

Рівненський державний гуманітарний університет
Кафедра дошкільної педагогіки і психології та спеціальної освіти
імені проф. Т.І.Поніманської

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІ
до виконання семінарських, практичних, лабораторних робіт
та завдань для самостійної роботи

з навчальної дисципліни

«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА
ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ ОСВІТИ»

для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
спеціальності 012 «Дошкільна освіта»

Рівненський державний гуманітарний університет
Кафедра дошкільної педагогіки і психології та спеціальної освіти
імені проф. Т.І.Поніманської

МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІ
до виконання семінарських, практичних, лабораторних робіт
та завдань для самостійної роботи

з навчальної дисципліни

«ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА
ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ ОСВІТИ»

для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
спеціальності 012 «Дошкільна освіта»

Рівне – 2025

Посібник схвалено та рекомендовано
до друку кафедрою дошкільної педагогіки і психології та спеціальної освіти
імені проф. Поніманської Т.І.
(протокол № 1 від 15 січня 2025 р.)

Друкується за рішенням навчально-методичної комісії
педагогічного факультету РДГУ
(протокол № 1 від 29 січня 2025 р.)

Рецензенти:

Хом'як О.А., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри початкової та дошкільної освіти Міжнародного економіко-гуманітарного університету імені академіка Степана Дем'янчука.

Маліновська Н.В., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри дошкільної педагогіки і психології та спеціальної освіти імені проф. Т.І.Поніманської Рівненського державного гуманітарного університету.

М54

Методичні рекомендації до виконання семінарських, практичних, лабораторних робіт та завдань для самостійної роботи з навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного виховання та валеологічної освіти»: методичний посібник для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти спеціальності 012 «Дошкільна освіта» / Укл. О.І.Юрчук. Рівне: РДГУ, 2025. 57 с.

У методичному посібнику представлено індивідуальні довгострокові проекти, плани семінарських, практичних та лабораторних занять, завдання для самостійної роботи здобувачів вищої освіти та методичні рекомендації щодо їхнього виконання.

Методичний посібник буде корисним здобувачам вищої освіти як при організації самостійної роботи з курсу, так і під час підготовки до практичних занять.

© Юрчук О.І., 2025
© РДГУ, 2025

ЗАГАЛЬНІ ВКАЗІВКИ З ПІДГОТОВКИ ДО ПРАКТИЧНИХ І ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ ТА ВИКОНАННЯ ЗАВДАНЬ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ.

Семінарські, практичні та лабораторні заняття з курсу «Теорія і методика фізичного виховання та валеологічної освіти» сприяють розширенню, поглибленню, уточненню знань здобувачів першого рівня освіти, формувань відповідних умінь та навичок.

Робота на занятті передбачає попереднє самостійне опрацювання зазначених у плані питань. Підготовка до семінарських та практичних занять включає декілька взаємопов'язаних форм роботи:

- опрацювання теми за підручниками, посібниками, науковими першоджерелами, конспектами лекцій, Internet-ресурсами;
- складання плану відповідей на поставлені запитання;
- підготовка рефератів чи доповідей;
- аналіз публікацій;
- розробка фрагментів занять.

Підготовку потрібно розпочинати з аналізу матеріалу, вміщеного у підручниках з теорії методики фізичного виховання для здобувачів першого рівня вищої освіти спеціальності 012 «Дошкільна освіта». При вивченні матеріалу бажано користуватися декількома підручниками, що забезпечить більш глибоке засвоєння матеріалу. Після цього переходити до ознайомлення з іншими джерелами, що визначені до кожної теми.

Складання *конспекту* необхідно здійснювати у зошитах для самопідготовки або у будь-який зручний спосіб. У них записується тема, план семінарського чи практичного заняття, список опрацьованої літератури. З кожного питання складається поширений план відповіді. Він повинен включати, насамперед, визначення понять, короткий аналіз проблеми. В конспекті бажано записувати цікаву інформацію з основної та додаткової літератури, яка відсутня у підручнику, а також факти з реального життя. Цей етап роботи також може мати вигляд анотування –

перерахування основних питань, на яких зупиняється автор в тій чи іншій роботі, або конспектування – короткого викладу певного розділу, статті, роботи.

Підготовлений *реферат* чи доповідь може бути декількох видів. Основи з них: критична рецензія та аналітичний огляд. Процес підготовки включає в себе аналіз літератури з обраної проблеми, на основі якого формулюються завдання доповіді чи реферату. Структура реферату визначається його видом. Так критична рецензія може включати обґрунтування актуальності роботи, короткий виклад теоретичної позиції автора, критичний аналіз позиції і доведень гіпотези автора, висновки, які можна зробити на основі аналізу. Аналітичний огляд може включати історію вивчення певної проблеми або аналіз сучасного стану дослідження проблеми.

Всі завдання є обов'язковими до виконання. Матеріали практичних робіт та виконання завдань для самостійної роботи оформити охайно і естетично.

Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						Заочна форма					
	усьо го	у тому числі					усьо го	у тому числі				
		л	п	л а б	ін д	с. р.		л	п	л а б	ін д	с.р .
1	2	3	4	5	6	7	8	9	1 0	1 1	1 2	13
Модуль I												
Змістовий модуль 1. Загальні засади теорії та методики фізичного виховання та валеологічної освіти дітей дошкільного віку												
Тема 1. Завдання та засоби фізичного виховання дітей дошкільного віку	9	2				7	9	2				7
Тема 2. Дидактичні засади навчання	9		2			7	6					6

дошкільників фізичних вправ												
Разом за змістовим модулем І	18	2	2			14	15	2				13
Змістовий модуль 2. Методика навчання дітей дошкільного віку фізичних вправ.												
Тема 3. Гімнастика у навчанні дошкільників фізичних вправ	9		2	2		5	9					9
Тема 4. Методика організації і проведення рухливих ігор	9	2	2			5	10	2				8
Тема 5. Особливості використання спортивних вправ та ігор з елементами спорту з дітьми дошкільного віку	7	2				5	6					6
Разом за змістовим модулем ІІ	25	4	4	2		15	25	2				23
Модуль 2												
Змістовий модуль 3. Організація рухового режиму у дошкільному навчальному закладі												
Тема 6. Фізичне виховання дітей раннього віку	6					6	7					7
Тема 7. Фізкультурно- оздоровчі заходи в режимі дошкільного закладу	9	2	2			5	7	2				5
Тема 8. Заняття з фізичної	10	2	2	2		4	14		2			12

культури – основна організаційна форма роботи з фізичного виховання в умовах закладу дошкільної освіти												
Тема 9. Забезпечення рухової активності дітей дошкільного віку в повсякденному житті	12	2	2	2		6	7		2			5
Тема 10. Інноваційні технології у системі фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку	9	2	2			5	8		2			6
Разом за змістовим модулем III	46	8	8	6		26	43	2	6			35
Змістовий модуль IV. Педагогічний менеджмент в організації фізичного виховання та оздоровлення дітей в закладі дошкільної освіти												
Тема 11. Планування та облік роботи з фізичного виховання в дошкільному навчальному закладі	7	2				5	9					9

Тема 12. Організація фізичного виховання та оздоровлення в закладі дошкільної освіти	9	2	2			5	9					9
Тема 13. Взаємодія сім'ї та закладу дошкільної освіти з питань фізичного виховання та оздоровлення дітей	5					5	9					9
Разом за змістовим модулем IV	21	4	2			15	27	2	2			27
Усього годин	110	18	16	6		70	110	6	6			98
Модуль 3												
ІНДЗ						10					10	
Усього годин	120	18	16	6		80	120	6	6		10	98

Теми семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Методи та прийоми навчання дітей різних вікових груп основних рухів	2
2	Розвиток рухових якостей у дітей дошкільного віку	2
3	Методика навчання загальнорозвивальних вправ дітей дошкільного віку	2
4	Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня дошкільного закладу	2
5	Заняття з фізичної культури – основна організаційна форма навчання дітей фізичних вправ	2
6	Створення оптимального рухового режиму в дошкільному закладі	2

7	Індивідуальний підхід у фізичному вихованні дітей	2
8	Авторська програма М.М.Єфименка «Театр фізичного виховання і оздоровлення дітей»	2
Всього:		16

Теми лабораторних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1	Спостереження та аналіз ранкової гімнастики для дітей різних вікових груп	2
2	Проведення та аналіз занять з фізичної культури для дітей різних вікових груп	2
3	Проведення та аналіз занять з фізичної культури для дітей різних вікових груп	2

ІНДИВІДУАЛЬНІ ДОВГОТРИВАЛІ ЗАВДАННЯ

У папку «Портфоліо» завантажити матеріали портфоліо з ТМФВО, які містить діагностичні методики для визначення рівня розвитку рухової підготовленості дітей дошкільного віку; розробки занять з фізичної культури; сценарії свят; ігри-вправи для дітей з різним рівнем (високим, низьким, середнім) рухової активності; орієнтовне планування оздоровчих прогулянок для дітей різних вікових груп ЗДО, структурно-опорні схеми з усіма необхідними демонстраційними та роздатковими матеріалами, наочністю.

