

НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
«ПОЛТАВСЬКА ПОЛІТЕХНІКА ІМЕНІ ЮРІЯ КОНДРАТЮКА»

Факультет фізичної культури та спорту
Кафедра фізичної культури та спорту



ЗАТВЕРДЖУЮ

Проректор із науково-педагогічної роботи

Богдан КОРОБКО

2025 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

«СУЧАСНІ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ОСВІТІ»

(назва навчальної дисципліни)

Підготовки

Доктор філософії

(назва ступеня вищої освіти)

Освітньо-наукової
програми

«Професійна освіта»

(назва освітньої програми)

Спеціальності

015 «Професійна освіта» (за спеціалізаціями)

(код і назва спеціальності)

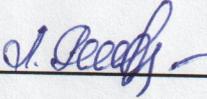
Полтава
2025 рік

Робоча програма навчальної дисципліни «Сучасні здоров'язберезувальні технології в освіті» для аспірантів за спеціальністю 015 «Професійна освіта (за спеціалізаціями)» третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти.

Складена відповідно до освітньо-наукової програми доктора філософії «Професійна освіта» 2024 року.

Розробник: Плачинда Т.С., професор кафедри фізичної культури та спорту, д. пед. н., професор.

Погоджено:

Гарант освітньої програми  Ліна РИБАЛКО., д. пед. н., професор

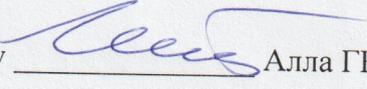
Робоча програма затверджена на засіданні кафедри фізичної культури та спорту

Протокол від «28» серпня 2025 року № 1

Завідувач кафедри фізичної культури та спорту  Лариса ОНІЦУК, к.пед.н., доцент
«28» серпня 2025 року

Схвалено навчально-методичною комісією факультету фізичної культури та спорту

Протокол від «29» серпня 2025 року № 1

Голова навчально-методичної комісії
факультету фізичної культури та спорту  Алла ГЕТА

«29» серпня 2025 року

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, ступінь вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни
		форма здобуття освіти <u>денна</u>
Кількість кредитів – 4	Галузь знань <u>01 Освіта/Педагогіка</u>	вибіркова
Загальна кількість годин – 120		
Модулів – 1	Спеціальність <u>015</u> <u>«Професійна освіта (за спеціалізаціями)»</u>	Рік підготовки: 2-й, 3-й
Змістових модулів – 2		Семестри 3-й, 4-й, 6-й
		Лекції 20 год.
Індивідуальне завдання – не передбачено		Ступінь вищої освіти <u>Доктор філософії</u>
	Лабораторні	
	Самостійна робота 80 год.	
	Індивідуальна робота: -	
	Вид контролю: Диференційований залік	

Примітка.

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної та індивідуальної роботи становить:

для денної форми здобуття освіти – 40/80

2. Мета навчальної дисципліни

Метою дисципліни «Сучасні здоров'язбережувальні технології в освіті» є формування у здобувачів третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти цілісного розуміння сучасних концепцій збереження та зміцнення здоров'я в освітньому середовищі, оволодіння теоретичними знаннями та практичними навичками застосування здоров'язбережувальних технологій у професійно-педагогічній діяльності.

Навчальна дисципліна «Сучасні здоров'язбережувальні технології в освіті» є вибірковою дисципліною, яка займає чільне місце в освітній програмі «Професійна освіта», забезпечуючи формування як загальних, так і спеціальних (фахових) компетентностей у аспірантів, зокрема:

- здатність продукувати нові ідеї, розв'язувати комплексні проблеми у сфері професійної (професійно-технічної), фахової передвищої освіти, а також - підготовки відповідних педагогічних кадрів для неї в умовах професійної та/або дослідницько-інноваційної діяльності, застосовувати методологію наукової та педагогічної діяльності, а також проводити власне наукове дослідження, результати якого мають наукову новизну, теоретичне та практичне значення;
- здатність генерувати нові ідеї на основі етичних міркувань (мотивів);
- здатність до пошуку, оброблення та аналізу інформації з різних джерел;
- здатність визначати й розв'язувати задачі дослідницького характеру у сфері професійної (професійно-технічної), фахової передвищої освіти, а також – підготовки відповідних педагогічних кадрів для неї, досягати наукових результатів, які створюють нові знання у цій сфері та дотичних до них міждисциплінарних напрямках;
- здатність застосовувати широкий спектр цифрових засобів, інструментів, ресурсів і технологій, спеціалізоване програмне забезпечення у науковій та освітній діяльності у сфері професійної (професійно-технічної), фахової передвищої освіти, а також - підготовки відповідних педагогічних кадрів для неї;
- здатність започатковувати, планувати, реалізовувати та коригувати процес наукового дослідження з дотриманням належної академічної доброчесності.

