

Міністерство освіти і науки України  
Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка  
Педагогічний факультет  
Кафедра теорії та методик дошкільної освіти

Дипломна робота  
магістра

з теми: **«РОЗВИТОК ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ  
ДІТЕЙ ДОШКІЛЬНОГО ВІКУ  
В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ»**

Виконала: здобувачка 2 курсу,  
групи DO1-M22z,  
спеціальності 012 Дошкільна освіта  
**Анна ЯРЕМІЙ**

Керівник: **Леся ГАЛАМАНЖУК**,  
доктор педагогічних наук, професор,  
завідувачка кафедри теорії та методик  
дошкільної освіти

Рецензент: **Геннадій ЄДИНАК**,  
доктор наук з фізичного виховання  
та спорту, професор

## ЗМІСТ

|   |           |
|---|-----------|
| <b>ВСТУП.....</b>   | <b>3</b>  |
| <b>РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ РОЗВИТКУ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ДІТЕЙ В УМОВАХ ЗАКЛАДУ ДОШКІЛЬНОЇ ОСВІТИ.....</b>                                   | <b>9</b>  |
| 1.1. Загальні положення щодо здорового способу життя дітей у дошкільний період.....   | 9         |
| 1.2. Обґрунтування можливості формування у дошкільників уявлень про здоровий спосіб життя.....  | 16        |
| 1.3. Сутнісна характеристика формування уявлень про здоровий спосіб життя в дітей дошкільного віку.....   | 21        |
| <b>РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....</b>   | <b>34</b> |
| 2.1. Методи дослідження.....  | 34        |
| 2.2. Організація дослідження.....   | 37        |
| <b>РОЗДІЛ 3. СТАН РОЗВИТКУ НАСТАНОВ НА ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ У ДІТЕЙ В ДОШКІЛЬНИЙ ПЕРІОД.....</b>   | <b>39</b> |
| 3.1. Розвиток уявлень дітей про здоровий спосіб життя.....  | 39        |
| 3.2. Ефективність реалізації у закладі дошкільної освіти заходів із розвитку настанов дітей про здоровий спосіб життя.....                          | 51        |
| 3.3. Залежність розвитку уявлень про здоровий спосіб життя та показників фізичного стану дітей.....   | 61        |
| <b>РОЗДІЛ 4. ПРОГРАМА РОЗВИТКУ НАСТАНОВОК ДІТЕЙ НА ЗДОРОВИЙ СПОСІБ ЖИТТЯ У ДОШКІЛЬНИЙ ПЕРІОД.....</b>   | <b>64</b> |
| 4.1. Загальні положення змістового забезпечення дошкільного фізичного виховання з орієнтацією на розвиток здорового способу життя дітей.....        | 64        |
| 4.2. Організація та реалізація змістового забезпечення фізичного виховання дошкільників з орієнтацією на розвиток здорового способу життя дітей.... | 70        |
| <b>ВИСНОВКИ.....</b>  | <b>78</b> |
| <b>СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....</b>  | <b>80</b> |

## ВСТУП

**Актуальність проблеми дослідження.** Сучасне суспільство відрізняється різноманіттям прикладів способу життя людини, з якими постійно стикається кожна дитина. Це різноманіття не завжди є зразком для дитини, в результаті створюється хаотичність в уявленнях дитини про здоровий спосіб життя і руйнуються вже сформовані уявлення. Крім того, в даний час існує тенденція зниження здоров'я підростаючого покоління, тому потреба у формуванні у дітей уявлень про здоровий спосіб життя зростає і вимагає пошуку нових шляхів в освіті, вихованні та розвитку дошкільнят [3; 19; 34].

На сучасному етапі проблемою формування здорового способу життя займаються вчені з різних галузей знань, зокрема медицини і фізіології, представниками яких є, передусім В. Дубровський, Ю. Лісіцин, Б. Чумаков; психології (О. Осадчук), екології (З. Тюмасєва, А. Аменд), педагогіки (В. Алямовська, Г. Зайцев, Ю. Змановський, М. Лазарєв, О. Морозова, Т. Поштарєва, Л. Татарникова, О. Толстова, О. Шнейдер, ін.) [21; 22; 29].

Спрямованість особистості на здоровий спосіб життя – процес досить складний і суперечливий, на нього впливають особливості розвитку держави і громадська думка, екологічна обстановка, технологія процесу розвитку, освіти і виховання дошкільників, особистість педагогів, а також стан і орієнтація сімейного виховання.

Велике значення в створенні сприятливих умов для формування у дошкільнят уявлень про здоровий спосіб життя грає система дошкільної освіти, оскільки турбота про зміцнення здоров'я дитини є проблемою не тільки медичною, але і педагогічною, оскільки правильно організована педагогічна діяльність з дітьми більшою мірою, ніж всі медико-гігієнічні заходи, забезпечує формування здоров'я та настанов на ведення здорового способу життя [39; 41].

