

Сумський державний педагогічний університет  
імені А.С.Макаренка

Навчально-науковий інститут фізичної культури

Кафедра громадського здоров'я та медико-біологічних основ фізичної  
культури

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Директор НН інституту  
фізичної культури

М. О. Лянной

«01» 09 \_\_\_\_\_ 2022 р.



**РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ**  
**Інноваційні здоров'язбережувальні технології в закладах освіти**

*Галузь знань:* 01 Освіта/Педагогіка

*Спеціальність:* 016 Спеціальна освіта (016.01 Логопедія)

перший (бакалаврський) рівень

*Мова навчання:* українська

Погоджено науково-методичною  
комісією ННІФК

Протокол № 1 від 31.08.2022 р.

Голова

Мороз Л. В., к.пед.н., доцент

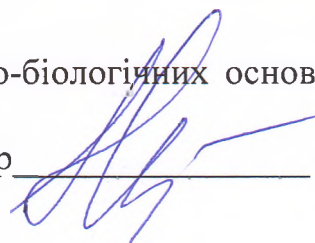
Розробники: Латіна Ганна Олександрівна – кандидат біологічних наук,  
доцент кафедри громадського здоров'я та медико-біологічних основ фізичної  
культури

Робоча програма розглянута і схвалена на засіданні кафедри  
громадського здоров'я та медико-біологічних основ фізичної культури

Протокол №\_1\_ від «30» серпня 2022 р.

Завідувач кафедри громадського здоров'я та медико-біологічних основ  
фізичної культури

Калиниченко Ірина Олександрівна, д.мед.н., професор



### Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Освітній ступінь	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 3	бакалавр	Обов'язкова/ вибіркова	
		<b>Рік підготовки:</b>	
2-й		2-й	
<b>Семестр</b>			
3-й		3-й	
<b>Лекції</b>			
20 год.		2 год.	
<b>Практичні, семінарські</b>			
20 год.		2 год.	
<b>Самостійна робота</b>			
48 год.		86 год.	
<b>Консультації:</b>			
2			
Вид контролю: залік			
Загальна кількість годин - 90			

## 1. Мета вивчення навчальної дисципліни

Програма вивчення нормативної навчальної дисципліни «Спортивна фізіологія» складено на основі освітньо-професійної програми «Спеціальна освіта (Логопедія)» підготовки бакалаврів галузі знань 01 Освіта/Педагогіка спеціальності 016 Спеціальна освіта (016.01 Логопедія).

**Мета навчальної дисципліни:** формувати знання і вміння у студентів з питань збереження і зміцнення здоров'я, формування цінностей здорового способу життя в учасників освітнього процесу на основі оцінки ефективності новітніх здоров'яформуючих технологій з позиції міжгалузевого підходу.

**Основними завданнями вивчення дисципліни є:**

- сформувати уявлення про здоров'язбережувальні технології та шкільні чинники ризику розвитку захворювань;
- ознайомити студентів з сучасними методами оцінки ефективності заходів та програм збереження та зміцнення учасників освітнього процесу (дітей, підлітків, вчителів) в умовах закладів освіти;
- опанувати професійно важливими навичками профілактики донозологічних патологічних станів в учасників освітнього процесу на основі міжгалузевого підходу щодо здоров'язбереження.

У результаті вивчення навчальної дисципліни оволодіває такими **компетентностями:**

- здатність розв'язувати складні спеціалізовані завдання та практичні проблеми спеціальної та інклюзивної освіти у процесі корекційно-педагогічної, діагностико-консультативної, дослідницької та культурно-просвітницької діяльності або у процесі навчання, що передбачає застосування основних теорій і методів дефектології і характеризується комплексністю та невизначеністю умов (ІК);
- здатність зберігати та примножувати моральні. Культурні, наукові цінності і досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя (ЗК-2);
- здатність до абстрактного мислення, аналізу та синтезу (ЗК-3);
- здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях (ЗК-4);
- здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями (ЗК-7);
- здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів) (ЗК-10);
- усвідомлення сучасних концепцій і теорій функціонування, обмеження життєдіяльності, розвитку, навчання, виховання і соціалізації осіб з особливими освітніми потребами (СК-1);
- здатність до аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду становлення і розвитку спеціальної та інклюзивної освіти (СК-2);