Оцінювання ІНДЗ. Здобувач може набрати максимальну кількість балів за ІНДЗ – 10. До критеріїв оцінювання ІНДЗ відносяться:

- відповідність оформлення вимогам – 1;
- своєчасність виконання роботи – 2;
- творчий підхід у виконанні завдань – 2;
- повний обсяг їх виконання – 3;
- якість виконання навчальних завдань – 2;

СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ ТА ВИМОГИ

Критерії оцінювання за видами діяльності

№ з/п	Вид навчальної діяльності	Оціночі бали	Кількість балів
T1	Робота на лекційному занятті, опорний конспект лекцій Виконання завдань самостійної роботи (грунтовне виконання завдання з відображенням власної позиції)	1 5	6
T2	Участь у семінарському занятті (глибоке розкриття питань теми, вільне володіння матеріалом, активна участь у роботі семінару, участь у дискусії) Виконання завдань самостійної роботи (грунтовне виконання завдання з відображенням власної позиції)	5 5	10
Модульний контроль (тестування)		5	5
T3	Участь у семінарському занятті (глибоке розкриття питань теми, вільне володіння матеріалом, активна участь у роботі семінару, участь у дискусії) Участь у лабораторному занятті (формальна готовність до лабораторного заняття, наявність відповідних записів у зошиті, активна участь в лабораторному занятті, презентація та захист результатів лабораторної роботи) Виконання завдань самостійної роботи (грунтовне виконання завдання з відображенням власної позиції)	5 5 5	15
T4	Робота на лекційному занятті, опорний конспект лекцій Участь у семінарському занятті (глибоке розкриття питань теми, вільне володіння матеріалом, активна участь у роботі семінару, участь у дискусії) Виконання завдань самостійної роботи (грунтовне виконання завдання з відображенням власної позиції)	1 5 5	11
T5	Робота на лекційному занятті, опорний конспект лекцій Виконання завдань самостійної роботи (грунтовне виконання завдання з відображенням власної позиції)	1 5	6
Модульний контроль (тестування)		5	5
T6	Виконання завдань самостійної роботи (грунтовне виконання завдання з відображенням власної позиції)	5	5

T7	Робота на лекційному занятті Участь у семінарському занятті (глибоке розкриття питань теми, вільне володіння матеріалом, активна участь у роботі семінару, участь у дискусії) Виконання завдань самостійної роботи (грунтовне виконання завдання з відображенням власної позиції)	1 5 5	11
T8	Робота на лекційних заняттях, опорні конспекти лекцій Участь у семінарському занятті (глибоке розкриття питань теми, вільне володіння матеріалом, активна участь у роботі семінару, участь у дискусії) Участь у лабораторному занятті (формальна готовність до лабораторного заняття, наявність відповідних записів у зошиті, активна участь в лабораторному занятті, презентація та захист результатів лабораторної роботи) Виконання завдань самостійної роботи (грунтовне виконання завдання з відображенням власної позиції)	1 5 5 5	16
T9	Робота на лекційних заняттях, опорні конспекти лекцій Участь у семінарському занятті (глибоке розкриття питань теми, вільне володіння матеріалом, активна участь у роботі семінару, участь у дискусії) Участь у лабораторному занятті (формальна готовність до лабораторного заняття, наявність відповідних записів у зошиті, активна участь в лабораторному занятті, презентація та захист результатів лабораторної роботи) Виконання завдань самостійної роботи (грунтовне виконання завдання з відображенням власної позиції)	1 5 5 5	16
T10	Робота на лекційному занятті Участь у лабораторному занятті (формальна готовність до лабораторного заняття, наявність відповідних записів у зошиті, активна участь в лабораторному занятті, презентація та захист результатів лабораторної роботи) Виконання завдань самостійної роботи (грунтовне виконання завдання з відображенням власної позиції)	1 5 5	11
Модульний контроль (тестування)		5	5
T11	Робота на лекційному занятті Виконання завдань самостійної роботи (грунтовне виконання завдання з відображенням власної позиції)	1 5	6
T12	Робота на лекційному занятті Участь у семінарському занятті (глибоке розкриття питань теми, вільне володіння матеріалом, активна участь у роботі семінару, участь у дискусії) Виконання завдань самостійної роботи (грунтовне	1 5 5	11

	виконання завдання з відображенням власної позиції)		
Т1 3	Виконання завдань самостійної роботи (грунтовне виконання завдання з відображенням власної позиції)	5	5
Модульний контроль (тестування)		5	5
ІНДЗ		10	10
Екзамен		40	40
Разом		199	

Кофіцієнт перерахунку $199:60=3,3$

Система оцінювання та вимоги

Якщо здобувач відвідав усі лекційні заняття, він додатково отримає 2 бали заохочення

Додаткові бали (не більше 5 балів): здобувач може отримати за творчий підхід до виконання завдань та особливу активність під час різних форм роботи.

Додаткові 10 балів можуть бути нараховані за результатами інформальної/неформальної освіти (участь у вебінарі, майстер-класі, семінарі-практикумі, конференції тощо), що пов'язані з тематикою дисципліни. Або ці бали можуть бути зараховані за участь у практичному занятті та виконання завдань для самостійної роботи за конкретною темою, якщо зміст певної форми здобуття інформальної/неформальної освіти відповідає її змісту. Підтвердженням здобуття інформальної освіти є сертифікат, свідоцтво тощо. Також додаткові бали (не більше 10) можна отримати за активну участь у студентській науковій роботі, що не передбачена навчальними планами. Це зокрема участь у студентських наукових гуртках, товариствах, участь у студентських наукових конференціях, олімпіадах, конкурсах наукових робіт тощо.

Зміст навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Загальні засади теорії та методики фізичного виховання та валеологічної освіти дітей дошкільного віку

Тема 1. Завдання, зміст і засоби фізичного виховання дітей дошкільного віку

Тема 2. Дидактичні засади навчання дошкільників дидактичних вправ

Змістовий модуль 2. Методи навчання дітей дошкільного віку фізичних вправ

Тема 3. Гімнастика у навчанні дошкільників фізичних вправ

Тема 4. Методика організації і проведення рухливих ігор

Тема 5. Особливості використання спортивних вправ та ігор з елементами спорту з дітьми дошкільного віку

Змістовий модуль 3. Організація рухового режиму у закладі дошкільної освіти

Тема 6. Фізичне виховання дітей раннього віку

Тема 7. Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дошкільного закладу

Тема 8. Заняття з фізичної культури – основна форма роботи з фізичного виховання в умовах закладу дошкільної освіти

Тема 9. Забезпечення рухової активності дітей дошкільного віку в повсякденному житті

Тема 10. Інноваційні технології у системі фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку

Змістовий модуль 4 Педагогічний менеджмент в організації фізичного виховання та оздоровлення дітей в закладі дошкільної освіти

Тема 11. Планування та облік роботи з фізичного виховання в закладі дошкільної освіти

Тема 12. Організація фізичного виховання та оздоровлення в закладі дошкільної освіти

Тема 13. Взаємодія сім'ї та закладу дошкільної освіти з питань фізичного виховання та оздоровлення дітей

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1.

ЗАГАЛЬНІ ЗАСАДИ ТЕОРІЇ ТА МЕТОДИКИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ВАЛЕОЛОГІЧНОЇ ОСВІТИ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ

Практичне заняття № 1

**Тема: Методи та прийоми навчання дітей різних вікових груп
основних рухів**

План

1. Методи та прийоми навчання дошкільників основних рухів:

- а) ходьби;
- б) бігу;
- в) рівноваги;
- г) лазіння;
- д) метання;
- е) стрибків.

2. Засоби для попередження травматизму у дітей під час вивчення основних рухів. Прийоми страхування.

Завдання до практичного заняття:

- 1.Опрацюйте питання теми за підручником: Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. навч. посіб. Суми: Університетська книга, 2017. 428 с.
- 2.Складіть опорно-логічну схему до теми «Основні рухи».

Завдання для самостійного опрацювання:

1. Охарактеризуйте розділ «Фізична культура» однієї з програм виховання для закладів дошкільної освіти України.
2. Розкрийте методи і прийоми навчання загальнорозвивальних вправ молодших дошкільників.
3. Розкрийте методи і прийоми навчання загальнорозвивальних вправ старших дошкільників.

Література

1. Білан О. І., Возна Л. М., Максименко О. Л., Овчаренко Л. Р., Руханська Л. С., Самсін В. Р. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Українське дошкілля». Тернопіль, 2017. 264 с.

2. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. навч. посіб. Суми: Університетська книга, 2017. 428 с.

3. Загородня Л. П., Титаренко С.А., Барсуковська Г. П. Фізичне виховання дітей дошкільного віку: навч. посіб. Суми : Університетська книга, 2015. 272 с.

4. Комісарик М., Чуйко Г. Теорія та методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Київ, 2013. 484 с.

Практичне заняття № 2

Тема: Розвиток рухових якостей у дітей дошкільного віку

План

1. Принципи навчання рухових дій.
2. Методи та прийоми навчання фізичних вправ.
3. Закономірності та етапи формування рухових навичок.
4. Методика розвитку фізичних якостей у дітей дошкільного віку з врахуванням анатомо-фізіологічних особливостей кожної вікової групи:

- а) методика розвитку швидкості;
- б) методика розвитку спритності;
- в) методика розвитку гнучкості;
- г) методика розвитку сили;
- д) методика розвитку витривалості.

Завдання до практичного заняття:

1. Опрацюйте питання теми за підручником: Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. навч. посіб. Суми: Університетська книга, 2017. 428 с.

2. Законспектуйте розділ «Оцінка рухових якостей дітей» Вільчковський Е.С., Денисенко Н. Ф. Організація рухового режиму дітей 5-10 років в закладах освіти : навч.-метод. посібник. Запоріжжя : ЗОППО, 2006. 228 с.

3. Випишіть засоби для розвитку фізичних якостей у дітей дошкільного віку з посібника Вільчковський Е.С., Денисенко Н.Ф. Організація рухового режиму дітей у дошкільних навчальних закладах: навчально-методичний посібник. Тернопіль, 2008. С.76–79.