Здоровий спосіб життя – категорія еко-біосоціальна, що інтегрує біологічні, соціальні та екологічні уявлення про здоров'я людини і його

життєдіяльності, оскільки фізичне благополуччя залежить не тільки від спадковості і кількості уваги до здоров'я дитини з боку батьків і лікарів, а й від впливу екологічних факторів, від ступеня гармонізації взаємин дитини із зовнішнім соціальним і екологічним середовищем [45; 51].

Формування здорового способу життя багато в чому обумовлено процесом соціалізації індивіда. Розвиток і соціалізація дитини відбувається в певному соціальному середовищі, яка є важливим фактором регуляції його поведінки. У багатьох дослідженнях зазначається [58; 65], що важлива роль належить соціуму, який є середовищем формування у дітей певного способу життя. Дуже близьким до соціального та деяких інших напрямів процесу формування здорового способу життя дітей є процес формування валеологічної культури. Причому це стосується, передусім працівників ЗДО, а також значною мірою батьків, суспільства.

Сучасні дослідження з розвитку настанов дітей на здоровий спосіб життя під час фізичного виховання зростають кількісно та певною мірою якісно. При цьому, дослідники виокремлюють еколого-валеологічний і теоретико-валеологічний напрями розвитку настанов дітей на здоровий спосіб життя [69; 75]. Конкретизуючи відзначаємо, що питання екологічного виховання, що сприяє усвідомленню взаємодії людини і природи, її залежності від довкілля розглядають деякі дослідники [15; 26; 40]. При цьому, вони зазначають, що основою формування здорового способу життя є екологічне виховання та освіта, адже саме здоров'я є критерієм взаємин людини і природи [21; 45]. Крім цього, реалізація екологічного аспекту сприяє розкриттю взаємозв'язку довкілля та організму людини, закріпленню у свідомості дитини відчуття своєї єдності з природою.

Незважаючи на певне розв'язання досліджуваної проблеми, на сучасному етапі існують протиріччя. Основу їх становлять розбіжності між такими характеристиками:

- соціальним замовленням суспільства на виконання освітою функцій, пов'язаних з вихованням особистості, яке усвідомлено й відповідально

ставиться до свого здоров'я, розуміє значення здорового способу життя, впливу соціально-екологічного середовища на здоров'я та відмінною від необхідної готовністю закладів освіти до забезпечення зазначеного;

- необхідністю теоретичного обґрунтування формування у дітей уявлень про здоровий спосіб життя і відставанням в розробці цього питання в теорії дошкільного виховання;

- потребою дошкільного навчального закладу в теоретично обґрунтованих педагогічних технологіях формування уявлень про здоровий спосіб життя і недостатньою розробленістю таких технологій.

Ураховуючи наявні протиріччя відзначили необхідність подальшого здійснення досліджень з розв'язання проблеми, що розглядається. Тому було визначено тему кваліфікаційної роботи *«Розвиток здорового способу життя дітей дошкільного віку в умовах закладу дошкільної освіти»*.

Роботу виконано згідно плану науково-дослідної роботи на 2019-2024 роки проблемної лабораторії «Гендерні профілактично-оздоровчі технології фізичного виховання та реабілітації» Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка за темою «Програмування профілактично-оздоровчих і розвивальних технологій фізичної активності дітей та молоді». Роль авторки у здійсненні цього дослідження, як співвиконавиці теми лабораторії така: отримано інформацію на теоретичному рівні; забезпечено отримання емпіричних даних згідно визначених завдань; із урахуванням зазначеного спроектовано пілотну програму, зміст якої спрямований на забезпечення позитивного ефекту в розвитку настанов дітей на здоровий спосіб життя та передбачає реалізацію у дошкільному фізичному вихованні.

**Мета дослідження** – спроектувати програму розвитку настанов дітей на здоровий спосіб життя у закладі дошкільної освіти.

Для досягнення такої мети сформували комплекс завдань, що потребували вирішення під час дослідження. **Завдання** були такими:

1. Визначити стан розв'язання проблеми з розвитку настанов дітей до здорового способу життя у закладі дошкільної освіти.

2. Сформувати термінологічну базу дослідження щодо розвитку формування уявлень про здоровий спосіб життя в дітей дошкільного віку.

3. Встановити особливості розвитку уявлень дітей про здоровий спосіб життя та залежність від них вияву показників фізичного стану.

4. Спроекувати програму розвитку настанов дітей на здоровий спосіб життя під час фізичного виховання у закладі дошкільної освіти.

