

Перелік сертифікатних програм  
підвищення кваліфікації педагогічних працівників

Шифр і найменування галузі знань	Код і найменування спеціальності	Предметна спеціальність	Розробник	Назва програми	
А Освіта	А1 Освітні науки		Станіславова Людмила Леонідівна	<a href="#">Розроблення та наповнення електронного портфоліо вчителя</a>	
			Красильникова Ганна Володимирівна	<a href="#">Створення електронного портфоліо педагога: платформи Padlet та Wakelet</a>	
			Красильникова Ганна Володимирівна	<a href="#">Іміджелогія педагога</a>	
			Красильников Сергій Романович	<a href="#">Інструментарій педагога: робота у Figma</a>	
	А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями)	А 4.01 Середня освіта (Українська мова і література)		Приймак Інна Володимирівна	<a href="#">Українська література у загальноєвропейському культурному просторі</a>
				Горячок Інна Владиславівна	Викладання літератури в сучасних освітніх умовах
				Подлевська Неля Володимирівна Терещено Людмила Вікторівна	<a href="#">Українська мова у професійній комунікації педагогічних працівників</a>
				Подлевська Неля Володимирівна Приймак Інна Володимирівна	<a href="#">Актуальні питання української мови і літератури в Новій українській школі</a>
				Приймак Інна Володимирівна	<a href="#">Теоретичні аспекти інтегрованого курсу літератур (Української та зарубіжної) в НУШ</a>
				Подлевська Неля Володимирівна	<a href="#">Мовно-комунікативна культура у педагогіці партнерства нової української школи</a>
				Приймак Інна Володимирівна	<a href="#">Підготовка учнів – членів МАН до написання науководослідницької</a>

				<a href="#">роботи з філологічних дисциплін</a>
		А 4.028 Середня освіта (Польська мова)	Ранюк Оксана Петрівна	<a href="#">Платформи CANVA і WORDWALL у навчанні польської мови</a>
			Войталюк Світлана Василівна	Проектна діяльність учителя польської мови
				в умовах Нової української школи

Шифр і найменування галузі знань	Код і найменування спеціальності	Предметна спеціальність	Розробник	Назва програми		
А Освіта	А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями)	А 4.021 Середня освіта (Англійська мова)	Кравчина Тетяна Володимирівна	<a href="#">Використання дистанційних освітніх технологій у викладанні іноземних мов</a>		
			Дорофєєва Олена Миколаївна	<a href="#">Викладання он-лайн: нові виклики та можливості (лайфхаки для вчителів англійської мови)</a>		
			Зачинська Наталя Валеріанівна Дорофєєва Олена Миколаївна	Основи предметномовного інтегрованого навчання		
				А 4.022 Середня освіта (Німецька мова)	Король Світлана Володимирівна	<a href="#">Дидактизація німецькомовних автентичних матеріалів</a>
				А 4.05 Середня освіта (Біологія та здоров'я людини)	Скрипник Сергій Васильович	<a href="#">Науково-методичні засади розв'язування типових і нетипових задач та вправ з екології</a>
					Скрипник Сергій Васильович	<a href="#">Науково-методичні засади розв'язування типових і нетипових задач та вправ з генетики</a>
					Павлова Ольга Олександрівна	<a href="#">Свідоме споживання та сталий розвиток</a>
				А 4.06 Середня освіта (Хімія)	Іванішена Тетяна Володимирівна	<a href="#">Практична реалізація принципів зеленої хімії при викладанні природничих дисциплін</a>

			Іванішена Тетяна Володимирівна	<a href="#">Науково-дослідницький проєкт здобувача освіти: крок за кроком (природничий та технічний напрями)</a>
			Ткачук Ганна Сергіївна	<a href="#">Методика викладання основ аналітичної хімії та особливості проведення титрометричного аналізу</a>
		А 4.10 Середня освіта (Технології)	Андрошук Ірина Василівна	<a href="#">Розроблення робочого зошита з друкованою основою</a>
			Хренова Вікторія Валеріївна	<a href="#">Організація роботи в змішаних класах з виготовлення виробів в техніці джгутової</a>
				<a href="#">філіграні в контексті вимог нової української школи</a>

Шифр і найменування галузі знань	Код і найменування спеціальності	Предметна спеціальність	Розробник	Назва програми
А Освіта	А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями)	А 4.10 Середня освіта (Технології)	Хренова Вікторія Валеріївна	<a href="#">Особливості реалізації дистанційного навчання засобами відео майстеркласу</a>
			Хренова Вікторія Валеріївна	<a href="#">Особливості реалізації навчання засобами відео майстер-класу (на прикладі виготовлення виробів декоративноприкладного мистецтва)</a>
			Лівшун Олександр Володимирович	<a href="#">Опанування техніки «Мозаїка з деревини» в контексті вимог нової української школи</a>
			Лівшун Олександр Володимирович	<a href="#">Художня вишивка по деревині як сучасний вид декоративного оздоблення в контексті вимог Нової української школи</a>
			Мица Вікторія Василівна	<a href="#">Штучний інтелект у fashion-індустрії</a>

			Краснюк Лариса Володимирівна	Стиль і імідж
			Дітковська Ольга Анатоліївна	Комп'ютерні технології в галузі (легкої промисловості)
		А 4.12 Середня освіта (Образотворче мистецтво)	Крулик Богдан Володимирович	<a href="#">Рисунок та графічна стилізація рисунку в умовах Нової української школи</a>
		А 4.11 Середня освіта (Фізична культура)	Хіміч Віта Леонідівна	<a href="#">Використання варіативних модулів «рухливі ігри», «фрізбі», «регбі» в навчальній програмі з фізичної культури у закладах загальної середньої освіти</a>
			Хіміч Віта Леонідівна	<a href="#">Використання варіативних модулів «баскетбол», «бадмінтон», «аеробіка» у навчальній програмі з фізичної культури у закладах загальної середньої освіти</a>

Шифр і найменування галузі знань	Код і найменування спеціальності	Предметна спеціальність	Розробник	Назва програми
А Освіта	А4 Середня освіта (за предметними спеціальностями)	А 4.11 Середня освіта (Фізична культура)	Хіміч Віта Леонідівна	<a href="#">Використання варіативних модулів у НУШ: американський футбол (флаг-футбол), гандбол, фізичне виховання для дітей з особливими потребами у закладах загальної середньої освіти</a>
С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини	С4 Психологія		Антонова Зінаїда Олександрівна	<a href="#">Основи використання метафоричних асоціативних карт (мак) в психолого-педагогічній діяльності</a>
			Антонова Зінаїда Олександрівна	НЛП в психологічному консультуванні

		Антонова Зінаїда Олександрівна	<a href="#">Введення в коучинг</a>
		Берегова Наталія Петрівна	<a href="#">Професійне та емоційне вигорання: розпізнавання, профілактика, подолання</a>
		Берегова Наталія Петрівна	<a href="#">Психологія самовдосконалення: шляхи розвитку сучасного педагога</a>
		Берегова Наталія Петрівна	<a href="#">Основи ораторського мистецтва, публічного виступу та подолання страху аудиторії</a>
		Гаврилькевич В'ячеслав Костянтинович	<a href="#">Психічна саморегуляція</a>
		Ігумнова Ольга Борисівна	<a href="#">Когнітивноповедінковий коучинг</a>
		Ігумнова Ольга Борисівна	<a href="#">Тренінг креативності</a>
		Подкоритова Лариса Олександрівна	<a href="#">Бібліотерапія як напрям арттерапії у психологічній та педагогічній практиці</a>
		Руденок Алла Іванівна	<a href="#">Арт-технології в роботі з дітьми з особливими потребами</a>
		Руденок Алла Іванівна	<a href="#">Діти з особливими освітніми потребами в закладі освіти: характеристика нозологій, психологопедагогічні підходи</a>

Шифр і найменування галузі знань	Код і найменування спеціальності	Предметна спеціальність	Розробник	Назва програми
С Соціальні науки, журналістика, інформація та міжнародні відносини	С4 Психологія		Ханецька Наталія Вікторівна	Тренінг професійної успішності
			Попелюшко Роман Павлович	<a href="#">Діти, травмовані війною: характеристика та особливості роботи в закладі освіти</a>