Завдання для самостійного опрацювання:

1. Охарактеризуйте розділ «Фізична культура» однієї з програм виховання для закладів дошкільної освіти України
2. Розробити проєкт «Абетка здоров'я і розвитку» для дітей дошкільного віку. У проєкті беруть участь 3-4 здобувачі

Література

1. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. навч. посіб. Суми: Университетская книга, 2017. 428 с.
2. Загородня Л. П., Тітаренко С.А., Барсуковська Г. П. Фізичне виховання дітей дошкільного віку: навч. посіб. Суми : Університетська книга, 2015. 272 с.
3. Комісарик М. , Чуйко Г. Теорія та методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Київ, 2013. 484 с.
4. Левченко Т. Г. Валеологія щодня: основи здоров'я для дітей 5-6 років. Харків : Основа, 2014. 221 с.Юрчук О. Вплив рухового режиму на фізичний стан дітей дошкільного віку. *Нова пед. думка*, № 2 (90). Рівне, 2017. С. 64–68.
5. Юрчук О.І. Оптимізація рухового режиму в умовах ДНЗ. *Фіз. культура, спорт і реабілітація в закладах освіти*. Рівне: РДГУ, 2016. Вип. 7. С.193–203.
6. Юрчук О. І., Демидюк Н. М. Педагогічні умови оптимізації рухового режиму в закладах дошкільної освіти. *Збірник наукових праць молодих вчених*. Випуск 2. Хмельницький, 2018. С.44-47.
7. Юрчук О., Дениско Я. Виховання вольових якостей у спортивних іграх у дітей старшого дошкільного віку *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти*: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської. Рівне: РДГУ, 2020. С.280.
8. Юрчук О., Дорош І. Здоров'яформуючі заходи в ЗДО як засіб оптимізації психофізичного розвитку дітей 5-6 років *Актуальні*

проблеми дошкільної та спеціальної освіти: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської. Рівне: РДГУ, 2020. С.282.

9. Юрчук О., Мотруніч І. Використання інноваційних технологій навчання у процесі фізичного виховання дошкільників. *Студентський дайджест: збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти*. Випуск 7. Рівне, 2023. С. 79-82.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. МЕТОДИКА НАВЧАННЯ ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ ФІЗИЧНИХ ВПРАВ

Практичне заняття № 3

Тема: Методика навчання загальнорозвивальних вправ дітей дошкільного віку

План

1. Характеристика загальнорозвивальних вправ. Їх класифікація.
2. Підбір загальнорозвивальних вправ.
3. Методика навчання загальнорозвивальних вправ:
 - а) дітей молодшого дошкільного віку;
 - б) дітей середнього та старшого дошкільного віку.
4. Запис загальнорозвивальних вправ.

Завдання до практичного заняття:

1. Опрацюйте питання плану практичного заняття за підручником: Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. навч. посіб. Суми: Университетская книга, 2017. 428 с.

2. Складіть анотацію на посібник Система роботи з профілактики і корекції порушень опорно-рухового апарату в дітей дошкільного віку / авт.-уклад. Л. М. Тимошенко. Запоріжжя, 2008. 308 с.

10. Проаналізуйте публікацію Лисенко Н. Нестандартне обладнання на заняттях з лікувальної фізкультури. *Дошкільне виховання*. 2005. №6. С. 24-25.

Завдання для самостійного опрацювання:

1. У зошиті обґрунтуйте комплекси вправ ранкової гімнастики для дітей першої молодшої, другої молодшої, середньої та старшої груп.
2. Розкрийте методи і прийоми навчання загальнорозвивальних вправ молодших дошкільників.
3. Розкрийте методи і прийоми навчання загальнорозвивальних вправ старших дошкільників

Література

1. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. навч. посіб. Суми: Университетская книга, 2017. 428 с.
2. Загородня Л. П., Тітаренко С.А., Барсуковська Г. П. Фізичне виховання дітей дошкільного віку: навч. посіб. Суми : Університетська книга, 2015. 272 с.
3. Комісарик М. , Чуйко Г. Теорія та методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Київ, 2013. 484 с.
4. Левченко Т. Г. Валеологія щодня: основи здоров'я для дітей 5-6 років. Харків : Основа, 2014. 221 с.Юрчук О. Вплив рухового режиму на фізичний стан дітей дошкільного віку. *Нова пед. думка*, № 2 (90). Рівне, 2017. С. 64–68.
5. Юрчук О.І. Оптимізація рухового режиму в умовах ДНЗ. *Фіз. культура, спорт і реабілітація в закладах освіти*. Рівне: РДГУ, 2016. Вип. 7. С.193–203.
6. Юрчук О. І., Демидюк Н. М. Педагогічні умови оптимізації рухового режиму в закладах дошкільної освіти. *Збірник наукових праць молодих вчених*. Випуск 2. Хмельницький, 2018. С.44-47.
7. Юрчук О., Дениско Я. Виховання вольових якостей у спортивних іграх у дітей старшого дошкільного віку *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти*: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської. Рівне: РДГУ, 2020. С.280.
8. Юрчук О., Дорош І. Здоров'яформуючі заходи в ЗДО як засіб оптимізації психофізичного розвитку дітей 5-6 років *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти*: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської. Рівне: РДГУ, 2020. С.282.

9. Юрчук О., Мотрунч І. Використання інноваційних технологій навчання у процесі фізичного виховання дошкільників. *Студентський дайджест: збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти*. Випуск 7. Рівне, 2023. С. 79-82.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 3. ОРГАНІЗАЦІЯ РУХОВОГО РЕЖИМУ У ЗАКЛАДІ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ

Практичне заняття № 4

**Тема: Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня
дошкільного закладу**

План

1. Значення ранкової та гігієнічної гімнастики після денного сну для всебічного розвитку та зміцнення їх здоров'я.
2. Структура та зміст ранкової гімнастики Підбір вправ.
3. Методика проведення ранкової гімнастики з дітьми:
 - а) молодшого дошкільного віку;
 - б) старшого дошкільного віку.
4. Особливості методики проведення гігієнічної гімнастики після денного сну.
5. Методика проведення фізкультхвилинки.
6. Методика проведення фізкультурної паузи.

Завдання до практичного заняття:

1. Опрацюйте теоретичні питання за підручником: Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. навч. посіб. Суми: Университетская книга, 2017. 428 с.
2. Вивчіть дві віршовані фізкультхвилинки, підготуйтеся до їх проведення.
3. Опишіть сучасні оздоровчі технології (на вибір) та методику їх проведення.
4. Складіть комплекси ранкової гімнастики для дітей першої молодшої, другої молодшої, середньої та старшої груп.

5. Запишіть схему інструкцію–аналізу ранкової гімнастики.

СХЕМА-ІНСТРУКЦІЯ АНАЛІЗУ РАНКОВОЇ ГІМНАСТИКИ

1. Місце проведення ранкової гімнастики та створення гігієнічних та педагогічних умов.

2. Час проведення, тривалість.

3. Організація дітей, їх одяг, взуття.

4. Підготовка, педагога, його одяг, взуття, зачіска.

5. Правильність побудови комплексу: кількість вправ, їх дозування; послідовність виконання вправ;

- наявність коригуючих вправ, вправ на запобігання плоскостопості, на розслаблення та регуляцію дихання;

- різновиди ходьби та бігу відповідно віку дітей, їх дозування;

- різноманітність вихідних положень.

6. Керівництво ходом ранкової гімнастики з боку педагога: чіткість мови, лаконічність вказівок, зауважень, емоційність тону; правильність вживання фізкультурних термінів;

- прийоми попередження та виправлення помилок; прийоми заохочення;

- регулювання фізичного навантаження та дихання.

7. Поведінка дітей та виховні моменти під час ранкової гімнастики.

8. Загартування дітей (сонце, повітря, вода).

9. Висновок.

10. Пропозиції.

Завдання для самостійного опрацювання:

1. Розкрийте особливості фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми, які мають відхилення у фізичному розвитку.

2. Опишіть специфіку підбору фізичних вправ для фізкультурних хвилинок і фізкультурних пауз.

Література

5. Вільчковський Е.С., Денисенко Н. Ф. Організація рухового режиму дітей 5-10 років в закладах освіти : навч.-метод. посібник. Запоріжжя : ЗОППО, 2006. 228 с.

6. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. навч. посіб. Суми: Університетська книга, 2017. 428 с.

7. Загородня Л. П., Титаренко С.А., Барсуковська Г. П. Фізичне виховання дітей дошкільного віку: навч. посіб. Суми : Університетська книга, 2015. 272 с.

8. Комісарик М. , Чуйко Г. Теорія та методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Київ, 2013. 484 с.

9. Левченко Т. Г. Валеологія щодня: основи здоров'я для дітей 5-6 років. Харків : Основа, 2014. 221 с.

10. Програма розвитку дітей дошкільного віку «Впевнений старт» / кер. проекту Б.М.Жебровський. Тернопіль: Мандрівець, 2012. 104 с.

11. Білик-Тертус Л. Сюжетна ранкова гімнастика (для середньої групи). *Дошкільне виховання*. 2005. № 12. С. 20.

11. Юрчук О. Вплив рухового режиму на фізичний стан дітей дошкільного віку. *Нова пед. думка*, № 2 (90). Рівне, 2017. С. 64–68.

12. Юрчук О. І. Оптимізація рухового режиму в умовах ДНЗ. *Фіз. культура, спорт і реабілітація в закладах освіти*. Рівне: РДГУ, 2016. Вип. 7. С.193–203.

13. Юрчук О. І., Демидюк Н. М. Педагогічні умови оптимізації рухового режиму в закладах дошкільної освіти. *Збірник наукових праць молодих вчених*. Випуск 2. Хмельницький, 2018. С.44-47.

14. Юрчук О., Дорош І. Здоров'яформуючі заходи в ЗДО як засіб оптимізації психофізичного розвитку дітей 5-6 років *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти*: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської. Рівне: РДГУ, 2020. С.282.

15. Юрчук О., Кляпчук Ю. Ігрова діяльність в руховому режимі старших дошкільників як засіб формування культури особистості. *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти*: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської. Рівне: РДГУ, 2020. С. 287.

16. Юрчук О., Ковалевич О. Методика застосування засобів туризму у фізичному вихованні дітей 6-7 років у ЗДО *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти*: матеріали III Міжнародних

педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської. Рівне: РДГУ, 2020. С. 289.