*Об'єкт дослідження* – здоровий спосіб життя дітей.

*Предмет дослідження* – розвиток настанов дітей на здоровий спосіб життя під час занять фізичними вправами у закладі дошкільної освіти.

**Методи дослідження.** Для вирішення поставлених завдань використовували комплекс методів дослідження. Такі комплекси об'єднували наступні методи: на теоретичному рівні – загальнонаукові, а саме аналіз, дедукцію, узагальнення та теоретичне моделювання. Застосовуючи методи цієї групи опрацьовували різні джерела інформації. При цьому, літературні джерела обирали, передусім із фонду бібліотеки Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка. Водночас, використовували джерела доступних і відомих наукометричних баз (Scopus, Web of Science, SPORT Discus). Для раціональної діяльності використовували ключові слова, зокрема здоровий спосіб життя, діти, фізичне виховання, дошкільники та комбінації цих слів, сполучень слів й аббревіатури. Усього обрали та частково опрацьовали понад 100 джерел інформації, а більш детально – 88, які склали остаточний список.

**Педагогічні методи** дослідження займали одне з провідних місць у системі методів, використання яких забезпечували вирішення поставлених завдань. Конкретизуючи відзначаємо, що були задіяні такі педагогічні методи: спостереження, тестування, експеримент. При цьому, використовуючи педагогічне спостереження одержували інформацію про стан реалізації технологій, методик із формування в дітей дошкільного віку настанов на здоровий спосіб життя у закладі дошкільної освіти.

Педагогічне тестування використовували для оцінювання розвитку рухових якостей, функціональних характеристик, як складових фізичного стану дітей. Тести і функціональні проби обирали, виходячи з метрологічних вимог до них, а саме інформативності, надійності, відтворюваності тощо. Ураховуючи зазначене та простоту у використанні при одночасній відтворюваності та широті застосування тестів іншими дослідниками, сформували батарею цих тестів.

Іншою групою використаних методів були м е д и к о-б і о л о г і ч н і. За допомогою використаних методів було отримано дані про стан соматичного здоров'я та функціональних можливостей дітей. Такими методами були: антропометрія, пульсометрія, сфігмоманометрія, спірометрія.

Водночас, були широко використані методи м а т е м а т и ч н о ї с т а т и с т и к и. Використання таких методів забезпечило коректне опрацювання емпіричних даних та інтерпретацію цих даних для формулювання адекватних висновків. Передусім використані методи дозволили встановити одномірні статистики, зокрема середнє арифметичне, стандарте відхилення, помилку середнього. При порівнянні двох середніх було використано t-критерій для пов'язаних і непов'язаних вибірок, адже індивідуальні значення у сформованій вибірці дітей, які взяли участь у дослідженні, відповідали закону про нормальний розподіл.

**Практичне значення одержаних результатів** полягає у тому, що спроектовано програму формування і розвитку настанов дітей на здоровий спосіб життя, яка сприяє утворенню усвідомленого ставлення до свого здоров'я і залежності останнього від способу життя і навколишнього соціально-екологічного середовища; у проєктуванні і реалізації педагогічної програми формування і розвитку настанов дітей на здоровий спосіб життя, яку доцільно реалізовувати в педагогічній практиці ЗДО як взаємопов'язаних дій педагогів, батьків і дітей. Накопичений та викладений матеріал та певною мірою одержані емпіричні дані можна використати під час читання

лекційних занять для здобувачів вищої освіти за спеціальністю «Дошкільна освіта» та «Середня освіта (фізична культура)».

**Апробація результатів дослідження.** Апробація основних положень кваліфікаційної роботи магістра відбувалася під час проведення наукових конференцій. Зокрема, одна з них – Всеукраїнська «Формування здорового способу життя студентської та учнівської молоді засобами освіти» (Кам'янець-Подільський, 2022); інша – науково-практична конференція аспірантів, викладачів, магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка (2022-2023).

**Публікації.** Основні результати дослідження за темою кваліфікаційної роботи магістра викладено в одній науковій публікації – А. Яремій, Л. Галаманжук. До питання про формування у дошкільників навичок здорового способу життя. *Збірник наукових праць студентів та магістрантів Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка*. [Електронний ресурс]. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2023. С. 120-122.

**Структура та обсяг кваліфікаційної роботи магістра.** Роботу викладено на 89 сторінках, з яких 79 – основного тексту. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, чотирьох розділів, висновків, списку 88 використаних джерел інформації.



