

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Головою правління ГО «ТВОЇ КРОКИ»

Словік О.М.

від 13 квітня 2026 р.

## **Програма підвищення кваліфікації педагогічних та науково-педагогічних працівників**

*Програма відповідає: постанові КМУ від 21.08.2019 №800 зі змінами,  
внесеними згідно з постановою КМ №1133 від 27.12.2019*

**Форма освітньої послуги:** дистанційна**Вид підвищення кваліфікації:**

- практико-орієнтований курс

**Форма підвищення кваліфікації:** дистанційна**Розробники:** команда авторів ГО «ТВОЇ КРОКИ».

**Спікер(-ка):** Марина Гардаш — вчитель хімії та біології вищої категорії, вчитель-методист із багаторічним досвідом та високим рівнем професійної майстерності. У своїй діяльності зосереджується на впровадженні здоров'язберезувальних технологій у навчальний процес як ефективного засобу формування життєвих компетентностей здобувачів освіти.

**Назва:** Практичні міні-інтерактиви для здоров'я учнів і педагогів.

**Мета:** Мета курсу — надати педагогічним працівникам практичний інструментарій для інтеграції здоров'язберезувальних технологій в освітній процес, з урахуванням фізичного та психоемоційного благополуччя здобувачів освіти. Курс спрямований на формування в учнів свідомої культури турботи про власне здоров'я через розкриття ключових тем (імунітет, харчування, фізична активність, зір, психологічна стабільність) та забезпечення вчителів готовими матеріалами для щоденного використання.

**Напрями підвищення кваліфікації:**

- емоційно-етична компетентність
- інклюзивна компетентність, створення безпечного та інклюзивного освітнього середовища, особливості (специфіка) інклюзивного навчання, забезпечення додаткової підтримки в освітньому процесі дітей з особливими освітніми потребами
- психолого-фізіологічні особливості здобувачів освіти певного віку, основи андрагогіки
- розвиток професійних компетентностей (знання навчального предмета, фахових методик, технологій)

**Зміст:**

Програма курсу спрямована на ознайомлення педагогічних працівників із можливостями інтеграції здоров'язберезувальних технологій в освітній процес та підвищення їхньої ролі у формуванні життєвих компетентностей здобувачів освіти. Увага приділяється актуальності збереження фізичного та психоемоційного здоров'я учнів під час навчання.

У межах курсу розглядаються ключові аспекти здорового способу життя: формування та підтримка імунітету, принципи раціонального харчування, значення фізичної активності, збереження зору, а також розвиток психологічної стабільності.

Практична частина передбачає ознайомлення з готовими навчальними матеріалами (презентаціями, сценаріями заходів) і надання рекомендацій щодо їх ефективного використання у щоденній педагогічній діяльності з метою формування в учнів культури турботи про власне здоров'я та добробут.

**Види діяльності:**

Лекція з елементами тренінгу - 1.5.00

Практичні заняття - 1.00

Самостійна робота - 0.5.00

**Обсяг програми/курсу:** 3 год (0,10 кредиту ЄКТС)

**Загальні компетентності вчителства за професійним стандартом:**

- ЗК.01. Здатність діяти відповідально і свідомо на засадах поваги до прав і свобод людини та громадянина; реалізувати свої права і обов'язки; усвідомлювати цінності громадянського суспільства та необхідність його сталого розвитку (громадянська компетентність)
- ЗК.02. Здатність до міжособистісної взаємодії, роботи в команді, спілкування з представниками інших професійних груп різного рівня (соціальна компетентність)
- ЗК.03. Здатність виявляти повагу та цінувати українську національну культуру, багатоманітність і мультикультурність у суспільстві; здатність до вираження національної культурної ідентичності, творчого самовираження (культурна компетентність)
- ЗК.04. Здатність до прийняття ефективних рішень у професійній діяльності та відповідального ставлення до обов'язків, мотивування людей до досягнення спільної мети (лідерська компетентність)
- ЗК.05. Здатність до генерування нових ідей, виявлення та розв'язання проблем, ініціативності та підприємливісті (підприємницька компетентність)

**Професійні компетентності вчителства за професійним стандартом:**

- А2. Предметно-методична компетентність
- Б1. Психологічна компетентність
- Б2. Емоційно-етична компетентність
- В2. Здоров'язбережувальна компетентність
- Г2. Організаційна компетентність

**Строки виконання програми:** постійно.

**Цільова аудиторія:**

- Асистент вихователя
- Асистент вчителя
- Асистент вчителя-реабілітолога
- Викладач
- Вихователь
- Вихователь-методист
- Вчитель
- Вчитель-реабілітолог
- Директор
- Завідувач
- Заступник директора
- Заступник завідувача
- Заступник керівника
- Інструктор
- Керівник
- Керівник гуртка
- Керівник навчально-виробничої (навчальної) майстерні
- Консультант
- Логопед
- Методист
- Начальник
- Педагог-організатор
- Педагог професійного навчання
- Практичний психолог
- Психолог
- Соціальний педагог
- Старший викладач

- Художній керівник
- Інше

Батьки здобувачів освіти, студенти педагогічних спеціальностей, молоді спеціалісти (початківці в освіті), освітні тренери та коучі, працівники інклюзивно-ресурсних центрів, медичні працівники закладів освіти.

**Вартість освітньої послуги:** 100 грн

**Очікувані результати:** Очікувані результати навчання

Після завершення курсу учасники зможуть:

1. Розуміти основи здоров'язберезувальних технологій

Пояснювати значення інтеграції здоров'язберезувальних підходів у освітній процес.

Аргументовано обґрунтовувати роль педагога у формуванні життєвих компетентностей учнів через збереження здоров'я.

2. Формувати культуру здорового способу життя у здобувачів освіти

Надихати учнів на підтримку фізичного та психоемоційного здоров'я.

Використовувати ефективні методи навчання щодо імунітету, раціонального харчування, фізичної активності та гігієни зору.

3. Застосовувати практичні інструменти у навчальній діяльності

Використовувати готові навчальні матеріали (презентації, сценарії заходів) у щоденній роботі.

Планувати та реалізовувати навчальні активності, що сприяють розвитку психологічної стабільності учнів.

4. Оцінювати ефективність впровадження здоров'язберезувальних технологій

Визначати успішність формування у учнів навичок самоогляду та турботи про власне здоров'я.

Коригувати педагогічні стратегії на основі аналізу результатів навчання та розвитку учнів.

5. Підвищувати професійну компетентність

Розвивати власні навички впровадження здоров'язберезувальних технологій у різних навчальних контекстах.

Формувати позитивне ставлення до інтеграції здоров'я та освіти у професійну діяльність педагога.

**Документ, що видається за результатами підвищення кваліфікації:** Сертифікат про підвищення кваліфікації.

Після успішного завершення виконання програми підвищення кваліфікації учасники отримують сертифікат підвищення кваліфікації, який можна перевірити за посиланням: [prostir.tvoikroky.com/check](http://prostir.tvoikroky.com/check)