КОМУНАЛЬНИЙ ЗАКЛАД ЛЬВІВСЬКОЇ ОБЛАСНОЇ РАДИ «ЛЬВІВСЬКИЙ ОБЛАСНИЙ ІНСТИТУТ ПІСЛЯДИПЛОМНОЇ ПЕДАГОГІЧНОЇ ОСВІТИ»

Кафедра природничо-математичної освіти

ПРОГРАМА
підвищення кваліфікації педагогічних працівників
«КОМПЕТЕНТНІСНІ ЗАСАДИ АДАПТАЦІЇ ПЕДАГОГІВ В УМОВАХ СЬОГОДЕННЯ»

Програма підвищення кваліфікації розглянута і рекомендована до затвердження на засіданні кафедри природничо-математичної освіти

(протокол №11 від 14 вересня 2026 року)

Завідувач кафедри Ольга ТУРИЦЯ

Програма підвищення кваліфікації затверджена науково-методичною радою

(протокол № 6 від 01 жовтня 2026 року)

Голова науково-методичної ради Павло ХОБЗЕЙ

Розробники:

Новикова Ніна Іванівна, професорка кафедри природничо-математичної освіти Комунального закладу Львівської обласної ради «Львівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти, доктор педагогічних наук;

Цогла Олена Орестівна, доцентка кафедри природничо-математичної освіти Комунального закладу Львівської обласної ради «Львівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти, кандидат економічних наук;

Лазорко Марія Степанівна, старша викладачка кафедри природничо-математичної освіти Комунального закладу Львівської обласної ради «Львівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти.

Напрям підвищення кваліфікації:

Сучасні підходи до навчання в Новій українській школі на рівні базової середньої освіти

Реалізація Державного стандарту профільної середньої освіти педагогічними працівниками, які викладають предмети у профільній школі.

Розроблено на основі типової програми:

Типова програма підвищення кваліфікації вчителів закладів загальної середньої освіти, які впроваджують новий Державний стандарт базової середньої освіти. Наказ МОН України від 12.10.2022 № 904. URL: https://rada.info/uplo ad/users_files/44950214/20 1728af13d92460d8ed85c99 c33c4c2.pdf

Типова програма підвищення педагогічних працівників кваліфікації закладів загальної середньої освіти, які впроваджують Державний стандарт профільної освіти. Старша школа: нові підходи та інструменти для вчителя. Наказ МОН України № 1452 від 4.11.2025 р. URL https://uied.org.ua/wp-content/uploads/2025/11/mon-1452-04.11.2025.pdf

Термін дії програми: з 2026 до 2030 року.

Рецензенти:

Воробець Зіновій Дмитрович, професор кафедри медичної біології, генетики та паразитології Львівського Національного медичного університету імені Данила Галицького, доктор біологічних наук;

Туриця Ольга Олегівна, завідувачка кафедри природничо-математичної освіти КЗ ЛОР «Львівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти», кандидат педагогічних наук.

©Н. Новикова, О. Цогла, М. Лазорко

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Актуальність розроблення навчальної програми для педагогічних працівників полягає в необхідності підготовки вчителів до роботи за новим Державним стандартом початкової та базової та профільної середньої освіти в контексті вимог законодавства, зокрема Конституції України, законів України «Про освіту», «Про повну загальну середню освіту» та на виконання заходів державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа».

Цільова група: педагогічні працівники освітніх закладів, які забезпечують реалізацію Державного стандарту початкової, базової та профільної середньої освіти.

Обсяг: 30 годин (1 кредит ЄКТС).

Особливості реалізації програми: дистанційна форма навчання, курс передбачає виконання індивідуальної роботи.

Форма підвищення кваліфікації: очно-дистанційна.

Мета підвищення кваліфікації: удосконалення професійної майстерності та ключових компетентностей педагогів, розвиток їхньої здатності до гнучкої адаптації освітнього процесу в умовах сучасних викликів, опанування інноваційних акмеологічних і здоров'язбережувальних технологій, інструментів медіаграмотності та ефективного тайм-менеджменту.