- здатність застосовувати психолого-педагогічні, дефектологічні, медико-біологічні, лінгвістичні знання у сфері професійної діяльності (СК-3);
- здатність реалізовувати ефективні корекційно-освітні технології у роботі з дітьми, підлітками, дорослими з особливими освітніми потребами, доцільно обирати методичне й інформаційно-комп'ютерне забезпечення (СК-5);
- здатність працювати в команді, здійснювати комплексний корекційно-педагогічний, психологічний та соціальний супровід дітей з особливостями освітніми потребами, в тому числі з інвалідністю в різних типах закладів (СК-6);
- здатність аргументовано відстоювати власні професійні переконання, дотримуватись їх у власній фаховій діяльності (СК-15);
- здатність до особистого та професійного самовдосконалення. Навчання та саморозвитку (СК-16).

## **2. Передумови для вивчення дисципліни**

Оволодіння фаховими компетентностями, що формуються під час вивчення анатомії, фізіології, патології дітей з основами генетики.

## **3. Результати навчання за дисципліною**

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

- анатомо-фізіологічні, психологічні вікові особливості дітей та підлітків;
- санітарно-гігієнічні вимоги до організації роботи закладів освіти різних типів;
- принципи призначення та проведення оцінки ефективності здоров'язберезувальних технологій в освітньому процесі;
- принципи організації оздоровчої роботи у закладах освіти.

**вміти**:

- проводити оцінку фізичного розвитку, функціонального стану, аналізувати отримані результати;
- проводити донозологічну діагностику патологічних станів в учасників освітнього процесу;
- застосувати методики, технології, форми і засоби реабілітації та корекційно-розвивального навчання у закладах освіти;
- оцінити стан внутрішньошкільного середовища та організацію освітнього процесу;
- використовувати санітарно-просвітню роботу серед педагогічного колективу, батьків, учнів, вихованців.

<b>Результати навчання (РН)</b>	<b>РН 3</b>	Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування, обмеження життєдіяльності у контексті професійних завдань.
	<b>РН 11.</b>	Застосовувати у професійній діяльності знання про методики, технології, форми і засоби реабілітації та корекційно-розвивального навчання дітей з особливими освітніми потребами.
	<b>РН 16.</b>	Приймати обґрунтовані рішення з урахуванням цілей, ресурсних і законодавчих обмежень, ціннісних орієнтирів
	<b>РН 17.</b>	Мати навички самостійного навчання та пошуку необхідної інформації.

#### 4. Критерії оцінювання результатів навчання

Шкала ЄКТС	Критерії оцінювання навчальних досягнень студента
А	Студент виявляє особливі творчі здібності, вміє самостійно здобувати знання, без допомоги викладача знаходить та опрацьовує необхідну інформацію, вміє використовувати набуті знання і вміння для прийняття рішень у нестандартних ситуаціях, переконливо аргументує відповіді, самостійно розкриває власні обдарування і нахили
В	Студент вільно володіє вивченим обсягом матеріалу, застосовує його на практиці, вільно розв'язує справи і задачі у стандартних ситуаціях, самостійно виправляє допущені помилки, кількість яких не значна
С	Студент вміє зіставляти, узагальнювати, систематизувати інформацію під керівництвом викладача; в цілому самостійно застосовувати її на практиці; контролювати власну діяльність; виправляти помилки, серед яких є суттєві, добирати аргументи для підтвердження думок
Д	Студент відтворює значну частину теоретичного матеріалу, виявляє знання і розуміння основних положень; з допомогою викладача може аналізувати навчальний матеріал, виправляти помилки, серед яких є значна кількість суттєвих
Е	Студент володіє навчальним матеріалом на рівні, вищому за початковий, значну частину його відтворює на репродуктивному рівні
F	Студент володіє матеріалом на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих фактів, елементів, об'єктів
FX	Студент володіє матеріалом на рівні окремих фрагментів, що становлять незначну частину навчального матеріалу