3. Передумови для вивчення дисципліни

Передумовами для вивчення навчальної дисципліни «Сучасні здоров'язбережувальні технології в освіті» є знання аспірантів з таких дисциплін: «Філософія та наукове мислення», «Сучасні освітні технології у вищій школі».

4. Очікувані результати навчання з дисципліни

Очікуваними результатами навчання з дисципліни «Сучасні здоров'язбережувальні технології в освіті» відповідно до освітньої програми «Професійна освіта» є програмні результати навчання, рівень сформованості яких є достатнім для вирішення завдань професійної діяльності та подальшого навчання за освітньою програмою:

- Планувати, виконувати експериментальні та/або теоретичні дослідження з проблем професійної (професійно-технічної), фахової передвищої освіти, а також підготовки відповідних педагогічних кадрів для неї з використанням сучасного інструментарію.
- Інтегрувати передові концептуальні та методологічні підходи з науково-дидактичних, виховних, адаптивних та інших основ професійної (професійно-технічної), фахової передвищої освіти, а також – підготовки відповідних педагогічних кадрів для неї.
- Розробляти інноваційні методи і практики викладання конкретних навчальних дисциплін, посібники, підручники у сфері професійної (професійно-технічної), фахової передвищої освіти, а також – підготовки відповідних педагогічних кадрів для неї на

основі системного наукового світогляду з використанням інноваційних педагогічних технологій.

- Організувати та здійснювати освітній процес у закладах професійної (професійно-технічної) та фахової передвищої освіти на сучасних наукових засадах та прогнозувати результати впливу власного дослідження на покращення його якості.

5. Критерії оцінювання результатів навчання

Критерієм успішного проходження здобувачем освіти підсумкового оцінювання (диференційований залік) може бути досягнення ним мінімальних порогових рівнів оцінок за кожним запланованим результатом вивчення навчальної дисципліни.

Мінімальний поріг рівень оцінки варто визначати за допомогою якісних критеріїв і трансформувати в мінімальну позитивну оцінку числової (рейтингової) шкали.

Сума балів	Значення ЄКТС	Оцінка	Критерій оцінювання	Рівень компетентності
90 – 100	A	Відмінно	Здобувач демонструє повні й міцні знання навчального матеріалу в обсязі, що відповідає робочій програмі дисципліни, правильно й обґрунтовано приймає необхідні рішення в різних нестандартних ситуаціях. Власні пропозиції Здобувача в оцінках і вирішенні практичних задач підвищують його вміння використовувати знання, які він отримав при вивченні інших дисциплін.	Високий , що повністю забезпечує вимоги до знань, умінь і навичок, що викладені в робочій програмі дисципліни.
82 – 89	B	Добре	Здобувач демонструє гарні знання, добре володіє матеріалом, що відповідає робочій програмі дисципліни, робить на їх основі аналіз можливих ситуацій та вміє застосовувати теоретичні положення при вирішенні практичних задач, але допускає окремі неточності. Вміє самостійно виправляти допущені помилки, кількість яких є незначною.	Достатній , що забезпечує Здобувачу самостійне вирішення основних практичних задач.
74 - 81	C	Добре	Здобувач загалом добре володіє матеріалом, знає основні положення матеріалу, що відповідають робочій програмі дисципліни, робить на їх основі аналіз можливих ситуацій та використовує для рішення характерних/типових практичних завдань на професійному рівні. Додаткові питання про можливість використання теоретичних положень для практичного використання викликають ускладнення.	Достатній , конкретний рівень, за вивченим матеріалом робочої програми дисципліни.
64 - 73	D	Задовільно	Здобувач засвоїв основний теоретичний матеріал, передбачений робочою	Середній , що забезпечує

			<p>програмою дисципліни, та розуміє постанову стандартних практичних завдань, має пропозиції щодо напрямку їх вирішень.</p> <p>Розуміє основні положення, що є визначальними в курсі, може вирішувати подібні завдання тим, що розглядалися з викладачем, але допускає значну кількість неточностей і грубих помилок, які може усувати за допомогою викладача.</p>	достатньо надійний рівень відтворення основних положень дисципліни.
60 – 63	Е	Достатньо	<p>Здобувач засвоїв основний теоретичний матеріал, передбачений робочою програмою дисципліни, та розуміє постанову стандартних практичних завдань, має пропозиції щодо напрямку їх вирішень.</p> <p>володіє основними положеннями на рівні, який визначається як мінімально допустимий. Правила вирішення практичних завдань з використанням основних теоретичних положень пояснюються з труднощами. Виконання практичних завдань значно формалізовано: є відповідність алгоритму, але відсутнє глибоке розуміння роботи та взаємозв'язків з іншими дисциплінами.</p>	Середній, що є мінімально допустимим у всіх складових навчальної дисципліни.
35 - 59	FX	Незадовільно з можливістю повторного складання екзамену/ заліку	<p>Здобувач може відтворити окремі фрагменти з курсу. Незважаючи на те, що програму навчальної дисципліни Добувач виконав, працював він пасивно, його відповіді під час практичних і лабораторних робіт в більшості є невірними, необґрунтованими.</p> <p>Цілісність розуміння матеріалу з дисципліни у здобувача відсутні.</p>	Низький, не забезпечує практичної реалізації задач, що формуються при вивченні дисципліни.
0 – 34	F	Незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	<p>Здобувач повністю не виконав вимог робочої програми навчальної дисципліни. Його знання на підсумкових етапах навчання є фрагментарними. Добувач не допущений до здачі екзамену/заліку.</p>	Незадовільний, здобувач не підготовлений до самостійного вирішення задач, які окреслює мета та завдання дисципліни.

