

Тернопільська обласна рада
Департамент освіти і науки Тернопільської обласної військової адміністрації
Фаховий коледж Кременецької обласної гуманітарно-педагогічної академії
ім. Тараса Шевченка

Циклова комісія педагогіки, психології та методик навчання



ЗАТВЕРДЖУЮ

Заступник директора
з навчальної роботи

Павло ЯЛОВСЬКИЙ

«01» вересня 2026 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
Оздоровчі технології та нетрадиційні форми роботи з
фізичного виховання в ЗДО

Освітньо-професійний ступінь **фаховий молодший бакалавр**

Галузь знань **А Освіта**

Спеціальність **A2 Дошкільна освіта**

Освітньо-професійна програма **Дошкільна освіта**

Кременець – 2026

Сербай Н.В. Оздоровчі технології та нетрадиційні форми роботи з фізичного виховання в ЗДО : робоча програма навчальної дисципліни для здобувачів фахової передвищої освіти з галузі знань А Освіта за спеціальністю А2 Дошкільна освіта. Кременець, 2026. 19 с.

Розробник:

Сербай Наталія Володимирівна – викладач циклової комісії педагогіки, психології та методик навчання Фахового коледжу КОГПА ім. Тараса Шевченка

Робоча програма затверджена на засіданні циклової комісії педагогіки, психології та методик навчання.

Протокол від «01» вересня 2026 р. № 1

Голова циклової комісії



Надія САБРАН

1. Вступ

Час не стоїть на місці, все змінюється, оновлюється і сьогодні особливого значення набуває пошук ефективних підходів для прищеплення дітям інтересу до занять фізичною культурою та впровадження новітніх технік у систему фізичного виховання.

Тому саме поряд з традиційними техніками на заняттях з фізкультури використовуються нетрадиційні та інноваційні форми і методи роботи.

Метою запровадження інноваційних програм у фізичному вихованні дітей є забезпечення та покращення всіх складових здоров'я – психічного, соціального, фізичного.

У щоденному житті дитини варто використовувати різноманітні оздоровчі технології. Більшість із них є простими у застосуванні, викликають велике емоційне задоволення та сприяють зміцненню здоров'я дітей.

Поряд із традиційними технологіями фізкультурно-оздоровчої роботи у закладах дошкільної освіти слід використовувати інноваційні технології: хвилинки-здоровинки, як частину заняття (фізкультхвилинку) чи як фізкультпаузу, точковий масаж, пальчикові вправи, психогімнастика, щоб фізично розвантажити дітей, допомогти їм зняти втому або стимулювати діяльність певних органів під час різних видів діяльності. Організовуючи рухову активність у повсякденні корисно проводити тижні безпеки життєдіяльності, заняття – змагання, спортивні свята та розваги, малі олімпійські ігри.

Безсумнівно, що здоров'я – це основа життя людини, це не самоціль, а необхідна умова розвитку та підготовки дитини до життя. Тому, на сучасному етапі розвитку оздоровлення дітей існує потреба у педагогічних інноваціях у галузі фізичного виховання, яка вимагає вирішення.

Програма вивчення нормативної навчальної дисципліни «Оздоровчі технології та нетрадиційні форми роботи з фізичного виховання в ЗДО» складена для навчання здобувачів освітньо-професійного ступеня «фаховий молодший бакалавр» відповідно до освітньо-професійної програми Дошкільна освіта з галузі знань А Освіта за спеціальністю А2 Дошкільна освіта.

2. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, спеціальність, освітньо-професійна програма, освітньо-професійний ступінь	Характеристика навчальної дисципліни
		денна форма здобуття освіти
Кількість кредитів ECTS: 2	Галузь знань А Освіта	Вибіркова
Змістових модулів - 2	Спеціальність А2 Дошкільна освіта	
Загальна кількість годин - 60	Освітньо-професійна програма Дошкільна освіта	Рік підготовки:
		1-й
		Семестр
		2-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 2 самостійної роботи здобувача освіти - 1	Освітньо-професійний ступінь: фаховий молодший бакалавр	Лекції
		10 год
		Практичні
		26 год
		Самостійна робота
		24 год.
		Вид контролю:
		Залік: 2-й семестр

Примітка. Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної і індивідуальної роботи становить 60 % / 40 %.

3. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета навчальної дисципліни полягає у використанні значних можливостей фізичної культури для сприяння розвитку здорової, всебічно розвинутої та гармонійної особистості, успішно адаптованої до навколишнього середовища, яка матиме змогу ефективно і плідно реалізуватися у суспільстві.