			Попелюшко Роман Павлович	<a href="#">Емоційно-поведінкові особливості дітей та підлітків, травмованих війною</a>
			Попелюшко Роман Павлович	<a href="#">Особистісно зорієнтований підхід у роботі з дітьми з особливими освітніми потребами</a>
D Бізнес, адміністрування та право	D1 Облік і оподаткування		Джулій Лариса Василівна	Облік та оподаткування на підприємствах у контексті викликів глобалізації
	D2 Фінанси, банківська справа, страхування та фондовий ринок		Квасницька Раїса Степанівна	Фінансова грамотність
I Охорона здоров'я та соціальне забезпечення	I7 Терапія та реабілітація (за спеціалізаціями)	I7.01 Фізична терапія	Кабашнюк Віталій Олександрович	Перша домедична допомога у закладах освіти
			Приймак Інна Володимирівна	<a href="#">Корекція фонетикофонематичного недорозвинення мовлення дітей засобами художньої літератури</a>
F Інформаційні технології	F5 Кібербезпека та захист інформації		Тітова Віра Юріївна Петляк Наталя Сергіївна	<a href="#">Цифрова безпека в інформаційному середовищу</a>
G Інженерія, виробництво та будівництво	G3 «Електрична інженерія»,		Поліщук Андрій Олегович	<a href="#">3D – друк від ідеї до реалізації</a>
J «Транспорт та послуги»	J 3 Туризм і рекреація		Журба Ігор Євгенович	Хмельницькознавство

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
КАФЕДРА ТЕХНОЛОГІЧНОЇ ТА ПРОФЕСІЙНОЇ ОСВІТИ І  
ДЕКОРАТИВНОГО МИСТЕЦТВА

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

Науково-методична рада  
Хмельницького національного  
університету

Протокол від 22.09.2022 № 1

Голова Науково-методичної ради  
Віктор ЛОПАТОВСЬКИЙ  
(Підпис) (Ім'я, прізвище)



**СЕРТИФІКАТНА ПРОГРАМА**

**ОСОБЛИВОСТІ РЕАЛІЗАЦІЇ ДИСТАНЦІЙНОГО НАВЧАННЯ**  
**ЗАСОБАМИ ВІДЕО МАЙСТЕР-КЛАСУ**

(Назва)

1 / 30 кред. ЄКТС / год.  
(Обсяг програми)

Форма навчання очна / дистанційна

Керівник сертифікатної програми [Підпис] Вікторія ХРЕНОВА, к.пед.н., доц.  
(Підпис) (Ім'я, прізвище, учене звання, учений ступінь)

Завідувач кафедри [Підпис] Ірина АНДРОЩУК, д.пед.н., проф.  
(Підпис) (Ім'я, прізвище, учене звання, учений ступінь)

**Сертифікатна програма**  
введено у дію з 01.10 2022р.

Наказ від 29.09. 2022р. № 196-кп

<b>1. Загальна інформація</b>	
Назва програми	Особливості реалізації дистанційного навчання засобами відео майстер-класу
Шифр програми	
Тип програми за змістом	Підвищення кваліфікації
Форма навчання	Очна / Дистанційна
Цільові групи	Вчителі образотворчого мистецтва, вчителі трудового навчання, викладачі закладів фахової передвищої освіти
Передумови навчання за програмою	Базова педагогічна / мистецька освіта та /або досвід викладання дисциплін практично-творчого спрямування / мистецьких дисциплін
Обсяг програми	1 кредит ЄКТС
Тривалість програми та організація навчання	Два тижні
Мова викладання	Українська
Перелік професійних компетентностей, для підвищення рівня яких спрямована програма	<ul style="list-style-type: none"> <li>- здатність реалізовувати завдання освітнього процесу в умовах дистанційного навчання;</li> <li>- здатність формулювати цілі та вибирати оптимальні шляхи вирішення завдань на всіх етапах розробки відео майстер-класу;</li> <li>- здатність використовувати професійні знання у практичній діяльності;</li> <li>- здатність передавати досвід художньо-творчої діяльності з використанням технічних засобів навчання та інформаційних технологій.</li> </ul>
Укладач програми	Доцент кафедри ТПО і ДМ Хмельницького національного університету Вікторія Хренова
<b>2. Загальна мета</b>	
Вдосконалення практичних умінь та навичок реалізовувати завдання освітнього процесу в умовах дистанційного навчання, передавати досвід художньо-творчої/ творчої діяльності з використанням технічних засобів навчання та інформаційних технологій	
<b>3. Очікувані результати навчання</b>	
По завершенню сертифікатної програми слухачі мають: реалізовувати завдання освітнього процесу в умовах дистанційного навчання; розробляти відео майстер-клас з урахуванням вимог до нього та особливостей навчального матеріалу дисципліни, виду та техніки образотворчого / декоративно-ужиткового мистецтва; застосовувати набуті вміння та навички у практичних ситуаціях.	
<b>4. Викладання та навчання (методи навчання, форми проведення навчальних занять)</b>	
Методи: словесні (розповідь, пояснення), наочні (демонстрування, ілюстрування, спостереження) та практичні (практична робота, ескізування).	

Форми: практичні заняття, самостійна робота.	
<b>5.Ресурсне забезпечення дистанційного навчання</b>	
ZOOM, Viber	
<b>6.Оцінювання і форми поточного, підсумкового контролю</b>	
Критерії оцінювання	Документ про підвищення кваліфікації видається за умови виконання слухачем повного пакету практичних та самостійних завдань, які виконані на достатньому рівні та вище
Форма підсумкового контролю	Перегляд*

### Структура програми

Назва теми	Л	ПР	СР**
Розробка відео майстер-класу «Вправи по кольоровому колу»	-	3	4
Розробка відео майстер-класу «Вітальна листівка за мотивами самчиківського розпису»	-	3	6
Розробка відео майстер-класу «Витинанка. Дерево життя»	-	4	6
Презентація практичних робіт		2	2
<b>Разом:</b>	-	<b>12</b>	<b>18</b>

\*Перегляд проходить у вигляді презентації виконаних протягом навчання практичних робіт слухачів.

\*\*Самостійна робота слухачів полягає у систематичному опрацюванні практичних робіт, підготовці до перегляду відео майстер-класів.

### Зміст програми

#### **1. Розробка відео майстер-класу «Вправи по кольоровому колу»**

Виконання практичного завдання в використанні технічних засобів навчання та інформаційних технологій. Визначення цільової аудиторії. Планування відео майстер-класу (вступу, теоретичної та практичної частин). Підготовка матеріалів та інструментів. Проведення та відео-зйомка майстер-класу «Вправи по кольоровому колу», обробка відео.

#### **2. Розробка відео майстер-класу «Вітальна листівка за мотивами самчиківського розпису»**

Виконання практичного завдання з використанням технічних засобів навчання та інформаційних технологій. Визначення цільової аудиторії. Планування відео майстер-класу (вступу, теоретичної та практичної частин). Підготовка матеріалів та інструментів. Ескізування. Проведення та відео-зйомка

майстер-класу «Вітальна листівка за мотивами самчиківського розпису», обробка відео.

### **3. Розробка відео майстер-класу «Витинанка. Дерево життя»**

Виконання практичного завдання в використанні технічних засобів навчання та інформаційних технологій. Визначення цільової аудиторії. Планування відео майстер-класу (вступу, теоретичної та практичної частин). Підготовка матеріалів та інструментів. Ескізування. Проведення та відео-зйомка майстер-класу «Витинанка. Дерево життя», обробка відео.