### Розподіл балів

Поточний контроль										Разом	Сума	
РОЗДІЛ 1					РОЗДІЛ 2						100	
T 1.1	T 1.2	T 1.3	T 1.4	T 1.5	T 2.1	T 2.2	T 2.3	T 2.4	T 2.5			
Поточний контроль												
лекції												
1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	10		
практичні заняття												
5	5	5	5	12	5	5	12	5	11	70		
Контроль самостійної роботи												
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20		
залік												

### Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
		для екзамену, заліку, курсового проекту (роботи), практики
90 – 100	<b>A</b>	<b>відмінно</b>
82 - 89	<b>B</b>	<b>добре</b>
74 - 81	<b>C</b>	
64 - 73	<b>D</b>	<b>задовільно</b>
60 - 63	<b>E</b>	
35-59	<b>FX</b>	<b>незадовільно з можливістю повторного складання</b>
1 - 34	<b>F</b>	<b>незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни</b>

### 5. Засоби діагностики результатів навчання

Засобами оцінювання та методами демонстрування результатів навчання є: тести, наукові тези, аналітичні звіти, розрахункові роботи, презентації результатів виконаних завдань та досліджень, завдання на лабораторному обладнанні, групових завдання на практичному заняття.



## 6. Програма навчальної дисципліни

### 6.1. Інформаційний зміст навчальної дисципліни

#### **РОЗДІЛ 1. ОСНОВИ ГІГІЄНИЧНОГО УТРИМАННЯ ТА ВЛАШТУВАННЯ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ РІЗНОГО ТИПУ**

##### **Тема 1.1. Основні структурні компоненти здоров'язбережувальних технологій. Стан здоров'я сучасних школярів.**

Поняття про здоров'язбережувальні технології у закладах освіти. Функції здоров'язбережувальних технологій. Класифікація здоров'язбережувальних технологій. Визначення здоров'я за рекомендаціями ВООЗ. Поняття фізичне здоров'я. Поняття психічне здоров'я. Поняття духовне здоров'я. Критерії здоров'я. Поняття про групи здоров'я. Показники здорового способу життя та його складові.

##### **Тема 1.2. Санітарний регламент закладів загальної середньої освіти**

Розкрити мету та завдання Санітарного регламенту. Гігієнічні норми щодо утримання земельної ділянки. Правила влаштування та утримання фізкультурно-спортивної зони закладів загальної середньої освіти. Гігієнічна характеристика основних приміщень. Вимоги щодо природного освітлення. Правила облаштування вікон у класній кімнаті. Поняття про світловий коефіцієнт, його норми. Методика обрахунку коефіцієнта природного освітлення. Штучне освітлення основних приміщень закладів загальної середньої освіти. Умови забезпечення дотримання гігієнічних норм природного та штучного освітлення основних приміщень закладів загальної середньої освіти. Гігієнічні вимоги щодо повітряно-теплогового режиму в основних приміщеннях закладів загальної середньої освіти. Обладнання основних приміщень закладів загальної середньої освіти.

