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

Кафедра суспільствознавчої освіти

Програма підвищення кваліфікації вихователів групи подовженого дня «Мотивація, саморозвиток і самопідготовка в роботі вихователя групи подовженого дня»

Програма підвищення кваліфікації розглянута і рекомендована до затвердження на засіданні кафедри суспільствознавчої освіти

(Протокол № 9 від 18.09.2026 р.)

Завідувач кафедри Галина СОХАНЬ

Програма підвищення кваліфікації затверджена науково-методичною радою

(Протокол № 6 від 01.10.2026 р.)

Голова науково-методичної ради Павло ХОБЗЕЙ

1. ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ

Розробник: старша викладачка кафедри суспільствознавчої освіти Васильків Ірина Дмитрівна.

Напрям: розвиток професійних компетентностей (знання фахових методик, технологій); готовність до професійного зростання для реалізації освітніх завдань і відповідності вимогам часу.

Розроблено на основі Типової програми підвищення кваліфікації вчителів закладів загальної середньої освіти, які впроваджують новий Державний стандарт базової середньої освіти (Наказ Міністерства освіти і науки України 12.10.2022 р. №904).

Термін дії програми: з 01.07.2026 р. до 01.07.2031 року.

Рецензенти:
Сохань Галина Степанівна, кандидат філологічних наук, завідувач кафедри суспільствознавчої освіти КЗ ЛОР «Львівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти»;
Танчин Ігор Зіновійович, кандидат історичних наук, доцент кафедри суспільствознавчої освіти, заступник директора КЗ ЛОР «Львівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти».

2. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Актуальність програми

Діяльність групи подовженого дня (ГПД) в умовах реформування Нової української школи набуває нового змісту. Сучасна ГПД – це не лише простір для нагляду за дітьми після уроків, а динамічне освітнє середовище, де забезпечується психологічний комфорт, надолужуються освітні втрати, розвиваються м'які навички (soft skills) та формується особистісна самостійність учнів. Успішність цього процесу, серед іншого, залежить від особистості вихователя, його психоемоційного стану та рівня професійної майстерності.

Сьогодення ставить перед вихователями ГПД серйозні виклики: робота в умовах інтелектуального та емоційного напруження, запобігання професійному вигоранню, адаптація цифрових технологій для змістовного дозвілля, а головне – пошук дієвих стимулів для мотивації вихованців, які приходять на групу вже втомленими після основного навчання. Актуальність цієї програми зумовлена необхідністю надати вихователям ГПД системний інструментарій для синхронного розвитку двох векторів: внутрішнього (саморозвиток, самомотивація, тайм-менеджмент та відновлення власного ресурсу) та зовнішнього (ефективна самопідготовка, якісна організація освітнього процесу, використання штучного інтелекту та цифрових платформ).

Цільова група: вихователі групи подовженого дня.

Обсяг: 30 годин.

Форма навчання: очна, очно-дистанційна.

Мета: вдосконалення професійних, психолого-педагогічних, методичних та інформаційно-цифрових компетентностей вихователів ГПД щодо ефективної організації освітнього процесу, опанування стратегій мотивації та саморозвитку, впровадження інструментів тайм-менеджменту та сучасних цифрових технологій (зокрема ШІ) для підвищення якості самопідготовки учнівства.

Завдання:

- забезпечити розуміння слухачами теоретико-практичних засад мотивації та самомотивації, механізмів побудови індивідуальної траєкторії професійного зростання та збереження балансу між роботою та особистим життям;
- сформувати системні знання про етапи, методи прогнозування та тайм-менеджмент самопідготовки в групі подовженого дня;
- ознайомити з критеріями добору сучасних цифрових ресурсів та можливостями штучного інтелекту в роботі вихователя;
- розвинути методичні вміння вихователів створювати авторські навчальні матеріали, застосовувати онлайн-платформи, інтерактивні інструменти, вправи на саморефлексію та моделювати «банки ідей» для стимулювання пізнавального інтересу вихованців.

Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться/набуватимуться:

- емоційно-етична компетентність – здатність конструктивно й безпечно взаємодіяти з учасниками освітнього процесу;

- психологічна компетентність – здатність формувати мотивацію учнів та організовувати їхню пізнавальну діяльність;
- здатність до навчання впродовж життя – здатність до інноваційної діяльності;
- компетентність педагогічного партнерства – здатність до суб'єкт-суб'єктної взаємодії із здобувачами освіти в освітньому процесі.