## ВИСНОВКИ

1. Аналіз педагогічної спадщини показує, що коріння виховання здорової дитини йдуть в історично сформований принцип природовідповідності. Опора на цей принцип не тільки передбачає важливість обліку в процесі виховання і навчання природи самої дитини, а й показує значимість природи в цьому процесі, підводить до осмислення важливості культури взаємин людського суспільства і самої природи в справі виховання здорового покоління. Змістом уявлень про здоровий спосіб життя є поєднання біологічної, соціальної та екологічної складової уявлень, так як визначає діалектичну єдність людини і природи з вченням про залежність здоров'я людини від стану навколишнього середовища.

2. Підсумки анкетування практичних працівників дошкільних освітніх установ свідчать, що в усіх респондентів відповідь вказує на ведення у ЗДО роботи з батьками. На батьківських зборах і в ході індивідуальних бесід розглядаються питання збереження здоров'я дітей в холодний період року і виховання у них культурно-гігієнічних навичок.

3. Позитивним моментом є усвідомлене ставлення педагогів до необхідності дотримання режиму дня, проведення щоденних прогулянок, занять фізичною культурою. У діяльності обстежуваних дошкільних установ спеціальна робота по формуванню у дітей уявлень про здоровий спосіб життя цілеспрямовано не проводиться, або має непослідовний, фрагментарний характер. Проблема формування здорового способу життя в жодному ЗДО, що беруть участь в експерименті, не була предметом самостійного вивчення на педагогічних радах та інших формах методичної роботи ЗДО. Негативним є факт відсутності у педагогів бажання поліпшити будь-що в чинній системі функціонування ЗДО.

4. У формуванні здорового способу життя у дітей батьки недооцінюють значення природних засобів оздоровлення. Велика кількість батьків 85 % не задоволені цим станом здоров'я дітей. Основними причинами

хвороб дітей бачать в несприятливих екологічних умовах і в нестачі наявних у себе знань про здоровий спосіб життя. Батьки не беруть до уваги, що стан здоров'я дітей багато в чому залежить від способу життя сім'ї. Батьки зацікавлені у вдосконаленні роботи ЗДО, на що вказує їх активна позиція при внесенні пропозицій щодо формування здорового способу життя у дітей в ЗДО, серед яких 11 % батьків вказали на необхідність об'єднання зусиль ЗДО і сім'ї у формуванні у дітей здорового способу життя.

## СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андрущенко В. П., Передборська І. М., Клепко С. Ф. Філософія освіти : навч. посіб. Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2009. 329 с.
2. Андрущенко Т. К. Формування здоров'язберезувальної компетентності у дітей дошкільного віку : монографія. Умань : Жовтий О. О., 2014. 383 с.
3. Бабюк С. М. Педагогічні умови фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку у взаємодії дошкільного навчального закладу і сім'ї : автореф. дис.... канд. пед. наук : 13.00.08 Ін-т проблем виховання АПН України. Київ, 2011. 21 с.
4. Базовий компонент дошкільної освіти : науковий керівник А. М. Богущ. Київ : Видавництво, 2012. 26 с.
5. Балацька Л., Галаманжук Л., Єдинак Г., Гнесь Н. Шляхи покращення моторної функції дітей 3–5 років у процесі фізичного виховання. *Вісник Прикарпатського у-ту. Фізична культура*. 2017. Вип. 27-28. С. 6-13.
6. Беленька Г. В., Вертугіна В. М., Волинець Ю. О. Ігрова діяльність у дошкільній освіті п'ятирічних дітей (педагогічний супровід до програми «Дитина») : навч.-метод. посіб. / за заг. ред. Н. В. Кудикіної [укладач О. А. Половіна]. Київ : Київ. ун-т ім. Б. Грінченка, 2013. 296 с.
7. Білан О. І., Возна Л. М., Максименко О. Л., Овчаренко Л. Р. [та інші]. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Українське дошкілля». Тернопіль : Мандрівець, 2013. 264 с.
8. Богініч О. Оздоровчу ідеологію – в життя малят : формування валеологічної культури. *Дошк. виховання*. 2006. № 7. С. 7–9.
9. Богініч О. Фізичне виховання дошкільників засобами гри : навч.-метод. посібник. Київ : Шкільний світ, 2007. 120 с.
10. Бойченко Т. Є. Здоров'язберігаюча компетентність як ключова в освіті України. *Основи здоров'я і фізична культура*. 2008. № 11-12. С. 6-7.