6. Засоби діагностики результатів навчання

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання є:

✓ поточний контроль:

- усне опитування;

- виконання практичних робіт;
- тестування / опитування;
- ✓ модульний контроль:
- тестування;
- презентації результатів виконаних завдань;
- інші види індивідуальних і групових завдань;
- ✓ підсумковий контроль:
- диференційований залік.

7. Програма навчальної дисципліни

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ.

Тема 1. Здоров'язбережувальна та соціальна відповідальність громадян.

Холістична модель здоров'я; фізичне та психологічне здоров'я; сучасне уявлення про здоров'я і соціальне благополуччя; професійна етика, позитивна соціальна й емоційна поведінка.

Практичне заняття № 1

Тема 2. Чинники ризику, чинники захисту здоров'я й адаптаційні проблеми здоров'я сучасної студентської молоді.

Базові визначення стану здоров'я; поняття стресу та його види; саморегуляція та самоконтроль стану та поведінки в забезпеченні здоров'я; психогігієна і збереження здоров'я людини; психічна адаптація та її роль у житті людини; студентська молодь як особлива група населення; мотивування студентства до здорового способу життя.

Практичне заняття № 2

Тема 3. Сутність поняття здоров'язбережувальних технологій та їх класифікація.

Сутність поняття «Здоров'язбережувальні технології»; класифікація здоров'язбережувальних технологій; основні вимоги щодо використання здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі.

Практичне заняття № 3

Тема 4. Модель здоров'язбережувальної діяльності викладача ЗВО.

Особливості професійно-педагогічної діяльності викладача у контексті збереження здоров'я здобувачів освіти; спосіб життя педагога, його ставлення до власного здоров'я; мотиваційно-ціннісний, когнітивно-процесуальний, аналітико-результативний компоненти здоров'язбережувальної діяльності викладача; принципи самовдосконалення викладача у контексті здоров'язбережувальної діяльності.

Практичне заняття № 4

Тема 5. Саморегуляція фізичного і психічного стану викладача.

Чинники, що безпосередньо впливають на стан здоров'я педагогів; Стрес та його види; основні причини стресу педагога; конфліктні ситуації навчальної діяльності; психологічні основи саморегуляції емоційного стану.

Практичне заняття № 5

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 2. ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ ТА ЇХ ЗАСТОСУВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ.

Тема 6. Формування ключових компетентностей у здобувачів освіти, що сприяють здоров'ю.

Навички раціонального харчування; навички рухової активності та загартування; санітарно-гігієнічні навички; навички організації режиму праці та відпочинку.

Практичне заняття №6

Тема 7. Життєві компетентності, що сприяють соціальному здоров'ю.

Навички самоконтролю; навички мотивації успіху та тренування волі; навички управління стресами; навички ефективного спілкування; навички попередження конфліктів; навички співчуття (емпатії); навички поведінки в умовах тиску; навички співробітництва; навички самоусвідомлення та самооцінки; визначення життєвих цілей і програм; аналіз проблем прийняття рішень.

Практичне заняття №7

Тема 8. Засоби, методи та прийоми здоров'язбережувальних технологій.

Засоби здоров'язбережувальних технологій (рухова спрямованість, оздоровчі сили природи, гігієнічні); методи та прийоми здоров'язбережувальних технологій.

Практичне заняття № 8

Тема 9. Педагогічні здоров'язбережувальні технології.

Структура освітнього процесу, що сприяє запобіганню станів перевтомлення, гіподинамії; організаційно-педагогічні, психолого-педагогічні, навчально-виховні здоров'язбережувальні технології.

Практичне заняття №9

Тема 10. Безпечне освітнє та робоче середовище: профілактика агресії та дискримінації.

Безпека освітнього та робочого середовища; булінг, мобінг та їх запобігання; нормативно-правові акти, що захищають від булінгу та мобінгу.

