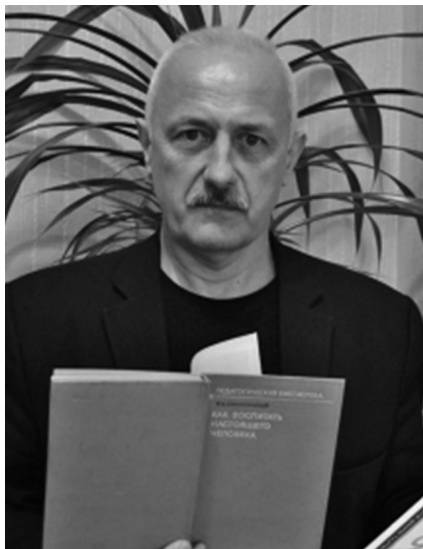




РЕАЛІЗАЦІЯ КОМПЕТЕНТІСНОГО ПОТЕНЦІАЛУ ОСВІТНЬОЇ ГАЛУЗІ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА» ДЕРЖАВНОГО СТАНДАРТУ БАЗОВОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ В АДАПТАЦІЙНОМУ ЦИКЛІ (5-6 КЛАС)

Метою базової середньої освіти є розвиток природних здібностей, інтересів, обдарувань учнів, формування компетентностей, необхідних для їх соціалізації та громадянської активності, свідомого вибору подальшого життєвого шляху та самореалізації, продовження навчання на рівні профільної освіти або здобуття професії, виховання відповідального, шанобливого ставлення до родини, суспільства, навколишнього природного середовища, національних та культурних цінностей українського народу[1].



Докорінне реформування загальної середньої освіти має на меті досягнення таких цілей:

- ❖ Новий зміст освіти, заснований на формуванні компетентностей, необхідних для успішної самореалізації в суспільстві.
- ❖ Умотивований учитель, який має свободу творчості й розвивається професійно.
- ❖ Наскрізний процес виховання, який формує цінності.
- ❖ Децентралізація та ефективне управління, що надасть школі реальну автономію.
- ❖ Педагогіка, що ґрунтується на партнерстві між учнем, учителем і батьками.
- ❖ Орієнтація на потреби учня в освітньому процесі, дитиноцентризм.
- ❖ Нова структура школи, яка дає змогу добре засвоїти новий зміст і набути компетентностей для життя.
- ❖ Справедливий розподіл публічних коштів, який забезпечує рівний доступ усіх дітей до якісної освіти.
- ❖ Сучасне освітнє середовище, яке забезпечить необхідні умови, засоби і технології для навчання учнів, освітян, батьків не лише в приміщенні навчального закладу.

Організація освітньої діяльності в 5-х класах закладів загальної середньої освіти здійснюватиметься відповідно до законів України «Про освіту», «Про повну загальну середню освіту», Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029

року (схвалена розпорядженням Кабінету Міністрів України від 14.12.2016 № 988-р – <https://cutt.ly/OyA9z5p>), Державного стандарту базової середньої освіти, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 30.09.2020 р. № 898 (<https://www.kmu.gov.ua/npas/pro-deyaki-pitannya-derzhavnih-standartiv-povnoyi-zagalnoi-serednoyi-osviti-i300920-898>).

Освітній процес організовується за такими циклами: адаптаційний (5-6 класи) та базове предметне навчання (7-9 класи), що дають змогу враховувати вікові та індивідуальні особливості розвитку і потреби учнів, а

також забезпечити просування індивідуальними освітніми траєкторіями.

Основним документом, що забезпечує досягнення учнями визначених відповідним Державним стандартом вимог до обов'язкових результатів навчання учнів є освітня програма закладу загальної середньої освіти. Заклад освіти розробляє освітню програму для адаптаційного циклу базової середньої освіти (5-6) класи на основі типової освітньої програми для 5-9 класів закладів загальної середньої освіти, затвердженої наказом МОН № 235 від 19.02.2021 (<https://mon.gov.ua/ua/npa/pro-zatverdzhennya-tipovoyi-osvitnoyi-programi-dlya-5-9-klasiv-zagalnoyi-serednoyi-osviti>).

Для кожної галузі Державний стандарт описує мету і групи загальних результатів, які уточнюються через обов'язкові результати для кожного з циклів. Саме тому кожна освітня галузь має потенціал для розвитку кожної компетентності.

Успішний розвиток здібностей (як загальних, так і спеціальних) можливий лише в процесі здійснення діяльності, а не під час засвоєння теоретичних аспектів її виконання.

Формування ключових компетентностей необхідно розглядати у спільному контексті з формуванням та розвитком наскрізних вмінь.