17. Юрчук О., Новак І. Здоровий спосіб життя майбутніх вихователів під час навчання у ЗВО *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти*: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської. Рівне: РДГУ, 2020. С. 292.

18. Юрчук О.І. Фізична культура як засіб соціальної реабілітації дітей старшого дошкільного віку з психофізичними порушеннями. *Матеріали I Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції «Освітні та наукові інновації в галузі біології і сфери здоров'я людини» 25 грудня 2022 р., Рівне 2022 С. 136-139.*

Лабораторне заняття № 1

Тема: Спостереження та аналіз ранкової гімнастики для дітей різних вікових груп

План

1. Усне опитування з теми: «Фізкультурно-оздоровчі заходи в режимі дня дошкільного закладу».

2. Проведення студентами фрагментів ранкової гімнастики на базі ЗДО №7 для дітей різних вікових груп. Їх обговорення та аналіз.

Завдання до лабораторного заняття:

1. Усно дайте відповіді на запитання:

- а) Значення ранкової гімнастики.
- б) Дозування гімнастичних вправ у змішаних за віком групах.
- в) Методика проведення ранкової гімнастики.

2. Складіть комплекс вправ ранкової гімнастики для дітей різних вікових груп за схемою:

- назва комплексу;
- вік дітей;
- запис вправ:
 - а) назва вправи;
 - б) вихідне положення;
 - в) зміст вправи (з організаційно-методичними вказівками до кожної);

г) дозування та темп виконання.

Завдання для самостійного опрацювання:

1. Опишіть сучасні оздоровчі технології (на вибір) та методику їх проведення.

Література

1. Білан О. І., Возна Л. М., Максименко О. Л., Овчаренко Л. Р., Руханська Л. С., Самсін В. Р. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Українське дошкілля». Тернопіль, 2017. 264 с.

2. Веселка здоров'я : хрестоматія для читання дітям дошк. Віку. Т.:Мандрівець, 2011 . 220 с.

3. Вільчковський Е.С., Денисенко Н. Ф. Організація рухового режиму дітей 5-10 років в закладах освіти : навч.-метод. посібник. Запоріжжя : ЗОППО, 2006. 228 с.

4. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. навч. посіб. Суми: Университетская книга, 2017. 428 с.

5. Денисенко Н.Ф., Лиходід Л.В. та ін. Витоки здоров'я дитини:навч.- метод. посібник. Тернопіль: Мандрівець, 2011 128 с.

6. Програма розвитку дітей дошкільного віку «Впевнений старт» / кер. проекту Б.М.Жебровський. Тернопіль: Мандрівець, 2012. 104 с.

7. Білик-ТертусЛ. Сюжетна ранкова гімнастика (для середньої групи). *Дошкільне виховання*. 2005. № 12. С. 20.

8. Гончевський В. Ранкова гімнастика. *Дошкільне виховання*. 2004. № 2. С. 18-19.

9. Юрчук О. І. Оптимізація рухового режиму в умовах ДНЗ. *Фіз. культура, спорт і реабілітація в закладах освіти*. Рівне: РДГУ, 2016. Вип. 7. С.193–203.

10.Юрчук О. І., Демидюк Н. М. Педагогічні умови оптимізації рухового режиму в закладах дошкільної освіти. *Збірник наукових праць молодих вчених*. Випуск 2. Хмельницький, 2018. С.44-47.

11.Юрчук О., Дорош І. Здоров'яформуючі заходи в ЗДО як засіб оптимізації психофізичного розвитку дітей 5-6 років *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської*. Рівне: РДГУ, 2020. С.282.

12.Юрчук О., Кляпчук Ю. Ігрова діяльність в руховому режимі старших дошкільників як засіб формування культури особистості. *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти*: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської. Рівне: РДГУ, 2020. С. 287.

13.Юрчук О., Ковалевич О. Методика застосування засобів туризму у фізичному вихованні дітей 6-7 років у ЗДО *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти*: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської. Рівне: РДГУ, 2020. С. 289.

14.Нічко А., Юрчук О. Сучасний ігровий простір ЗДО як умова збереження і зміцнення здоров'я дітей. *Студентський дайджест: збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти*. Випуск 6. Рівне, 2022. С. 64-68.

Практичне заняття № 5

Тема: Заняття з фізичної культури – основна організаційна форма навчання дітей фізичних вправ

План

1. Типи занять з фізичної культури.
2. Структура та зміст занять з фізичної культури.
3. Способи організації дітей на заняттях з фізичної культури.
4. Загальна та моторна щільність заняття. Регулювання фізичних навантажень.
5. Методика проведення занять з дітьми:
 - а) молодшого дошкільного віку;
 - б) старшого дошкільного віку;
6. Зміст та організація занять з фізичної культури на свіжому повітрі у різні пори року.
7. Методика проведення занять з фізичної культури у мішаних за віком групах.

Завдання до семінарського заняття:

1. Опрацюйте теоретичні питання за підручником: Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання

дітей дошкільного віку. навч. посіб. Суми: Университетская книга, 2017. 428 с.

2. Складіть анотацію на посібник Левченко Т. Г. Валеологія щодня: основи здоров'я для дітей 5-6 років. Харків : Основа, 2014. 221 с.

3. Законспектуйте статті:

- а) Гаращенко Л. Способи організації дітей на фізкультурному занятті: здоров'язбережувальний підхід. *Дошкільне виховання*. 2013. № 10. – С.9-12.
- б) Гаращенко Л. Фізкультура на повітрі: здоров'язбережувальний підхід. *Дошкільне виховання*. 2012. № 5. С.28-31.
- в) Демченко О. Фізичне виховання в різновіковій групі . *Дошкільне виховання*. 2012. № 3. С.14-15.

4. Прочитайте статтю Юрчука О. Вплив рухового режиму на фізичний стан дітей дошкільного віку. *Нова пед. думка*, № 2 (90). Рівне, 2017. С. 64–68. Зробіть виписки.

Завдання для самостійного опрацювання:

- 1. Розкрийте зміст і методику проведення фізкультурних занять на повітрі.
- 2. Розкрийте зміст і методику проведення фізкультурних занять у мішаних за віком групах.
- 3. Складіть орієнтовний план занять на свіжому повітрі.
- 4. Складіть орієнтовний план занять у приміщенні.

Література

1. Білан О. І., Возна Л. М., Максименко О. Л., Овчаренко Л. Р., Руханська Л. С., Самсін В. Р. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Українське дошкілля». Тернопіль, 2017. 264 с.

2. Веселка здоров'я : хрестоматія для читання дітям дошк. Віку. Т.:Мандрівець, 2011 . 220 с.

3. Вільчковський Е.С., Денисенко Н. Ф. Організація рухового режиму дітей 5-10 років в закладах освіти : навч.-метод. посібник. Запоріжжя : ЗОППО, 2006. 228 с.

4. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. навч. посіб. Суми: Университетская книга, 2017. 428 с.

5. Денисенко Н.Ф., Лиходід Л.В. та ін. Витоки здоров'я дитини: навч.- метод. посібник. Тернопіль: Мандрівець, 2011 128 с.

6. Програма розвитку дітей дошкільного віку «Впевнений старт» / кер. проекту Б.М.Жебровський. Тернопіль: Мандрівець, 2012. 104 с.

7. Білик-Тертус Л. Сюжетна ранкова гімнастика (для середньої групи). *Дошкільне виховання*. 2005. № 12. С. 20.

8. Гончевський В. Ранкова гімнастика. *Дошкільне виховання*. 2004. № 2. С. 18-19.

9. Юрчук О. І. Оптимізація рухового режиму в умовах ДНЗ. *Фіз. культура, спорт і реабілітація в закладах освіти*. Рівне: РДГУ, 2016. Вип. 7. С.193–203.

10. Юрчук О. І., Демидюк Н. М. Педагогічні умови оптимізації рухового режиму в закладах дошкільної освіти. *Збірник наукових праць молодих вчених*. Випуск 2. Хмельницький, 2018. С.44-47.

11. Юрчук О., Дорош І. Здоров'яформуючі заходи в ЗДО як засіб оптимізації психофізичного розвитку дітей 5-6 років *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти*: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської. Рівне: РДГУ, 2020. С.282.

12. Юрчук О., Кляпчук Ю. Ігрова діяльність в руховому режимі старших дошкільників як засіб формування культури особистості. *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти*: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської. Рівне: РДГУ, 2020. С. 287.

13. Юрчук О., Ковалевич О. Методика застосування засобів туризму у фізичному вихованні дітей 6-7 років у ЗДО *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти*: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської. Рівне: РДГУ, 2020. С. 289.

14. Нічко А., Юрчук О. Сучасний ігровий простір ЗДО як умова збереження і зміцнення здоров'я дітей. *Студентський дайджест: збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти*. Випуск 6. Рівне, 2022. С. 64-68.

Лабораторне заняття № 2

Тема: Проведення та аналіз занять з фізичної культури для дітей різних вікових груп

План

1. Проведення занять з фізичної культури для дітей дошкільного віку.
2. Спостереження та аналіз занять з фізичної культури для дітей дошкільного віку.

Завдання до лабораторного заняття:

1. Повторити питання методики проведення занять з фізичної культури (за Вільчковським Е.С.):
 - а) специфіка занять за традиційною методикою;
 - б) структура, завдання і зміст різних частин заняття;
 - в) дозування фізичних вправ (ходьби, бігу, стрибків, загальнорозвивальних вправ, рухливих ігор);
 - г) способи організації дітей.
2. Підберіть та запишіть різні типи занять з фізичної культури для дітей різних вікових груп дошкільного закладу, використовуючи періодику останніх років. Праналізуйте їх (усно) згідно вимог, які ставляться до планів-конспектів з фізичної культури.
3. Напишіть план-конспект заняття з фізичної культури згідно вимог для однієї з вікових груп ДНЗ. Підготуйтеся для проведення заняття (форма, фіз. посібники тощо). Використовуючи подану схему для складання плану-конспекту заняття.
4. Запишіть схему-інструкцію аналізу заняття з фізичної культури.
5. Законспектуйте схему аналізу фізкультурного заняття з посібника: Загородня Л.П., Тітаренко С.А., Барсуковська Г.П. Фізичне виховання дітей дошкільного віку: навчальний посібник. Суми, 2011. С.230-231.

