентів заочної форми навчання**

**планується як і для студентів денної форми навчання, але кількість годин збільшена: на тему № 4 - на 4 години, на тему № 5 - на 2 години.**

**ПЕРЕЛІК ПИТАНЬ,**

**ЯКІ ВИНОСЯТЬСЯ НА ЗАЛІК**

 **«Оздоровчі технології та діагностика фізичного розвитку дошкільників»**

1. Мета, завдання курсу «Оздоровчі технології та діагностика фізичного розвитку дошкільника»
2. Здоров'я та фізичний розвиток дошкільника.
3. Вікові особливості фізичного розвитку дитини дошкільного віку: антропометричні показники.
4. Вікові особливості фізичного розвитку дитини дошкільного віку: кісткова та м’язова системи.
5. Вікові особливості фізичного розвитку дитини дошкільного віку: дихальна система.
6. Вікові особливості фізичного розвитку дитини дошкільного віку: нервова система.
7. Вікові особливості фізичного розвитку дитини дошкільного віку: серцево-судинна система.
8. Визначити поняття «фізичний розвиток», «антропометрія».
9. Закономірності збільшення основних антропометричних показників у дітей.
10. За якими морфологічними показниками оцінюється фізичний розвиток дитини?
11. Як оцінюється індивідуальний фізичний розвиток дитини?
12. Методика визначення довжини та маси тіла дитини.
13. Методика визначення окружності грудної клітки.
14. Обстеження функціональних можливостей організму дитини.
15. Як проводиться функціональна проба на дозоване навантаження ?
16. Як визначається фізична працездатність у дошкільників?
17. Визначити поняття: «швидкість», «спритність», «гнучкість». «сила», «витривалість».
18. Напрямки лікарсько-педагогічного контролю за фізичним вихованням у ДНЗ.
19. Як здійснюється розподілення дітей на групи здоров’я?
20. Причини дитячого травматизму в умова дошкільного навчального закладу.
21. Лікарсько-педагогічний контроль за розвитком рухів та організацією рухового режиму.
22. Контроль за організованими формами фізичного виховання у умовах ДНЗ.
23. Які фактори впливають на формування моторики у дошкільників?
24. За якими показниками оцінюється рухова підготовленість дітей?
25. Методика обстеження ходьба у дошкільників?За якими показниками оцінюється якість ходьби у дітей молодшого та старшого дошкільного віку?
26. Методика обстеження бігу у дошкільників?
27. За якими показниками оцінюється якість бігу у дітей молодшого та старшого дошкільного віку?
28. Методика обстеження стрибка у довжину з місця у дошкільників?
29. За якими показниками оцінюється якість стрибка у довжину з місця у дітей молодшого та старшого дошкільного віку?
30. Методика обстеження стрибків у довжину з розбігу у дошкільників?
31. За якими показниками оцінюється якість стрибка у довжину з розбігу у дітей молодшого та старшого дошкільного віку?
32. Методика обстеження стрибків у висоту з розбігу у дошкільників?
33. За якими показниками оцінюється якість стрибка у висоту з розбігу у дітей молодшого та старшого дошкільного віку?
34. Методика обстеження метання торбинки з піском на дальність у дошкільників.
35. За якими показниками оцінюється якість метання торбинки з піском у дітей молодшого та старшого дошкільного віку?
36. Забезпечення рухової активності в повсякденному житті дошкільників.
37. Доведіть, що оптимальна рухова активність – необхідна умова всебічного розвитку дітей дошкільного віку.
38. Які принципи покладено в основу визначення норми рухової активності дошкільників?
39. Методика визначення рухової активності дітей.
40. Які патологічні зміни у функціях організму дітей можуть спричинювати порушення постави?
41. Які фактори впливають на формування стоп у дошкільників?
42. Методика визначення викривлень хребта у дитини.
43. Методика плантографії.
44. Вправи для формування навичок дихання та покращення життєвої місткості легенів у дошкільника.
45. Засоби для розвитку рухових якостей у дошкільників.
46. Які організаційні форми з фізичної культури входять до рухового режиму дітей в умовах ДНЗ?
47. Методика проведення ранкової гімнастики.
48. Методика визначення загальної та моторної щільності заняття.
49. Здоров’язбережувальні технології в умовах організованого дитинства (дихальні вправи, пальчикова гімнастика, гімнастика для очей, загартовуючи процедури тощо).

50.Нетрадиційні технології здоров’я (арт-терапія, кольоротерапія, фітотерапія тощо).