#### **Навчальні ресурси:**

1. Вербицька З., Калашник Н. Витинанки. Образотворче мистецтво. / З. Вербицька, Н. Калашник. К. : Підручники та посібники, 2011. – 112 с.
2. Прокопович Т.А. Основи кольорознавства : навч. посіб. / Т.А. Прокопович. – Луцьк : Вежа-Друк, 2016. – 120 с.
3. Радецька І.А., Ребрік В.Є. Основи зображення. Практикум для студентів спеціальності «Педагогіка і методика середньої освіти. Трудове навчання» / І.А. Радецька, В.Є. Ребрік. – Хмельницький: ХНУ, 2008. – 75 с.
4. Ребрік В.Є., Хренова В.В. Основи композиції художніх виробів : курс лекцій для студентів напряму підготовки «Технологічна освіта» / В. Є. Ребрік, В. В. Хренова. – Хмельницький : ХНУ, 2015. – 147 с.
5. Самчиківський розпис – традиція, яку треба зберегти [Електронний ресурс]. – URL: <https://rukotvory.com.ua/info/samchykivskyj-rozpys-tradycija-jaku-treba-zberehty/>.

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ТА ПЕДАГОГІКИ

ЗАТВЕРДЖЕНО

Науково-методична рада  
Хмельницького національного  
університету

Протокол від 19.06.25 № 10

Голова Науково-методичної ради

  
(Підпис)

Віктор ЛОПАТОВСЬКИЙ  
(Ім'я, прізвище)



СЕРТИФІКАТНА ПРОГРАМА

ПСИХОЛОГІЯ САМОВДОСКОНАЛЕННЯ: ШЛЯХИ РОЗВИТКУ  
СУЧАСНОГО ПЕДАГОГА

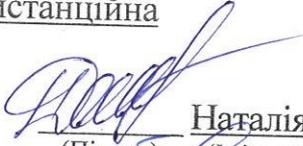
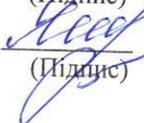
(Назва)

1 кред. ЄКТС / 30 год.  
(Обсяг програми)

Форма навчання Очна / Дистанційна

Керівник сертифікатної  
програми

Завідувач кафедри

  
(Підпис)  
  
(Підпис)

Наталія БЕРЕГОВА, к. психол. н., доцент  
(Ім'я, прізвище, учене звання, учений ступінь)

Таїсія КОМАР, д. психол. н., професор  
(Ім'я, прізвище, учене звання, учений ступінь)

Сертифікатна програма

вводиться в дію з 06.01 2026р.

Наказ від 05.01 2026р. № 2-кп

### 1. Загальна інформація

Назва програми	Психологія самовдосконалення: шляхи розвитку сучасного педагога
Шифр програми	
Тип програми за змістом	Підвищення кваліфікації
Форма навчання	Очна / Дистанційна
Цільові групи	Психологи, викладачі, вчителі закладів загальної середньої освіти, педагоги закладів професійної (професійно-технічної) освіти
Передумови навчання за програмою	Базова психологічна або педагогічна освіта, або досвід педагогічної / психологічної діяльності
Обсяг програми	1 кредит ЄКТС
Тривалість програми та організація навчання	Два тижні
Мова викладання	Українська
Перелік професійних компетентностей, для підвищення рівня яких спрямована програма	<ul style="list-style-type: none"><li>- Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку;</li><li>- Використовувати психологічні прийоми розвитку впевненості в собі, творчого потенціалу для власного вдосконалення;</li><li>- Використовувати методи подолання життєвих криз і розвитку емоційної стійкості;</li><li>- Корегувати агресивні манери поведінки.</li></ul>
Укладач програми	Кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології та педагогіки Хмельницького національного університету, керівниця підрозділу ХНУ «Психологічна служба» Наталія Берегова

### 2. Загальна мета

Формування у слухачів системного розуміння психологічних механізмів особистісного зростання, розвитку професійної компетентності та ефективних стратегій самовдосконалення, що сприятимуть підвищенню якості їх професійної діяльності, особистісній гармонії та адаптації до сучасних викликів суспільства.

### 3. Очікувані результати навчання

По завершенню сертифікатної програми слухачі мають: розуміти основні концепції самовдосконалення та їх застосування у професійній діяльності; аналізувати власні особистісні та професійні ресурси для розвитку і визначати напрямки особистісного зростання; визначати фактори, які сприяють і заважають самовдосконаленню в професійному та особистому житті; формувати індивідуальні плани саморозвитку з урахуванням сучасних вимог професії; застосовувати ефективні психологічні методи та стратегії для підвищення мотивації, стресостійкості та професійної компетентності; розвивати навички рефлексії і самоконтролю для підтримки балансу між

роботою та особистим життям; використовувати прийоми психологічної самопідтримки для подолання труднощів та адаптації до змін.

**Викладання та навчання (методи навчання, форми проведення навчальних занять)**

*Методи:* словесні (розповідь, пояснення, бесіда), наочні (демонстрування, ілюстрування) та практичні (практична робота), інтерактивні, проблемні з використанням інформаційно-комунікаційних технологій.

*Форми:* лекційні й практичні заняття, самостійна робота.

**4. Ресурсне забезпечення дистанційного навчання**

ZOOM, Viber, Модульне середовище для навчання (Moodle)

**5. Оцінювання і форми поточного, підсумкового контролю**

Умови видачі документу, що засвідчує підвищення кваліфікації	Документ про підвищення кваліфікації видається за умови виконання слухачем повного пакету практичних та самостійних завдань, що виконані на достатньому рівні та вище.
Форма підсумкового контролю	Підсумковий тестовий контроль

**Структура програми**

Назва теми	Л	ПР	СР**
Ключові навички самовдосконалення: як розвивати себе професійно та особистісно в умовах змін	2	2	4
Виявлення та трансформація особистісних бар'єрів у саморозвитку	2	2	4
Емоційне здоров'я: практичні техніки самодопомоги та підтримки балансу	—	2	5
Розвиток навичок емпатії, асертивності та ефективної взаємодії: мистецтво безконфліктного спілкування		2	5
<b>Разом:</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>18</b>

\*Підсумковий контроль проводиться у формі тестового контролю за теоретичним матеріалом.

\*\*Самостійна робота слухачів полягає в опрацюванні теоретичного матеріалу за змістом курсу.

## Зміст програми

**Тема 1. Ключові навички самовдосконалення: як розвивати себе професійно та особистісно в умовах змін.**

Навички самовдосконалення: soft skills, self-skills, emotional & reflective skills. Огляд ключових навичок: рефлексія, емоційна саморегуляція, мотивація до навчання та змін, тайм-менеджмент, критичне мислення, асертивність. Бар'єри на шляху до самовдосконалення. Методи подолання цих бар'єрів.

**Тема 2. Виявлення та трансформація особистісних бар'єрів у саморозвитку.**

Опрацювання технік, які допоможуть учасникам усвідомити внутрішні бар'єри (тривожність, перфекціонізм, низька самооцінка, прокрастинація тощо), навчитися їх розпізнавати, приймати і знаходити ефективні шляхи подолання.

**Тема 3. Емоційне здоров'я: практичні техніки самопомоги та підтримки балансу.**

Опрацювання технік, які допоможуть учасникам розпізнавати власні емоції, керувати емоційними станами як ресурсами саморозвитку. Ефективні методики релаксації, вправи на розвиток усвідомленості та саморегуляції, техніки дихання і тілесної розслабленості.

**Тема 4. Розвиток навичок емпатії, асертивності та ефективної взаємодії: мистецтво безконфліктного спілкування.**

Важливість безконфліктного спілкування в професійному середовищі. Основи ненасильницького спілкування. Елементи асертивності: як висловити свою думку без агресії. Роль емпатії у взаємодії з колегами. Психологічні механізми агресії і пасивності в спілкуванні. Виконання тренінгових вправ на розвиток навичок безконфліктного спілкування.

### Навчальні ресурси:

1. Рибалка В. В. Основи самопізнання та саморозвитку особистості: навч. посібник. Суми: Університетська книга, 2016. 224 с.
2. Вачков І. В. Психологія особистісного розвитку. К.: Центр учбової літератури, 2020. 192 с.
3. Ковальчук О. М. Тайм-менеджмент: мистецтво керування часом. Київ: Видавництво Ліра-К, 2021. 144 с.
4. Карнегі Д. Як виробити впевненість у собі і впливати на людей, виступаючи публічно. Харків: Клуб сімейного дозвілля, 2016. 304 с.
5. Селевко Г. К. Особистісне самовизначення в умовах професійного становлення. К.: Освіта України, 2017. 176 с.
6. Климов Є. А. Психологія професійного самовизначення. К.: Центр учбової літератури, 2015. 208 с.
7. Шаповал І. В. Емоційна стійкість як ресурс професійного розвитку. Київ: Академвидав, 2019. 200 с.