11. Боровець В. Г. Розвиток фізичних якостей старших дошкільників методом колового тренування : дипломний проект магістра. 012 Кам'янець-Подільський нац. ун-т імені І. Огієнка. Кам'янець-Подільський, 2020. 72 с.
12. Василенко О. М. Здоров'язбережувальні технології у виховному процесі дошкільного навчального закладу. *Наукові записки кафедри педагогіки Випуск XXXVII*, 2014. С. 88-96.
13. Вербицький В. А., Бондаренко І. Г. Історія фізичної культури та спорту в Україні : навч. посібник. Миколаїв : ЧДУ ім. Петра Могили, 2014. 340 с.
14. Вільчковський Е. С., Денисенко Н. Ф., Цось А. В., Шиян Б. М. Оптимізація фізичного виховання дитини у вітчизняній системі освіти : монографія. Запоріжжя : ЗОІППО, 2010. 250 с.
15. Вільчковський Е. С., Денисенко Н. Ф., Шевченко Ю. М. Інтеграція рухів і музики у фізичному розвитку дітей старшого дошкільного віку : навч.-метод. посібник. Тернопіль : Мандрівець, 2011. 220 с.
16. Вінтоняк О., Випасняк І. Технологія розвитку психофізичних якостей у дошкільнят у процесі фізичного виховання. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2015. № 4 (55). С. 63-67.
17. Вітос Я. К. Розвиток психомоторики дітей 5–6 років засобами східних одноборств : автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.02 ЛДУФК. Львів, 2015. 19 с.
18. Галаманжук Л. Л., Балацька Л. В., Єдинак Г. А. Організація і методика фізичної активності дітей дошкільного віку з формування рухового потенціалу : навч. посібник. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня Рута», 2014. 160 с.
19. Галаманжук Л. Л. Превентивний розвиток рухової активності дітей дошкільного віку : монографія. Кам'янець-Подільський : ПП «Медобори-2006», 2015. 500 с.

20. Галаманжук Л. Л., Єдинак Г. А. Основи наукових досліджень : навч.-метод. посібник [Електронне видання]. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський нац. університет імені Івана Огієнка, 2021. 189 с.

21. Гаращенко Л. Здоров'язберезувальні технології фізичного виховання дітей дошкільного віку: реалії та перспективи. *Вісник Інституту розвитку дитини. Сер.: Філософія, педагогіка, психологія*. 2010. Вип. 9. С. 56–61.

22. Герасимчук А. Ю., Галаманжук Л. Л., Єдинак Г. А. Програмування занять фізичними вправами превентивної спрямованості для 6-річних дітей : навч. посібник. Кам'янець-Подільський : ТОВ «Друкарня Рута», 2014. 180 с.

23. Гончаренко С. Український педагогічний словник. Київ : Либідь, 1997. 367 с.

24. Гончаренко А. М. Інноваційні технології у дошкільній освіті: нагальна потреба та готовність педагога до їх впровадження. *Проблеми діагностики та проектування розвитку обдарованості дошкільників* : матеріали IV Всеукр. науково-практичної конференції з міжнародною участю, 9–10 квітня 2015 року, м. Київ. С. 122–125.

25. Гординська І. М. Ефективні шляхи покращення фізичного стану старших дошкільників : дипломний проект магістра. 012 Кам'янець-Подільський нац. ун-т імені І. Огієнка. Кам'янець-Подільський, 2018. 89 с.

26. Горюк І. Я. Особливості формування здорового способу життя у дітей дошкільного віку : дипломна робота магістра за спеціальністю 012 «Дошкільна освіта». Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича. Чернівці, 2021. 127 с.

27. Горянчук А. О. Фізичний стан сучасних 6-річних учнів початкової школи : дипломний проект магістра. 012 Кам'янець-Подільський нац. ун-т імені І. Огієнка. Кам'янець-Подільський, 2019. 110 с.

28. Грицюк Л. С. Інноваційні системи у особистісно орієнтованому навчанні і вихованні дошкільника. Вижниця : ВПП-Черемош, 2004. 89 с.