СХЕМА НАПИСАННЯ КОНСПЕКТУ ЗАНЯТТЯ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Програмний зміст фізкультурного заняття складається, в першу чергу, у відповідності до змісту основної частини заняття та записується в такій послідовності:

- спочатку записуються завдання по вивченню нових (новіших) рухів;

- завдання із вдосконалення та закріплення основних рухів (вказати розміри фізкультурного обладнання, відстань та конкретизувати техніку виконання кожного руху);

- завдання з розвитку фізичних якостей (швидкість, спритність, гнучкість, сила, рівновага, окомір, витривалість та ін.) та психічних процесів;

- виховні завдання (сприяти вихованню...).

Примітка: періодично до програмного змісту включаються й інші завдання:

- а) коли розучується новий вид шикувань;

- б) при розучуванні відповідних вправ, що готують до вправ спортивного характеру (але ці завдання слід записувати після тих завдань, що стосуються основних рухів).

Підготовка вихователя:

Записати опрацьовану методичну літературу, вказуючи автора, назву підручника (посібника чи статті), розділ та сторінки. Вказати необхідний інвентар, іграшки, атрибути та їх кількість.

Підготовка дітей:

Вказати рівень готовності дітей до того руху, який вивчається, та до рухливої гри.

Конспект записувати у такій послідовності:

Хід заняття (тривалість згідно вікової групи)

№ з/п	Зміст роботи	Дозування	Методичні вказівки

Далі зміст усіх частин заняття необхідно записувати у вивказаних графах, крім занять нетрадиційного характеру.

I. Підготовча частина (тривалість)

1. Звичайна ходьба в обхід по залу (в молодших групах - по колу).

2. Повідомлення завдань заняття (крім молодших груп).

3. Корируючі вправи та вправи на запобігання плоскостопості у чергуванні із звичайною ходьбою.

4. Біг (1/2 дозування).

5. Вправа на увагу (крім молодших груп), записати, яка конкретно.

6. Роздача фізкультурного інвентаря для виконання загальнорозвивальних вправ.

7. Перешикування, повороти, розмикання відповідно до віку дітей.

Примітка: не забуватися записувати методичні вказівки вихователя щодо виконання кожного виду вправ зокрема.

Загальнорозвивальні вправи добираються в такій кількості:

I молодша група - 3-4 вправи (4 повторення);

II молодша група. - 4-5 вправ (5-6 повторень);

середня група 5-6 вправ (5-6 повторень);

старша група - 6-7 вправ (6-8 повторень);

Вікова група	Кількість стрибків	Тривалість бігу
I молодша група	8-10 разів	10 сек.
II молодша група	10-12 разів	15 сек.
Середня група	12-16 разів	25 сек.
Старша група	6-20 разів	35 сек.

Кожна загальнорозвивальна вправа записується у такій послідовності:

Назва вправи.

В.П. - вихідне положення.

1 - що виконувати на рахунок «раз» (лише у другій молодшій групі).

2 - що виконувати на рахунок «два».

3 - що виконувати на рахунок «три».

4 - що виконувати на рахунок «чотири».

Пам'ятати, що на рахунок «чотири» (у другій молодшій групі на рахунок «два») діти повинні повернутися у В.П. До кожної вправи слід записати вказівки вихователя, темп виконання вправи та зазначити «вдих-видих». Вправи в комплексі повинні бути з різноманітних вихідних положень.

Загальнорозвивальні вправи слід записувати в такому

порядку:

- вправи для рук і плечового поясу;
- вправи для прямих згиначів тулуба (нахили вперед);
- вправи для м'язів ніг, але не стрибки і не біг;
- вправа на розслаблення, починаючи з середньої групи;
- вправи для бокових м'язів тулуба (нахили в сторони);
- вправи для косих м'язів тулуба (повороти тулуба);
- стрибки або біг з повним дозуванням.

Повороти, перешикування в колону по одному, складання предметів, з якими виконували вправи. Підготовка до II (основної) частини заняття з участю чергових та музкерівника.

II. Основна частина (тривалість)

Основні рухи необхідно підбирати різних видів (рівновага, лазіння, метання, стрибки тощо) у такій кількості:

- молодші групи - 2 основних рухи;
- середня група – 2-3 основних рухи;
- старші дошкільники – 3-4 основних рухи.

Основні рухи в конспекті записують так: необхідно записати назву руху та вказати найефективніше вихідне положення для його виконання, а також записати повністю пояснення техніки його виконання. Вказати, хто здійснює показ (повністю чи частково). До кожного основного руху коротко зазначити прийоми керівництва. У конспекті обов'язково зобразити схематично розміщення інвентаря та вказати спосіб організації дітей.

Рухлива гра: записується назва гри, запитання для повторення, уточнення чи закріплення правил гри, повністю методичні вказівки щодо керівництва грою. Бажано записати також лічилки, загадки, заклички тощо, що будуть використані у ході гри.

Бажано підбирати рухливу гру, добре знайому дітям та великої рухливості.

III. Заклучна частина (тривалість)

1. Гра малої рухливості або різновид заспокійливої ходьби.
2. Вправа на регуляцію дихання (вентиляцію легень) - діти молодших та середньої груп виконують її із звуконаслідуванням

або співають знайому пісеньку.

3. Підсумок роботи на занятті: в молодших та середніх групах вихователь сам (або від імені іграшки, що була на занятті) дає оцінку руховим діям та поведінці дітей.

Для дітей старшого дошкільного віку необхідно записати запитання, за допомогою яких уточнити:

- Що нового навчилися сьогодні на занятті?
- Що вдалося краще?
- Які були труднощі? Чому? Як їх можна подолати?
- З ким було цікаво гратися? Хто грався чесно? Хто заважав?

4. Підготуватися до визначення ефективності заняття: його загальної та мотрної щільності заняття методом хронометрування. Для цього:

- а) взяти секундомір або шаховий годинник;
- б) підготувати протокол хронометрування щільності заняття з фізичної культури за схемою:

Протокол хронометрування щільності заняття з фізичної культури в групі _____

(прізвище, ім'я, стать, вік дитини за якою вели спостереження)

№ з/п	Види діяльності	Показники секундоміру

СХЕМА-ІНСТРУКЦІЯ АНАЛІЗУ ЗАНЯТТЯ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

І. Підготовка педагога до заняття:

- наявність конспекту, правильність його розробки;
- чи правильно складений програмний зміст;
- відповідність змісту заняття поставленим завданням, віку дітей, їх підготовленості та умовам проведення заняття;
- послідовність розміщення вправ у конспекті;
- взаємозв'язок частин заняття;
- доцільність та правильність методичних вказівок;

- якість оформлення конспекту;
- наявність графічно-схематичних зображень вправ, способів розміщення дітей, інвентаря та вихователя (вчителя, фізінструктора);
- підготовка місця та обладнання до заняття;
- одяг, взуття дітей і педагога.

II. Організація заняття:

- своєчасність початку та закінчення заняття, його тривалість;
- доцільність розподілу часу на кожную частину заняття;
- прийоми розміщення і переміщення дітей під час заняття та способи їх організації під час виконання вправ у кожній частині заняття;
- раціональність використання приміщення (майданчика) та інвентаря.

III. Проведення заняття:

- тип заняття; його місце в системі занять із фізкультури та зв'язок з іншими розділами програми;
- вирішення завдань з навчання рухів та закріплення рухових умінь і навичок дітей;
- практична реалізація принципів навчання;
- відповідність методів і прийомів навчання віку дітей, їх підготовленості, етапу навчання, характеру вправ та музичного супроводу;
- попередження та виправлення помилок у дітей;
- диференційований підхід до роботи з дітьми; забезпечення страховки, дотримання техніки безпеки, запобігання дитячому травматизму;
- повідомлення дітям теоретичних відомостей про фізичне виховання, їх об'єм та доступність;
- вирішення оздоровчих завдань: зміцнення органів і систем дитячого організму, загартування;
- темп виконання та дозування вправ;
- регулювання фізичного та психічного навантаження протягом заняття;
- формування правильної постави та навичок особистої

гігієни;

- динаміка фізичних навантажень у кожній частині заняття.

IV. Вирішення виховних завдань:

- виховання інтересу та звички до щоденних фізкультурних занять;

- розвиток умінь самостійно займатися вправами та іграми, організовувати та проводити їх з ровесниками та молодшими дітьми;

- як вирішувалися завдання розумового, морального, естетичного та трудового виховання в процесі фізкультурного заняття?

V. Поведінка та самопочуття дітей:

- дисциплінованість та організованість групи, взаємовідносини дітей з ровесниками;

- увага, активність, ініціативність, наполегливість дітей;

- самопочуття та настрої дітей протягом заняття.

VI. Дотримання вимог до педагога:

- зовнішній вигляд, одяг, взуття та його відповідність змісту роботи на занятті;

- якість показу та пояснення вправ;

- уміння тримати в полі зору всіх дітей, контролювати їхнє самопочуття та поведінку;

- вміння володіти голосом, культура мови; педагогічний такт, тон у звертанні до дітей;

- володіння спеціальною термінологією; знання конспекту заняття;

- характер проведення заняття: (впевнено, невпевнено), настрої вихователя.