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ТА ПЕДАГОГІКИ

ЗАТВЕРДЖЕНО

Науково-методична рада

Хмельницького національного  
університету

Протокол від 19.06.25 № 10

Голова Науково-методичної ради

  
(Підпис)

Віктор ЛОПАТОВСЬКИЙ  
(Ім'я, прізвище)



СЕРТИФІКАТНА ПРОГРАМА

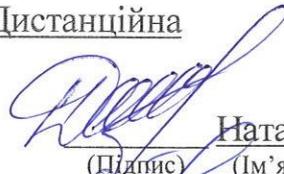
ПРОФЕСІЙНЕ ТА ЕМОЦІЙНЕ ВИГОРАННЯ: ДІАГНОСТИКА  
ПРОФІЛАКТИКА, ПОДОЛАННЯ

(Назва)

1 кред. ЄКТС / 30 год.  
(Обсяг програми)

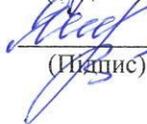
Форма навчання Очна / Дистанційна

Керівник сертифікатної  
програми

  
(Підпис)

Наталія БЕРЕГОВА, к. психол. н., доцент  
(Ім'я, прізвище, учене звання, учений ступінь)

Завідувач кафедри

  
(Підпис)

Таїсія КОМАР, д. психол. н., професор  
(Ім'я, прізвище, учене звання, учений ступінь)

Сертифікатна програма

вводиться в дію з 06.01.2026р.

Наказ від 05.01.2026 р. № 2-КП

<b>1. Загальна інформація</b>	
Назва програми	Професійне та емоційне вигорання: діагностика, профілактика, подолання
Шифр програми	
Тип програми за змістом	Підвищення кваліфікації
Форма навчання	Очна / Дистанційна
Цільові групи	Психологи, викладачі, вчителі закладів загальної середньої освіти, педагоги закладів професійної (професійно-технічної) освіти
Передумови навчання за програмою	Базова психологічна або педагогічна освіта, або досвід педагогічної / психологічної діяльності
Обсяг програми	1 кредит ЄКТС
Тривалість програми та організація навчання	Два тижні
Мова викладання	Українська
Перелік професійних компетентностей, для підвищення рівня яких спрямована програма	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</li> <li>– Здатність до збереження та самозбереження здоров'я, здійснення самоаналізу психофізичного стану.</li> <li>– Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.</li> </ul>
Укладач програми	Кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології та педагогіки Хмельницького національного університету, керівниця підрозділу ХНУ «Психологічна служба» Наталія Берегова
<b>2. Загальна мета</b>	
Формування у слухачів системних знань і практичних навичок для своєчасного виявлення симптомів вигорання, розуміння причин і факторів ризику, а також опанування ефективними методами профілактики й подолання цього стану з метою збереження професійної ефективності, психоемоційного здоров'я та підвищення якості роботи.	
<b>3. Очікувані результати навчання</b>	
По завершенню сертифікатної програми слухачі мають: розпізнавати основні симптоми та стадії професійного і емоційного вигорання; аналізувати основні причини та фактори ризику виникнення вигорання в професійній діяльності; використовувати ефективні методи самодіагностики та оцінки рівня вигорання; застосовувати різноманітні психологічні та поведінкові техніки для профілактики вигорання; впроваджувати стратегії подолання вигорання на особистому рівні та у професійному середовищі; формувати навички управління стресом і розвитку емоційної стійкості; планувати особистісний розвиток та збалансований режим роботи і відпочинку для збереження	

психоемоційного здоров'я.	
<b>Викладання та навчання (методи навчання, форми проведення навчальних занять)</b>	
<i>Методи:</i> словесні (розповідь, пояснення, бесіда), наочні (демонстрування, ілюстрування) та практичні (практична робота), інтерактивні, проблемні з використанням інформаційно-комунікаційних технологій.	
<i>Форми:</i> лекційні й практичні заняття, самостійна робота.	
<b>4. Ресурсне забезпечення дистанційного навчання</b>	
ZOOM, Viber, Модульне середовище для навчання (Moodle)	
<b>5. Оцінювання і форми поточного, підсумкового контролю</b>	
Умови видачі документу, що засвідчує підвищення кваліфікації	Документ про підвищення кваліфікації видається за умови виконання слухачем повного пакету практичних та самостійних завдань, що виконані на достатньому рівні та вище.
Форма підсумкового контролю	Підсумковий тестовий контроль

### Структура програми

Назва теми	Л	ПР	СР**
Професійне та емоційне вигорання: сутність, симптоми та фактори ризику	2	2	4
Виявлення та самодіагностика професійного вигорання: інструменти та техніки	2	2	4
Стратегії профілактики та подолання вигорання: практичні підходи та техніки	–	2	5
Розвиток психологічної саморегуляції та формування здорових копінг-стратегій	-	2	5
<b>Разом:</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>18</b>

\*Підсумковий контроль проводиться у формі тестового контролю за теоретичним матеріалом.

\*\*Самостійна робота слухачів полягає в опрацюванні теоретичного матеріалу за змістом курсу.

### Зміст програми

**Тема 1. Професійне та емоційне вигорання: сутність, симптоми та фактори ризику.**

Сутність вигорання. Психологічні та фізіологічні аспекти вигорання. Симптоми та стадії вигорання. Фактори ризику та причини виникнення. Профілактика вигорання. Методи зниження стресу. Психологічні техніки подолання вигорання. Роль підтримки і взаємодії в колективі. Планування особистого балансу.

**Тема 2. Виявлення та самодіагностика професійного вигорання: інструменти та техніки.**

Самодіагностика вигорання. Виявлення факторів ризику. Рефлексія і самоаналіз.

**Тема 3. Стратегії профілактики та подолання вигорання: практичні підходи та техніки.**

Методи зниження стресу. Психологічні техніки подолання вигорання.

**Тема 4. Розвиток психологічної саморегуляції та формування здорових копінг-стратегій.**

Дихальні та релаксаційні техніки. Робота з копінг-стратегіями. Розвиток емоційної стійкості.

### **Навчальні ресурси:**

1. Дем'яненко І. О. Професійне вигорання: діагностика і профілактика. Львів: Світ, 2017. 198 с.
2. Зінченко В. П. Психологія копінг-стратегій: теорія і практика. Одеса: Астропринт, 2018. 256 с.
3. Керолайн Вільямс. Подолання професійного вигорання: практичний посібник для фахівців. Харків: Ранок, 2021. 176 с.
4. Козловська Н. М. Стрес і саморегуляція: психолого-педагогічний аспект. Київ: Видавництво Ліра-К, 2015. 212 с.
5. Лук'янова І. М. Психологічні аспекти емоційного вигорання у професійному середовищі. Київ: Видавництво КиМУ, 2020. 184 с.
6. Маслач К., Джексон С. Е. Вигорання: дослідження професійного вигорання. К.: Основи, 2018. 352 с.
7. Шаповал І. В. Емоційна стійкість у професійній діяльності. Київ: Академвидав, 2019. 200 с.
8. Шульга О. В. Психологія стресу та його подолання. Х.: Фоліо, 2016. 240 с.

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
КАФЕДРА КІБЕРБЕЗПЕКИ

**ЗАТВЕРДЖЕНО**



Науково-методична рада  
Хмельницького національного  
університету

Протокол від 15.12.25 № 4

Голова Науково-методичної ради

(Підпис)

(Ім'я, прізвище)

**СЕРТИФІКАТНА ПРОГРАМА**

**ЦИФРОВА БЕЗПЕКА В ІНФОРМАЦІЙНОМУ СЕРЕДОВИЩІ**

(Назва)

1 кред. ЄКТС / 30 год.