Завдання підвищення кваліфікації:

- забезпечити усвідомлення та поглиблення знань педагогічних працівників щодо основних ідей та принципів Концепції «Нова українська школа» та державної політики у сфері загальної середньої освіти;
- сформувати цілісне розуміння сутності компетентнісного, діяльнісного та особистісно орієнтованого підходів до навчання і виховання;
- удосконалити професійні вміння проєктувати освітній процес з урахуванням освітніх потреб, можливостей, інтересів та індивідуальних освітніх траєкторій учнів;
- надати практичні інструменти для реалізації принципу практичної зорієнтованості навчання в освітній процес НУШ з акцентом на формування наскрізних умінь.

Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться

Удосконалення професійних компетентностей слухачів здійснюється відповідно до Професійного стандарту «Вчитель закладу загальної середньої освіти», затвердженого наказом МОН України від 29.08.2024 року № 1225.

А2. Предметно-методична компетентність: здатність формувати і розвивати в здобувачів освіти ключові компетентності і наскрізні вміння, визначені державними стандартами освіти; здійснювати інтегроване навчання здобувачів освіти; добирати і використовувати сучасні й ефективні методики і технології навчання, виховання й розвитку здобувачів освіти.

В2. Здоров'язбережувальна компетентність: здатність організовувати безпечне освітнє середовище, використовувати здоров'язбережувальні технології під час освітнього процесу; здатність формувати в учнів культуру здорового та безпечного життя; зберігати особисте, фізичне та психічне здоров'я під час професійної діяльності.

Г2. Організаційна компетентність: здатність організовувати процес навчання, виховання й розвитку здобувачів освіти; організовувати різні види й форми навчальної та пізнавальної діяльності здобувачів освіти.

Д1. Здатність до навчання впродовж життя: здатність здійснювати власний професійний розвиток, отримувати підтримку від колег; надавати підтримку колегам у їхньому професійному розвитку; здатність до інноваційної діяльності.

Очікувані результати підвищення кваліфікації

- **знає** теоретико-методологічні засади компетентнісного, діяльнісного та акмеологічного підходів у навчанні, а також змістове наповнення освітніх галузей;
- **вміє** конструювати освітній процес на засадах компетентнісного підходу, добирати сучасні педагогічні технології та формувати наскрізні вміння і життєстійкість здобувачів освіти;
- **володіє** інструментами та методиками створення безпечного, здоров'язбережувального й емоційно комфортного освітнього середовища, зокрема техніками підтримки ментального здоров'я;
- **застосовує** методи раціональної організації робочого часу, інструменти тайм-менеджменту та ефективного самоменеджменту в умовах сучасних професійних викликів.

Система та критерії оцінювання результатів підвищення кваліфікації:

Контроль та оцінювання за знаннями слухачів проводиться послідовно й систематично: на практичних заняттях, під час індивідуального та фронтального опитування, виконання самостійної роботи; на лекціях здійснюється експрес-контроль, що передбачає постановку конкретних запитань до теми. Оцінювання вербальне.

На етапі завершення навчання за Програмою слухачі виконують індивідуальну роботу. Оцінювання індивідуальної роботи здійснюється за принципом «зараховано / не зараховано».

Курс зараховується за умови відвідування не менше 50% авдиторних занять та виконання індивідуальної творчої роботи. Максимальна оцінка за індивідуальну роботу – 10 балів. Завдання вважається виконаним, якщо за всіма критеріями учасник набирає 7 балів.