Основні завдання курсу:

1) **Оздоровчі:** підвищення захисних сил організму та збільшення адаптивних можливостей дітей до негативних змін внутрішнього і зовнішнього середовища (емоційних стресів, вірусних інфекцій, коливань температури тіла та повітря, перепадів артеріального й атмосферного тиску, електромагнітної активності сонця тощо); стимулювання діяльності провідних функціональних систем організму (опорно-рухової, серцево-судинної, дихальної тощо).

2) **Профілактичні:** профілактика порушень опорно-рухового апарату (особливо хребетного стовбура, м'язового корсета) завдяки еволюційній послідовності опанування основних рухових режимів та дотриманню інших біологічних закономірностей фізичного розвитку дітей.

3) **Виховні:** формування моделі здорового способу життя як головної лінії особистісного розвитку; формування свідомої потреби у регулярних заняттях фізичною культурою; прищеплення навичок гігієнічної культури у повсякденному житті; виховання особистісних якостей людини майбутнього, орієнтованих на ідеї гуманізму.

4) **Розвивальні** - розвиток фізичних якостей: сили, гнучкості, швидкості, спритності, витривалості та окремих їхніх складників.

У результаті вивчення навчальної дисципліни у здобувачів фахової передвищої освіти повинні бути сформовані такі **компетентності**:

ЗК2 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.

ЗК7 Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

СК2 Здатність до фізичного розвитку дітей дошкільного (раннього та передшкільного) віку, формування життєво необхідних умінь та навичок, рухового досвіду та розвитку фізичних якостей.

СК4 Здатність до формування в дітей дошкільного (раннього та передшкільного) віку основ здорового способу життя, здоров'язбережувальних навичок.

СК13 Здатність до організації освітнього процесу з урахуванням індивідуальних фізичних і психічних можливостей дітей в найбільш оптимальних для них формах.

СК16 Здатність до формування в дітей дошкільного (раннього та передшкільного) свідомої потреби у регулярних заняттях фізичною культурою.

Програмні результати навчання

Нормативний зміст вивчення здобувачами фахової передвищої освіти навчальної дисципліни «Оздоровчі технології та нетрадиційні форми роботи з фізичного виховання в ЗДО» сформульований у таких програмних результатах навчання:

РН5 Виявляти та узагальнювати результати різних видів діяльності дітей дошкільного (раннього та передшкільного) віку з використанням педагогічних технологій.

РН8 Визначати концептуальні засади, принципи, мету, завдання, зміст, організаційні форми, методи і засоби, що використовуються в роботі з дітьми дошкільного (раннього та передшкільного) віку.

РН9 Визначати завдання, зміст специфічно дитячих видів діяльності (предметно-практичної, ігрової, пізнавальної) та організовувати їх відповідно до освітніх програм. РН10 Організовувати умови безпечного середовища у природному, предметному та соціальному оточенні в процесі організації різних видів діяльності дітей дошкільного (раннього та передшкільного) віку.

РН11 Мати навички збереження та зміцнення психічного, фізичного та соціального здоров'я, попередження та протидії булінгу, формування навичок здорового способу життя у дітей дошкільного (раннього та передшкільного) віку.

РН16 Володіти методиками та технологіями зони актуального та ближнього розвитку дітей дошкільного (раннього та передшкільного) віку різного рівня розвитку.

РН19 Аналізувати перспективний педагогічний досвід в системі дошкільної освіти та використовувати його в подальшій роботі з дітьми дошкільного (раннього та передшкільного) віку.

РН20 Забезпечувати формування наскрізних умінь особистості дитини в різних видах діяльності в умовах закладу дошкільної освіти.

РН22 Демонструвати вміння організовувати роботу з фізичного виховання дітей дошкільного (раннього та передшкільного) віку у закладі дошкільної освіти.

4. Програма навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Оздоровчі технології фізичного розвитку дошкільників

Тема 1. Інноваційні технології фізичного розвитку дошкільників

Поняття «інновації», «технології», «інноваційні процеси» - необхідні складові ефективної організації фізичного виховання дітей дошкільного (раннього та передшкільного) віку.

Характеристика основних ефективних оздоровчих технологій в закладі дошкільної освіти. Технологія щодо збереження здоров'я дітей – своєрідна конкретизація методики та змістова техніка реалізації фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми.