(Обсяг програми)

Форма навчання Очна / Дистанційна

Керівник сертифікатної програми \_\_\_\_\_

(Підпис)

Віра ТІТОВА, к. т. н., доцент

(Ім'я, прізвище, учене звання, учений ступінь)

Завідувач кафедри \_\_\_\_\_

(Підпис)

Юрій КЛЬОЦ, к. т. н., доцент

(Ім'я, прізвище, учене звання, учений ступінь)

**Сертифікатна програма**

вводиться в дію з 22.01 2026 р.

Наказ від 21.01 2026 р. № 17 КД

<b>1. Загальна інформація</b>	
Назва програми	Цифрова безпека в інформаційному середовищі
Шифр програми	
Тип програми за змістом	Підвищення кваліфікації
Форма навчання	Очна / Дистанційна
Цільові групи	Науково-педагогічні працівники закладів вищої освіти, педагогічні працівники закладів загальної середньої освіти та закладів професійної (професійно-технічної освіти).
Передумови навчання за програмою	Базова педагогічна освіта та/або досвід педагогічної діяльності
Обсяг програми	1 кредит ЄКТС
Тривалість програми та організація навчання	Два тижні
Мова викладання	Українська
Перелік професійних компетентностей, для підвищення рівня яких спрямована програма	<ul style="list-style-type: none"> <li>- професійні знання;</li> <li>- робота з інформацією;</li> <li>- цифрова безпека;</li> <li>- комунікація та взаємодія.</li> </ul>
Укладач програми	Кандидат технічних наук, доцент кафедри кібербезпеки Хмельницького національного університету Віра Тітова. Доктор філософії з кібербезпеки, старший викладач кафедри кібербезпеки Хмельницького національного університету Наталія Петляк.
<b>2. Загальна мета</b>	
Формування базових знань та прикладних вмінь у сфері цифрової безпеки для підвищення рівня захисту інформації в громадському секторі, набуття необхідних навичок для розпізнавання актуальних кіберзагроз, створення надійних паролів, безпечного налаштування пристроїв та облікових записів, безпечної роботи з соціальними мережами та сайтами, а також для ефективної протидії втраті даних і впливу шкідливого програмного забезпечення.	
<b>3. Очікувані результати навчання</b>	
За результатами навчання учасники професійної підготовки повинні продемонструвати знання типових цифрових загроз, характерних для громадського сектору, методів створення надійних і складних паролів, принципів безпечного налаштування цифрових пристроїв та програмного забезпечення, а також різновидів шкідливого програмного забезпечення й ефективних способів захисту від нього. Вони мають уміти ідентифікувати саме ті кіберзагрози, які безпосередньо стосуються їхньої професійної діяльності, оцінювати рівень цифрової безпеки організації, визначати вимоги до надійності паролів, враховувати питання кібербезпеки під час організації документообігу та	

внутрішньої комунікації, а також створювати резервні копії даних. Слухачі повинні набути практичних навичок зі створення складних паролів і безпечного їх зберігання, користування соціальними мережами та вебресурсами з дотриманням вимог кібергігієни, налаштування пристроїв і облікових записів відповідно до принципів кібербезпеки, а також запобігання втраті важливої інформації.

**Викладання та навчання (методи навчання, форми проведення навчальних занять)**

*Методи:* словесні (розповідь, пояснення, бесіда), наочні (демонстрування, ілюстрування), та практичні (практична робота), інтерактивні, проблемні з використанням інформаційно-комунікаційних технологій.

**4. Ресурсне забезпечення дистанційного навчання**

ZOOM, Модульне середовище для навчання (Moodle)

**5. Оцінювання і форми поточного, підсумкового контролю**

Умови видачі документу, що засвідчує підвищення кваліфікації	Документ про підвищення кваліфікації видається за умови виконання слухачем повного пакету практичних та самостійних завдань, що виконані на достатньому рівні та вище
Форма підсумкового контролю	Тестування

**Структура програми**

Назва теми	Л	ПР	СР**
Цифрові загрози	2	2	4
Безпека документації		2	4
Безпека організаційних соцмереж	2	2	5
Безпечна робота з пристроями		2	5
<b>Разом:</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>18</b>

\*Підсумковий контроль проводиться у формі тестування.

\*\*Самостійна робота слухачів полягає у опрацюванні теоретичного матеріалу за змістом курсу.

## Зміст програми

### 1. Цифрові загрози.

Цифрові загрози у громадському секторі. Оцінювання ризиків. Політика цифрової безпеки.

Самостійна робота. Проведення інвентаризації інформаційних активів організації. Оцінка ймовірних ризиків. Розробка плану дій по підвищенню цифрової безпеки організації.

### 2. Безпека документації.

Зберігання документів та важливої інформації. Хмарні сервіси та корпоративні платформи (Google, Microsoft). Способи захисту онлайн-акаунтів.

Самостійна робота. Розробка правил для безпечного зберігання та обміну документами в організації. Зберігання і синхронізація файлів у хмарному сховищі. Створення та захист облікового запису Microsoft.

### 3. Безпека організаційних соцмереж.

Соцмережі з доступом через особисті та спільні акаунти. Організаційні чати. Організаційні сайти та бази даних.

Самостійна робота. Оцінювання надійності паролів акаунтів у соцмережах. Налаштування безпеки акаунтів у соцмережах. Розробка рекомендацій з організації спільного доступу.

### 4. Безпечна робота з пристроями.

Налаштування пристроїв в організації. Захист від шкідливого програмного забезпечення, фішингу, фізичного доступу. Втрата інформації з пристроїв та резервне копіювання.

Самостійна робота. Перевірка безпечності робочого пристрою. Виявлення ознак фішингового листа. Організація резервного копіювання.

## Навчальні ресурси:

1. Основи кібербезпеки: навч.-практ. посібник/ С. П. Євсєєв, О. В. Шматко, О. Б. Ахієзер, Т. В. Горбач; Нац. техн. ун-т "Харків. політехн. ін-т". Харків - Львів: "Новий Світ-2000", 2025. 95 с. Режим доступу: <https://repository.kpi.kharkov.ua/items/b2ff6b18-a585-4a40-83e9-73583dc53ff0>

2. Особливості протидії кіберзлочинності під час воєнного стану/М. В. Гуцалюк// Інформація і право. 2023. № 3. С. 108-117. Режим доступу: <http://analyticbase.nlu.org.ua/?arg5=Кібероборона>

3. Сілін Є.С., Кадубовський О.А. Основи кібербезпеки: навчальний посібник. Дніпро, 2023. 200 с. Режим доступу: [https://ddpu.edu.ua/fmk/publications/manuals/manual\\_18.pdf](https://ddpu.edu.ua/fmk/publications/manuals/manual_18.pdf).

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
КАФЕДРА УКРАЇНСЬКОЇ ФІЛОЛОГІЇ

ЗАТВЕРДЖЕНО

Науково-методична рада  
Хмельницького національного  
університету



Протокол від 19.06.25 № 10  
Філологія Науково-методичної ради

Віктор ЛОПАТОВСЬКИЙ  
(Підпис) (Ім'я, прізвище)

СЕРТИФІКАТНА ПРОГРАМА

КОРЕКЦІЯ ФОНЕТИКО-ФОНЕМАТИЧНОГО НЕДОРОЗВИНЕННЯ  
МОВЛЕННЯ ДІТЕЙ ЗАСОБАМИ ХУДОЖНЬОЇ ЛІТЕРАТУРИ

(Назва)

1 кред. ЄКТС / 30 год.  
(Обсяг програми)

Форма навчання Очна / Дистанційна

Керівник сертифікатної програми Інна ПРИЙМАК, к. філол. н., доцент  
(Підпис) (Ім'я, прізвище, учене звання, учений ступінь)

Завідувач кафедри Анатолій ЯНЧИШИН, к. філол. н., доцент  
(Підпис) (Ім'я, прізвище, учене звання, учений ступінь)

Сертифікатна програма

вводиться в дію з 06.01.2026 р.