##### **Тема 1.3. Санітарний регламент закладів дошкільної освіти**

Санітарно-гігієнічні вимоги до улаштування території. Гігієнічні вимоги до будівель та приміщень дошкільних навчальних закладів. Санітарно-гігієнічні вимоги до освітлення. Вимоги щодо водопостачання, водовідведення та опалення. Повітряно-тепловий режим. Санітарно-гігієнічні вимоги до утримання приміщень та обладнання. Санітарно-гігієнічні вимоги до особистої гігієни персоналу. Вимоги до медичного обслуговування, оцінки стану здоров'я дітей. Вимоги до розпорядку дня і навчання, організації життєдіяльності, рухової активності дітей. Санітарно-гігієнічні вимоги до організації фізичного виховання. Санітарно-гігієнічні вимоги до особистої гігієни дітей

##### **Тема 1.4. Здоров'язбережувальні умови використання програмно-апаратних засобів школярами під час дистанційного навчання. Гігієнічні вимоги до розкладу уроків**

Вимоги до організації роботи з технічними засобами навчання. Ергономіка робочого місця дитини за умови навчання з програмно-апаратних засобами. Режим роботи закладів освіти. Розподіл годин на інваріативну та варіативну частину навчального плану. Вимоги щодо тривалості перерв у розкладі. Гігієнічні норми тривалості домашніх завдань для дітей різних

вікових груп. Ступені важкості навчальних предметів. Поняття про продуктивні та непродуктивні уроки протягом дня. Оцінка ступеню складності предметів. Сприятливі та несприятливі дні тижня.

#### **Тема 1.5. Втома дітей та підлітків під час освітнього процесу в закладах освіти**

Поняття про працездатність та втому. Ознаки втоми у школярів. Суб'єктивні та об'єктивні фактори розвитку втоми. Фактори, що визначають трудність та легкість уроків. Способи оцінки втоми учнів. Критерії раціональної організації уроку за Н.К. Смирновим. Способи оцінки втоми учнів. Оцінка трудності уроку за С.М. Громбахом. Критерії для оцінки валеологізації уроку за В.Н. Ірхіним. Заходи та методи, що знижують рівень втоми на уроках. Групові здоров'язберезувальні заходи. Індивідуальні здоров'язберезувальні заходи.

## **РОЗДІЛ 2. ЗДОРОВ'Я ЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ**

#### **Тема 1.6. Психофізіологічні основи шкільної адаптації дітей до навчальних навантажень**

Поняття про шкільну адаптацію. Етапи фізіологічного процесу адаптації. Групи адаптації. Основні показники психологічної адаптації дитини. Перебіг психологічної адаптації. Поняття про готовність дітей до навчання. Фактори, що зумовлюють шкільну дезадаптацію. Поняття про шкільну дезадаптацію. Ознаки порушення адаптації у дітей шкільного віку. Поняття “шкільної готовності” учнів. Моторна зрілість молодших школярів. Шляхи підвищення адаптації до навчання молодших школярів.

#### **Тема 1.7. Психофізіологічна ціна розумового напруження учнів. Корекція психофізіологічної ціни.**

Поняття про психофізіологічну ціну. Визначення функціонального та психофізіологічного стану як відображення «ціни» діяльності. Експериментальні методи визначення психофізіологічної ціни. Ефективна організація навчального процесу у загальноосвітніх навчальних закладах з урахуванням психофізіологічної ціни розумового напруження учнів. Оцінка індивідуальної психофізіологічної «ціни» розумового напруження учнів. Шляхи збереження оптимальної психофізіологічної ціни навчально-пізнавальної діяльності учнів та її корекція. Поняття про здатність до навчання учнів. Фактори формування здатності до навчання дітей та підлітків. Навчальна успішність школярів з різних навчальних дисциплін. Пізнавальна активність учнів при навчанні. Структура пізнавальних процесів організму. Психофізіологічний статус пізнавальної діяльності школярів.

#### **Тема 1.8. Профілактика професійного вигорання педагогічних працівників**

Поняття про професійне вигорання. Характеристика розповсюдження професійного вигорання серед працівників закладів освіти. Гігієнічні

фактори виникнення синдрому професійного вигорання. Організаційні причини виникнення професійного вигорання у вчителів. Психологічні причини виникнення професійного вигорання у вчителів. Характеристика симптомокомплексів вигорання. Основні прояви симптомокомплексу напруження. Основні прояви симптомокомплексу резистентності. Основні прояви симптомокомплексу виснаження. Методики визначення та способи оцінки професійного вигорання. Психологічні методи дослідження стану професійного вигорання у працівників системи «людина-людина». Методики визначення та способи оцінки професійного вигорання. Психофізіологічні методи дослідження стану професійного вигорання у працівників системи «людина-людина». Профілактика професійного вигорання серед педагогічних працівників.