Здоров'язбережувальна педагогіка, продиктована проблемами сучасності, та інтегрований підхід до занять з фізичної культури.

Оздоровчі технології фізичного розвитку дошкільників з особливими освітніми потребами (ООП). Комплекс методів, форм і засобів, спрямованих на корекцію порушень, покращення фізичного стану, соціальну адаптацію та зміцнення здоров'я дітей. Головний принцип їхнього використання — індивідуальний підхід та врахування структури дефекту кожної дитини.

Тема 2. Фізкультурно-оздоровчі заходи в закладі дошкільної освіти

Нетрадиційні загартовуючі заходи, інтенсивне загартування в системі природного оздоровлення дітей дошкільного (раннього та передшкільного) віку: сутність, мета, механізм нетрадиційного загартування, поняття про короткочасні ударні дози контакту із природою, історичний досвід, що засвідчує ефективність і перевагу інтенсивного загартування (в тому числі традиції козацької педагогіки щодо загартування дітей і юнацтва).

Загальна характеристика значення методик і норм нетрадиційних загартовуючих процедур, інтенсивного загартування: обливання холодною водою, босоходіння, босоходіння по снігу, інші етапи контакту із снігом; цілющий банний жар, загартування повітряними потоками від вентилятора, сеанси штучного опромінення у фотаріях; розтирання стоп та тіла розчином солі;

загартовуюче полоскання горла водою кімнатної температури, в тому числі з розчином солі, настоями чи відварами лікарських трав, загартовуючи носове дихання, точковий масаж та інше.

Тема 3. Концепція кольоротерапії у фізичному вихованні дошкільників

«Організаційні» можливості кольору. «Педагогічні» можливості кольору (навчання, розвиток, виховання). Реабілітаційні можливості кольору в фізичному вихованні дітей дошкільного (раннього та передшкільного) віку (корекція, встановлення, лікування).

Сучасні програми з фізичного виховання дошкільників.

Тема 4. Фітотерапія – один із нетрадиційних методів оздоровлення дітей
Лікування та профілактика захворювань з використанням лікарських рослин у вигляді чаїв, настоїв, відварів. Інгаляції та ванни. Особливості проведення фітопроцедур. Правила застосування фітотерапії. Застосування фіто подушок із сумішшю різних трав під час сну з метою заспокоєння дітей та зняття нервового напруження.

Тема 5. Казкотерапія як один із видів здоров'язберігаючих технологій
Казкотерапія в закладі дошкільної освіти для батьків. Мета та завдання казкотерапії. Основний принцип підбору казок для дітей дошкільного (раннього та передшкільного) віку. Структура заняття на основі казкотерапії. Казка як засіб психологічної корекції. Види казок, що застосовуються казкотерапевтами. Правила організації казкотерапії.

Змістовий модуль 2. Нетрадиційні форми роботи з фізичного виховання в ЗДО

Тема 1. Загальні поняття про нетрадиційні форми роботи з фізичного виховання

Місце нетрадиційних форм роботи в системі фізичного виховання. Вплив нетрадиційних форм роботи на фізичний розвиток дітей дошкільного (раннього та передшкільного) віку.

Нетрадиційні форми фізкультурних занять. Місце фізкультурних занять в режимі дня закладу дошкільної освіти. Характеристика фізкультурних занять

різних типів.

Тема 2. Ритмічна гімнастика в закладі дошкільної освіти

Поняття про ритмічну гімнастику, значення для всебічного і повноцінного розвитку дошкільників. Зміст ритмічної гімнастики. Історія її виникнення і розвитку. Переваги і особливості ритмічної гімнастики у порівнянні з основною гімнастикою.

Місце ритмічної гімнастики в режимі дня закладу дошкільної освіти. Вимоги до складання комплексів ритмічної гімнастики. Структура комплексів, їхня тривалість. Дозування вправ. Методичні рекомендації по розробці, дозуванню і проведенню ритмічної гімнастики. Правила підбору музичного супроводу до комплексів ритмічної гімнастики.

Суть поняття «аеробіка». Гідроаербіка, її зміст. Методичні рекомендації по розробці і проведенню гідроаеробіки з дітьми дошкільного (раннього та передшкільного) віку.

Тема 3. Фітбол-гімнастика – здоров'язбережувальна новітня технологія

Фітбол – проста і доступна гімнастика на м'ячі. Користь та терапевтичний ефект фітбол-гімнастики. Завдання фітбол-гімнастики. Класифікація вправ по використанню фітболу. Вимоги до складання комплексів фітбол-гімнастики. Рухові дії з гімнастичними м'ячами.