29. Денисенко Н. Ф. Оздоровчі технології в освітньому процесі. Дошкільне виховання. 2004. № 12. С. 4-6.
30. Дитина: Програма виховання і навчання дітей від двох до семи років / наук. кер. проекту : О. В. Огнев'юк, К. І Волинець ; наук. кер. програмою : Проскура О. В., Кочина Л. П., Кузьменко В. У., Кудикіна Н. В. ; авт. кол. : Беленька Г. В., Белкіна Е. В., Богініч О. Л., Богданець-Білоskalенко Н. І. [та ін.] / Мін. осв. і наук., мол. та спорту України, Головне упр. осв. і наук. викон. орг. Київміськради (КМДА), Київ. ун-т ім. Б. Грінченка. 3-є вид., доопр. та доп. Київ : Київський ун-т ім. Б. Грінченка, 2012. 492 с.
31. Дичківська І. М. Інноваційні педагогічні технології : підручник. 2-ге вид., доповн. Київ : Академвидав, 2012. 352 с.
32. Добрянська І. О. Педагогічні умови реалізації занять з фізичної культури при врахуванні показників фізичного стану дошкільників : дипломний проект магістра. 012 Кам'янець-Подільський нац. ун-т імені І. Огієнка. Кам'янець-Подільський, 2020. 75 с.
33. Донець І.О., Кошель В.М. Розвиток рухових якостей дітей дошкільного віку інтеграційним комплексом рухів і музики в закладах дошкільної освіти : посібник. Чернігів : ФОП Баликіна О.В., 2019. 158 с.
34. Дубогай О. Д., Завидівська Н. Н. Фізичне виховання і здоров'я: навч. посібник. Київ: УБС НБУ, 2012. 270 с.
35. Енциклопедія для фахівців соціальної сфери / [за заг. ред. І.Д. Зверевої]. Київ ; Сімферополь : Універсум, 2013. 536 с.
36. Єдинак Г. А., Галаманжук Л. Л. Стан розвитку функціональних можливостей і фізичних якостей у дітей дошкільного віку на сучасному етапі. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)»*. 2017. Вип. 5К (86)17. С. 117–121.
37. Закон України № 2442-VI «Про внесення змін до законодавчих актів з питань загальної середньої та дошкільної освіти щодо організації навчально-виховного процесу» від 06.07. 2010 року.

38. Закон України «Про дошкільну освіту». Редакція від 02.04.2022 року. Відомості Верховної Ради України (ВВР), 2022, № 49.
39. Іванова Л. І., Путров С. Ю., Карпюк Р. П. Теорія і методика оздоровчої фізичної культури : навч. посібник. Київ : Козарі, 2010. 276 с.
40. Ковшар О. В. Теоретико-методичні засади організації передшкільної освіти : монографія. Кривий Ріг : Вид. Р. Козлов, 2015. 370 с.
41. Комар А. Р. Організаційно-методичні засади фізичної активності дошкільників оздоровчого змісту : дипломний проект магістра. 012 Кам'янець-Подільський нац. ун-т імені І. Огієнка. Кам'янець-Подільський, 2019. 104 с.
42. Коменський Я. А. Велика дидактика : вибрані пед. твори. Київ : Вид-во «Радянська школа», 1940. 246 с.
43. Кононко О. Л. Психологічні основи особистісного становлення дошкільника : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07 Ін-т психології ім. Г. С. Костюка АПН України. Київ, 2001. 37 с.
44. Костинецька Д. Д. Розкажу малятам як здоровим стати. *Дошкільний навчальний заклад*. 2007. № 6. С. 3.
45. Кот Н. А. Оздоровчі технології та техніки в фізичному вихованні дошкільників: диференціація понять, основні методичні підходи. *Особистість у єдиному освітньому просторі*: електронний зб. наук. пр. Запорізького обласного інституту післядипломної педагогічної освіти. Матеріали III Міжнародного Форуму 26-29 квітня 2012. Вип. №7(8). [Електронний ресурс]. – URL: [http://virtkafedra.ucoz.ua/el\\_gurnal/pages/tyt8.pdf](http://virtkafedra.ucoz.ua/el_gurnal/pages/tyt8.pdf)
46. Кулик Н. А. Дослідження стану впровадження інноваційних технологій у навчально-виховний процес у дошкільних закладах освіти сумської області. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2010. № 2. С. 10–13.
45. Кремень В. Г. Трансформація особистості в освітньому просторі сучасної цивілізації. *Професійно-технічна освіта*. 2009. № 1. С. 3-6.

46. Круцевич Т. Ю., Воробйов М. І., Безверхня М. М. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді : навч. посібник. Київ : Олімп. л-ра, 2011. 224 с.
47. Кузьменко В. В. Індивідуальні освітні програми як засіб урахування відмінностей «нестандартної» дитини. *Дошкільне виховання*. 2008. № 6. С. 6-9.
48. Лахно О. Г. Інноваційні технології розвитку психомоторних здібностей у фізичному вихованні дітей 2-5-го років життя : дис... канд. наук з фіз. виховання і спорту : 24.00.02 НУФВСУ. Київ, 2013. 301 с.
49. Лучишин Н. Ю. Характеристика адаптаційних реакцій організму дітей дошкільного віку. *Перинатол. и педиатрия*. 2010. № 2 (42). С. 99–101.
50. Лещинська К. О. Психомоторна готовність дітей 5-6 років до навчання у школі. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2010. № 11. С. 54–57.
51. Лісневська Н. В. Педагогічні умови створення здоров'язберігаючого середовища в дошкільному навчальному закладі: дис ... канд. пед. наук : 13.00.08 Академія педа. Наук України. Інститут проблем виховання. Київ, 2016. 345 с.
52. Лохвицька Л. Психолого-педагогічні засади формування основ здоров'язберезувальної життєдіяльності у дітей дошкільного віку. *Формування відповідального ставлення до здоров'я підростаючої особистості*: кол. монографія / В. М. Оржеховська (кер. авт. кол. і наук. ред.) та ін. Київ : Міленіум, 2018. С. 151-192.
53. Лясота Т. І. Підвищення адаптаційних можливостей дітей 6–7 років до умов навчання в початковій школі засобами фізичного виховання : автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.02 НУФВСУ. Київ, 2012. 21 с.
54. Маковецька Н. В., Алексеєва К. О. До проблеми оздоровлення дітей дошкільного віку засобами туризму. *Вісник Запорізького національного університету*. 2009. № 2. С. 88–94.