### **Тема 1.9. Розробка програм здоров'язбережувальної спрямованості у закладах освіти**

Передумови та основні причини створення «Шкіл сприяння здоров'ю». Визначення «Школа сприяння здоров'ю». Організаційні умови створення «Школа сприяння здоров'ю». Основні завдання діяльності «Школи сприяння здоров'ю». Види діяльності «Шкіл сприяння здоров'ю». Очікувані результати діяльності впровадження здоров'язбережувальних технологій в заклади освіти. Моделі здоров'язбережувальних технологій в закладах освіти. Трьохкомпонентна модель «Школи сприяння здоров'ю». Восьмикомпонентна модель «Школи сприяння здоров'ю».

### **Тема 1.10. Здоров'язбережувальні технології в роботі логопеда**

Принципи, шляхи та алгоритм впровадження здоров'язбережувальних технологій. Організація раціональної рухової активності: дихальна, артикуляційна та пальчикова гімнастика, гімнастика для очей, масаж і самомасаж, фізкультхвилинки. Застосування психологічних та психопрофілактичних засобів та методів, що включають в себе психогимнастику: ігри та вправи на розвиток емоційної сфери, музикотерапію, релаксаційні вправи та етюди, рухливі і сюжетно-рольові ігри, створення сприятливого психологічного клімату з переважанням позитивних емоцій, навчання дітей прийомам м'язового розслаблення.

## 6.2. Структура та обсяг навчальної дисципліни

Назви розділів і тем	Кількість годин											
	Денна форма						Заочна форма					
	Усього	у тому числі					Усього	у тому числі				
		Лекції	Практ.	Лабор.	Конс.	Самост.р		Лекції	Практ.	Лабор.	Конс.	Самост. робота
<b>РОЗДІЛ 1. ОСНОВИ ГІГІЄНИЧНОГО УТРИМАННЯ ТА ВЛАШТУВАННЯ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ РІЗНОГО ТИПУ</b>												
Тема 1.1. Основні структурні компоненти здоров'язберезувальних технологій. Стан здоров'я сучасних школярів.	9	2	2			5	11,5	2	0,5			9
Тема 1.2. Санітарний регламент закладів загальної середньої освіти	9	2	2			5	9,25		0,25			9
Тема 1.3. Санітарний регламент закладів дошкільної освіти	9	2	2			5	9,25		0,25			9
Тема 1.4. Здоров'язберезувальні умови використання програмно-апаратних засобів школярами під час дистанційного навчання. Гігієнічні вимоги до розкладу уроків	9	2	2			5	9					9
Тема 1.5. Втома дітей та підлітків під час освітнього процесу в закладах освіти	9	2	2			5	9					9
<b>РОЗДІЛ 2. ЗДОРОВ'Я ЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ</b>												
Тема 1.6. Психофізіологічні основи шкільної адаптації дітей до навчальних навантажень	9	2	2			5	9					9
Тема 1.7. Психофізіологічна ціна розумового напруження учнів. Корекція психофізіологічної ціни.	8	2	2			4	8,25		0,25			8

Тема 1.8. Профілактика професійного вигорання педагогічних працівників	8	2	2		4	8,25		0,25			8
Тема 1.9. Розробка програм здоров'язбережувальної спрямованості у закладах освіти	9	2	2		5	8,25		0,25			8
Тема 1.10. Здоров'язбережувальні технології в роботі логопеда	9	2	2		5	8,25		0,25			8
<b>Усього годин</b>	<b>90</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>2</b>	<b>48</b>	<b>90</b>	<b>2</b>	<b>2</b>			<b>86</b>

