

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**  
**ДВНЗ «ПРИКАРПАТСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**  
**ІМЕНІ ВАСИЛЯ СТЕФАНІКА»**

Факультет/інститут педагогічний

Кафедра педагогіки початкової освіти

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**

**Педагогіка здоров'язбереження**

Освітня програма \_\_\_\_\_

Спеціальність \_\_\_\_\_

Галузь знань \_\_\_\_\_

Затверджено на засіданні кафедри  
Протокол № \_\_ від «\_\_» \_\_\_\_\_ 2020 р.

## ЗМІСТ

1. Загальна інформація
2. Анотація до курсу
3. Мета та цілі курсу
4. Компетентності
5. Результати навчання
6. Організація навчання курсу
7. Система оцінювання курсу
8. Політика курсу
9. Рекомендована література

<b>1. Загальна інформація</b>	
<b>Назва дисципліни</b>	Педагогіка здоров'язбереження
<b>Рівень вищої освіти</b>	магістр
<b>Викладач (-і)</b>	доц. Сливка Лариса Володимирівна
<b>Контактний телефон викладача</b>	066-812-67-73; 050-631-58-84
<b>E-mail викладача</b>	loroczka@ukr.net
<b>Формат дисципліни</b>	лекції, практичні, самостійна робота
<b>Обсяг дисципліни</b>	90 годин
<b>Посилання на сайт дистанційного навчання</b>	<a href="http://www.d-learn.pu.if.ua">http://www.d-learn.pu.if.ua</a>
<b>Консультації</b>	очні: один раз на тиждень – четвер з 13.30 до 14.30; дистанційні: шляхом переписки електронною поштою, у соціальних мережах Facebook, Viber
<b>2. Анотація до курсу</b>	
<p>В умовах сучасної освітньої практики, коли виключно актуальними є інформаційна і методична підтримка вчителя, подолання його інформаційної обмеженості, виявляє себе протиріччя між потенційними можливостями вищої педагогічної школи та вкрай недостатньою кількістю навчальної літератури щодо теоретичних і практичних аспектів ефективної реалізації освітнього простору, який зберігає і формує здоров'я зростаючої особистості. Навчання дисципліна «Педагогіка здоров'язбереження» є важливою «цеглинкою» у розбудові професійної підготовки майбутніх учителів до здоров'язбережувальної діяльності.</p> <p>У програмі навчання дисципліна «Педагогіка здоров'язбереження» вивчається магістрами спеціальності «Початкова освіта» на другому курсі у першому семестрі.</p>	
<b>3. Мета та цілі курсу</b>	
<p>Мета – розширення уявлень і знань магістрів початкової освіти про шляхи створення у закладі освіти сприятливого здоров'ю навчально-виховного простору, сучасні здоров'язбережувальні і здоров'яформуючі педагогічні технології.</p> <p>У результаті вивчення курсу Ви ознайомитеся з концептуальними та теоретичними положеннями здоров'язбережувальної парадигми в освіті, отримаєте уявлення про сутність феноменів «здоров'язбережувальна діяльність» та «здоров'язбережувальні педагогічні технології» і виявите їхні істотні ознаки, навчитесь творчо використовувати здоров'язбережувальні технології у майбутній професійній діяльності, розширите свій загальноосвітній світогляд щодо проблеми організації здоров'язбережувального навчально-виховного процесу у початковій школі, ознайомитеся із формами та методами організації уроку, сприятливого збереженню та формування фізичного і психічного здоров'я учнів, отримаєте знання про феномен «здоров'язбережувальна педагогіка» як синтез низки наук (екологія, валеологія, безпека життєдіяльності, ергономіка, медицина класична і нетрадиційна, психологія) та напрацювань педагогічної практики, теоретико-методологічні засади реалізації здоров'язбережувальних акцій в освіті, деякі педагогічні технології з точки зору педагогіки здоров'я, теоретичну модель професійної діяльності учителя, орієнтовану на здоров'я вихованців, біоритмологічний контент організації навчально-виховного процесу, основні засади педагогічної ергономіки як компонента здоров'язбережувальної педагогіки, умови, які сприяють ефективності реалізації педагогіки здоров'язбереження.</p>	
<b>4. Компетентності</b>	
<p>Вивчивши курс «Педагогіка здоров'язбереження», ви набудете низку компетентностей, а саме: уміння ефективно використовувати спадщину світової та вітчизняної педагогіки у розв'язанні проблеми здоров'язбереження і здоров'яформування дітей та молоді; здатність визначати напрями власної професійної діяльності у сфері педагогіки здоров'язбереження і проектувати її на основі особистісно орієнтованого підходу; здатність ефективно вирішувати завдання щодо збереження і зміцнення здоров'я</p>	