Очікувані результати:

Слухач/ка після навчання на цьому курсі:

- розпізнає різні види мотивації та застосовує ефективні стратегії для мотивації вихованців;
- використовує інструменти самомотивації для підтримки власного професійного натхнення;
- визначає власні потреби у саморозвитку та використовує різноманітні інструменти для професійного зростання;
- ефективно планує та організовує самопідготовку до освітнього процесу в групі подовженого дня.

Контроль за знаннями слухачів проводиться послідовно й систематично: на практичних заняттях – індивідуальне та фронтальне опитування, виконання самостійної роботи; на лекціях – експрес-контроль, що передбачає постановку конкретних питань з теми.

Оцінювання розглядається як засіб одержання зворотної інформації про результативність підвищення кваліфікації та внесення коректив у методику роботи зі слухачами курсів. Програмою передбачено виконання різних видів робіт: вхідне опитування; творче самостійне завдання; практичні завдання, участь у круглому столі; рефлексія.

Критерії оцінювання

Оцінювання результатів навчання здійснюється за шкалою – «зараховано / не зараховано». Позитивна оцінка за курс («зараховано») виставляється за умови опанування матеріалу на платформі moodle в обсязі не менше 70 % від загальної кількості годин, активної участі в практичних заняттях онлайн та офлайн. Самостійна робота зараховується за умови виконання не менше 70 % запланованого обсягу, повної відповідності змісту роботи навчальним завданням програми, успішної презентації індивідуального проєкту та дотримання принципів академічної доброчесності.

Особливості реалізації програми. Програма реалізується в інституційній формі за очно-дистанційною моделлю, що поєднує безпосередню взаємодію під час аудиторних занять із роботою у віртуальному навчальному середовищі. Навчальний процес передбачає синхронну взаємодію через платформи Zoom та Moodle, а також виконання самостійної роботи для поглибленого засвоєння тем. Такий підхід забезпечує гнучкість навчання та дозволяє ефективно

використовувати цифрові інструменти для зворотного зв'язку й моніторингу прогресу слухачів.

Документ, що видається за результатами підвищення кваліфікації: сертифікат видається відповідно до кількості прослуханих годин, за умови не менше 50 % від загальної кількості.

Вартість (у разі встановлення): 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.

3. НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Назви тем	Кількість годин			
	Усього	Лекції	Практичні	Самостійна робота
Інтеграційно-мотиваційне заняття	**2**		**2**	
Тема 1. Реєстрація учасників, вхідне опитування.			1	
Тема 2. Формування очікувань учасників.			1	
Модуль 1. Стратегії мотивації та самомотивації	**6**	**2**	**4**	
Тема 1. Мотивація: теорія і практика.		2		
Тема 2. Практичні інструменти мотивації та самомотивації.			4	
Модуль 2. Інструменти та ресурси для саморозвитку	**4**	**2**	**4**	
Тема 1. Інструменти та ресурси для саморозвитку.		2		
Тема 2. Інструменти та ресурси для професійного зростання.			2	
Модуль 3. Самопідготовка — основа якісної організації освітнього процесу	**8**	**4**	**4**	
Тема 1. Етапи і тайм-менеджмент самопідготовки.		2	2	
Тема 2. Використання сучасних технологій та цифрових ресурсів в роботі вихователя групи подовженого дня: онлайн-платформи, інтерактивні інструменти, створення власних навчальних матеріалів.		2	2	
Круглий стіл. Способи використання сучасних технологій та цифрових ресурсів для особистого розвитку і навчальних занять.	**2**		**2**	
Рефлексія. Тести. Вихідне опитування.	**2**		**2**	
Самостійна робота	**6**			**6**
Всього годин:	**30**	**8**	**16**	**6**

4. ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Інтеграційно-мотиваційне заняття

Час за робочою навчальною програмою – 2 години

Тема 1. Реєстрація слухачів, вхідне опитування. Ознайомлення з навчальним середовищем

Тема 2. Формування очікувань учасників

Модуль 1. Стратегії мотивації та самомотивації

Час за робочою навчальною програмою – 6 годин

Тема 1. Мотивація: теорія і практика

План лекційного заняття

1. Поняття мотивації. Мотивація внутрішня і зовнішня.
2. Роль потреб, інтересів та цінностей у мотивації.
3. Стратегії мотивації вихованців групи подовженого дня.
4. Самомотивація вихователя ГПД.