VII. Загальна оцінка проведеного заняття:

- виконання поставлених завдань;

- засвоєння дітьми програмного змісту;

- показники загальної та моторної щільності заняття.

VIII. Висновки

IX. Пропозиції до виправлення недоліків та удосконалення методики проведення фізкультурного заняття.

Література

1. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. навч. посіб. Суми: Університетська книга, 2017. 428 с.
2. Загородня Л. П. Педагогічна майстерність вихователя дошкільного закладу : навч. посіб. для вищ. навч. закл. Суми : Унів. кн., 2010. 318 с.
3. Загородня Л. П., Тітаренко С.А., Барсуковська Г. П. Фізичне виховання дітей дошкільного віку: навч. посіб. Суми : Університетська книга, 2015. 272 с.
4. Білик-ТертусЛ. Сюжетна ранкова гімнастика (для середньої групи). *Дошкільне виховання*. 2005. № 12. С. 20.
5. Богінч О. Л. Оздоровча педагогіка: Вдосконалення малих форм активного відпочинку. *Дошкільне виховання*. 2002. № 7. С. 18.
6. Гончевський В. Ранкова гімнастика. *Дошкільне виховання*. 2004. № 2. С. 18-19.

Практичне заняття № 6

Тема: Створення оптимального рухового режиму в дошкільному закладі

План

1. Руховий режим та принципи його побудови.
2. Вплив рухового режиму на дитячий організм.
3. Організація та зміст оптимального рухового режиму в дошкільному закладі.
4. Педагогічне керівництво самостійною руховою діяльністю дітей.
5. Вивчення впливу рухового режиму і методичний контроль за його виконанням.
6. Організація активного відпочинку дітей.
 - а) Особливості змісту і методики проведення фізкультурних розваг і свят.
 - б) Прогулянки та екскурсії за межі дошкільного закладу.
 - в) Специфіка проведення днів здоров'я та канікул.

Завдання до практичного заняття:

1. Опрацюйте теоретичні питання за підручником: Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. навч. посіб. Суми: Университетская книга, 2017. 428 с. Прочитайте та складіть анотації на посібники:
2. Напишіть реферативне повідомлення, присвячене впливу рухової активності на здоров'я здобувачів ЗВО.
3. Запишіть і проаналізуйте сценарії фізкультурно-оздоровчої прогулянки (на вибір). Використайте посібник: Дитина має бути здоровою / упор. Н.Шашенок. К., 2009. С.93-112.
4. Складіть власну модель оптимального рухового режиму дитини дошкільного віку.

Завдання для самостійного опрацювання:

1. Опишіть застосування підготовчих та підвідних вправ.
2. Представте варіанти фізкультурних розваг.

Література

1. Вільчковський Е.С., Денисенко Н. Ф. Організація рухового режиму дітей 5-10 років в закладах освіти : навч.-метод. посібник. Запоріжжя : ЗОППО, 2006. 228 с.
2. Богініч О. Л. Оздоровча педагогіка: Вдосконалення малих форм активного відпочинку. *Дошкільне виховання*. 2002. № 7. С. 18.
3. Сварковська Л. Організація гнучкого режиму в дошкільному закладі. *Дошкільне виховання*. – 2004. № 7. С. 20-21.
4. Юрчук О. Вплив рухового режиму на фізичний стан дітей дошкільного віку. *Нова пед. думка*, № 2 (90). Рівне, 2017. С. 64–68
5. Юрчук О. І. Оптимізація рухового режиму в умовах ДНЗ. *Фіз. культура, спорт і реабілітація в закладах освіти*. Рівне: РДГУ, 2016. Вип. 7. С.193–203.
6. Юрчук О. І., Демидюк Н. М. Педагогічні умови оптимізації рухового режиму в закладах дошкільної освіти. *Збірник наукових праць молодих вчених*. Випуск 2. Хмельницький, 2018. С.44-47.
7. Юрчук О., Кляпчук Ю. Ігрова діяльність в руховому режимі старших дошкільників як засіб формування культури особистості. *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти*: матеріали III

Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської. Рівне: РДГУ, 2020. С. 287.

8. Юрчук О., Ковалевич О. Методика застосування засобів туризму у фізичному вихованні дітей 6-7 років у ЗДО *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти*: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської. Рівне: РДГУ, 2020. С. 289.

9. Юрчук О., Новак І. Здоровий спосіб життя майбутніх вихователів під час навчання у ЗВО *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти*: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської. Рівне: РДГУ, 2020. С. 292.

10. Юрчук О., Нічко А. Рухлива гра як засіб здоров'язбереження. *Студентський дайджест: збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти*. Випуск 5. Рівне, 2023. С. 67-70.

11. Нічко А., Юрчук О. Сучасний ігровий простір ЗДО як умова збереження і зміцнення здоров'я дітей. *Студентський дайджест: збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти*. Випуск 6. Рівне, 2022. С. 64-68.

12. Юрчук О.І. Сучасний ігровий простір ЗДО як умова збереження і зміцнення здоров'я дітей. *Впровадження сучасних технологій в процесі забезпечення якісної підготовки майбутніх фахівців дошкільної освіти*: збірник наукових праць / укладачі: Мисик О.С., Миськова Н.М., Онофрійчук Л.О., Пісоцька Л.С., Розгон В.В.; За заг.ред. проф. Зданевич Л.В. Хмельницький : ХГПА, 2024. С.736-740.

Практичне заняття № 7

Тема: Індивідуальний підхід у фізичному вихованні дітей

План

1. Специфіка організації індивідуального підходу у процесі фізичного виховання дітей дошкільного віку.

2. Індивідуальний підхід до дітей з врахуванням стану здоров'я.

3. Індивідуальний підхід до дітей з врахуванням рівня фізичної підготовленості.

4. Індивідуальний підхід до дітей із врахуванням характеру рухової активності.

Завдання до семінарського заняття:

1. Законспекуйте статтю Юрчука О.І. Особливості індивідуального підходу у процесі фізичного виховання дітей. *Дитячий садок*. 2№ 11(587). Березень 2011.

2. Випишіть зразки диференційованих занять побудованих з урахуванням рівня рухової активності дітей.

Завдання для самостійного опрацювання:

1. Розкрийте індивідуальну та диференційовану роботу з дітьми.

2. Визначіть шляхи керівництва самостійною руховою діяльністю дітей.

Література

1. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. навч. посіб. Суми: Университетская книга, 2017. 428 с.

2. Загородня Л. П. Педагогічна майстерність вихователя дошкільного закладу : навч. посіб. для вищ. навч. закл. Суми : Унів. кн., 2010. 318 с.

3. Загородня Л. П., Тітаренко С.А., Барсуковська Г. П. Фізичне виховання дітей дошкільного віку: навч. посіб. Суми : Університетська книга, 2015. 272 с.

4. Білик-ТертусЛ. Сюжетна ранкова гімнастика (для середньої групи). *Дошкільне виховання*. 2005. № 12. С. 20.

5. Богініч О. Л. Оздоровча педагогіка: Вдосконалення малих форм активного відпочинку. *Дошкільне виховання*. 2002. №7. С. 18.

6. Гончевський В. Ранкова гімнастика. *Дошкільне виховання*. 2004. № 2. С. 18-19.

Практичне заняття № 8

Тема: Авторська програма М.М.Єфименка «Театр фізичного виховання і оздоровлення дітей»

План

1. Педагогічні заповіді авторської програми М.М.Єфименка.

2. Золоті формули рухового розвитку дітей та основні рухові режими.
3. Використання тотального ігрового методу.
4. Еротична культура в педагогіці дошкільного дитинства (на прикладі фізичного виховання).
5. Колір у фізичному вихованні дошкільників.
6. Музикотерапія у руховій діяльності дошкільників.
7. Особливості тотального ігрового методу навчання фізичних вправ М.М.Єфименка.

Завдання до семінарського заняття:

1. Опрацюйте статтю: Єфименко М. Фізкультура в дитсадку: час змін. *Дошкільне виховання*. 2013. №8. С.18-19;
2. Складіть анотацію на посібник: Єфименко М. Казкова гімнастика. Х., 2007.
3. Підберіть і запишіть зразки проведення «пластик-шоу» з дошкільниками. Які завдання реалізуються у процесі застосування «пластик-шоу»? Коли можна використати «пластик-шоу» у режимі дня ЗДО?

Завдання для самостійного опрацювання:

1. Охарактеризуйте основні рухові режими (за технологією фізичного виховання дітей М.Єфименка).
2. Розкрити специфіку використання тотального ігрового методу М.Єфименка.

Література

1. Єфименко М.М. Фізкультурні казки або як подарувати дітям радість пізнання руху, осягнення. Х., 2005.
2. Єфименко М.М. Казкова гімнастика. Х., 2007.
3. Статті про досвід Єфименка М.М.: *Дошкільне виховання*.
 - 2000. - №3, 9.
 - 2006. - №4, 10, 12.
 - 2007. - №4.
 - 2013. - №9, 11

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 4. ПЕДАГОГІЧНИЙ МЕНЕДЖМЕНТ В ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ ТА ОЗДОРОВЛЕННЯ ДІТЕЙ В ДОШКІЛЬНОМУ НАВЧАЛЬНОМУ ЗАКЛАДІ

Лабораторне заняття № 3

Тема: Планування та облік роботи з фізичного виховання у дошкільному закладі

План

1. Значення планування та обліку роботи з фізичного виховання у дошкільному закладі. Основні вимоги щодо планування навчального матеріалу з фізичної культури.
2. Види планування. Планування навчального матеріалу з фізичної культури у перспективному та оперативному плані.
3. Види обліку роботи з фізичної культури, їх характеристика.