(фізичного, психічного, соціального та духовного) як власного, так і оточуючих; здатність застосовувати знання, вміння, цінності і досвід практичної діяльності з питань культури здоров'я та здорового способу життя, готовність до здоров'язбережувальної діяльності в освітньому середовищі початкової школи та створення психолого-педагогічних умов для формування здорового способу життя учнів; здатність працювати в групі над проектами виготовлення необхідного наочного дидактичного матеріалу; здатність до ефективної міжособистісної взаємодії; здатність працювати в команді, здатність до співпраці, групової та кооперативної діяльності; здатність до пошуку, оброблення та аналізу, систематизації й узагальнення інформації, зокрема професійно-педагогічної, з різних джерел та формулювання логічних висновків;

здатність застосовувати на практиці елементи педагогічної творчості, самостійності, дослідницької діяльності, традиційні й інноваційні освітні технології; здатність продемонструвати творчий та інноваційний потенціал в синтезі рішень і в розробці проектів щодо передбачення результатів впровадження здоров'язбережувальних педагогічних технологій в освітній процес;

здатність розпізнавати вікові особливості дітей молодшого шкільного віку, оцінювати ступінь працездатності учнів залежно від особливостей їхньої вищої нервової системи; здатність моделювати процес навчання у початковій школі з точки зору здоров'язбереження учнів та профілактики їхньої утомлюваності; здатність оцінювати ефективність застосованих форм, методів, засобів і технологій навчання у контексті здоров'язбереження суб'єктів навчання; здатність доцільно використовувати елементи саморегуляції задля підтримання позитивних фізичного і психічного станів вчителя;

здатність до використання засобів вербальної та невербальної комунікації задля підвищення рівня професійної культури та збереження здоров'я власного і майбутніх учнів; здатність аналізувати соціально та особистісно значущі світоглядні проблеми, приймати рішення на основі сформованих ціннісних орієнтацій у сфері здоров'язбереження власного і оточуючих.

#### **5. Результати навчання**

Результатами вивчення курсу «Педагогіка здоров'язбереження» є Ваша здатність:

застосовувати знання, вміння, цінності і досвід практичної діяльності з питань культури здоров'я та здорового способу життя, готовність до здоров'язбережувальної діяльності в освітньому середовищі початкової школи та створення психолого-педагогічних умов для формування здорового способу життя учнів;

генерувати нові ідеї, творчо підходити до розв'язання освітніх і наукових проблем у сфері здоров'язбереження здобувачів освіти;

демонструвати знання, набуті у процесі навчання;

критично осмислювати основні теорії, принципи, методи і поняття у ділянці педагогіки здоров'я;

шукати необхідну інформацію у різних джерелах для розв'язування професійно-педагогічних завдань;

розвивати учнів початкової школи як суб'єктів освітнього процесу на основі знань та умінь про їхні вікові, індивідуальні особливості та соціальні чинники розвитку.