Тема 2. Практичні інструменти мотивації та самомотивації

План практичного заняття

1. Мотиваційні плани і «банки ідей» для мотивації вихованців групи подовженого дня».
2. Вправи на саморефлексію та визначення власних мотиваторів.
3. Обмін досвідом щодо ефективних мотиваційних і самомотиваційних стратегій.

Модуль 2. Інструменти та ресурси для саморозвитку

Час за робочою навчальною програмою – 4 години

Тема 1. Інструменти та ресурси для саморозвитку

План лекційного заняття

1. Саморозвиток педагога як професійна необхідність. Мотивація як смислова основа саморозвитку. Внутрішня і зовнішня мотивація. Парадокси мотивації у професійній діяльності. Причини втрати мотивації та їх інтерпретація.
2. Саморозвиток як процес: основні підходи до розуміння. Інструменти саморозвитку: теоретичні засади.
3. Ресурси саморозвитку в сучасному освітньому середовищі. Проблема надлишку ресурсів. Поверхневе і глибоке навчання.
4. Межі саморозвитку. Професійне вигорання та баланс. Саморозвиток як ресурс і як потенційне джерело перевантаження.

Тема 2. Інструменти та ресурси для професійного зростання

План практичного заняття

1. Рефлексія як базовий інструмент саморозвитку. Осмислення власного професійного досвіду. Виявлення індивідуальних освітніх потреб.
2. Професійне середовище як ресурс розвитку. Роль комунікації, обміну досвідом та професійних спільнот у формуванні педагогічної компетентності.

3. Осмислення інструментів саморозвитку через власний досвід. Обговорення ефективності різних типів інструментів з позиції їх реального впливу на розвиток.
4. Індивідуальна траєкторія професійного зростання як концепт. Принципи визначення напрямів розвитку: усвідомлення власних обмежень і можливостей; вибір пріоритетів; співвіднесення ресурсів і цілей.
5. Формулювання індивідуальних висновків щодо власного підходу до професійного розвитку.

Модуль 3. Самопідготовка – основа якісної організації освітнього процесу

Час за робочою навчальною програмою – 8 годин

Тема 1. Етапи і тайм-менеджмент самопідготовки

План лекційного заняття

1. Планування і підбір матеріалів, розробка методичного забезпечення.
2. Прогнозування результатів в роботі вихователя групи подовженого дня.

План практичного заняття

1. Тайм-менеджмент та баланс між роботою та особистим життям: визначення пріоритетів, делегування, встановлення особистих кордонів.

Тема 2. Використання сучасних технологій та цифрових ресурсів в роботі вихователя групи подовженого дня: онлайн-платформи, інтерактивні інструменти, створення власних навчальних матеріалів

План лекційного заняття

1. Огляд цифрових ресурсів, платформ, сервісів як інструментів самоосвіти та професійної діяльності вихователів групи подовженого дня.

План практичного заняття

1. Критерії добору та використання онлайн-застосунків.
2. Штучний інтелект як помічник вихователя групи подовженого дня.

Круглий стіл. Способи використання сучасних технологій та цифрових ресурсів для особистого розвитку і навчальних занять.

Рефлексія. Тести. Вихідне опитування

Самостійна робота. «Ресурсний вихователь — успішний вихованець. Від рутини до творчості».

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

- Складіть практичну добірку (не менше 5-ти прийомів / вправ), спрямованих на підвищення внутрішньої мотивації вихованців ГПД під час виконання ними домашніх завдань або організації розвивальних ігор.
- Обґрунтуйте, які потреби чи інтереси дітей задовольняє кожен із запропонованих прийомів / вправ.
- Сформулюйте 3-4 ключові цілі для власної індивідуальної траєкторії професійного зростання на наступний навчальний рік, враховуючи принцип балансу «робота / особисте життя». Опишіть конкретний план дій: які обмеження вам потрібно подолати, які ресурси використати і як ви плануєте встановлювати особисті кордони задля уникнення вигорання.
- Використовуючи будь-який чат-бот зі штучним інтелектом (ChatGPT, Copilot, Gemini тощо), згенеруйте стислий план (або ідею сценарію) для однієї самопідготовки чи виховного заходу в ГПД. Додайте у самостійну роботу лише дві позиції: а) текст вашого запиту (промпту) до ШІ, де чітко вказано тему, вік дітей та вашу вимогу, б) короткий висновок (2–3 речення): що саме із запропонованого штучним інтелектом ви візьмете у реальну практику, а що довелося відкинути чи змінити (саму відповідь ШІ прикріплювати не потрібно).
- Робота має відповідати вимогам академічної доброчесності та змісту програми.

5. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Нормативно-правові акти Нормативно-правова база та концептуальні видання НУШ

1. Загальна декларація прав людини: ухвалена резолюцією 217 А (III) Генеральної Асамблеї Організації Об'єднаних Націй від 10 грудня 1948 р. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/995_015#Text
2. Державний стандарт початкової освіти (затверджений постановою Кабінету Міністрів України від 21 лютого 2018 р. № 87 (у редакції постанови Кабінету Міністрів України від 24 липня 2019 р. № 688). URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1810-2025-%D0%BF#Text
3. Про академічну доброчесність: Закон України від 18 грудня 2025 року № 4742-IX. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/4742-20#Text
4. Про забезпечення функціонування української мови як державної: Закон України від 25 квітня 2019 року № 2704-VIII. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2704-19#Text
5. Про освіту: Закон України від 5 вересня 2017 року № 2145-VIII. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text
6. Про повну загальну середню освіту: Закон України від 16 січня 2020 року № 463-IX. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#Text
7. Нова українська школа. Концептуальні засади реформування середньої школи / за заг. ред. М. Грищенка. Київ : МОН України, 2016. 34 с.
8. Рекомендація Європейського Парламенту та Ради (ЄС) «Про ключові компетентності для навчання протягом усього життя» від 22.05.2018 р. № 2018/С 189/01.

Цифрові ресурси

- Академічна доброчесність: інформаційний бюлетень / Проєкт «Ініціатива академічної доброчесності та якості освіти» (Academic Integrity and Quality Initiative — UTMA). URL: https://saiup.org.ua/
- Освітня платформа «ЕдЕра» (EdEra). Онлайн-курс «Розвиток уміння вчитися: інструменти для НУШ». URL: https://www.ed-era.com
- Національна платформа «Всеосвіта». Вебінари та матеріали з розвитку когнітивних навичок учнів. URL: https://vseosvita.ua
- Цифрова платформа «На Урок». Практичні кейси та дидактичні матеріали для організації самостійної роботи. URL: https://naurok.com.ua
- Платформа «Prometheus». Безкоштовний онлайн-курс «Навчаймось вчитися: Потужні розумові інструменти для опанування складних предметів» (переклад курсу Барбари Оаклі). URL: https://prometheus.org.ua
- Інструменти для створення ментальних карт (Mind Mapping): *MindMeister* (https://www.mindmeister.com); *Coggle* (https://coggle.it)
- Інструменти для візуалізації, чек-листів та планерів: *Canva для освіти* (https://www.canva.com) та дошки *Padlet* (https://padlet.com).

Література

1. Амодт С., Вонг С. Таємниці нашого мозку, або Чому розумні люди роблять дурниці. Харків : Клуб Сімейного Дозвілля, 2018. 352 с.
2. Вайнштейн М., Пометун О. Критичне мислення: як навчити учнів мислити самостійно та усвідомлено. Київ : Педагогічна думка, 2023. 112 с.
3. Голві Т. Робота як внутрішня гра. Фокус, навчання, задоволення та мобільність на робочому місці / пер. з англ. Харків : Клуб Сімейного Дозвілля, 2022. 256 с.
4. Оклі Барбара. Навчитися вчитися. Як запустити свій мозок на повну / пер. з англ. Київ : Наш Формат, 2019. 272 с.
5. Оклі Барбара, Сейновскі Терренс, Макконвіл Елістер. Уроки без мороки. Хороші оцінки без зайвих страждань /пер. з англ. Київ : Наш формат, 2019. 224 с.
6. Трейсі Браян. Зроби це зараз. 21 чудовий спосіб зробити більше за менший час / пер. з англ. Харків : Клуб Сімейного Дозвілля, 2019. 112 с.
7. Трейсі Браян, Лайнбергер Анна. Зроби це зараз! 22 поради для успішного навчання / пер. з англ. Харків : Клуб Сімейного Дозвілля, 2021. 176 с.
8. Іставей Роб. Як запам'ятовувати (майже) все і завжди. Приголомшливі лайфхаки для прокачки вашої пам'яті / пер. з англ. Харків : Клуб Сімейного Дозвілля, 2018. 176 с.
9. Сайп Роджер. Розвиток мозку. Як читати швидше, запам'ятовувати краще та досягати мети / пер. з англ. Харків : Клуб Сімейного Дозвілля, 2019. 240 с.