### Теми лекційних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
<b>РОЗДІЛ 1. ОСНОВИ ГІГІЄНИЧНОГО УТРИМАННЯ ТА ВЛАШТУВАННЯ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ РІЗНОГО ТИПУ</b>			
1	Тема 1.1. Основні структурні компоненти здоров'язбережувальних технологій. Стан здоров'я сучасних школярів.	2	2
2	Тема 1.2. Санітарний регламент закладів загальної середньої освіти	2	
3	Тема 1.3. Санітарний регламент закладів дошкільної освіти	2	
4	Тема 1.4. Здоров'язбережувальні умови використання програмно-апаратних засобів школярами під час дистанційного навчання. Гігієнічні вимоги до розкладу уроків	2	
5	Тема 1.5. Втома дітей та підлітків під час освітнього процесу в закладах освіти	2	
<b>РОЗДІЛ 2. ЗДОРОВ'Я ЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ</b>			
6	Тема 1.6. Психофізіологічні основи шкільної адаптації дітей до навчальних навантажень	2	
7	Тема 1.7. Психофізіологічна ціна розумового напруження учнів. Корекція психофізіологічної ціни.	2	

8	Тема 1.8. Профілактика професійного вигорання педагогічних працівників	2	
9	Тема 1.9. Розробка програм здоров'язбережувальної спрямованості у закладах освіти	2	
10	Тема 1.10. Здоров'язбережувальні технології в роботі логопеда	2	
Разом		20	2

### Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
<b>РОЗДІЛ 1. ОСНОВИ ГІГІЄНИЧНОГО УТРИМАННЯ ТА ВЛАШТУВАННЯ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ РІЗНОГО ТИПУ</b>			
1	Тема 1.1. Основні структурні компоненти здоров'язбережувальних технологій. Стан здоров'я сучасних школярів.	2	0,5
2	Тема 1.2. Санітарний регламент закладів загальної середньої освіти	2	0,25
3	Тема 1.3. Санітарний регламент закладів дошкільної освіти	2	0,25
4	Тема 1.4. Здоров'язбережувальні умови використання програмно-апаратних засобів школярами під час дистанційного навчання. Гігієнічні вимоги до розкладу уроків	2	
5	Тема 1.5. Втома дітей та підлітків під час освітнього процесу в закладах освіти	2	
<b>РОЗДІЛ 2. ЗДОРОВ'Я ЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ</b>			
6	Тема 1.6. Психофізіологічні основи шкільної адаптації дітей до навчальних навантажень	2	
7	Тема 1.7. Психофізіологічна ціна розумового напруження учнів. Корекція психофізіологічної ціни.	2	0,25
8	Тема 1.8. Профілактика професійного вигорання педагогічних працівників	2	0,25
9	Тема 1.9. Розробка програм здоров'язбережувальної спрямованості у закладах освіти	2	0,25

10	Тема 1.10. Здоров'язбережувальні технології в роботі логопеда	2	0,25
Разом		20	2

### Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		Денна форма	Заочна форма
<b>РОЗДІЛ 1. ОСНОВИ ГІГІЄНИЧНОГО УТРИМАННЯ ТА ВЛАШТУВАННЯ ЗАКЛАДІВ ОСВІТИ РІЗНОГО ТИПУ</b>			
1	Тема 1.1. Основні структурні компоненти здоров'язбережувальних технологій. Стан здоров'я сучасних школярів.	5	9
2	Тема 1.2. Санітарний регламент закладів загальної середньої освіти	5	9
3	Тема 1.3. Санітарний регламент закладів дошкільної освіти	5	9
4	Тема 1.4. Здоров'язбережувальні умови використання програмно-апаратних засобів школярами під час дистанційного навчання. Гігієнічні вимоги до розкладу уроків	5	9
5	Тема 1.5. Втома дітей та підлітків під час освітнього процесу в закладах освіти	5	9
<b>РОЗДІЛ 2. ЗДОРОВ'Я ЗБЕРЕЖУВАЛЬНІ ТЕХНОЛОГІЇ В ЗАКЛАДАХ ОСВІТИ</b>			
6	Тема 1.6. Психофізіологічні основи шкільної адаптації дітей до навчальних навантажень	5	9
7	Тема 1.7. Психофізіологічна ціна розумового напруження учнів. Корекція психофізіологічної ціни.	4	8
8	Тема 1.8. Профілактика професійного вигорання педагогічних працівників	4	8
9	Тема 1.9. Розробка програм здоров'язбережувальної спрямованості у закладах освіти	5	8
10	Тема 1.10. Здоров'язбережувальні технології в роботі логопеда	5	8
Разом		48	86

