

базової середньої освіти» (наказ Міністерства освіти і науки України від 01.04.2022 № 289) наведено орієнтовний перелік інструментів формувального оцінювання: https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/86195

В рамках проекту психологічної підтримки «Поруч» надані практичні рекомендації, як підтримати себе та близьких, керувати емоціями в складні часи, вгамувати біль і знайти себе в нових життєвих умовах, де знайти ресурси <https://mon.gov.ua/ua/news/v-ukrayini-startuvav-proyekt-psihologichnoyi-pidtrimki-poruch>

Анжела Махмутова, методист НМЦ професійного розвитку керівних та педагогічних працівників установ і закладів дошкільної та загальної середньої освіти Хмельницького ОІППО

Фізична культура

Уже з 1 вересня 5 класи Нової української школи чекають нові підходи до проведення уроків фізичної культури. Суттєвих змін зазнає організація навчання та оцінювання учнів. Таким чином, з початком нового навчального року учнів п'ятих класів усіх закладів освіти розпочнуть навчати за новим Державним стандартом Нової української школи.

Метою освітньої галузі фізичної культури є гармонійний фізичний розвиток особистості учня, підвищення функціональних можливостей організму, вдосконалення життєво необхідних рухових умінь та навичок, розширення рухового досвіду через формування стійкої мотивації учнів до занять фізичною культурою і спортом.

Вимоги до обов'язкових результатів навчання учнів з освітньої галузі фізичної культури зазначені в додатку 22 Державного стандарту базової середньої освіти і передбачають, що учень:

формує власну психічну та соціально-психологічну сфери особистості засобами фізичного виховання;

систематично займається фізичною культурою, володіє технікою фізичних вправ;

усвідомлює значення фізичної/рухової активності для підтримання стану здоров'я та задоволення у процесі фізичного виховання.

Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-6 класи» для закладів загальної середньої освіти (автори: Педан О.С., Коломоець Г. А., Боляк А. А., Ребрина А. А., Дерев'янко В. В., Стеценко В. Г., Остапенко О. І., Лакіза О. М., Косик В. М. та інші) «Рекомендовано Міністерством освіти і науки України» наказ Міністерства освіти і науки України від 12 липня 2021 року № 795 (у редакції наказу Міністерства освіти і науки України від 10 серпня 2021 року №898) - це комплексна програма для адаптаційного циклу навчання, яка забезпечує наступність між початковою і базовою освітою, гнучкий перехід учнів від молодшого шкільного віку до підліткового.

Кожен заклад освіти може використовувати цей комплексний освітній документ або розробити на його основі власну програму й затвердити її рішенням педагогічної ради.

Програма визначає мету, завдання та зміст навчального предмета «Фізична культура», орієнтовну послідовність досягнення очікуваних результатів навчання учнів 5-6 класів, види їхньої навчальної діяльності з освітньої галузі «Фізична культура».

Програма реалізує визначені в стандарті ціннісні орієнтири, ключові компетентності та наскрізні уміння учнів/учениць, в результаті чого вони формують власну психічну та соціально-психологічну сфери особистості засобами фізичного виховання; систематично займаються фізичною культурою, володіють технікою фізичних вправ; усвідомлюють значення фізичної/рухової активності для підтримання стану здоров'я та задоволення у процесі фізичного виховання.

Оновлена навчальна програма побудована за модульною системою та містить: інваріантний (обов'язковий) модуль: теоретико-методичні знання та загальна фізична підготовка; варіативні модулі (загальна кількість — 44): аеробіка, бадмінтон, баскетбол, бейсбол, велоспорт, військово-спортивні ігри, волейбол, гімнастика, настільний теніс, плавання, рухливі ігри, футзал, хокей на траві та інші види спорту.

Перед новим навчальним роком заклад освіти має обрати з рекомендованого переліку 12 — 16 варіативних модулів. Програма кожного з них має містити методичні вказівки. Окрім того, на початку кожної чверті школярам пропонується обрати (шляхом обов'язкового опитування) 3 — 4 модулі з визначеного переліку (щоразу вони мають обирати нові).

Наприкінці зазначеного навчального періоду, з метою закріплення та вдосконалення знань та навичок, у закладі освіти потрібно проводити різноманітні спортивні заходи (ігри, змагання, челенджі, квести тощо).

Варто звернути увагу на розподіл учнів на групи. Медичну групу для занять фізкультурою дитині визначає лікар під час обов'язкового профілактичного огляду. Відповідно до інструкції про розподіл учнів на групи для занять на уроках фізичної культури, з урахуванням стану здоров'я, школярі зараховуються до:

- основної групи (здорові діти та діти, які мають гармонійний, високий або середній рівень фізичного розвитку). У цій групі навчання фізкультури проводиться в повному обсязі;
- підготовчої групи (діти, які перебувають в реабілітаційному періоді після випадку гострої захворюваності та діти із середнім рівнем функціонально-резервних можливостей серцево-судинної системи). Школярі цієї групи опановують навчальний матеріал відповідно до вимог програми;
- спеціальної групи (діти, які мають значні відхилення постійного чи тимчасового характеру в стані здоров'я).

На уроках фізичної культури учні виконують коригувальні вправи та вправи для загального фізичного розвитку. Однак важливо те, що відвідування уроків фізичної культури є обов'язковим для всіх.

Домашні завдання з фізичної культури мають бути спрямовані на підвищення рухливого режиму, досягнення рекреаційно-оздоровчого ефекту у вільний час.