Практичне заняття № 10

8. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин					
	денна форма					
	усьог	у тому числі				
		о	л	п	лаб	інд
1	2	3	4	5	6	7
Змістовий модуль 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ОСВІТНЬОМУ ПРОЦЕСІ						
Тема 1. Здоров'язбережувальна та соціальна відповідальність громадян.	12	2	2			8
Тема 2. Чинники ризику, чинники захисту здоров'я й адаптаційні проблеми здоров'я сучасної студентської молоді.	12	2	2			8
Тема 3. Сутність поняття здоров'язбережувальних технологій та їх класифікація.	12	2	2			8
Тема 4. Модель здоров'язбережувальної діяльності викладача ЗВО.	12	2	2			8
Тема 5. Саморегуляція фізичного і психічного стану викладача.	12	2	2			8
Разом за змістовим модулем 1	60	10	10			40
Змістовий модуль 2. ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ ТА ЇХ ЗАСТОСУВАННЯ У ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ						
Тема 6. Формування ключових компетентностей у здобувачів освіти, що сприяють здоров'ю.	12	2	2			8
Тема 7. Життєві компетентності, що сприяють соціальному здоров'ю.	12	2	2			8
Тема 8. Засоби, методи та прийоми здоров'язбережувальних технологій.	12	2	2			8
Тема 9. Педагогічні здоров'язбережувальні технології.	12	2	2			8
Тема 10. Безпечне освітнє та робоче середовище: профілактика агресії та дискримінації.	12	2	2			8
Разом за змістовим модулем 2	60	10	10			40
ВСЬОГО	120	20	20			80

9. Перелік питань для семінарських занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин для денної форми
	Семінарські заняття не передбачені	

10. Перелік питань для практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин для денної форми
1	<p>Тема 1. Здоров'язбережувальна та соціальна відповідальність громадян. Холістична модель здоров'я; фізичне та психологічне здоров'я; сучасне уявлення про здоров'я і соціальне благополуччя; професійна етика, позитивна соціальна й емоційна поведінка.</p>	2
2	<p>Тема 2. Чинники ризику, чинники захисту здоров'я й адаптаційні проблеми здоров'я сучасної студентської молоді. Базові визначення стану здоров'я; поняття стресу та його види; саморегуляція та самоконтроль стану та поведінки в забезпеченні здоров'я; психогігієна і збереження здоров'я людини; психічна адаптація та її роль у житті людини; студентська молодь як особлива група населення; мотивування студентства до здорового способу життя.</p>	2
3	<p>Тема 3. Сутність поняття здоров'язбережувальних технологій та їх класифікація. Сутність поняття «Здоров'язбережувальні технології»; класифікація здоров'язбережувальних технологій; основні вимоги щодо використання здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі.</p>	2
4	<p>Тема 4. Модель здоров'язбережувальної діяльності викладача ЗВО. Особливості професійно-педагогічної діяльності викладача у контексті збереження здоров'я здобувачів освіти; спосіб життя педагога, його ставленню до власного здоров'я; мотиваційно-ціннісний, когнітивно-процесуальний, аналітико-результативний компоненти здоров'язбережувальної діяльності викладача; принципи самовдосконалення викладача у контексті здоров'язбережувальної діяльності.</p>	2
5	<p>Тема 5. Саморегуляція фізичного і психічного стану викладача. Чинники, що безпосередньо впливають на стан здоров'я педагогів; Стрес та його види; основні причини стресу педагога; конфліктні ситуації навчальної діяльності; психологічні основи саморегуляції емоційного стану.</p>	2
6	<p>Тема 6. Формування ключових компетентностей у здобувачів освіти, що сприяють здоров'ю. Навички раціонального харчування; навички рухової активності та загартування; санітарно-гігієнічні навички; навички організації режиму праці та відпочинку.</p>	2
7	<p>Тема 7. Життєві компетентності, що сприяють соціальному здоров'ю. Навички самоконтролю; навички мотивації успіху та тренування волі; навички управління стресами; навички ефективного спілкування; навички попередження конфліктів; навички співчуття (емпатії); навички поведінки в умовах тиску; навички співробітництва; навички самоусвідомлення та самооцінки; визначення життєвих цілей і програм; аналіз проблем прийняття рішень.</p>	2
8	<p>Тема 8. Засоби, методи та прийоми здоров'язбережувальних</p>	2

	технологій. Засоби здоров'язбережувальних технологій (рухова спрямованість, оздоровчі сили природи, гігієнічні); методи та прийоми здоров'язбережувальних технологій.	
9	Тема 9. Педагогічні здоров'язбережувальні технології. Структура освітнього процесу, що сприяє запобіганню станів перевтомлення, гіподинамії; організаційно-педагогічні, психолого-педагогічні, навчально-виховні здоров'язбережувальні технології.	2
10	Тема 10. Безпечне освітнє та робоче середовище: профілактика агресії та дискримінації. Безпека освітнього та робочого середовища; булінг, мобінг та їх запобігання; нормативно-правові акти, що захищають від булінгу та мобінгу.	2
	Усього	20