55. Маковецька Н. Можливості застосування казкотерапії в процесі фізичного виховання й оздоровлення дошкільників. *Дошкільна освіта*. 2005. № 3 (9). С. 14-21.

56. Маліков М. В., Богдановська Н. В., Сватєєв А. В. Функціональна діагностика у фізичному вихованні та спорті : навч. посібник. Запоріжжя : ЗНУ, 2006. 246 с.

57. Матвієнко С. І. Методичні рекомендації до самостійної роботи здобувачів бакалаврського рівня (денна форма навчання) з навчальної дисципліни «Теорія та методика фізичного виховання та валеологічної освіти» спеціальність 012 «Дошкільна освіта». Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2021. 90 с.

58. Мельник І. С. Педагогічна психологія: дошкільний вік : навч. посібник. Київ : Київський у-тет імені Бориса Грінченка, 2013. 128 с.

59. Михайловська І. В. Формування морфофункціонального статусу в дошкільників на сучасному етапі : дипломний проект магістра. 012 Кам'янець-Подільський нац. ун-т імені І. Огієнка. Кам'янець-Подільський, 2019. 96 с.

60. Мицкан Т. Характеристика здоров'язберезувальних технологій у дошкільних навчальних закладах. *Вісник Прикарпатського у-ту. Серія : Фізична культура*. 2014. Вип. 20. С. 12-20.

61. Москаленко Н. В., Анастасєєва З. В., Сичова Т. В., Лапшина Н. Г. Дошкільне фізичне виховання дітей : метод. посібник. Дніпропетровськ : Інновація, 2011. 143 с.

62. Наказ Міністерства освіти і науки України від 20.04.2015 № 446 «Про затвердження гранично допустимого навчального навантаження на дитину у ЗДО різних типів та форми власності.

63. Наумчук Г. С. Організація та управління фізичною активністю дошкільників оздоровчої спрямованості : дипломний проект магістра. 012 Кам'янець-Подільський нац. ун-т імені І. Огієнка. Кам'янець-Подільський, 2019. 107 с.

64. Нестеренко В.В. Проблема виховання у дошкільників навичок здорового способу життя. *Наука і освіта*. № 9. 2015. С. 138-143.
65. Осовська І. Я. Технології покращення фізичної готовності 6-річних дітей до шкільного навчання : дипломний проект магістра. 012 Кам'янець-Подільський нац. ун-т імені І. Огієнка. Кам'янець-Подільський, 2018. 98 с.
66. Пангелова Н. Є. Теоретико-методичні засади формування гармонійно розвиненої особистості дитини дошкільного віку в процесі фізичного виховання : автореф. дис... д-ра наук з фіз. виховання та спорту. 24.00.02 НУФВіСУ. Київ, 2014. 39 с.
67. Пасічник В. М. Удосконалення фізичних і розумових здібностей у фізичному вихованні дітей старшого дошкільного віку з використанням інтегрально-розвивальних м'ячів : автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.02 ЛДУФК. Львів, 2014. 20 с.
68. Печка Л. Є. Сучасний стан формування у дітей 6-7 року життя основ ціннісного ставлення до власного здоров'я. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*, Vol. 53, Issue 114, 2017, 44-49. – URL: [www.seanewdim.com](http://www.seanewdim.com)
69. Петренко Г. В. Організаційно-методичні засади здоров'я-формування фізичного виховання дітей старшого дошкільного віку : дис... канд. пед. наук : 13.00.02 Східноєвропейський нац. у-тет імені Лесі Українки. Луцьк, 2017. 235 с.
70. Подоляка А. Є. Диференціація рухливих ігор у фізичному вихованні дошкільників 5–6 років засобами інформаційних технологій : автореф. дис. канд. н. з фіз. вих. та сп. : 24.00.02 ХДАФКС. Харків, 2011. 20 с.
71. Поліщук В. В. Розвиток рухових і розумових здібностей дітей 5-го і 6-го років життя в процесі фізичного виховання засобами дошкільного туризму : автореф. дис...канд. наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.02 ЛДУФК. Львів, 2008. 20 с.
72. Поніманська Т. І. Дошкільна педагогіка : підручник. Київ : Академвидав, 2015. 448 с.