Тема 4. Ігровий стретчинг – сучасний засіб зміцнення здоров'я

Характеристика та значення сучасної оздоровчої методики — ігровий стретчинг. Особливості занять за методикою ігрового стретчингу. Структура та насиченість заняття з ігрового стретчингу. Орієнтовні вправи ігрового стретчингу. Методичні рекомендації по розробці, дозуванню і проведенню ігрового стретчингу.

Тема 5. Технологія фізичного виховання педагога-новатора

Миколи Єфименка

Концептуальні засади інноваційної технології з фізичного виховання дітей дошкільного (раннього та передшкільного) віку М. Єфименка. Педагогічні принципи інноваційної технології Єфименка «Театр фізичного розвитку та

оздоровлення». Етапи формування рухів в «Театрі фізичного розвитку та оздоровлення» дітей дошкільного (раннього та передшкільного) віку в технології М. Єфименка.

Особливості змісту технології фізичного виховання дітей. 10 заповідей і 8 золотих формул Миколи Єфименка.

Гімнастика пробудження та методичні рекомендації М.М. Єфименка щодо її проведення. «Цікаві фізкультуринки», їх зміст та методика проведення.

5. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин				
	Денна форма				
	усього	лекц.	прак.	сем.	с. р.
Змістовий модуль 1. Оздоровчі технології фізичного розвитку дошкільників					
Тема 1. Інноваційні технології фізичного розвитку дошкільників	8	2	2		2
Тема 2. Фізкультурно-оздоровчі заходи в закладі дошкільної освіти	6	2	2		2
Тема 3. Концепція кольоротерапії у фізичному вихованні дошкільників	8		2		2
Тема 4. Фітотерапія – один із нетрадиційних методів оздоровлення дітей	8		2		2
Тема 5: Казкотерапія як один із видів здоров'язберігаючих технологій	8		2		2
Разом за змістовим модулем 1.	38	4	10		10
Змістовий модуль 2. Нетрадиційні форми роботи з фізичного виховання в ЗДО					
Тема 1. Загальні поняття про нетрадиційні форми роботи з фізичного виховання	8	2			4

Тема 2. Ритмічна гімнастика в закладі дошкільної освіти	8		4		2
Тема 3. Фітбол-гімнастика – здоров'язбережувальна новітня технологія	8		4		2
Тема 4. Ігровий стретчинг – сучасний засіб зміцнення здоров'я	8		4		2
Тема 5. Технологія фізичного виховання педагога-новатора Миколи Єфименка	20	4	4		4
Разом за змістовим модулем 2.	52	6	16		14
Разом годин за навчальним планом:	60	10	26		24

6. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин
1.	Складання конспектів пальчикової гімнастики для дітей дошкільного (раннього та передшкільного) віку	2
2.	Підбір та розробка вправ та занять з використанням кольоротерапії	2
3.	Використання фітотерапії у фізичному вихованні дітей дошкільного (раннього та передшкільного) віку	2
4.	Використання казкотерапії – одного із видів здоров'язберігаючих технологій	2
5.	Складання комплексів ритмічної гімнастики для дітей старшого передшкільного віку	2
6.	Складання комплексів фітбол-гімнастики для дітей старшого передшкільного віку	2
7.	Складання комплексів вправ з ігрового стретчингу для дітей старшого передшкільного віку	2
8.	Складання «цікавих фізкультуринок» - нової форми гімнастики пробудження для дітей дошкільного віку	2
9.	Складання конспектів фізкультурних занять по методу М. Єфименка для дітей дошкільного віку	4
10.	Проведення фізкультурних занять по методу М. Єфименка для дітей молодшого передшкільного віку	2
11.	Проведення фізкультурних занять по методу М. Єфименка для дітей середнього передшкільного віку	2
12.	Проведення фізкультурних занять по методу М. Єфименка для дітей старшого передшкільного віку	2
	Усього годин:	26