## 7. Рекомендовані джерела інформації

1. Здоров'язбережувальні технології в освітньому середовищі: колективна монографія [за заг. ред. Л.М. Рибалко]. Тернопіль : Осадца В.М., 2019. 400 с. Режим доступу: <http://elcat.pnpu.edu.ua/docs/%D0%97%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%D1%8F%D0%B7%D0%B1%D0%B5%D1%80%D0%B5%D0%B6%D1%83%D0%B2%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%962019.pdf>
2. Здоров'язберігаючі технології при роботі з дітьми із особливими освітніми потребами : Навчальний посібник. Кам'янець-Подільський : Видавець Ковальчук О.В., 2020. 228 с. Режим доступу: <http://elar.kpnu.edu.ua:8081/xmlui/bitstream/handle/123456789/3879/Zdoroviazberihaiuchi-tekhnohii-pry-roboti-z-ditmy-iz-osoblyvymy-osvitnimy-potrebamy.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
3. Калиниченко І.О. Методика оцінки напруженості трудового процесу вчителя загальноосвітніх навчальних закладів / І.О. Калиниченко, А.Н. Каракашян, Г.О. Латіна, – Суми: СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2007 – 28 с.
4. Калиниченко І.О. Методичні рекомендації щодо проведення практичних та індивідуальних занять з навчальної дисципліни «Новітні здоров'язберігаючі технології у навчально-виховній роботі закладів освіти»: робочий зошит / Калиниченко І.О., Латіна Г.О., Заїкіна Г.Л. – Суми: СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2009. – 116 с.
5. Комплексні методики кількісної оцінки здоров'язбережувальної діяльності закладів освіти / Авторський колектив: І.О. Калиниченко, М.Ю. Антомонов, Г.О. Латіна, Ю.Л. Тонкопей, Г.Л. Заїкіна // За заг.ред. І.О. Калиниченко: – Суми: ФОП Цьома С.П., 2021 – 236 с.
6. Латіна Г.О. Індивідуальна оцінка ймовірності розвитку професійного вигорання у вчителів загальноосвітніх навчальних закладів / Г.О. Латіна, М.Ю. Антомонов, І.О. Калиниченко. – Суми: СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2007. – 20 с.
7. Латіна Г.О. Професійне вигорання педагогічних працівників, як гігієнічна проблема / Г.О. Латіна // Збереження та зміцнення здоров'я дітей в умовах сучасних закладів освіти: проблеми та перспективи : монографія / [за заг. ред. І. О. Калиниченко]. – Суми : ФОП Цьома С. П., 2017. –С. 180 – 193.
8. Латіна Г.О. Профілактика впливу професійних стресорів педагогічної діяльності / Г.О. Латіна, І.О. Калиниченко – Суми: СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2007. – 48 с.
9. Полька Н.С., Гозак С.В., Єлізарова О.Т., Парац А.М., Станкевич Т.В., Калиниченко І.О., Заїкіна Г.П., Латіна Г.О. Розумова працездатність, навчальне навантаження та спосіб життя сучасних школярів: гігієнічні аспекти : монографія. За заг. ред. Н.С. Польки, С.В. Гозак. Київ : Медінформ, 2018. 214 с.