73. Про дошкільну освіту [Електронний ресурс] : Закон України: вводить в дію Постановою ВР № 2628-III від 11.07.2001. – URL: <http://zakon4.rada.gov.ua-laws/show/2628-14>

74. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Я у Світі» (нова редакція). У 2 ч. Ч. II. Від трьох до шести (семи) років / Аксьонов О. П., Аніщук А. М., Артемова Л. В. [та ін.] : наук. керівник О. Л. Кононко. Київ : ТОВ «МЦФЕР-Україна», 2014. 452 с.

75. Сапранкова І. Г., Гребенюк І. І. Впровадження здоров'язберезувальної рухової технології «навчання у русі» в дошкільному навчальному закладі. *Інноваційні технології в дошкільній освіті*: Зб. наук. ст. за матеріалами III Міжн. наук.-пр. інтернет конференції, м. Переяслав-Хмельницький, 28–29 квітня 2020 р. / за заг. ред. Л.О. Калмикової, Н.В. Гавриш. Переяслав-Хмельницький. ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди». 2020. С. 197-227. Doi: 10.5281/zenodo.3855486

76. Світ дитинства : комплексна освітня програма для дошкільних навчальних закладів / упоряд. О. М. Байєр, Л. В. Батліна, А. М. Богуш [та ін.]; наук. кер. акад. А. М. Богуш; Тернопіль : Мандрівець, 2014. 200 с.

77. Степанюк С., Гречанюк О., Маляренко І., Ткачук В. Історія фізичної культури : навч.-методичний посібник. Херсон : Вид-во ПП Вишемирський В. С., 2016. 272 с.

78. Стратегии и рекомендации по здоровому образу жизни и двигательной активности : сб. материалов ВООЗ / [сост. Е. В. Имас, М. В. Дутчак, С. В. Трачук]. Київ : Олімп. л-ра, 2013. 528 с.

79. Теорія і методика фізичного виховання. Загальні основи теорії та методики фізичного виховання : підручник [в 2-х т. / за ред. Т. Ю. Круцевич]. Київ : Олімп. л-ра, 2008. Т. 2. 367 с.

80. Троценко В. В. Педагогічні умови формування емоційної стійкості в дітей 6- і 7-річного віку в процесі занять фізичною культурою : автореф. дис... канд. пед. наук : 13.00.02 НУФВСУ. Київ, 2012. 20 с.

81. Фізичний розвиток дітей раннього віку : метод. вказ. для студентів 3-го курсу мед. фак-тів / Т. В. Фролова, О. В. Атаманова, І. І. Терещенкова, А. С. Сенаторова. Харків : ХНМУ, 2020. 32 с.

82. Філософський енциклопедичний словник / НАН України, Ін-т філософії імені Г.С. Сковороди; [редкол.: В. І. Шинкарук (голова) та ін.]. Київ : Абрис, 2002. 742 с.

83. Формування інноваційного здоров'язбережувального освітнього середовища: досвід проектування і реалізації : матеріали круглого столу / упоряд. Н. А. Поліщук. Луцьк : ВІППО, 2018. 124 с.

84. Цибанюк О. О. Використання аеробіки в режимі основних фізкультурних та гурткових заняттях дітей дошкільного віку. *Вісник Чернігівського державного педагогічного університету*. 2011. Вип. 91. Т. 1. С. 462–464.

85. Шевченко Ю. М. Фізичний розвиток дітей старшого дошкільного віку засобами інтеграції рухів і музики в практиці дошкільних навчальних закладів на сучасному етапі. – URL: <https://www.sportpedagogy.org.ua/html/journal/2009-02/09symiss.pdf>

86. Шиян Б. М., Єдинак Г. А., Петришин Ю. В. Основи наукових досліджень у фізичному вихованні та спорті : навчальний посібник. 3-тє вид., стереотип. [Електронне видання]. Кам'янець-Подільський : Кам'янець-Подільський національний університет імені Івана Огієнка, 2021. 272 с.

87. Юзько Т. Методика організації фізичного розвитку дітей дошкільного віку засобами інноваційних технологій : дипломна робота магістра : 012 Дошкільна освіта. Кам'янець-Подільський нац. ун-т імені Івана Огієнка. Кам'янець-Подільський, 2022. 84 с.

88. Яхно Є. Г. Комплексний розвиток фізичних і моральних якостей дітей старшого дошкільного віку в процесі фізичного виховання : автореф. дис... канд. наук з фіз. виховання та спорту : 24.00.02 ДДУФКС. Дніпропетровськ, 2011. 20 с.