Основою формування ключових компетентностей є особистісні якості, особистий, соціальний, культурний і навчальний досвід учнів; їх потреби та інтереси, які мотивують до навчання;



ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

знання, уміння та ставлення, що формуються в освітньому, соціокультурному та інформаційному середовищі, у різних життєвих ситуаціях.

У адаптаційному періоді діти можуть стати більш тривожними, боязкими або, навпаки, «розв'язаними», надмірно гучними, метушливими.

Відбувається зниження працездатності, діти можуть стати забудькуватими, неорганізованими, іноді порушується сон, апетит [3].

Ознаки успішної адаптації:

- ❖ задоволеність дитини процесом навчання;
- ❖ дитина легко справляється з програмою;
- ❖ ступінь самостійності дитини при виконанні нею навчальних завдань, готовність вдатися до допомоги дорослого лише ПІСЛЯ спроб виконати завдання самому;

❖ задоволеність міжособистісними стосунками з однокласниками і вчителем.

Ознаки дезадаптації:

- ❖ змучений, стомлений зовнішній вигляд дитини.
- ❖ небажання дитину ділитися своїми враженнями про проведений день.
- ❖ прагнення відвернути дорослого від шкільних подій, переключити увагу на інші теми.
- ❖ небажання виконувати домашні завдання.
- ❖ негативні характеристики на адресу школи, вчителів, однокласників.

❖ скарги на ті чи інші події, пов'язані зі школою.

❖ неспокійний сон.

❖ труднощі ранкового пробудження, млявість.

❖ постійні скарги на погане самопочуття.

Фізкультурні знання, уміння, навички, досвід фізкультурної діяльності, особистісні якості, які зумовлюють прагнення, готовність і здатність дотримуватися здорового способу життя, потребують використання практичних методів розв'язання, усвідомлюючи при цьому значущість предмету і результату діяльності.

У змісті Державного стандарту базової середньої освіти [1] для кожної освітньої галузі визначено:

– мету, єдину для всіх рівнів загальної середньої освіти;

– компетентнісний потенціал;

– обов'язкові результати навчання учнів;

– мінімальну та максимальну рекомендовану кількість навчальних годин за циклами навчання (5–6, 7–9 класи).

Для зручності опрацювання та аналізу змісту освітньої галузі «Фізична культура» Державного стандарту базової середньої освіти пропонуємо таку таблицю, в якій описаний кожен компонент відповідно до освітньої галузі «Фізична культура».

Таблиця 1

Мета освітньої галузі «Фізична культура»	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	
Компетентнісний потенціал – позначає здатність кожної освітньої галузі формувати всі ключові компетентності через розвиток умінь і ставлень	Вільне володіння державною мовою:	
	<p>Уміння:</p> <p>сприймати інформацію та грамотно висловлюватися державною мовою під час занять фізичною культурою; правильно використовувати терміни з фізичної культури та спорту; застосовувати доречні мовленнєві стратегії відповідно до мети спілкування під час занять фізичною культурою і спортом; залагоджувати конфлікти і проблемні ситуації; популяризувати заняття фізичною культурою і спортом</p>	<p>Ставлення:</p> <p>шанування українських національних традицій у фізичній культурі і спорті; цінування державної мови для розвитку національної фізичної культури та усвідомлення її ролі в гармонійному розвитку особистості; готовність вживати і розвивати спортивну термінологію державною мовою</p>
	Здатність спілкуватися іноземними мовами:	
	<p>Уміння:</p> <p>сприймати, розуміти інформацію та грамотно висловлюватися іноземними мовами у процесі занять фізичною культурою і спортом; спілкуватися іноземними мовами про фізичну культуру і спорт; писати тексти іноземними мовами про фізичну культуру і спорт, шукати інформацію в іноземних джерелах про оздоровчі програми, спортивні новини</p>	<p>Ставлення:</p> <p>розуміння потреби популяризації досягнень українських спортсменів у світі іноземними мовами; розуміння важливості оволодіння іноземними мовами для міжкультурного спілкування у процесі занять фізичною культурою і спортом; усвідомлення ролі іноземної мови як інструменту одержання інформації про фізичну культуру і спорт; готовність спілкуватися іноземною мовою під час занять фізичною культурою і спортом</p>