10. Про затвердження Санітарного регламенту для дошкільних навчальних закладів (НАКАЗ МОЗ УКРАЇНИ від 24.03.2016 №234) Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0563-16#Text>

11. Про затвердження Санітарного регламенту для закладів загальної середньої освіти (НАКАЗ МОЗ УКРАЇНИ від 25.09.2020 №2205, Зареєстровано в Міністерстві юстиції України 10 листопада 2020 р. за №1111/35394). Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z1111-20#Text>

12. Скрипник Л. М. Здоров'язбережувальні технології як необхідна складова у підготовці майбутніх кваліфікованих фахівців у закладах професійної освіти / Л. М. Скрипник // Науковий вісник львівської академії. Серія: Педагогічні науки : зб. наук. праць. – Кропивницький, 2019. – Вип. 5. – С. 483–488. Режим доступу: <http://elibrary.kdpu.edu.ua/handle/123456789/4531>

13. Сучасні здоров'язбережувальні технології : монографія / за загальною редакцією проф. Ю. Д. Бойчука. – Харків : Оригінал, 2018. – 724 с. Режим доступу: [http://hnpu.edu.ua/sites/default/files/files/Kaf\\_zdor\\_ta\\_korr\\_os/M\\_Suchasni\\_ZZT.pdf](http://hnpu.edu.ua/sites/default/files/files/Kaf_zdor_ta_korr_os/M_Suchasni_ZZT.pdf)

#### **Додаткові:**

1. Антомонов М.Ю. Расчет пороговых (критических) уровней действующих факторов для разного типа данных, получаемых в гигиенических исследованиях //Гігієна населених місць. – Вип. 43. – Київ. – 2004. – С.573-579.
2. Антропова М.В., Козлова В.И. Методические рекомендации по физиолого-гигиеническому изучению учебной нагрузке учащихся. – М.: АПН СССР, 1984. – 68 с.
3. Баевский Р.М., Кудрявцев В.И., Никулина Г.А. и др. Экспериментальное изучение возможности прогнозирования реакций организма человека при некоторых экстремальных воздействиях и нагрузках //Вопросы кибернетики. – М., 1976, Т. 22. – С. 38-54.
4. Закон України «Про загальну середню освіту» № 651-XIV від 13.05.1999 //Інформаційний збірник Міністерства освіти і науки України. – 1999. – № 15. – С. 6-31.
5. Карпухина А.М., Розов В.И. Экспресс-оценка адаптивности подростков в экстремальных условиях. – К., 1993. – 18 с.
6. Макаренко М.В., Іванюра І.О., Шейко В.І. Дослідження психофізіологічних функцій учнів середнього шкільного віку при тривалих фізичних навантаженнях //Фізіол. журн. – 2002. – Т.48, №5. – С. 56-61.
7. Марьяненко Л.В. Теоретичний аналіз пізнавальної активності школярів //Наукові зап. ін-ту психології ім. Г.С. Костюка АПН України /За ред. академіка С.Д. Максименка. – К.: Міленіум, 2006. – Вип. 25. – С. 298-319.

8. Седнев В.В. Диагностика невротических расстройств у детей младшего и среднего школьного возраста //Практична психологія та соціальна робота. – 1998. – №2. – С. 17-20.

**9. Інструменти, обладнання та програмне забезпечення,  
використання яких передбачає навчальна дисципліна  
(за потребою)**

Аудіовізуальні, технічні і комп'ютерні засоби навчання: комп'ютер, мультимедійний проект, екран. Навчальні аудиторії, які обладнанні для проведення лекційних і практичних занять, презентації лекцій в Power point, ростомір, ваги, тонометр, термометри кімнатні, люксметр, гігрометр психометричний, сантиметрові стрічки, прилад для оцінки варіабельності серцевого ритму «Кардіоспектр».