У Типовій освітній програмі для 5 класу закладів загальної середньої освіти зазначено про три години фізичної культури на тиждень.

Під час складання розкладу не рекомендується «здвоювати» уроки фізичної культури чи проводити їх два дні поспіль.

Якщо є потреба планувати урок у двох і більше класах одночасно, слід врахувати, що в одному приміщенні мають перебувати школярі однієї вікової групи.

Із метою визначення даних фізичної підготовленості школярів, у вересні-жовтні слід провести тестування рівня розвитку основних фізичних якостей (з урахуванням віку та статі учнів), зокрема:

- швидкість (біг 30 метрів);
- витривалість (рівномірний біг без урахування часу);
- гнучкість (нахил тулуба вперед із положення сидячи); сила (згинання та розгинання рук в упорі лежачи);
- спритність (човниковий біг 4×9 метра);
- швидко-силові (стрибок у довжину з місця);
- метання малого м'яча на дальність;
- піднімання тулуба в сід за 30 секунд.

При оцінюванні навчальних досягнень учнів 5 — 6 класів слід використовувати методику формульованого оцінювання (переважно здійснюється вербально). Поточне оцінювання (тестування фізичних можливостей учнів) рекомендується проводити декілька разів упродовж навчального року під час уроку. Важливо, що не варто відводити для цього окремі заняття. Для проведення підсумкового оцінювання рекомендується застосовувати 6 компонентів, кожен з яких має свою міру у відсотках (їхня загальна сума — 100%).

За допомогою різних способів оцінювання визначається:

- Ставлення до уроків, відвідування, активність при підготовці до уроку — 10%. Визначається шляхом спостереження вчителя.
- Навички і вміння, визначені навчальною програмою, здатність їх застосовувати у повсякденному житті, в ігрових та змагальних ситуаціях — 20%. Визначається шляхом моніторингу, спостереження вчителя та самооцінювання.
- Розвиток фізичних якостей (сила, витривалість, швидкість, гнучкість) — 20%. Визначається шляхом моніторингу, тестування та формульованого оцінювання.
- Особистий прогрес школяра у показниках підготовленості — 20%. Визначається шляхом моніторингу, тестування та формульованого оцінювання.

- Знання та їх застосування на практиці (основні поняття, визначені програмою, правила ігор, розуміння процесів, що відбуваються в організмі під час виконання вправ тощо) — 15%. Визначається шляхом спостереження вчителя та самооцінювання.

- Поведінка (соціальна поведінка, відвідування спортивної секції, участь у змаганнях, дотримання правил безпечної поведінки і збереження здоров'я на уроках та в позаурочних заходах) — 15%. Визначається шляхом спостереження вчителя, взаємооцінювання та самооцінювання.

Основне завдання модельної програми – не здійснювати спортивну підготовку учнів, а розвивати їхні фізичні якості. Ключова особливість нової системи – відсутність обов'язкових модулів. У вчителя та учнів є можливість обирати. Зараз таких модулів 45, і їхня кількість зростатиме. Програми для закладів загальної середньої освіти адаптували федерації з різних видів спорту і подали на гриф. А вчитель самостійно може обрати той вид спорту, який вважає доцільним, орієнтуючись на зацікавлення учнів та матеріально-технічну базу навчального закладу. Умовно кажучи, далеко не кожна школа має у своєму розпорядженні басейн, у той же час інший заклад може розвивати в себе навіть лижний спорт.

Пропоную ознайомитися з відеоматеріалами щодо викладання фізичної культури в 5 класі Нової української школи.

Вебінар: роз'яснення модельної програми з фізкультури для 5-6 класів

https://www.youtube.com/watch?v=_ahY2lgqcBU

Семінар-практикум: Вдосконалення дистанційних уроків фізичної культури

<https://www.youtube.com/watch?v=uVYvKwdNGH0>

Календарне планування (5 клас НУШ)

<https://www.facebook.com/groups/366206647423979/permalink/1005107960200508>

Нетворкінг для вчителів фізичної культури. Нові модулі та модельна навчальна програма НУШ

https://www.youtube.com/watch?v=M1j3qcXRytk&fbclid=IwAR0J4_xMBISohE7yq8lPwLZXjKJJpuN3voc5dDvvGhnje_RPElrjEl0Mjfe

Презентаційний вебінар Junior 2022

<https://www.youtube.com/watch?v=Sr1OQ1Hd0pg>

Формувальне оцінювання на уроках фізичної культури

<https://www.youtube.com/watch?v=JoYN8jFvGww>

Новий формат уроків фізичної культури

https://www.youtube.com/watch?v=RcvMl_2qC5k

Нова українська школа: яким має бути урок фізичної культури

<https://www.youtube.com/watch?v=hrZLKPCR6uM>

Формувальне оцінювання на уроках фізичної культури: теорія і практика

<https://www.youtube.com/watch?v=TzVv6805vGg>

Нетрадиційні види спорту як елемент зацікавлення учнів до уроку фізичної культури <https://www.youtube.com/watch?v=MmT3WbfFB10>

Олег Шнира, методист НМЦ охорони праці, безпеки життєдіяльності та цивільного захисту Хмельницького ОППО



Славутський НВК

**НУШ: перші
кроки другого
етапу**



Гімназія №2 м. Хмельницького



Старокостянтинівська ЗОШ
I-III ст. №1