Математична компетентність:	
<p>Уміння: використовувати математичні методи під час занять фізичною культурою і спортом для створення індивідуальних фізкультурно-оздоровчих програм; здійснювати самоконтроль власного фізичного стану в процесі занять фізичною культурою і спортом; вести рахунок, здійснювати вимірювання величин у різних видах спорту; розраховувати фізичні можливості для досягнення мети в процесі занять фізичною культурою і спортом; розраховувати раціон харчування, добову рухову активність, добові енерговитрати під час занять фізичними вправами та спортом тощо</p>	<p>Ставлення: усвідомлення важливості критичного мислення в процесі занять фізичною культурою і спортом</p>
Компетентності в галузі природничих наук, техніки і технологій:	
<p>Уміння: застосовувати знання з природничих наук для поліпшення фізичного стану; застосовувати логічне, структурне та системне мислення для розробки оздоровчих програм і технологій; застосовувати технічні засоби в процесі занять фізичною культурою і спортом; виконувати різні фізичні вправи (ігри) на природі</p>	<p>Ставлення: розуміння людини як частини природи, її діяльності; усвідомлення важливості бережливого природокористування; усвідомлення особливостей виконання фізичних вправ в умовах низьких та високих температур, високогір'я та рівнинних поверхонь, пересічених місцевостей; усвідомлення значення досягнень сучасної техніки та технологій для фізичного самовдосконалення</p>
Інноваційність:	
<p>Уміння: застосовувати інноваційно-оздоровчі технології для покращення фізичного стану; розвивати нові ідеї та можливості для створення оздоровчих технологій (систем), досліджувати та експериментувати з інноваційними підходами у фізичному вихованні; створювати інноваційні програми індивідуальних фізкультурно-оздоровчих занять</p>	<p>Ставлення: усвідомлення значення інноваційних технологій для фізичного самовдосконалення особистості; розуміння потреби впроваджувати інноваційні технології в процесі занять фізичною культурою і спортом</p>
Екологічна компетентність:	
<p>Уміння: приспосовуватися до умов навколишнього середовища під час виконання фізичних вправ; використовувати допоміжні засоби фізичного виховання (оздоровчі сили природи та гігієнічні фактори) для поліпшення фізичного стану, загартованості; дотримуватися санітарно-гігієнічних норм у процесі занять фізичною культурою і спортом; організовувати та проводити форми фізичного виховання у природному середовищі; надавати першу домедичну та медичну допомогу, пов'язану з біотичними (живої природи) та абіотичними (неживої природи) небезпеками під час виконання фізичних вправ</p>	<p>Ставлення: розуміння гармонійного розвитку людини і природи, ціннісне ставлення до довкілля як до потенційного джерела зміцнення здоров'я; розуміння важливості дотримання санітарно-гігієнічних норм</p>



ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

Інформаційно-комунікаційна компетентність:	
Уміння: використовувати комп'ютерні технології, тренажерні пристрої для поліпшення власного фізичного стану, моніторингу рухової та ігрової активності; використовувати інформаційно-комунікаційні технології для спілкування, аналізу та розв'язання проблемних ситуацій під час занять фізичною культурою і спортом; використовувати цифрові засоби і технології для оцінювання фізичного стану та створення індивідуальних оздоровчих програм	Ставлення: усвідомлення впливу інформаційних та комунікаційних технологій і пристроїв на фізичний розвиток і здоров'я людини, переваг та ризиків їх використання; розуміння проблем і наслідків комп'ютерної залежності
Навчання впродовж життя:	
Уміння: шукати, аналізувати, систематизувати та використовувати інформацію в процесі занять фізичною культурою і спортом; розв'язувати проблемні завдання під час занять фізичною культурою і спортом; досягати конкретних цілей, долати труднощі та перешкоди в процесі фізичного самовдосконалення; розробляти та використовувати індивідуальні оздоровчі програми з урахуванням власних можливостей, здібностей, мотивів, потреб та стану здоров'я	Ставлення: розуміння потреби постійного фізичного вдосконалення, формування фізичної культури особистості
Громадянські компетентності:	
Уміння: виявляти солідарність із командою і надавати підтримку її членам під час занять фізичною культурою і спортом; приймати спільні рішення на користь команди; дотримуватися демократичних принципів під час занять фізичною культурою і спортом; уникати дискримінаційних вчинків під час занять фізичною культурою і спортом; використовувати нормативно-правову базу у процесі фізичного виховання	Ставлення: розуміння ролі фізичної культури і спорту в дотриманні прав і свобод людини, утвердження демократичних цінностей – рівності, справедливості, відповідальності; повага до альтернативних думок і поглядів
Соціальні компетентності:	
Уміння: ефективно співпрацювати з іншими особами під час занять фізичною культурою і спортом спілкуватися в різних ситуаціях, залагоджувати конфлікти, дотримуватися правил чесної гри; організовувати гру, заняття чи інші види командної рухової діяльності; гідно вигравати і програвати, боротися, контролювати свої емоції; виявляти добросовісність у процесі фізичного виховання; дотримуватися здорового способу життя, правил безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ, ігор; уникати ризиків для фізичного та психічного здоров'я під час занять фізичною культурою і спортом	Ставлення: виявлення толерантності та небайдужості у процесі занять фізичною культурою і спортом; усвідомлення цінності рухової активності для здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовленості
Культурна компетентність:	
Уміння: визначати проблеми, які потрібно вирішити для формування високого рівня фізичної культури особистості; виражати свій культурний потенціал через рухову діяльність; коректно висловлювати та аргументувати думку, вести діалог у процесі фізичного виховання; розвивати українські національні традиції фізичної культури; удосконалювати культуру рухів керуватися етичними нормами у взаємодії з іншими особами в процесі фізичного виховання; виражати свою індивідуальність через фізичну культуру	Ставлення: усвідомлення важливості фізичної культури; відчуття культурної ідентичності, повага до розмаїття культурної спортивної спадщини; усвідомлення можливостей самовираження та самореалізації через фізичну культуру та спорт; дотримання мовленнєвого етикету