11. Перелік питань для лабораторних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин для денної форми
	Лабораторні заняття не передбачені	

12. Самостійна робота

Метою самостійної роботи аспірантів є: набуття навичок організації освітньої діяльності, як власної, так під час майбутньої професійно-педагогічної діяльності, на засадах здоров'язбереження; набуття навичок саморегуляції та самоконтролю стану та поведінки у забезпеченні та підтримки здоров'я; з'ясування проблеми здоров'я сучасної молоді та мотивування студентства щодо дотримання принципів здорового способу життя; аналіз та узагальнення сутності, структура та класифікації здоров'язбережувальних технологій; розуміння особливостей професійно-педагогічної діяльності викладача ЗВО у контексті збереження здоров'я, як власного, так і здобувачів освіти; формування ключових компетентностей, що сприяють зміцненню здоров'я; узагальнити та структурувати засоби, методи та прийоми здоров'язбережувальних технологій; розуміння структури освітнього процесу, що сприяє зміцненню здоров'я; знати та застосовувати технології які позитивно впливають на психічне, духовне, соціальне здоров'я здобувачів освіти; вміння організовувати навчально-виховну діяльність у контексті здоров'язбереження.

Види самостійної роботи аспіранта:

- опрацювання лекційного матеріалу;
- підготовка до практичних занять;
- опрацювання питань з курсу, які виносяться на самостійне вивчення, за рекомендованими джерелами інформації, що представлені у робочій навчальній програмі дисципліни;
- підготовка до опитування за кожною темою курсу;
- підготовка до виконання модульного контролю (тестування / опитування);
- відвідування консультацій (згідно графіку консультацій кафедри);
- підготовка до диференційованого заліку за контрольними питаннями.

Питання для самостійного вивчення аспірантами

№ з/п	Назва теми	Кількість годин для денної форми
Змістовий модуль 1. Теоретичні підвалини педагогічної інноватики		
1	Тема 1. Здоров'язбережувальна та соціальна відповідальність громадян. Обґрунтувати взаємозалежність здоров'я людини та соціального благополуччя.	8

2	Тема 2. Чинники ризику, чинники захисту здоров'я й адаптаційні проблеми здоров'я сучасної студентської молоді. Визначити чинники, що негативно впливають на стан здоров'я людини та розкрити засоби протидії їм. Розкрити питання здоров'я сучасної молоді та мотивування студентства щодо дотримання принципів здорового способу життя.	8
3	Тема 3. Сутність поняття здоров'язбережувальних технологій та їх класифікація. Схарактеризувати сутність і структуру здоров'язбережувальних технологій. Опрацювати існуючі класифікації здоров'язбережувальних технологій.	8
4	Тема 4. Модель здоров'язбережувальної діяльності викладача ЗВО. Визначити особливості професійно-педагогічної діяльності викладача ЗВО у контексті збереження здоров'я.	8
5	Тема 5. Саморегуляція фізичного і психічного стану викладача. Означити важливість набуття навичок саморегуляції та самоконтролю стану та поведінки у забезпеченні та підтримки здоров'я.	8
Змістовий модуль 2. Інноваційні технології викладання та навчання в закладах освіти		
6	Тема 6. Формування ключових компетентностей у здобувачів освіти, що сприяють здоров'ю. Схарактеризувати компетентності особистості, що сприяють зміцненню здоров'я: їх формування та розвиток.	8
7	Тема 7. Життєві компетентності, що сприяють соціальному здоров'ю. Самовиховання та самовдосконалення щодо протидії стресчинникам. Аутотренінг, рефлексія, релакс.	8
8	Тема 8. Засоби, методи та прийоми здоров'язбережувальних технологій. Розкрити засоби, методи та прийоми здоров'язбережувальних технологій.	8
9	Тема 9. Педагогічні здоров'язбережувальні технології. Схарактеризувати структуру освітнього процесу, що сприяє зміцненню здоров'я. Визначити технології, що позитивно впливають на психічне, духовне, соціальне здоров'я суб'єктів освіти. Розкрити організацію навчально-виховної діяльності педагогів у контексті збереження здоров'я.	8
10	Тема 10. Безпечне освітнє та робоче середовище: профілактика агресії та дискримінації. Описати необхідні дії щодо запобігання булінгу та мобінгу. Розкрити механізми відповідальності за неправомірну поведінку суб'єктів освітнього процесу.	8
	Разом	80

13. Індивідуальні завдання

Не передбачено планом.

14. Методи навчання

При викладанні дисципліни застосовуються словесні, наочні та практичні методи навчання.