Наказ від 05.01.2026 р. № 2-КП

<b>1. Загальна інформація</b>	
Назва програми	Корекція фонетико-фонематичного недорозвинення мовлення дітей засобами художньої літератури
Шифр програми	
Тип програми за змістом	Підвищення кваліфікації
Форма навчання	Очна / Дистанційна
Цільові групи	Викладачі, вчителі-логопеди закладів дошкільної освіти, загальної середньої освіти, педагоги інклюзивно-ресурсних центрів.
Передумови навчання за програмою	Базова педагогічна освіта та/або досвід педагогічної діяльності
Обсяг програми	1 кредит ЄКТС
Тривалість програми та організація навчання	Два тижні
Мова викладання	Українська
Перелік професійних компетентностей, для підвищення рівня яких спрямована програма	<ul style="list-style-type: none"> <li>• здатність виявляти, формулювати та вирішувати науково-практичні проблеми у сфері логопедії, зокрема щодо корекції фонетико-фонематичного недорозвинення мовлення дітей;</li> <li>• здатність застосовувати знання з логопедії, педагогіки, психології та лінгвістики для аналізу, планування й реалізації ефективних методик корекції звуковимови та розвитку фонематичного слуху;</li> <li>• здатність використовувати художню літературу як засіб мовленнєвого розвитку — добирати, аналізувати й адаптувати художні тексти для формування правильного звукотворення, інтонаційної виразності та мовленнєвого дихання;</li> <li>• здатність організовувати та проводити індивідуальні й групові логопедичні заняття, спрямовані на корекцію фонетико-фонематичних порушень із використанням художнього слова, ігрових та інтерактивних методів;</li> <li>• здатність створювати та впроваджувати</li> </ul>

	власні методичні матеріали (вправи, тексти, сценарії занять) на основі художньої літератури для розвитку фонематичного сприймання та артикуляційної моторики;
Укладач програми	Кандидат філологічних наук, доцент кафедри української філології Хмельницького національного університету Інна Приймак
<b>2. Загальна мета</b>	
Формування у слухачів знань і практичних умінь щодо корекції фонетико-фонематичного недорозвинення мовлення дітей засобами художньої літератури, розвитку фонематичного слуху, звуковимови та інтонаційної виразності мовлення.	
<b>3. Очікувані результати навчання</b>	
Після завершення сертифікатної програми слухачі мають: розуміти сутність і причини виникнення фонетико-фонематичного недорозвинення мовлення, його основні прояви, класифікацію та особливості мовленнєвого розвитку дітей з такими порушеннями; знати теоретичні засади логопедичної роботи, сучасні підходи та принципи корекції звуковимови, формування фонематичного сприймання, артикуляційної моторики й мовленнєвого дихання; добирати художні тексти (вірші, казки, скоромовки, пісеньки) відповідно до корекційних завдань, з урахуванням вікових і індивідуальних особливостей дітей; застосовувати художню літературу як дидактичний і терапевтичний засіб для розвитку звукової культури мовлення, активізації фонематичного слуху, удосконалення вимови звуків; проектувати і реалізовувати індивідуальні та групові логопедичні заняття із використанням художнього слова, інтегруючи мовленнєвий, пізнавальний та емоційно-естетичний розвиток дітей; аналізувати ефективність використання художньої літератури у логопедичній практиці, робити обґрунтовані висновки й пропозиції щодо вдосконалення методичних прийомів; презентувати результати власної роботи (спостережень, експериментів, методичних розробок) у письмовій та усній формах із використанням засобів мультимедійної комунікації.	
<b>Викладання та навчання (методи навчання, форми проведення навчальних занять)</b>	
Теоретичний (аналіз, узагальнення та систематизація наукових джерел із логопедії, педагогіки, психології та лінгвістики з метою визначення теоретичних засад корекції фонетико-фонематичного недорозвинення мовлення	

дітей). Психолого-педагогічний (вивчення особливостей психічного та мовленнєвого розвитку дітей із порушеннями звуковимови; визначення умов ефективного використання художньої літератури у корекційно-розвивальній роботі). Аналіз продуктів мовленнєвої діяльності (вивчення усних висловлювань, переказів, відтворення віршованих текстів дітьми для визначення якісних змін у звуковій культурі мовлення). Лінгвістичний (аналіз художніх текстів за фонетичними, ритмічними та інтонаційними ознаками з метою добору матеріалу, придатного для розвитку фонематичного слуху та артикуляційних навичок).

#### 4. Ресурсне забезпечення дистанційного навчання

ZOOM, Viber, Модульне середовище для навчання (Moodle)

#### 5. Оцінювання і форми поточного, підсумкового контролю

Умови видачі документу, що засвідчує підвищення кваліфікації	Документ про підвищення кваліфікації видається за умови виконання слухачем повного пакету практичних та самостійних завдань, що виконані на достатньому рівні та вище
Форма підсумкового контролю	Презентація проєкту розробленого корекційно-розвивального заняття з використанням художньої літератури.

#### Структура програми

Назва теми	Л	ПР	СР**
Фонетико-фонематичне недорозвинення мовлення (ФФНМ): сутність, причини, прояви	2		2
Психолінгвістичні та педагогічні основи корекції ФФНМ	2		2
Використання художньої літератури як засобу корекції ФФНМ	-	2	2
Діагностика та визначення рівня сформованості фонематичних процесів	—	2	6
Використання художнього матеріалу у формуванні правильної звуковимови	—	2	4
Розробка корекційно-розвивального заняття з використанням художнього		2	2

слова			
<b>Разом:</b>	<b>4</b>	<b>8</b>	<b>18</b>

\*Підсумковий контроль проводиться у формі презентування й захисту проектів розробленого корекційно-розвивального заняття з використанням художнього слова. Захист проектів здійснюється провідними викладачами кафедри (у складі не менш 3-х осіб разом з викладачем, що викладав курси підвищення кваліфікації).

\*\*Самостійна робота слухачів полягає у систематичному опрацюванні практичних робіт, виконанні завдань по розробці корекційно-розвивального заняття з використанням художнього слова, підготовці до захисту.

### **Зміст програми**

#### **1. Фонетико-фонематичне недорозвинення мовлення (ФФНМ): сутність, причини, прояви**

Поняття та класифікація ФФНМ. Симптоматика та етіологічні чинники. Особливості звуковимови, сприймання фонем, інтонації. Вплив ФФНМ на формування мовлення і пізнавальної діяльності.

#### **2. Психолінгвістичні та педагогічні основи корекції ФФНМ**

Формування звукової системи мовлення в нормі та при ФФНМ. Механізми фонематичного сприймання. Принципи логопедичної корекції. Місце художнього слова в розвитку фонематичного слуху.

#### **3. Використання художньої літератури як засобу корекції ФФНМ**

Виховний і терапевтичний потенціал художнього слова. Види літературних творів, що використовуються у логопедії. Прийоми роботи з текстом: звуконаслідування, римування, ритмізація. Приклади інтегрованих занять.

#### **4. Діагностика та визначення рівня сформованості фонематичних процесів**

Ознайомлення з діагностичними методиками (тестування, обстеження фонематичного слуху). Аналіз мовленнєвих помилок дітей із ФФНМ. Складання індивідуальних корекційних завдань.

#### **5. Використання художнього матеріалу у формуванні правильної звуковимови**

Добір поетичних і прозових текстів для розвитку артикуляційних навичок. Виконання вправ із римування, інтонаційного читання, скоромовок. Інсценізація коротких текстів.

## **6.Розробка корекційно-розвивального заняття з використанням художнього слова**

Складання конспекту логопедичного заняття (мета, обладнання, хід). Підбір художніх творів до постановки конкретних звуків. Презентація і взаємоаналіз розробок.

### **Навчальні ресурси:**

1. . Аніщук А. М. Основи дефектології та логопедії : навч.-метод. посіб. для студентів факультету психології та соціальної роботи, спеціальність «Дошкільна освіта; практична психологія» Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2012. 175 с.
2. Богуш А. М. Мовленнєвий розвиток дітей від народження до семи років : монографія Київ : Слово, 2003. 248 с.
3. Пономаренко В. С. Використання художньої літератури у логопедичній роботі з дітьми з порушенням мовлення. *Логопед.* 2017. №2. С. 34–39.