Критерії оцінювання індивідуальної роботи:

Критерій оцінювання	**Так**	**Частково**	**Ні**
	Кількість балів		
Тема укладена відповідно до змісту вказаного переліку.	1	1	0
У роботі розкрито понятійний апарат теми, й методику формування практичних умінь учнівства початкових/ 5–9 класів.	2	1	0
Розробка складена з урахуванням вікових особливостей та зацікавлень учнів.	1	1	0
Робота не містить фактичних та змістових помилок, оформлена грамотно.	1	0,5	0
Розробка містить такі складники: мотивацію (стимул), інформацію, сформульоване запитання / проблему, критерії оцінювання відповіді.	3	2,5	0
Методичний коментар до теми: правильно зазначено ті результати навчання, на формування яких вона спрямована	2	1	0

Документ про підсумки підвищення кваліфікації: сертифікат, за умови відвідування не менше 50% авдиторних занять та успішне виконання індивідуальної роботи.

Вартість: безоплатний характер надання освітньої послуги для слухачів курсів підвищення кваліфікації за регіональним замовленням місцевих органів управління освітою, вартість згідно з кошторисом відповідно до порядку надання платних послуг для всіх інших категорій.

2. НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Програмою передбачено опрацювання системного комплексу знань із компетентнісно орієнтованого навчання, акмеології, здоров'язбереження та тайм-менеджменту; поєднання теоретичних занять з активною практичною діяльністю (розв'язанням кейсів, конструюванням навчальних завдань, розробкою проєктів), а також виконання підсумкової індивідуальної роботи для підтвердження набутих компетентностей.

Самостійна робота передбачає поглиблення знань із проблемних питань освітньої галузі через опрацювання рекомендованої літератури та нормативних джерел, аналіз типових професійних ситуацій, розроблення дидактичних матеріалів і компетентнісно орієнтованих завдань, а також підготовку підсумкової індивідуальної практичної роботи з обраної теми.

Зміст програми складається з 4-х модулів та 9-ти взаємопов'язаних тем.

Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, складає 30 год, з них: 8 год. – лекційні заняття, 16 год. – практична робота, 4 год – самостійна робота, 2 год. – контрольні заходи.

Назва теми	**Кількість годин**				
	Лекції	**Практичні заняття**	**Самостійна робота**	**Контрольні заходи**	**Усього**
Модуль 1. Акмеологічний підхід до професійної діяльності учителя в умовах сьогодення					
Тема 1.1. Акмеологічний підхід – провідна тенденція розвитку освітнього середовища	2	2	-	-	4
Усього годин за модулем	**2**	**2**	**-**	**-**	**4**
Модуль 2. Компетентнісні засади освітніх галузей					
Тема 2.1. Реалізація компетентнісно орієнтованої освіти	2	-	-	-	2
Тема 2.2. Медіаграмотність як умова реалізації компетентності		2	-	-	2

Тема 2.3. Формування громадянськості - ключове уміння XXI століття		4		1	5
Усього годин за модулем	**2**	**6**	**-**	**1**	**9**
Модуль 3. Здоров'язбережувальні технології в освітньому просторі					
Тема 3.1. Здоров'язбережувальні технології, їх класифікація	2	-	-	1	3
Тема 3.2. Турбота про ментальне здоров'я. Важливі навички в період стресу	-	4	2	-	6
Усього годин за модулем	**2**	**4**	**2**	**1**	**9**
Модуль 4. Тайм-менеджмент педагога у сучасних реаліях					
Тема 4.1. Сутність та роль тайм-менеджменту в педагогічній діяльності. Аналіз витрат часу в педагогічній діяльності за допомогою системи тайм-менеджменту	2				2
Тема 4.2. Прийняття рішень про пріоритети в тайм-менеджменті. Делегування повноважень		2			2
Тема 4.3. Планування робочого часу педагога		2	2		4
Усього годин за модулем	**2**	**4**	**2**		**8**
Разом годин за навчальною програмою	**8**	**16**	**4**	**2**	**30**

3. ЗМІСТ ПРОГРАМИ

МОДУЛЬ 1. Акмеологічний підхід до професійної діяльності учителя в умовах сьогодення

Тема 1.1. Акмеологічний підхід – провідна тенденція розвитку освітнього середовища

Акмеологія та холізм в освітньому процесі Сутність поняття «комфортне навчання». Принципи у полі комфортного навчання

Освітні тренди (сторітелінг і візуалізація, гейміфікація, штучний інтелект, кейс-уроки, біоадекватна методика, емпаурмент-педагогіка).