Словесні та наочні методи навчання використовуються під час лекцій, індивідуальних та групових консультацій, практичні – при проведенні практичних занять.

Під час проведення лекцій використовуються такі словесні методи як розповідь, пояснення, бесіда, сторітеллінг, диспут.

Під час проведення практичних занять використовуються наступні методи: робота в команді, робота в малих групах, ділові ігри, кейс-методи, дискусії.

До числа наочних методів, які застосовуються при викладанні дисципліни, належать: ілюстрація, демонстрація, презентація.

Методи навчання, які дозволяють формувати Soft Skills: дискусії (панельні, дебати, «круглий стіл»); мозковий штурм; кейс-метод (case study), індивідуальні та групові проекти; рольові та ділові ігри; моделювання професійних ситуацій.

15. Методи контролю

Поточний контроль успішності засвоєннями аспірантами навчального матеріалу може здійснюватися шляхом опитування й оцінювання знань під час практичних занять, оцінювання виконання аспірантами самостійної роботи, проведення тестування або перевірки набутих знань під час індивідуальних співбесід з аспірантами тощо. Вибір конкретних форм і методів поточного контролю знань аспірантів залежить від викладача і доводиться до їхнього відома на першому практичному занятті.

Модульний контроль є частиною поточного контролю і має на меті перевірку засвоєння аспірантом певної сукупності знань і вмінь, що формують відповідний модуль. Він реалізується шляхом проведення тестування, проводиться наприкінці кожного змістового модулю за рахунок аудиторних занять, під час групових консультацій або ж за рахунок часу, відведеного на самостійну роботу аспірантів.

Підсумковий контроль здійснюється у формі диференційованого заліку.

16. Розподіл балів, які отримують аспіранти для диференційованого заліку

Схема нарахування балів для денної форми здобуття освіти з навчальної дисципліни «Сучасні здоров'язберезувальні технології в освіті» за видами робіт

<i>Види робіт/контролю</i>	<i>Перелік тем</i>									
	<i>Тема 1</i>	<i>Тема 2</i>	<i>Тема 3</i>	<i>Тема 4</i>	<i>Тема 5</i>	<i>Тема 6</i>	<i>Тема 7</i>	<i>Тема 8</i>	<i>Тема 9</i>	<i>Тема 10</i>
	<i>Практичне заняття</i>									
	<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>	<i>10</i>
<i>Опитування</i>	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
<i>Виконання практичних завдань</i>	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
<i>Виконання завдань самостійної роботи</i>	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2
<i>Модульний контроль</i>	5					5				
<i>Всього за темами</i>	6	6	6	6	11	6	6	6	6	11
<i>Диференційований залік</i>	30									

Всього за результатами вивчення навчальної дисципліни	100
--	------------

Шкала та критерії оцінювання відповіді за результатами опитування

Бали для денної форми здобуття освіти	Критерії оцінювання
2	Питання розкрито повністю, що свідчить про відмінне засвоєння матеріалу відповідно вказаних програмних результатів навчання. Аспірант вільно володіє науково-понятійним апаратом.
1	Механічне відтворення матеріалу з деякими помилками, неточності у використанні науково-понятійного апарату.
0	Відсутність відповіді на теоретичне питання, що не дає можливість оцінити формування компетентностей та отримання програмних результатів навчання у здобувача вищої освіти.

Шкала та критерії оцінювання виконання практичних завдань

Бали для денної форми здобуття освіти	Критерії оцінювання
2	Виконано завдання практичної роботи в повному обсязі, належним чином оформлено висновки, в яких відображено здатність до практичного застосування отриманих знань.
1	Виконано завдання практичної роботи із несуттєвими помилками або не в повному обсязі, оформлено висновки, які частково розкривають практичне завдання.
0	Не виконано практичну роботу або виконано із суттєвими помилками.

Шкала та критерії оцінювання виконання завдань самостійної роботи

Бали для денної форми здобуття освіти	Критерії оцінювання
2	Виконання завдань самостійної роботи здійснене у повному обсязі, не містить помилок, що дає можливість оцінити сформованості компетентностей та отримання програмних результатів навчання у здобувача вищої освіти на високому рівні.
1	Виконання завдань самостійної роботи здійснене у повному обсязі, містить помилки та неточності, що дає можливість оцінити рівень сформованості компетентностей та отримання програмних результатів навчання у здобувача вищої освіти як достатній.
0	Завдання самостійної роботи не виконано та/або результати не відповідають поставленим завданням та/або завдання виконано із суттєвими помилками.