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
КАФЕДРА УКРАЇНСЬКОЇ ФІЛОЛОГІЇ

ЗАТВЕРДЖЕНО

Науково-методична рада

Хмельницького національного  
університету

Протокол від 19.06.25 № 10

Полова: Науково-методичної ради



Віктор ЛОПАТОВСЬКИЙ  
(Підпис) (Ім'я, прізвище)

СЕРТИФІКАТНА ПРОГРАМА

ПІДГОТОВКА УЧНІВ – ЧЛЕНІВ МАН ДО НАПИСАННЯ НАУКОВО-  
ДОСЛІДНИЦЬКОЇ РОБОТИ З ФІЛОЛОГІЧНИХ ДИСЦИПЛІН

(Назва)

1 кред. ЄКТС / 30 год.  
(Обсяг програми)

Форма навчання Очна / Дистанційна

Керівник сертифікатної програми Інна ПРИЙМАК, к. філол. н., доцент  
(Підпис) (Ім'я, прізвище, учене звання, учений ступінь)

Завідувач кафедри Анатолій ЯНЧИШИН к. філол. н., доцент  
(Підпис) (Ім'я, прізвище, учене звання, учений ступінь)

Сертифікатна програма  
вводиться в дію з 06.01. 2026 р.  
Наказ від 05.01. 2026 р. № 2-КД

### 1. Загальна інформація

Назва програми	Підготовка учнів – членів МАН до написання науково-дослідницької роботи з філологічних дисциплін
Шифр програми	
Тип програми за змістом	Підвищення кваліфікації
Форма навчання	Очна / Дистанційна
Цільові групи	Викладачі, вчителі закладів загальної середньої освіти, педагоги закладів професійної (професійно-технічної) освіти
Передумови навчання за програмою	Базова педагогічна освіта та/або досвід педагогічної діяльності
Обсяг програми	1 кредит ЄКТС
Тривалість програми та організація навчання	Два тижні
Мова викладання	Українська
Перелік професійних компетентностей, для підвищення рівня яких спрямована програма	<ul style="list-style-type: none"><li>- здатність виявляти, формулювати та вирішувати науково-дослідницькі проблеми у сфері філології, обґрунтовувати їх актуальність і визначати шляхи розв'язання на основі сучасних наукових підходів;</li><li>- здатність генерувати нові ідеї та творчо застосовувати наукові методи під час аналізу мовних і літературних явищ, самостійно формулювати висновки та узагальнення;</li><li>- здатність інтегрувати знання з різних гуманітарних галузей (мовознавства, літературознавства, культурології, історії, філософії) для забезпечення міжпредметних зв'язків у процесі дослідження;</li><li>- здатність здійснювати комплексне вивчення літературних і мовних явищ (твору, художнього напрямку, авторської манери, мовної системи) з урахуванням їх міжнаціональних, історико-культурних і</li><li>- здатність визначати наукову проблему, формулювати мету, завдання, гіпотезу, об'єкт і предмет дослідження; застосовувати методи філологічного аналізу, узагальнювати результати та</li></ul>

	оформлювати наукову роботу відповідно до вимог.
Укладач програми	Кандидат філологічних наук, доцент кафедри української філології Хмельницького національного університету Інна Приймак
<b>2. Загальна мета</b>	
Удосконалення практичних умінь та навичок підготовки та написання наукового дослідження з філологічних дисциплін.	
<b>3. Очікувані результати навчання</b>	
<p>Після завершення сертифікатної програми слухачі мають: самостійно визначати актуальну наукову проблему у галузі філології, формулювати мету, завдання, гіпотезу, об'єкт і предмет дослідження; застосовувати основні методи філологічного аналізу (описовий, порівняльний, структурно-семантичний, герменевтичний тощо) для аналізу мовних, літературних і культурних явищ; аналізувати, зіставляти та узагальнювати літературні й культурні традиції в європейському та національному контекстах, робити обґрунтовані висновки й інтерпретації; інтегрувати знання з різних філологічних галузей (мовознавства, літературознавства) у власному науковому дослідженні, забезпечуючи міжпредметні зв'язки; планувати, організовувати та реалізовувати наукове дослідження, здійснювати добір і критичний аналіз джерел, оформлювати результати відповідно до академічних стандартів і принципів доброчесності; готувати й ефективно презентувати результати дослідження, використовуючи засоби усної, письмової та мультимедійної комунікації.</p>	
<b>Викладання та навчання (методи навчання, форми проведення навчальних занять)</b>	
<p><i>Культурно-історичний</i> (осмислення і ґрунтовне висвітлення соціально-культурних та політичних процесів, що відображені в художніх творах, літературних образах та мовних явищах); <i>порівняльно-історичний</i> (встановлення шляхом порівняння схожостей і відмінностей між літературними та мовними явищами, що вивчаються; основа компаративістики для порівняльного вивчення фольклору, національних літератур, взаємозв'язків і впливів); <i>формальний</i> (дослідження художньої та мовної форми як ключового принципу структурування тексту, його стилістичних особливостей і композиційних засобів); <i>типологічний</i> (вивчення літературних фактів і мовних явищ на основі типологічного зіставлення, тобто визначення спільних ознак у творах окремого письменника, літературного напрямку або мовного явища, незалежно від генетичних чи контактних зв'язків); <i>історико-теоретичний</i> (розгляд літератури та мовних явищ як історично сформованих систем, що дозволяє дослідженню набути теоретичної глибини і водночас врахувати історичний контекст); <i>функціонально-структурний</i> (аналіз ролі окремих</p>	

елементів тексту, стилю або мовної одиниці у системі твору та в комунікативному процесі).

#### 4. Ресурсне забезпечення дистанційного навчання

ZOOM, Viber, Модульне середовище для навчання (Moodle)

#### 5. Оцінювання і форми поточного, підсумкового контролю

Умови видачі документу, що засвідчує підвищення кваліфікації	Документ про підвищення кваліфікації видається за умови виконання слухачем повного пакету практичних та самостійних завдань, що виконані на достатньому рівні та вище
Форма підсумкового контролю	Підготовка усної доповіді та презентації до розділу наукового дослідження.

#### Структура програми

Назва теми	Л	ПР	СР**
Основи наукового дослідження у філології	2		2
Методологія та методика дослідження у філологічних дисциплінах			2
Оформлення та презентація результатів наукового дослідження		2	2
Вибір теми та формулювання проблеми дослідження	–	2	6
Збір та аналіз джерел, створення картотеки матеріалів	–	2	2
Написання фрагмента дослідження та підготовка до захисту		2	2
Презентація й захист проєкту розробленого фрагмента наукової роботи		2	2
<b>Разом:</b>	<b>2</b>	<b>10</b>	<b>18</b>

\*Підсумковий контроль проводиться у формі презентування й захисту проєктів розробленого фрагмента наукової роботи за обраною темою. Захист проєктів здійснюється провідними викладачами кафедри (у складі не менш 3-х осіб разом з викладачем, що викладав курси підвищення кваліфікації).

\*\*Самостійна робота слухачів полягає у систематичному опрацюванні практичних робіт, виконанні завдань по підготовці та написанню фрагмента

наукової роботи до однієї з тем (відповідно до дисципліни або навчального предмета, який викладає педагог), підготовці до захисту.

## **Зміст програми**

### **1. Основи наукового дослідження у філології**

Поняття наукового дослідження та його особливості у філологічних науках. Види філологічних досліджень (лінгвістичні, літературознавчі, перекладознавчі тощо). Структура наукової роботи: титульний аркуш, зміст, вступ, основна частина, висновки, список використаних джерел, додатки. Вимоги МАН до наукових робіт.

### **2. Методологія та методика дослідження у філологічних дисциплінах**

Методологічні основи філологічних досліджень. Методи лінгвістичного аналізу (описовий, зіставний, статистичний, етимологічний тощо). Методи літературознавчого аналізу (біографічний, порівняльний, культурно-історичний, структурний, герменевтичний). Робота з джерельною базою та електронними ресурсами.

### **3. Оформлення та презентація результатів наукового дослідження**

Академічна доброчесність: уникнення плагіату, коректне цитування, оформлення посилань. Правила оформлення списку літератури (ДСТУ 8302:2015). Мовне та стилістичне оформлення тексту дослідження. Підготовка до захисту: написання тези доповіді, створення презентації, публічний виступ.