П'ять типових помилок вчителя під час дистанційного навчання

Акмеологія у формуванні наукової картини світу (фізична, еволюційно-біологічна, психологічна, лінгвістична)

Поняття «дидактизм», «пайдоцентризм», «аксіоцентризм»

МОДУЛЬ 2. Компетентнісні засади освітніх галузей

Тема 2.1. Реалізація компетентнісно орієнтованої освіти

Предметні компетентності і ціннісні орієнтири в освітньому процесі (становлення вільної особистості та самостійність; здоров'я та добробут; довіра та безпека; активна громадянська позиція та патріотизм; любов до рідного краю та відповідальність до довкілля)

Актуалізація ключових компетентностей в освітніх галузях (здоров'язбережувальна, психологічна, емоційно-етична, інформаційна й медіа-грамотність, громадянська тощо).

Нові професійні стандарти професій вчителя та 15 професійних компетентностей (мовно-комунікативна; предметно-методична; інформаційно-цифрова; психологічна; емоційно-етична; педагогічне партнерство; інклюзивна; здоров'язбережувальна; проєктувальна; прогностична; організаційна; оцінювально-аналітична; інноваційна; рефлексивна; здатність до навчання впродовж життя).

Тема 2.2. Медіаграмотність як умова реалізації компетентності

Медіаосвіта як науково освітня галузь .Стадії формалізації концепції медіаосвіти.

П'ять ключових принципів медіаграмотності. Рівні реалізації медіаграмотності

Критичне мислення як основа формування медіаграмотності школярів.

Особливості, прийоми, етапи розвитку медіаграмотності.

Тема 2.3. Формування громадянськості - ключове уміння XXI століття

Ключові уміння XXI століття, визначені Британською радою: громадянськість, креативність та уява, критичне мислення та розв'язування проблем, лідерство та розвиток особистості, співпраця та спілкування, цифрова грамотність.

Внесок українських дослідників у становлення й розвиток сучасної науки (вчення В. Вернадського про біосферу-ноосферу, педагоги-розробники інноваційних технологій навчання).

МОДУЛЬ 3. Здоров'язбережувальні технології в освітньому просторі

Тема 3.1. Здоров'язбережувальні технології, їх класифікація

Поняття «технологія», «здоров'язбережувальні технології», їх значення
Здоров'язбережувальні освітні технології в дослідженнях і публікаціях
Класифікація здоров'язбережувальних технологій.
Показники сучасного здоров'язбережувального уроку

Тема 3.2. Турбота про ментальне здоров'я. Важливі навички в період стресу

Аспекти здоров'я людини. Психологічний аспект здоров'я.
Здоров'язбереження та здатність вести здоровий спосіб життя як одна із ключових компетентностей Нової української школи.
Турбота про ментальне здоров'я.
Причини виникнення стресу, вплив стресу на успішність, діяльність та здоров'я.
Створення умов для розвитку позитивного мислення, життєстійкості учасників освітнього простору.
Ефективні інструменти, техніки, практика.

Модуль 4. Тайм-менеджмент педагога у сучасних реаліях

Тема 4.1. Сутність та роль тайм-менеджменту в педагогічній діяльності. Аналіз витрат часу в педагогічній діяльності за допомогою системи тайм-менеджменту*)*

Предмет, об'єкт, мета, завдання, зміст, функції «Тайм-менеджменту». Правила та закони тайм-менеджменту.
Поглиначі часу, пов'язані із зовнішніми та особистісними обставинами.
Найпоширеніші «пастки» часу. Поради з управління собою, своєю діяльністю і часом.