Підприємливість та фінансова грамотність:	
	<p>Уміння: презентувати власні ідеї та ініціативи з використанням доцільних засобів фізичної культури; оцінювати власні можливості в процесі занять фізичною культурою і спортом; реалізувати різні соціальні ролі в процесі фізичного виховання; брати відповідальність за власні рішення, використовувати переваги і визнавати помилки в тактичних діях у різних видах спорту; планувати та реалізовувати спортивні проекти (турніри, змагання тощо); організовувати свій час і мобілізувати ресурси; планувати, оцінювати фінансові витрати, пов'язані з фізичною культурою і спортом; оперувати фінансовими документами, пов'язаними з фізичною культурою і спортом</p> <p>Ставлення: усвідомлення значення ініціативності, активності, відповідальності та важливості співпраці в процесі занять фізичною культурою і спортом; усвідомлення необхідності ощадного та раціонального використання коштів для організації фізкультурних та спортивних заходів</p>
Базові знання	<p>Здоровий спосіб життя: здоров'я людини та чинники, що його визначають; значення здорового способу життя в забезпеченні здоров'я людини; складники здорового способу життя та їх загальна характеристика; роль рухової активності для підтримання, поліпшення (відновлення) здоров'я людини; форми, засоби, методи фізичного виховання для підтримання, поліпшення (відновлення) фізичного, психічного та соціального здоров'я, фізичного розвитку, фізичної підготовленості, загартування, збереження належної маси тіла (корекції надмірної, недостатньої), формування правильної постави, правильної будови стопи.</p> <p>Безпека у процесі занять фізичними вправами: правила техніки безпеки на уроках фізичної культури та в позаурочних формах занять фізичними вправами; самоконтроль у процесі фізичного виховання; правила першої допомоги при невідкладних станах та спортивному травмуванні.</p> <p>Техніко-тактична підготовка: техніка виконання фізичних вправ; тактичні дії у процесі занять фізичними вправами та спортом.</p> <p>Історія фізичної культури: історія розвитку видів спорту; досягнення українських та іноземних спортсменів у різних видах спорту; спортивні традиції закладу освіти.</p> <p>Формування особистості засобами фізичного виховання: значення фізичних вправ у становленні особистості; мотивація до занять фізичними вправами; роль засобів фізичного виховання у формуванні моральних і вольових якостей людини; значення рухової активності в розвитку когнітивних властивостей особистості; правила спортивної етики</p>
Обов'язкові результати навчання учнів	<p>Учень/учениця: визначає мету систематичної рухової діяльності; формує вольові якості у процесі виконання фізичних вправ; розвиває свої когнітивні властивості у процесі фізичного виховання; виконує різні соціальні ролі під час взаємодії у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності; дотримується етичних норм у руховій діяльності; демонструє техніку фізичних вправ; моделює рухову діяльність; виконує фізичні вправи під час ігрової та змагальної діяльності; пізнає факти, явища та закономірності фізичної культури і спорту; контролює свій фізичний стан під час рухової діяльності; регулює свій психоемоційний стан у процесі рухової діяльності; дотримується здорового способу життя через фізкультурно-оздоровчу діяльність; дотримується правил безпечної поведінки під час фізкультурно-оздоровчої діяльності</p>
Рекомендована, мінімальна та максимальна кількість навчальних годин за циклами навчання (5–6 класи)	<p>Відповідно до Базового навчального плану закладів загальної середньої освіти для класів (груп) з українською мовою навчання у 5-6 класах: Мінімальна кількість навчальних годин – 210; Рекомендована кількість навчальних годин – 210; Максимальна кількість навчальних годин – понад 210</p>



Ціннісні орієнтири НУШ, нові державні стандарти освіти вимагають нових підходів не лише до організації навчального процесу, але й до оцінювання навчальних досягнень учнів.