#### **6. Організація навчання курсу**

Обсяг курсу			
Вид заняття		Загальна кількість годин	
лекції		16	
практичні заняття		14	
самостійна робота		60	
Ознаки курсу			
Семестр	Спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний / Вибірковий
Перший	Початкова освіта	Другий	Дисципліна

				вільного вибору студента	
Тематика курсу					
Тема, план	Форма заняття	Література	Завдання, год	Вага оцінки	Термін виконання
Тема 1. Предмет, об'єкти і методи педагогіки здоров'язбереження. Розвиток філософських поглядів на проблему здоров'я від стародавніх часів до сучасності	лекція, практичн, с.р.	Сливка Л. Здоров'язбережувальна педагогіка: [навч.-метод. посіб.]. Івано-Франківськ: видавець Кушнір Г.М., 2016. 200 с	1. Добір літератури до теми (4 години)	Максимальна оцінка - 1 бал	2-й тиждень
Тема 2. Методологічні основи педагогіки здоров'язбереження	лекції, практичні, с.р.	Сливка Л.В. Виховання здорового способу життя молодших школярів (історичний та етнопедагогічний виміри): монографія. Івано-Франківськ: НАІР, 2013. 320 с. Сливка Л. Здоров'язбережувальна педагогіка: [навч.-метод. посіб.]. Івано-Франківськ: видавець Кушнір Г.М., 2016. 200 с Сливка Л.В. Екологія дитинства: навч.-метод. посіб. Івано-Франківськ: НАІР, 2014. 164 с.	1. Підготувати повідомлення на тему «Здоров'язбережувальний освітній простір конкретного навчального закладу»; (2 години)	Максимальна оцінка - 2 бали	3-й тиждень
Тема 3. Освітні програми щодо залучення особистості до процесу здоров'ябудівництва та умови їх реалізації	Лекція, практичні, с.р.	Зимівець Н.В., Лещук Н.О., Авельцева Т.П. Методика освіти «рівний-рівному»: Навч.-метод. посібник. К.: Навчальна книга, 2002. 127 с. Оржеховська	1. Підготувати повідомлення на одну з тем: «Концепція освіти <i>рівний-рівному</i> щодо здорового способу життя серед молоді України», «Методика освіти <i>рівний-рівному</i> »» (6 годин)	Максимальна оцінка - 1 бал	4-й тиждень

		В.М., Пилипенко О.І., Андрушак Л.І. Коцепція освіти «рівний- рівному» щодо здорового способу життя серед молоді України: Навч.- метод. посібник. К.: Навч. книга, 2002. 23 с.			
Тема 4. Біоритмологічні засади організації навчальної діяльності	лекція, практичне с.р.	Сливка Л.В. Екологія дитинства: навч.-метод. посіб. Івано-Франківськ: НАІР, 2014. 164 с. Сливка Л. Здоров'язбережувал ьна педагогіка: навч.-метод. посіб. Івано-Франківськ: видавець Кушнір Г.М., 2016. 200 с.	1. За поданими джерелами самостійно вивчити питання «Загальна характеристика ритмів життєдіяльності людини». 2. (робота у мікрогрупах) На основі конкретного конспекту уроку дати характеристику цього уроку з точки зору здоров'язбереження учнів (4 години)	Максимальна оцінка - 1 бал	5-й тиждень
Тема 5. Зміст і методика використання оздоровчих технік в навчально- виховному процесі початкової школи	С.р.	Осадченко Т. Створення здоров'язбережувал ьного середовища початкової школи : практичний порадник. Умань : ВПЦ «Візаві», 2016. 234с. Сливка Л.В. Екологія дитинства: навч.-метод. посіб. Івано-Франківськ: НАІР, 2014. 164 с. Сливка Л. Оздоровчі технології і техніки терапевтичного спрямування. Івано- Франківськ, 2013. 94 с.	1. (робота у мікрогрупах) Підготувати презентації на теми «Самооздоровлення за методикою Су Джок», «Психофізіологічний вплив на людину кольорів. Елементи кольоротерапії у роботі учителя», «Звукотерапія». 2. Віднайти записи музичних творів, які тим чи іншим чином позитивно впливають на здоров'я людини. Підготувати записи для прослуховування. (18 годин)	Максимальна оцінка 2 бали + 2 бали	7-й тиждень,
Тема 6. Фізкультурно- оздоровча робота із молодшими школярами	лекція	Ващенко О. М., Романенко Л. В., Романенко К. А. Організація і методика здоров'язбережувал ьної діяльності молодших школярів. Перший цикл навчання: 1–2	Змоделювати технологію та провести одну з рухливих ігор, які використовувалися у вихованні дітей та молоді Західної України міжвоєнної доби ХХ століття (див.: Сливка Л. В. Виховання здорового способу життя	Максимальна оцінка 1 бал	8-й тиждень