Тема 4.2. Прийняття рішень про пріоритети в тайм-менеджменті. Делегування повноважень

Принципи планування. Пропорція Парето (20/80). Правило Л.Зайверта (60/20/20). Метод пріоритетного планування АВС (15/20/65). Критерії пріоритетності. Метод Д.Ейзенхауера. Секрети Матриці Ейзенхауера. Побудова матриці.
Сутність і необхідність делегування. Справи, що підлягають і що не підлягають делегуванню. Делегування як спосіб економії витрат часу Правила ефективного делегування. Переваги та недоліки делегування повноважень. Кроки делегування.

Тема 4.3. Планування робочого часу педагога

Проведення тесту для визначення ефективності використання робочого часу

Виконання вправи «Поглиначі» і «пастки» часу». Виконання вправи «Мій капітал часу»
Проведення тесту «Куди йде час»

3.1. Орієнтовний перелік практичних завдань:

1. Конструювання компетентнісного завдання: скласти ситуаційну вправу з практичним змістом та критеріями оцінювання.
2. Моделювання елемента здоров'язбереження: розробити фрагмент уроку з техніками зняття стресу та підтримки ментального здоров'я.
3. Оптимізація робочого часу: проаналізувати власну діяльність за Матрицею Ейзенхауера та визначити «поглиначі часу».
4. Розробка вправи з медіаграмотності: створити завдання на фактчекінг для розвитку критичного мислення учнів.
5. Складання карти саморозвитку: оформити індивідуальний план професійного зростання та профілактики вигорання.

3.2. Орієнтовний перелік питань для самостійного опрацювання:

1. Делегування повноважень.
2. Ресурсне забезпечення проблеми тайм-менеджменту
3. Моделювання інтегрованого уроку/виховного заходу зі здоров'язбережувальним підходом
4. Особистісно орієнтований підхід у навчанні (освітні потреби, можливості, індивідуальні освітні траєкторій учнів).
5. Зміна ролі вчителя й учня в освітньому процесі Нової української школи.
6. Соціальне середовище як фактор здоров'я.
7. Характеристика аспектів холістичної моделі здоров'я.
8. Здоров'язбережувальні технології в умовах дистанційного навчання.

4. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Нормативно-правові документи

1. Закон України «Про повну загальну середню освіту. Режим доступу : https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#Text
2. Закон України «Про освіту». Режим доступу : https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#Text
3. Державний стандарт базової середньої освіти. Режим доступу : https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/nova-ukrayinskashkola/derzhavnij-standart-bazovoyi-serednoyi-osviti
4. Концепція реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 р. Режим доступу : https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/988-2016-%D1%80#Text

Основна література

1. Залеський І.І., Клименко М.О. Екологія людини: Підручник. 2-ге вид. Рівне, 2013. 385 с.
2. Некос А.Н., Багрова Л.О., Клименко М.О. Екологія людини. Підручник. 2-ге вид. Х.: ХНУ ім. В.Н. Каразіна, 2013. 284 с.
3. Пометун О. І. Енциклопедія інтерактивного навчання. Київ : А.С.К., 2017. 144 с.
4. Соломенко Л. І. Екологія людини: навчальний посібник. К.: «Центр учбової літератури», 2016. 120с.
5. Урок, що розвиває критичне мислення. 70 методів в одній книзі: навч.-метод. посіб. О. Пометун. Київ, 2020. 104 с.
6. https://www.esa.org/human-ecology/

Додаткова література

1. Гурський В.А., Присакар В.В. Г 95 Педагогіка. Загальні основи педагогіки теорія освіти і навчання. У двох книгах. Книга 1: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. – Видання 2-е, доопрацьоване і доповнене. Кам'янець-Подільський: Медобори, 2006, 2014. 218 с.
2. https://www.checinternational.org
3. http://www.hunter.cuny.edu/humaneco
4. http://www.ecologyandsociety.org/vol18/iss1/art7/