Шкала та критерії оцінювання модульного контролю

Бали для денної форми здобуття освіти	Критерії оцінювання

освіти	
5	Питання щодо тем відповідного змістового модуля розкрито повністю, що свідчить про відмінне засвоєння матеріалу відповідно вказаних програмних результатів навчання. Аспірант вільно володіє науково-понятійним апаратом.
4	Питання щодо тем відповідного змістового модуля розкрито в основному повно, що свідчить про добре засвоєння матеріалу відповідно до вказаних програмних результатів навчання. Аспірант у цілому володіє науково-понятійним апаратом, допускає незначні неточності у формулюваннях або тлумаченні окремих понять, які не впливають на загальне розуміння матеріалу.
3	Питання щодо тем відповідного змістового модуля розкрито недостатньо, що свідчить про недостатньо засвоєний матеріал відповідно до вказаних програмних результатів навчання. Аспірант допускає неточності у формулюваннях або тлумаченні окремих понять, які можуть впливати на загальне розуміння матеріалу.
2	Питання щодо тем відповідного змістового модуля розкрито частково, що свідчить про поверхове засвоєння матеріалу відповідно до програмних результатів навчання. Аспірант володіє науково-понятійним апаратом на базовому рівні, але допускає помилки у визначеннях, термінах або логічних зв'язках, потребує додаткових пояснень чи допомоги викладача для повного розуміння матеріалу.
1	Питання щодо тем відповідного змістового модуля розкрито неправильно, що свідчить про нестачу засвоєння матеріалу. Аспірант майже не володіє науково-понятійним апаратом, йому складно самостійно відтворити або пояснити зміст теми.
0	Питання щодо тем відповідного змістового модуля не розкрито, що свідчить про відсутність засвоєння матеріалу та невідповідність програмним результатам навчання. Аспірант не володіє науково-понятійним апаратом, не може самостійно відтворити або пояснити зміст теми.

**Шкала та критерії оцінювання знань здобувачів вищої освіти
за результатами складання диференційованого заліку у формі тестування**

№	Завдання	Бали	Критерії оцінювання
1	Тест складається з 30 питань, які містять всі теми курсу	0-30	Кожна правильна відповідь оцінюється в один бал (1×30=30), правильність відповідей перевіряється відповідно до ключа тестів.

Шкала оцінювання: національна та ECTS

100-бальна рейтингова система	Оцінка за шкалою ECTS	Оцінка за національною шкалою для екзамену, диференційованого
-------------------------------	-----------------------	---

оцінювання		заліку, курсового проекту (роботи), практики
90 – 100	A – відмінно	5 – відмінно
82 – 89	B – дуже добре	4 – добре
74 – 81	C – добре	
64 – 73	D – задовільно	3 – задовільно
60 – 63	E – достатньо	
35 – 59	FX – незадовільно з можливістю повторного складання	2 – незадовільно
0 – 34	F – незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	

Правила модульно-рейтингового оцінювання знань

Загальна трудомісткість дисципліни – 100 балів, із них:

Підсумковий контроль у вигляді диференційованого заліку передбачає набуття аспірантами балів, яких не вистачає для позитивної оцінки. Проте аспіранти мають можливість отримати акумульовану оцінку, виконавши всі контрольні заходи протягом вивчення даного курсу.

1. *Поточний контроль.* Бали, отримані впродовж семестру, за видами навчальної діяльності розподіляються наступним чином:

- робота на практичних заняттях (відповіді на практичних заняттях, виконання практичних завдань, а в разі їх пропусків з поважної причини – індивідуальні співбесіди на консультаціях за темами відповідних занять) – до 70 балів.

Присутність на лекціях і практичних заняттях не оцінюється в балах. Пропуски занять підлягають обов'язковому відпрацюванню в індивідуальному порядку під час консультацій. Пропущене заняття має бути відпрацьоване впродовж двох наступних тижнів, при тривалій відсутності студента на заняттях з поважної причини встановлюється індивідуальний графік відпрацювання пропусків, але не пізніше початку екзаменаційної сесії.

Аспірант, який повністю виконав програму навчальної дисципліни і отримав достатню рейтингову оцінку, допускається до підсумкового контролю з дисципліни.

2. *Підсумковий контроль.* Підсумковим контролем є диференційований залік. Він здійснюється відповідно до вимог «Положення про організацію освітнього процесу в Національному університеті «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка».

17. Методичне забезпечення

1. Методичні рекомендації до самостійної роботи здобувачів третього (освітньо-наукового) рівня вищої освіти спеціальності 015 «Професійна освіта (за спеціалізаціями)» з навчальної дисципліни «Сучасні здоров'язбережувальні технології в освіті», 2024, НУПП, 48 с.

2. Плачинда Т.С. Сучасні здоров'язбережувальні технології в освіті: навчально-методичний посібник / автор-упорядник Плачинда Т. С. Кропивницький: «Поліум», 2025. 116 с.