Модельною навчальною програмою передбачене застосування практик формування оцінювання з одночасним використанням результатів поточного і підсумкового оцінювання з формуальною метою – тобто для надання й отримання зворотного зв'язку, щодо успіху та рівня складності завдань, визначення подальших освітніх цілей і коригування навчання з орієнтацією на виявлені потреби учнів, формування загальної культури оцінювання та впровадження внутрішнього моніторингу якості освітніх послуг на рівні шкіл.

Вибір форм, змісту та способів формування оцінювання в комплексі з поточними і підсумковими формами здійснюється педагогічними працівниками закладу освіти залежно від дидактичної мети.

Формування оцінювання спирається на систему прийомів, що вчитель застосовує під час навчання та має ґрунтуватися на певних ціннісних орієнтирах. Для успішного застосування формування оцінювання освітній процес має бути організований у такий спосіб, щобити спонукати кожного учня бути активним його учасником, а не пасивним «отримувачем» знань і оцінок. Має бути створена така атмосфера навчання, за якої учні не бояться «йти на ризик» – ставити запитання, робити помилки й показувати, чого вони ще не вміють або не знають.

До компонентів успішного застосування формування оцінювання відносяться: забезпечення вчителем ефективного зворотного зв'язку з учнями/ученицями; активна участь учнів/учениць у процесі власного навчання; корегування процесу навчання з урахуванням результату оцінювання; визнання вагомого впливу оцінювання на мотивацію та самоутвердження учнів, які, своєю чергою, впливають на навчання; уміння учнів оцінювати свої знання самостійно.

Алгоритм діяльності вчителя щодо організації формування оцінювання можна представити у вигляді такої послідовності дій:

1. Формулювання об'єктивних і зрозумілих для учнів освітніх цілей.
2. Створення ефективного зворотного зв'язку.
3. Забезпечення активної участі учнів у процесі пізнання.
4. Ознайомлення учнів із критеріями оцінювання.
5. Забезпечення можливості й уміння учнів аналізувати власну діяльність (рефлексія).
6. Корегування спільно з учнями підходів до навчання з урахуванням результатів оцінювання[2].

Для вчителів фізичної культури, які готуються викладати предмет у 5 класах Нової української школи, доцільними будуть наступні поради:

❖ Відвідайте уроки в 4-му класі. Придивіться до своїх майбутніх учнів. - Пам'ятайте: легше з першого уроку викликати до себе довіру, любов дитини, ніж потім подолати недовіру.

❖ Не змінюйте різко методи роботи, використовуйте ігровий матеріал, інструктажі, пам'ятки, алгоритми, картки-опори, зразки виконання.

❖ Протягом уроку та додому давайте конкретні доступні завдання й домагайтесь їх чіткого виконання.

❖ Щоденно перевіряйте письмові роботи учнів, домагайтесь систематичної роботи над помилками.

❖ Ретельно обміркуйте заходи та прийоми розвитку мислення, усного та писемного мовлення учнів. Розробіть відповідний роздавальний матеріал.

❖ Забезпечуйте систематичне повторення.

❖ Уникайте перевантаження дітей.

❖ Відвідайте уроки колег, які викладають у 5-х класах.

Отже, спрямованість освітнього процесу під час навчання учнів в адаптаційному циклі має бути на розвиток умінь і навичок особистості, застосування на практиці здобутих знань з різних варіативних модулів навчальної програми, успішну адаптацію людини в соціумі, професійну самореалізацію, формування здібностей до колективної діяльності та самоосвіти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Державний стандарт базової середньої освіти [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/nova-ukrayinska-shkola/derzhavnijstandart-bazovoyi-serednoyi-osviti>

2. 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., Деревянко В.В., Стеценко В.Г., Остапенко О.І., Лакіза О.М., Косик В.М. та інші) [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/Navchalni.prohramy/2021/14.07/Model.navch.prohr.5-9.klas.NUSH-poetap.z.2022/Fiz.kult.5-6.kl.Pedan.ta.in.12.08.pdf>

3. Особливості взаємодії початкової й основної школи, створення умов для успішної адаптації учнів п'ятих класів до предметного навчання [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://klasnaocinka.com.ua/ru/dl/lection/view/id/2/course_id/9634