### **4. Вибір теми та формулювання проблеми дослідження**

Визначення власної теми та обґрунтування її актуальності. Формулювання мети, завдань, гіпотези. Складання попереднього плану дослідження.

### **5. Збір та аналіз джерел, створення картотеки матеріалів**

Пошук наукових джерел у бібліотеці та в Інтернеті. Складання бібліографічного списку. Аналіз фрагментів текстів (мовних або літературних). Укладання картотеки прикладів для дослідження.

### **6. Написання фрагмента дослідження та підготовка до захисту**

Написання вступу або одного розділу дослідження. Редагування тексту відповідно до вимог МАН. Підготовка короткої усної доповіді та презентації PowerPoint/Canva.

### **Навчальні ресурси:**

1. . Александров, Ткач, Філіппова *Методологія та організація наукових досліджень* підручник. Одеса : Астропринт, 2018. 197 с.
2. Бердута М. З., Голіков С. О., Огурцова Н. С. *Методичні рекомендації організаторам науково-дослідницької роботи з учнями членами МАН.* – Харків, 2006. – 52 с
3. Токмань Г. *Методика навчання української і зарубіжної літератури: самостійна робота студента.* Київ: Міленіум, 2019. 110 с.

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ХМЕЛЬНИЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ ТА ПЕДАГОГІКИ

ЗАТВЕРДЖЕНО

Науково-методична рада  
Хмельницького національного  
університету



Протокол від 19.06.25 № 10

Готова Науково-методичної ради

(Підпис)

(Ім'я, прізвище)

СЕРТИФІКАТНА ПРОГРАМА

ОСНОВИ ОРАТОРСЬКОГО МИСТЕЦТВА, ПУБЛІЧНОГО ВИСТУПУ  
ТА ПОДОЛАННЯ СТРАХУ АУДИТОРІЇ

(Назва)

1 кред. ЄКТС / 30 год.  
(Обсяг програми)

Форма навчання Очна / Дистанційна

Керівник сертифікатної  
програми

(Підпис)

Наталія БЕРЕГОВА, к. психол. н., доцент

(Ім'я, прізвище, учене звання, учений ступінь)

Завідувач кафедри

(Підпис)

Таїсія КОМАР, д. психол. н., професор

(Ім'я, прізвище, учене звання, учений ступінь)

Сертифікатна програма

вводиться в дію з 06.01.2026 р.

Наказ від 05.01.2026 р. № 2-кп

<b>1. Загальна інформація</b>	
Назва програми	Основи ораторського мистецтва, публічного виступу та подолання страху аудиторії
Шифр програми	
Тип програми за змістом	Підвищення кваліфікації
Форма навчання	Очна / Дистанційна
Цільові групи	Психологи, викладачі, вчителі закладів загальної середньої освіти, педагоги закладів професійної (професійно-технічної) освіти
Передумови навчання за програмою	Базова психологічна або педагогічна освіта, або досвід педагогічної / психологічної діяльності
Обсяг програми	1 кредит ЄКТС
Тривалість програми та організація навчання	Два тижні
Мова викладання	Українська
Перелік професійних компетентностей, для підвищення рівня яких спрямована програма	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.</li> <li>– Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.</li> <li>– Навички міжособистісної взаємодії.</li> <li>– Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.</li> </ul>
Укладач програми	Кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології та педагогіки Хмельницького національного університету, керівниця підрозділу ХНУ «Психологічна служба» Наталія Берегова
<b>2. Загальна мета</b>	
Формування та вдосконалення практичних комунікативних навичок, необхідних для ефективного публічного виступу, розвитку елементів ораторського мистецтва, а також подолання психологічних бар'єрів і страху перед аудиторією.	
<b>3. Очікувані результати навчання</b>	
По завершенню сертифікатної програми слухачі мають: визначати типи аудиторії та адаптувати виступ до її специфіки; розпізнавати типові психологічні бар'єри і причини страху публічного виступу; виявляти власні джерела публічного страху та тривожності перед аудиторією; застосовувати техніки саморегуляції для подолання емоційної напруги; демонструвати впевненість у ситуаціях спілкування перед аудиторією завдяки розвитку емоційної стабільності.	
<b>Викладання та навчання (методи навчання, форми проведення навчальних занять)</b>	
<i>Методи:</i> словесні (розповідь, пояснення, бесіда), наочні (демонстрування, ілюстрування) та практичні (практична робота), інтерактивні, проблемні з	

використанням інформаційно-комунікаційних технологій. Форми: лекційні й практичні заняття, самостійна робота.	
<b>4. Ресурсне забезпечення дистанційного навчання</b>	
ZOOM, Viber, Модульне середовище для навчання (Moodle)	
<b>5. Оцінювання і форми поточного, підсумкового контролю</b>	
Умови видачі документу, що засвідчує підвищення кваліфікації	Документ про підвищення кваліфікації видається за умови виконання слухачем повного пакету практичних та самостійних завдань, що виконані на достатньому рівні та вище.
Форма підсумкового контролю	Підсумковий тестовий контроль

### Структура програми

Назва теми	Л	ПР	СР**
Перші кроки у публічному мовленні: структура, слухач, невербальна комунікація	2		4
Страх публічного виступу: причини, прояви, техніки подолання	2	2	4
Дослідження внутрішніх бар'єрів публічності	2	2	5
Розвиток психологічної саморегуляції та подолання страху публічних виступів		2	5
<b>Разом:</b>	<b>6</b>	<b>6</b>	<b>18</b>

\*Підсумковий контроль проводиться у формі тестового контролю за теоретичним матеріалом.

\*\*Самостійна робота слухачів полягає в опрацюванні теоретичного матеріалу за змістом курсу.

### Зміст програми

#### **1. Перші кроки у публічному мовленні: структура, слухач, невербальна комунікація.**

Сутність і завдання ораторського мистецтва, роль ефективної комунікації у професійній діяльності. Основні ораторські якості та їх розвиток. Етапи підготовки публічного виступу. Типи аудиторії. Значення невербальної комунікації у публічному виступі. Основи сценічної поведінки публічного мовця.

#### **2. Страх публічного виступу: причини, прояви, техніки подолання.**

Сутність понять «пейрафобія», «глософобія». Типові психологічні бар'єри, причини та прояв страху публічного виступу. Техніки психологічної саморегуляції, зниження тривожності, подолання страху.

### **3. Дослідження внутрішніх бар'єрів публічності.**

Актуалізація особистого досвіду публічності. Виявлення особистих внутрішніх бар'єрів. Самоаналіз походження страхів і бар'єрів. Перший крок до подолання.

### **4. Розвиток психологічної саморегуляції та подолання страху публічних виступів.**

Усвідомлення власного емоційного стану перед виступом. Опрацювання дихання і тілесного розслаблення. Когнітивне опрацювання страху. Закріплення впевненого стану та емоційної стабільності.

### **Навчальні ресурси:**

1. Борг Дж. Мистецтво говорити. Таємниці ефективного спілкування: навч. посібник. Харків: Фабула, 2019. 304 с.
2. Гура О.І. Психологія публічного виступу: навч. посібник. Львів: Новий світ – 2000, 2015. 216 с.
3. Зазимко Г.М. Ораторське мистецтво: навч. посібник. К.: Либідь, 2004. 192 с.
4. Караман С.О., Караман О.В. Риторика: мистецтво красномовства: навч. посібник. К.: Освіта України, 2020. 248 с.
5. Кочарян А.Є. Психологія спілкування: навч. посібник. К.: Центр учбової літератури, 2016. 320 с.
6. Степура А. WOW-виступ по-українськи. Ноу-хау сучасного оратора: навч. посібник. 2-ге вид. Дніпро: Моноліт, 2019. 304 с.
7. Чиканцева Б.Є. Мистецтво публічного виступу: теорія і практика. Х.: ХНУ імені В.Н. Каразіна, 2018. 212 с.
8. Шевченко С.В. Основи риторики та культури мовлення: навч. посібник. К.: Центр учбової літератури, 2012. 240 с.