7. Завдання для самостійної роботи

№ з/п	Зміст завдання	Кількість
1.	Здоров'язбережувальна педагогіка, продиктована проблемами сучасності та інтегрований підхід до занять з фізичної культури	4
2.	Нетрадиційне загартування в системі природного оздоровлення дітей дошкільного (раннього та передшкільного) віку	2
3.	Аналіз сучасних програми з фізичного виховання дошкільників	2
4.	Застосування фіто подушок із сумішшю різних трав під час сну з метою заспокоєння дітей та зняття нервового напруження	2
5.	Казка як засіб психологічної корекції	2
6.	Вплив нетрадиційних форм роботи на фізичний розвиток дітей дошкільного віку	2
7.	Суть та зміст поняття «гідроаеробіка»	2
8.	Користь та терапевтичний ефект фітбол-гімнастики	2
9.	Методичні рекомендації по розробці, дозуванню і проведенню ігрового стретчингу	2
10.	Концептуальні засади інноваційної технології з фізичного виховання дітей дошкільного (раннього та передшкільного) віку Миколи Єфименка	4
	Разом:	24

Критерії оцінювання навчальних досягнень здобувачів фахової передвищої освіти під час самостійної роботи на практичних заняттях

1-2 бали – здобувач фахової передвищої освіти володіє елементарними теоретичними знаннями, його відповіді правильні, але недостатньо осмислені; завдання для самостійної роботи виконує на низькому рівні, з неточностями.

3 бали – здобувач фахової передвищої освіти на середньому рівні володіє теоретичними знаннями, його відповіді повні, але з деякими неточностями; здатний до виконання практичних завдань, однак не в повному обсязі, з помилками.

4 бали – здобувач фахової передвищої освіти володіє системними знаннями та здатністю до їх практичного застосування; правильно або з незначними помилками та в повному обсязі виконує практичні завдання.

5 балів – здобувач фахової передвищої освіти на високому рівні володіє теоретичними знаннями та здатний до їх творчого практичного використання; правильно виконує практичні завдання; активно працює над підвищенням рівня своєї професійної компетентності.

8. Методи навчання

1. Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності: лекція (лекція-інформація, проблемна лекція, лекція-дискусія, лекція-демонстрація, лекція-візуалізація), практичні заняття, бесіда, розповідь, практичні та дослідні роботи, самостійна робота, спостереження, аналіз, синтез, індукція, дедукція, узагальнення, брейнсторм (мозковий штурм), метод проєктів тощо.

2. Методи стимулювання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності: стимулювання обов'язку і відповідальності у навчанні, опора на життєвий і професійний досвід здобувачів, створення відчуття успіху у навчанні.

3. Методи контролю і самоконтролю за ефективністю навчально-пізнавальної діяльності.

9. Методи контролю

Поточний контроль: усне опитування (індивідуальне, фронтальне,

групове), практичні заняття, перевірка виконання здобувачами завдань самостійної роботи.

Підсумковий контроль: Залік у 2-ому семестрі.

Як результати навчання за освітнім компонентом може бути визнана участь здобувачів фахової передвищої освіти у програмах формальної та/або неформальної освіти (курси підвищення кваліфікації, тренінги, вебінари, майстер-класи тощо) за умови документального підтвердження (сертифікати, свідоцтва, програми курсів), встановлення відповідності набутих компетентностей програмним результатам навчання за освітнім компонентом та згідно з Положенням про організацію освітнього процесу в Фаховому коледжі.

Тема «Казкотерапія як один із видів здоров'язберігаючих технологій» може бути перезарахована за результатами проходження курсу «Казкотерапія як метод творчої трансформації особистості» (платформа «Всеосвіта»).

Тема «Інноваційні технології фізичного розвитку дошкільників» може бути перезарахована за результатами вебінару «Інноваційні технології: доцільність та практичне застосування у фізкультурно-оздоровчій діяльності ЗДО» (платформа «Всеосвіта»).

Тема «Концепція кольоротерапії у фізичному вихованні дошкільників» може бути засвоєна здобувачем самостійно через проходження дистанційного курсу «Артзаняття як засіб самовираження» (платформа «Всеосвіта»).

Результати формального та/або інформального навчання підтверджуються сертифікатом.

10. Критерії оцінювання навчальних досягнень здобувачів фахової передвищої освіти з навчальної дисципліни «Оздоровчі технології та нетрадиційні форми роботи з фізичного виховання в ЗДО»

Оцінку «5», «відмінно» – заслуговує здобувач фахової передвищої освіти, який на високому рівні володіє теоретико-методологічними знаннями у сфері дошкільного виховання дітей передшкільного віку. Уміє максимально використовувати у педагогічній діяльності набуті знання і практичні уміння, успішно розв'язує проблеми особистісного розвитку дошкільнят. Демонструє

готовність до ефективного здійснення виховної діяльності в закладах дошкільної освіти.