		<p>класи: навчально-методичний посібник / за заг. ред. О. М. Докукіної. Київ: Літера, 2017. 128 с.</p> <p>Сливка Л.В. Виховання здорового способу життя молодших школярів (історичний та етнопедагогічний виміри): монографія. Івано-Франківськ: НАІР, 2013. 320 с.</p>	<p>молодших школярів (історичний та етнопедагогічний виміри): монографія. Івано-Франківськ: НАІР, 2013. 320 с.) (8 годин)</p>		
Тема7: Основи педагогічної ергономіки.	Лекція, практична, с.р.	<p>Сливка Л. Здоров'язбережувальна педагогіка: навч.-метод. посіб. Івано-Франківськ: видавець Кушнір Г.М., 2016. 200 с.</p>	<p>Підготувати міні-доповідь: тематику доповіді студент обирає самостійно, орієнтуючись на зміст відповідного підрозділу навчально-методичного посібника (6 год)</p>	Максимальна оцінка 1 бал	9-й тиждень
Тема 8. Практики формування психічного здоров'я в процесі навчально-виховної роботи загальноосвітнього закладу.	Лекція, практична, с.р.	<p>Роговик Л. Саморегуляція у професійній діяльності вчителя. <i>Початкова школа</i>. 2004. № 11. С. 55-58.</p> <p>Сливка Л.В. Екологія дитинства: навч.-метод. посіб. Івано-Франківськ: НАІР, 2014. 164 с.</p> <p>Стасенко В.Г., Волканова В.Г. Здоров'язбережувальні технології. К.: Шкільний світ, 2013.120 с.</p>	<p>(робота у мікрогрупах) Підготувати презентації на теми: «Саморегуляція психічного і фізичного стану вчителя: сутність проблеми», «Психофізіологічний вплив на людину кольорів. Елементи кольоротерапії у роботі учителя», «Зовнішність учителя як компонент педагогічної техніки». (12 год.)</p>	Максимальна оцінка 3 бала	10 тиждень
<b>7. Система оцінювання курсу</b>					
Загальна система оцінювання курсу	<p>Оцінювання знань з курсу здійснюється планово і є неперервним впродовж усього навчання. Оцінювання є індивідуальним, тобто спрямоване на виявлення глибокої і справедливої оцінки успіхів кожного студента, а не групи в цілому.</p> <p>Вид контролю – залік. Максимальна оцінка – 100 балів.</p>				
Вимоги до письмових (контрольних) робіт	<p>Ви повинні виконати письмові роботи для перевірки когнітивних компетентностей. Письмові роботи складаються з тестів і теоретичних питань.</p> <p>Письмова робота «Система здоров'язбережувальної діяльності загальноосвітньої школи» складається з 9-ти тестів (8-9 правильних відповідей – 3 бали; 5-7</p>				

	<p>правильних відповіді – 2 бали; 3-4 правильні відповіді – 1 бал) і 1-го теоретичного питання (оцінюється у 2 бали)</p> <p>Письмова робота «Оздоровчі техніки» складається з 4-ьох тестів (4 правильних відповідей – 2 бали; 3 правильних відповіді – 1 бал) і 1-го теоретичного питання (оцінюється у 1 бал).</p> <p>Письмова робота «Місце навчальної діяльності в природних біологічних ритмах» складається з 6-ти тестів (6 правильних відповідей – 3 бали; 4-5 правильних відповіді – 2 бали; 2-3 правильні відповіді – 1 бал).</p>
Практичні заняття	На практичних заняттях здійснюється усний і письмовий контроль набутих Вами знань, оцінюються індивідуальні і групові проекти. Максимальна оцінка за усі відповіді і доцільно виконані роботи - 100 балів.
Умови допуску до підсумкового контролю	Залік виставляється на основі підсумкової оцінки за практичні заняття і самостійну роботу

### **8. Політика курсу**

Викладання дисципліни «Педагогіка здоров'язбереження» ґрунтується на засадах академічної доброчесності – сукупності етичних принципів та визначених законом правил, якими мають керуватися учасники освітнього процесу під час навчання. з метою забезпечення довіри до результатів навчання. Порушеннями академічної доброчесності вважаються фальсифікація, списування, обман, хабарництво, необ'єктивне оцінювання.