Завдання до практичного заняття:

1. Опрацюйте відповідні розділи у підручнику: Вільчковський Е.С., Денисенко Н. Ф. Організація рухового режиму дітей 5-10 років в закладах освіти : навч.-метод. посібник. Запоріжжя : ЗОШПО, 2006. 228 с.
2. Опрацюйте, зробіть виписки:
 - Сварковська Л.А. та ін. Фізична культура – дошкільникам. Планування роботи за базовою програмою розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі». Т., 2009.
 - Романюк І. Перспективне планування освітньої роботи вихователя. *Дошкільне виховання*. 2013. №5. С.10-14.
3. Законспектуйте розділи, зазначені у посібниках:
 - Лущик І.В. Фізичне виховання дітей дошкільного віку. Четвертий рік життя. Х., 2007. С. 12-20.
 - Лущик І.В. Фізичне виховання дітей дошкільного віку. П'ятий рік життя. Х., 2007. С.10-18.

- Лущик І.В. Фізичне виховання дітей дошкільного віку. Шостий рік життя. Х., 2007. С. 12-20.

Завдання для самостійного опрацювання:

1. Складіть планування роботи з фізичного виховання на місяць, на квартал.
2. Проведіть облік роботи з фізичного виховання.
3. Продіагностуйте фізичний стан двох дітей дошкільного віку. Результати представити у зошиті.
4. Підготуйте реферат на тему «Лікувально-педагогічний контроль за станом здоров'я дітей на фізкультурних заняттях».
5. Представте план-проект літнього фізкультурного майданчика у закладі дошкільної освіти.
6. Складіть детальний план проведення лікарсько-педагогічного контролю за різними напрямками.

Література

10. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. навч. посіб. Суми: Університетська книга, 2017. 428 с.
11. Загородня Л. П., Тітаренко С.А., Барсуковська Г. П. Фізичне виховання дітей дошкільного віку: навч. посіб. Суми : Університетська книга, 2015. 272 с.
12. Комісарик М., Чуйко Г. Теорія та методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Київ, 2013. 484 с.

Питання для підготовки до підсумкового контролю

1. Розкрийте структуру та зміст заняття з фізичної культури.
2. Проаналізуйте сучасні програми з фізичного виховання дошкільників.
3. Дайте відповідь на питання: «У чому полягає вибір рухливої гри». Розкрийте підготовку інвентаря та обладнання для ігор.
4. Охарактеризуйте види обліку роботи з фізичного виховання в дошкільному закладі.
5. Проаналізуйте вимоги до складання плану-конспекту заняття з фізичної культури.
6. Дайте відповідь на питання: «У чому полягає сутність домашніх завдань з фізичної культури».
7. Проаналізуйте у чому полягає забезпечення оптимальної рухової активності дітей у ЗДО.
8. Розкрийте завдання та засоби фізичного виховання дітей дошкільного віку.
9. Дайте загальну характеристику видам загартування. Розкрийте методику організації процесу загартування в ЗДО.
10. У чому проявляються закономірності формування рухових вмінь і навичок. Розкрийте етапи формування рухової навички.
11. Назвіть засоби для попередження травматизму під час виконання основних рухів. Опишіть прийоми страховки.
12. Охарактеризуйте засоби попередження травматизму у дітей під час виконання основних рухів. Зазначте прийоми страховки дітей.
13. Розкрийте значення масажу та фізичних вправ для розвитку дітей першого року життя.
14. Розкрийте здоров'язберігаючі технології у ЗДО.
15. Розкрийте зміст понять: "загальна щільність заняття", "моторна щільність заняття". Шляхи забезпечення оптимальної

загальної та моторної щільності занять з фізичної культури.

16. Розкрийте зміст та методику проведення загальнорозвивальних вправ із дітьми різних вікових груп.

17. Розкрийте значення та характеристику танцювальних вправ.

18. Розкрийте значення, мету та зміст фізкультурних розваг.

19. Індивідуальний підхід у процесі фізичного виховання до дітей з урахуванням стану здоров'я.

20. Опишіть індивідуальний підхід у фізичному вихованні до дітей з урахуванням рівня фізичної підготовленості.

21. Опишіть індивідуальний підхід у фізичному вихованні до дітей з урахуванням характеру рухової активності.

22. Класифікуйте загальнорозвивальні вправи. Охарактеризуйте вихідні положення для ніг, рук, сидячи та лежачи.

23. Опишіть контроль за станом здоров'я та фізичним розвитком дітей.

24. Розкрийте мету та завдання фізичного виховання дітей дошкільного віку.

25. Розкрийте методику використання в роботі з дітьми дошкільного віку фізкультурних хвилин та пауз.

26. Опишіть методику навчання вправ з шикування та перешиккування.

27. Опишіть методику навчання дітей дошкільного віку бігу.

28. Опишіть методику навчання дошкільників вправ у рівновазі.

29. Опишіть методику навчання елементам зимової спортивної гри (на вибір).

30. Опишіть методику навчання елементам літньої

спортивної гри (на вибір).

31. Опишіть методику навчання зимової вправи спортивного характеру (на вибір).

32. Опишіть методику навчання літньої вправи спортивного характеру (на вибір).

33. Опишіть методику навчання стрибків дітей дошкільного віку.

34. Опишіть методику проведення занять в молодших групах.

35. Опишіть методику проведення занять з дітьми середнього дошкільного віку.

36. Опишіть методику проведення занять з фізичної культури на свіжому повітрі.

37. Опишіть методику проведення занять з фізичної культури у мішаних за віком групах.

38. Опишіть методику проведення занять із старшими дошкільниками.

39. Опишіть методику проведення ранкової гімнастики з дітьми молодшого дошкільного віку.

40. Опишіть методику проведення ранкової гімнастики з дітьми середнього дошкільного віку.

41. Опишіть методику проведення ранкової гімнастики з дітьми старшого дошкільного віку.

42. Опишіть методику проведення фізкультурних свят у дошкільному закладі.

43. Опишіть методику навчання дітей дошкільного віку вправ з рівноваги.

44. Опишіть методику навчання дітей дошкільного віку ходьби.

45. Опишіть методику навчання дошкільників метання. Визначте методичні прийоми навчання з урахуванням віку дітей.

46. Опишіть методику навчання старших дошкільників лазіння.
47. Опишіть методику проведення гігієнічної гімнастики після денного сну.
48. Опишіть методику проведення діагностики рухової активності дошкільників.
49. Опишіть методику проведення дня здоров'я. Зазначте його мету та зміст у різні пори року.
50. Опишіть методику проведення ранкової гігієнічної гімнастики з дітьми старшого дошкільного віку.
51. Опишіть методику проведення функціональної проби на дозоване фізичне навантаження.
52. Опишіть методику розвитку гнучкості у дітей дошкільного віку.
53. Опишіть методику наочні методи та прийоми навчання дітей фізичних вправ.
54. Розкрийте напрямки лікарсько-педагогічного контролю за організацією фізичного виховання в дошкільному закладі.
55. Опишіть нетрадиційні форми оздоровлення дошкільників.
56. Розкрийте оздоровче та виховне значення пішохідних переходів за межі дитячого садка, організація та методика їх проведення.
57. Розкрийте значення оздоровчих сил природи для загартування організму дитини.
58. Розкрийте значення оптимальної рухової активності.
59. Назвіть основні вимоги щодо планування навчального матеріалу з фізичної культури. Етапи планування.
60. Розкрийте основні закономірності фізичного розвитку дитини.

61. Опишіть особливості методики організації та проведення українських народних рухливих ігор з дітьми дошкільного віку.

62. Розкрийте особливості методики проведення рухливих ігор з дітьми старшого дошкільного віку.

63. Розкрийте особливості підбору та керівництва рухливими іграми з дітьми молодших груп.

64. Розкрийте особливості проведення гімнастики пробудження за методикою М.М. Єфименка.

65. Розкрийте особливості педагогічного керівництва самостійною руховою діяльністю дітей.

66. Обґрунтуйте педагогічні та гігієнічні вимоги до фізкультурного обладнання.

67. Розкрийте особливості практичні методи навчання фізичних вправ.

68. Опишіть принципи навчання дітей руховим діям.

69. Опишіть принципи побудови рухового режиму в дошкільному закладі.

70. Назвіть психолого-гігієнічні засоби у фізичному вихованні.

71. Обґрунтуйте розвиток витривалості у дітей дошкільного віку.

72. Обґрунтуйте розвиток витривалості у дітей дошкільного віку.

73. Обґрунтуйте розвиток сили у дітей дошкільного віку.

74. Опишіть словесні методи навчання дітей фізичних вправ.

75. Обґрунтуйте співвідношення засобів фізичного виховання дітей дошкільного віку.

76. Розкрийте способи організації дітей при виконанні фізичних вправ.

77. Обґрунтуйте сучасні принципи системи фізичного виховання.

78. Опишіть типи занять з фізичної культури, специфіка їх застосування в роботі з дошкільниками.

79. Опишіть типи реакцій дитячого організму на фізичне навантаження, прийоми регулювання фізичного навантаження.

80. Розкрийте сутність театру фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного та молодшого шкільного віку
М.М.Єфименка.

81. Опишіть ускладнення та варіативність рухливих ігор протягом дошкільного віку.

82. Опишіть ускладнення та варіативність рухливих ігор протягом дошкільного віку.

83. Охарактеризуйте фізичне виховання дітей другого року життя.

84. Охарактеризуйте фізичне виховання дітей раннього віку. Особливості організації та проведення занять з фізичної культури.

85. Опишіть фізичні вправи як основний засіб фізичного виховання дітей, їх класифікація.

86. Розкрийте фізкультурно-оздоровчу роботу з дітьми, які мають відхилення у фізичному розвитку.

87. Опишіть форми роботи дошкільних установ з сім'єю з питань фізичного виховання дітей.

88. Розкрийте форми фізичного виховання дітей у сім'ї.

89. Охарактеризуйте спритність та її розвиток у дошкільному віці.

90. Охарактеризуйте швидкість та її розвиток у дошкільному віці.