Оцінку «4», «добре» – заслуговує здобувач фахової передвищої освіти, який володіє навчально-програмовим матеріалом у процесі розв’язання творчих завдань з курсу, однак допускає термінологічні помилки, не завжди логічно використовує теоретичні знання. Вирізняється стандартністю педагогічного мислення. Потребує вдосконалення умінь та навичок, здобутих під час вивчення навчальної дисципліни, розвитку рівня професійної мотивації.

Оцінку «3», «задовільно» – здобувач фахової передвищої освіти, який виявляє знання і розуміння основних аспектів проблеми виховання та навчання дітей дошкільного віку, проте вони недостатньо глибокі та осмислені. Інколи демонструє алогічність у відтворенні навчального матеріалу. Виявляє вміння частково аналізувати теоретичні аспекти проблем виховання і навчання дітей передшкільного віку, проте робить неточні висновки. Не вміє застосувати здобуті знання для вирішення педагогічних проблем, які виникають у процесі здійснення освітньої діяльності.

Оцінку «2», «незадовільно» – заслуговує здобувач фахової передвищої освіти, який фрагментарно відтворює незначну частину навчального матеріалу, має нечіткі уявлення про об’єкт вивчення навчальної дисципліни. Демонструє елементарні знання теоретичного матеріалу. Не здобув практичних умінь і навичок, необхідних для педагогічної діяльності в закладах загальної дошкільної освіти. Не вміє логічно мислити і висловлювати свою думку.

11. Методичне забезпечення

Навчально-методичне забезпечення, періодичні видання, методичні посібники, мультимедійні презентації за змістом тем.

12. Рекомендована література

1. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : підручник. Суми: ПФ Видавництво «Університетська книга», 2019. 467 с.

2. Вільчковський Е. С., Курок О. І. Теорія і методика фізичного виховання дітей дошкільного віку : Навч. посіб. 2-ге вид., перероб. та доп. Суми : Університетська книга, 2008. 428 с.
3. Єфименко М. М. Програма з фізичного виховання дітей раннього та дошкільного віку «Казкова фізкультура». Тернопіль : Мандрівець, 2014. 52 с.
4. Кривенко Л. В. Театр фізичного виховання та оздоровлення дітей дошкільного віку за методикою М. М. Єфименка: з досвіду роботи. - Методичний посібник. - Черкаси, 2012. 13 с.
5. Програма розвитку дитини дошкільного віку «Українське дошкілля». О. І. Білан, Л. М. Возна, О. Л. Максименко та ін. Тернопіль : Мандрівець, 2022. 216 с.
6. Солтис О. Мандруємо Україною : заняття для дітей старшої групи за методикою М. Єфименка. Дошкільне виховання. 2017. 36 с.
7. Сербай Н. В. Навчальний посібник для здобувачів фахової передвищої освіти спеціальності 012 Дошкільна освіта «Інноваційні технології та нетрадиційні форми роботи з фізичного розвитку дошкільників». Кременець : ВЦ КОГПА ім. Тараса Шевченка, 2025. 50 с.
8. Технологія фізичного виховання дітей М. Єфименка. Дичківська І. М. Інноваційні педагогічні технології : підручник, 2-ге вид., допов. Київ : Академвидав, 2012. 258 с.

Інформаційні ресурси

1. [https://dnz5.edu.vn.ua/ нетрадиційні методи оздоровлення](https://dnz5.edu.vn.ua/)
2. http://innovation-technology-kadukalo-elena.blogspot.com/2018/03/blog_post_71.html
3. <https://mon.gov.ua/storage/app/media/programy-rozvytkditey/programakazkova-fizkulturaefimenko.pdf>
4. http://dzherelce.at.ua/publ/storinka_fizinstruktora/metodika_efimenka/sistema_m_m_efimenka/27-1-0-19
5. <http://dolphin.cherkassydnz.com/?p=224>
6. http://document.kdu.edu.ua/info_zab/014_312.pdf

7. <https://repository.ldufk.edu.ua/server/api/core/bitstreams/580caedf-5ff8-4bd4-95a8-a549e10fc2f7/content>
8. <https://naurok.com.ua/kazkoterapiya-yak-odin-iz-vidiv-zdorov-yazberigayuchih-tehnologiy-kazkoterapiya-v-dityachomu-sadku-dlya-batkiv-306585.html>