Присутність студентів на практичних заняттях, під час проведення тестування є обов'язковою. Лекційні матеріали для засвоєння змісту курсу є доступними на сайті дистанційної освіти (за поданим вище посиланням), а також – у Хрестоматії з «Екології дитинства» в електронній бібліотеці ПНУ . Лекційні заняття не відпрацьовуються, але знання лекційного матеріалу обов'язкове.

Результати виконання студентом завдань для самостійної роботи оприлюднюються на практичних заняттях.

Шановні студенти, викладач є доступним для консультацій в ауд. 308 (приміщення кафедри педагогіки початкової освіти), а також – шляхом переписки електронною поштою (logoczka@ukr.net) і у соціальних мережах Facebook, Viber

### **9. Рекомендована література**

#### **Основні джерела**

1. Сливка Л.В. Виховання здорового способу життя молодших школярів (історичний та етнопедагогічний виміри): монографія. Івано-Франківськ: НАІР, 2013. 320 с.
2. Сливка Л. Здоров'язбережувальна педагогіка: [навч.-метод. посіб.]. Івано-Франківськ: видавець Кушнір Г.М., 2016. 200 с.
3. Сливка Л. Оздоровчі технології і техніки терапевтичного спрямування. Івано-Франківськ, 2013. 94 с.

#### **Додаткові джерела**

1. Ващенко О. М., Романенко Л. В., Романенко К. А. Організація і методика здоров'язбережувальної діяльності молодших школярів. Перший цикл навчання: 1–2 класи: навчально-методичний посібник / за заг. ред. О. М. Докукіної. Київ: Літера, 2017. 128 с.
2. Ващенко О., Свириденко С. Готовність вчителя до використання здоров'язбережувальних технологій у навчально-виховному процесі. Здоров'я і фізична культура. 2006. №8. С.1–6.
3. Зимівець Н.В., Лещук Н.О., Авельцева Т.П. Методика освіти «рівний-рівному»: Навч.-метод. посібник. К.: Навчальна книга, 2002. 127 с.
4. Осадченко Т. Створення здоров'язбережувального середовища початкової школи :



- практичний порадник. Умань : ВПЦ «Візаві», 2016. 234 с.
5. Оржеховська В.М., Пилипенко О.І., Андрущак Л.І. Коцепція освіти «рівний-рівному» щодо здорового способу життя серед молоді України: Навч.-метод. посібник. К.: Навч. книга, 2002. 23 с.
  6. Презлята, Г. Здоровий спосіб життя: ідеї, пошуки, досвід: монографія. Івано-Франківськ : НАІР, 2013. 484 с.
  7. Роговик Л. Саморегуляція у професійній діяльності вчителя. *Початкова школа*. 2004. № 11. С. 55-58.
  8. Сливка Л.В. Екологія дитинства: [навч.-метод. посіб.]. Івано-Франківськ: НАІР, 2014. 164 с.
  9. Сливка Л. Методика викладання основ здоров'я в початкових класах: [навч.-метод. посіб.]. Івано-Франківськ: НАІР, 2014. 204 с.
  10. Стасенко В.Г., Волканова В.Г. Здоров'язбережувальні технології. К.: Шкільний світ, 2013.120 с. (Бібліотека «Шкільного світу»).
  11. Школа сприяння здоров'ю від А до Я: перші кроки / упор. Н.Черненко. К.: Шк. світ. 2010. 112 с.

**Викладач \_\_\_\_\_ Сливка Л.В.**