Рекомендована література

Нормативна

1. Базовий компонент дошкільної освіти 2021 року (Державний стандарт дошкільної освіти) URL: <https://surl.li/ggbake>
2. Дитина. Освітня програма для дітей від двох до семи років / Наук.керівник проекту. В.О. Огнев'юк; авт.кол. Г.В.Беленька, О.Л.Богініч та ін. К., 2016. 304 с.
3. Дитина в дошкільні роки: комплексна додаткова освітня програма / Наук.керівник проекту. К.Л.Крутій. Запоріжжя, 2012. 160 с.
4. Закон України «[Про державну підтримку розвитку фізичної культури і спорту в Україні](http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/334/94/page)». URL: <http://zakon5.rada.gov.ua/laws/show/334/94/page>.
5. Закон України «Про фізичну культуру і спорт» (2013). Редакція від 06.10.2024,. URL:<https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/3808-12>

Основна

6. Білан О. І., Возна Л. М., Максименко О. Л., Овчаренко Л. Р., Руханська Л. С., Самсін В. Р. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Українське дошкілля».Тернопіль, 2017. 264 с.
7. Веселка здоров'я : хрестоматія для читання дітям дошк. Віку. Т.:Мандрівець, 2011 . 220 с.
8. Вільчковський Е.С., Денисенко Н. Ф. Організація рухового режиму дітей 5-10 років в закладах освіти : навч.-метод. посібник. Запоріжжя : ЗОІППО, 2006. 228 с.
9. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. навч. посіб. Суми: Университетская книга, 2017. 428 с.
- 10.Денисенко Н.Ф., Лиходід Л.В. та ін. Витоки здоров'я дитини:навч.- метод. посібник. Тернопіль: Мандрівець, 2011 128 с.

11. Загородня Л. П. Педагогічна майстерність вихователя дошкільного закладу : навч. посіб. для вищ. навч. закл. Суми : Унів. кн., 2010. 318 с.
12. Загородня Л. П., Тітаренко С.А., Барсуковська Г. П. Фізичне виховання дітей дошкільного віку: навч. посіб. Суми : Університетська книга, 2015. 272 с.
13. Комісарик М. , Чуйко Г. Теорія та методика фізичного виховання дітей дошкільного віку. Київ, 2013. 484 с.
14. Левченко Т. Г. Валеологія щодня: основи здоров'я для дітей 5-6 років. Харків : Основа, 2014. 221 с.
15. Поніманська Т. І. Дошкільна педагогіка : підруч. для студ. вищ. навч. закл. К. : Академвидав, 2015. 447 с.
16. Програма розвитку дітей дошкільного віку «Впевнений старт» / кер. проекту Б.М.Жебровський. Тернопіль: Мандрівець, 2012. 104 с.

Допоміжна

17. Білик-ТертусЛ. Сюжетна ранкова гімнастика (для середньої групи). *Дошкільне виховання*. 2005. № 12. С. 20.
18. Богініч О. Л. Оздоровча педагогіка: Вдосконалення малих форм активного відпочинку. *Дошкільне виховання*. 2002. №7. С. 18.
19. Ворончук О. Ігрове фізкультурне обладнання. *Дошкільне виховання*. 2003. № 9. С. 16.
20. Гончевський В. Ранкова гімнастика. *Дошкільне виховання*. 2004. № 2. С. 18-19.
21. Лисенко Н. Нестандартне обладнання на заняттях з лікувальної фізкультури. *Дошкільне виховання*. 2005. №6. С. 24-25.
22. Сварковська Л. Організація гнучкого режиму в дошкільному закладі. *Дошкільне виховання*. – 2004. № 7. С. 20-21.
23. Система роботи з профілактики і корекції порушень опорно-рухового апарату в дітей дошкільного віку / авт.-уклад. Л. М. Тимошенко. Запоріжжя, 2008. 308 с.

24. Шалигіна Г. Фізкультурне обладнання: комплексний підхід. *Дошкільне виховання*. 2006. № 09 (Верес.). С. 14-17.
25. Юрчук О. Вплив рухового режиму на фізичний стан дітей дошкільного віку. *Нова пед. думка*, № 2 (90). Рівне, 2017. С. 64–68.
26. Юрчук О. І. Оптимізація рухового режиму в умовах ДНЗ. *Фіз. культура, спорт і реабілітація в закладах освіти*. Рівне: РДГУ, 2016. Вип. 7. С.193–203.
27. Юрчук О. І., Демидюк Н. М. Педагогічні умови оптимізації рухового режиму в закладах дошкільної освіти. *Збірник наукових праць молодих вчених*. Випуск 2. Хмельницький, 2018. С.44-47.
28. Юрчук О., Тишинська Я. Проблема профілактики порушень опорно-рухового апарату в дітей. *Актуальні проблеми педагогічної освіти: новації, досвід та перспективи* : збірник тез доповідей І Всеукраїнської науково-практичної конференції з міжнародною участю (10 квітня 2020 року, м. Запоріжжя) / за заг. ред. О. В. Пономаренко, Л. О. Сущенко. Запоріжжя : АА Тандем, 2020. С.141-143.
29. Юрчук О., Дениско Я. Виховання вольових якостей у спортивних іграх у дітей старшого дошкільного віку *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської*. Рівне: РДГУ, 2020. С.280.
30. Юрчук О., Дорош І. Здоров'яформуючі заходи в ЗДО як засіб оптимізації психофізичного розвитку дітей 5-6 років *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської*. Рівне: РДГУ, 2020. С.282.
31. Юрчук О., Кляпчук Ю. Ігрова діяльність в руховому режимі старших дошкільників як засіб формування культури особистості. *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської*. Рівне: РДГУ, 2020. С. 287.
32. Юрчук О., Ковалевич О. Методика застосування засобів туризму у фізичному вихованні дітей 6-7 років у ЗДО *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти:*

- матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської. Рівне: РДГУ, 2020. С. 289.
33. Юрчук О., Новак І. Здоровий спосіб життя майбутніх вихователів під час навчання у ЗВО *Актуальні проблеми дошкільної та спеціальної освіти*: матеріали III Міжнародних педагогічних читань пам'яті професора Т.І.Поніманської. Рівне: РДГУ, 2020. С. 292.
34. Юрчук О.І. Фізична культура як засіб соціальної реабілітації дітей старшого дошкільного віку з психофізичними порушеннями. *Матеріали I Всеукраїнської науково-практичної інтернет-конференції «Освітні та наукові інновації в галузі біології і сфери здоров'я людини» 25 грудня 2022 р., Рівне 2022* С. 136-139.
35. Юрчук О., Нічко А. Рухлива гра як засіб здоров'язбереження. *Студентський дайджест: збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти*. Випуск 5. Рівне, 2023. С. 67-70.
36. Нічко А., Юрчук О. Сучасний ігровий простір ЗДО як умова збереження і зміцнення здоров'я дітей. *Студентський дайджест: збірник наукових матеріалів здобувачів вищої освіти*. Випуск 6. Рівне, 2022. С. 64-68.
37. Юрчук О.І. Фізична культура як засіб соціальної реабілітації дітей старшого дошкільного віку з психофізичними порушеннями. *Актуальні питання розвитку особистості: сучасність, інновації, перспективи: Збірник наукових праць за матеріалами Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції* (м. Житомир, 25 квітня 2023 р.) / Ред. колегія: Л.Котлова, С.Дмитрієва, С.Максимець / М-во освіти і науки України, Житомирський державний університет імені Івана Франка, соц.-псих. факультет. Житомир, Вид-во ЖДУ імені Івана Франка, 2023. С.308-311.
38. Юрчук О., Мотруніч І. Використання інноваційних технологій навчання у процесі фізичного виховання дошкільників. *Студентський дайджест: збірник*

наукових матеріалів здобувачів вищої освіти. Випуск 7. Рівне, 2023. С. 79-82.

39. **Yurchuk O.**, Romaniv L., Pishak O. Theoretical-methodological and psychological-pedagogical aspects of physical education of different groups of the population. *Pedagogy and Education Management Review (PEMR)*. Issue 2 (4), 2021. С.37-43.
40. **Юрчук О.І.** Сучасний ігровий простір ЗДО як умова збереження і зміцнення здоров'я дітей. *Впровадження сучасних технологій в процесі забезпечення якісної підготовки майбутніх фахівців дошкільної освіти: збірник наукових праць / укладачі: Мисик О.С., Миськова Н.М., Онофрійчук Л.О., Пісоцька Л.С., Розгон В.В.; За заг.ред. проф. Зданевич Л.В. Хмельницький : ХГПА, 2024. С.736-740.*

16. Інформаційні ресурси

41. www.students.net.ua – український освітній портал для студентства.

42. www.school.edu-ua.net – освітній сайт, який представляє в інтернеті українські навчальні програми, підручники, довідники, методичні посібники.

43. www.udl.org.ua – українська система дистанційного навчання.

44. <http://www.iliad.univ.kiev.ua> – відкрита міжнародна система (засоби для публікації навчальних курсів).

45. www.education.gov.ua - сайт Міністерства освіти і науки.

46. www.nbuv.go.ua – сайт бібліотеки ім.В.Вернадського.

47. Ліцензовані програми – додатки до журналу "Пізнайко":

Навчальне видання

Укладач:

Юрчук Олексій Іванович

Методичні рекомендації

**до виконання семінарських, практичних, лабораторних робіт
та завдань для самостійної роботи
з навчальної дисципліни «Теорія і методика фізичного
виховання та валеологічної освіти»**

Методичний посібник

для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
спеціальності 012 «Дошкільна освіта»

Підп. до друку 28.01.2025

Формат 60*84 1/16

Папір офісн.

Друк цифр.

Гарнітура Times

Ум. др.арк. 1,8

Редакційно-видавничий відділ

Рівненського державного гуманітарного університету

33028 м.Рівне, вул. С. Бандери, 12

