



## Освітня програма підвищення кваліфікації педагогічних працівників "Підвищення продуктивності та самодисципліни за методом Помідора"

### 1. Пояснювальна записка

**1.1. Вид освітньої послуги:** вебінар.

**1.2. Нормативна база:** Закон України "Про освіту", постанова КМУ №800 від 21.08.2019 (із змінами, внесеними постановою КМУ №1133 від 27.12.2019), типова освітня програма організації і проведення підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладами післядипломної педагогічної освіти (наказ МОН №36 від 15.01.2018).

**1.3. Актуальність:** Час - найцінніший ресурс і його треба використовувати з розумом. Це вдається не завжди: іноді ми не можемо зосередитись на справі або піддаємося зовнішнім подразникам, які відволікають. У цьому вебінарі дізнаєтесь, чому один з найпопулярніших у світі методів таймменеджменту названий на честь помідора та отримуєте конкретні поради й інструменти для впровадження цього методу. Не забудьте поділитись інформацією й зі своїми учнями.

**1.4. Цільова аудиторія:** педпрацівники різних напрямів.

**1.5. Напрямок:** освітні методи й технології.

**1.6. Мета:** ознайомити з теоретичними відомостями та особливостями практичного застосування методів та інструментів згідно з темою вебінару.

**1.7. Компетентності, що вдосконалюються:** організаційна, інформаційно-цифрова.

### 2. Загальна характеристика освітньої програми

**2.1. Зміст:** правила методу Помідора й пораду з використання; знайомство з 2 онлайн-сервісами та 4 мобільними застосунками для керування власним часом за методом Помідора: Pomodoro Tracker, Pomodoro Timer, Focus To-Do, Focus Keeper та ін.

**2.2. Форма:** дистанційна індивідуальна.

**2.3. Обсяг і терміни навчання:** 2 акад. год. (0,06 кредиту ЄКТС). Кінцевий термін не обмежено.

### 3. Організація навчання

**3.1. Як відбувається навчання:** учасник під своїм обліковим записом на [платформі УМІТИ](#) переглядає вебінар (у прямому ефірі або в запису), опрацьовує додаткові матеріали або знайомиться з пропонованими інструментами на практиці, проходить підсумкове тестування (4 запитання, які озвучуються спікером).

**3.2. Умови навчання:** відеозапис вебінару - безкоштовно й доступно назавжди, сертифікат і додаткові матеріали - платно (актуальну ціну подано на [веб-сторінці вебінару](#)).

**3.3. Документ:** після проходження підсумкового тестування (100% правильних відповідей) учасник отримує електронний іменний сертифікат підвищення кваліфікації, який одразу оприлюднюється в [онлайн-реєстрі](#) та відповідає чинним вимогам КМУ та МОН і рекомендується до зарахування педагогічною радою навчального закладу.

### Розробник програми:

Іван Іванов — засновник Центру нової освіти, автор і розробник платформи «УМІТИ», тренер з інформаційних та інноваційних технологій, педагогічний дизайнер.