18. Рекомендована література

Базова

1. Бережна Т. І. Здоров'язбережувальні педагогічні технології – важлива складова здоров'язбережувального середовища загальноосвітнього навчального закладу. Психолого-педагогічні науки. 2014. № 2. С.35-39
2. Плачинда Т.С. Формування Soft Skills у суб'єктів освітнього процесу: навчально-методичний посібник / автор-упорядник Плачинда Т. С. Кропивницький: «Поліум», 2025. 160 с.
3. Плачинда Т. С., Железна Т.П., Бондарчук С.В. Здоров'язбережувальна освіта в контексті суспільних трансформацій. Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету: збірник наукових праць. Серія: Педагогічні науки. Ізмаїл: РВВ ІДГУ, 2023. Вип. 62. С. 208-216. DOI 10.31909/26168812.2023-(62)-23
4. Рибалко Л.М. Фізкультурно-оздоровча модель здоров'язбережувальних технологій у закладах загальної середньої освіти. *Спортивна наука та здоров'я людини*: Наукове електронне періодичне видання. К., 2021. № 1(5). С. 84-103.
5. Рибалко Л.М., Йопа Т.В. Проєктування освітнього здоров'язбережувального середовища на засадах педагогічної ергономіки. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова*. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наук. праць. – Київ : Видавництво НПУ імені М.П. Драгоманова, 2020. – Випуск 3 К (123) 20. – С. 361-365.
6. Сливка Л.В. Здоров'язбережувальна педагогіка: навч.-метод. посіб. Івано-Франківськ: видавець Кушнір Г.М., 2021. 200 с.
7. Технології здоров'язбереження: теорія і практика: колективна монографія /за заг. ред. професора Л.М. Рибалко. Полтава : НУПП, 2022. 324 с.

Допоміжна

1. Гуменюк С. В. Здоров'язбережувальні технології в системі освіти. Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія «Педагогіка, соціальна робота». Вип. 26. С. 55-57 URL: <https://dspace.uzhnu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/c7f467b6-1309-4dec-8e23-53626d585651/content>
2. Гуріненко Н.О., Рибалка О.Я. Освітні здоров'язберігаючі технології – шлях до збереження здоров'я. URL: https://docs.google.com/document/d/1WOkhW_m5Ady8CKtaf45qfdEZ_3OirS8JMY87gZlSx_U8/edit?tab=t.0
3. Плачинда Т. С. (2024). Формування навичок застосування здоров'язбережувальних технологій в освітньому процесі у майбутніх фахівців фізичної культури та спорту. Педагогічний альманах, (57), 57-64. <https://doi.org/10.37915/pa.vi57.591>
4. Плачинда Т. С., Рибалко Л. М., Гулько Т. Ю. Дотримання здорового способу життя майбутніми фахівцями фізичної культури та спорту як необхідна умова якості життя. Педагогічний альманах, 2024. № 55. С. 10-16. <https://doi.org/10.37915/pa.vi55>
5. Плачинда Т.С. Професійний розвиток викладача (для здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня за спеціальністю 015 Професійна освіта): курс лекцій / автор-упорядник Плачинда Т.С. Кроп. «Поліум», 2023. 198.с.
6. Плачинда Т.С. Стимулювання здобувачів освіти до активної навчальної діяльності. Теорія і практика професійного становлення фахівця в інноваційному освітньому середовищі: колективна монографія / за заг. ред. Н.П. Волкової, О.О. Лаврентьєвої. Дніпро: ВНЗ «Університет імені Альфреда Нобеля», 2023. С. 95-115.
7. Rybalko L.M., Hulko T.Yu., Plachynda T.S., Zukow W. Pedagogical potential of resource-based teaching in promoting health-preserving educational contexts. Alfred Nobel University Journal of Pedagogy and Psychology 2025. № 1 (29) DOI: <https://doi.org/10.32342/3041-2196-2025-1-29-17>

19. Інтернет-ресурси

1. Бібліотека ім. В.І. Вернадського. URL: <http://www.nbu.gov.ua/>
2. Державний заклад вищої освіти Університет менеджменту освіти Національної академії педагогічних наук України URL: <http://umo.edu.ua/centr-pisljadiplomnoji-osviti>
3. Науково-технічна бібліотека Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка». URL: <https://lib.nupp.edu.ua/index>
4. Нормативно-правова база України. URL: <http://zakon3.rada.gov.ua/>
5. Репозитарій Національного університету «Полтавська політехніка імені Юрія Кондратюка». URL: <https://reposit.nupp.edu.ua/>
6. Український інститут науково-технічної експертизи та інформації. URL: <http://www.uitei.kiev.ua/>
7. Prometheus. <https://prometheus.org.ua/>
8. Сторінка курсу «Сучасні здоров'язбережувальні технології в освіті» на платформі MOODLE <https://dist.nupp.edu.ua/course/view.php?id=6390>