

Про викладання фізичної культури у 2022/2023 н.р.

Міністерством освіти і науки України для використання в освітньому процесі в закладах загальної середньої освіти у 2022/2023 н.р. на рівні базової, профільної середньої освіти (5-11 класи) рекомендовані такі навчальні програми:

5-6 клас – Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-6 клас» для закладів загальної середньої освіти, затверджена наказом МОН України від 17.08.2022 року № 752, за покликанням: <https://bit.ly/3D1VJGA>;

6-9 класи – «Фізична культура. 6-9 клас» Навчальна програма для закладів загальної середньої освіти, затверджена наказом МОН України від 03.08.2022 № 698) за покликанням: <https://bit.ly/3QzMHNT>;

10-11 класи – «Фізична культура. 10-11 клас. Рівень стандарт» Навчальна програма для закладів загальної середньої освіти, затверджена наказом МОН України від 03.08.2022 № 698) за покликанням: <https://bit.ly/3Bh3DKM>;

10-11 класи – «Фізична культура. 10-11 клас. Профільний рівень» Навчальна програма для закладів загальної середньої освіти, затверджена наказом МОН України від 03.08.2022 № 698) за покликанням: <https://bit.ly/3Qq56TF>;

навчальні програми, яким надано гриф «Рекомендовано Міністерством освіти і науки України» наказом МОН України від 03.08.2022 № 698 «Про надання грифа оновленим навчальним програмам».

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.

Інваріантна складова Базового навчального плану базової освіти, до якої входить навчальний предмет «Фізична культура», сформована на державному рівні і є однаковою для всіх закладів загальної середньої освіти незалежно від підпорядкування та форми власності.

У 2022/2023 н.р. на вивчення предмета «Фізична культура» в інваріантній складовій передбачено: 5-6 класи (за програмою НУШ) – 3 год, 6-9 класи – 3 год; 10-11 класи (Рівень стандарт) – 3 год; 10-11 класи (Профільний рівень) – 6 год.

Під час уроку фізичної культури у спортивній залі повинні перебувати учні одного класу. Планування уроків з фізичної культури для двох і більше класів одночасно є порушенням Санітарного регламенту для закладів загальної середньої освіти (затвердженого Наказом МОЗ України 25 вересня 2020 року № 2205, зареєстрованого в Міністерстві

юстиції України, 10 листопада 2020 р., за №1111/35394).

У разі крайньої необхідності планувати у розкладі уроки фізичної культури у двох і більше класах одночасно, для забезпечення безпеки учнів та учениць, в одній спортивній залі чи майданчику мають перебувати учні/учениці, які відносяться до однієї вікової групи. Більшість уроків фізичної культури доцільно проводити на відкритому повітрі.

Уроки з фізичної культури в закладах освіти проводяться вчителем фізичної культури або особою, яка має спеціальну освіту та кваліфікацію: вчитель фізичної культури, тренер з виду спорту.

Модельна навчальна програма «Фізична культура» для 5-6 класів – це комплексна програма для адаптаційного циклу навчання, що має відповідний гриф МОН України, робота за якою повинна забезпечити наступність між початковою і базовою освітою.

Під час проведення занять вчитель повинен створити умови щодо формування в учнів/учениць компетентностей та базових знань визначених Державним стандартом базової середньої освіти (далі – Держстандарт). З компетентнісним потенціалом освітньої галузі фізичної культури та базовими знаннями слід ознайомитися в додатку 21 до Держстандарту.

Виконуючи завдання навчального предмета, вчитель реалізує вимоги до обов'язкових результатів навчання освітньої галузі фізичної культури, зазначених в додатку 22 Державного стандарту базової середньої освіти, які передбачають, що учень/учениця:

- формує власну психічну та соціально-психологічну сфери особистості засобами фізичного виховання;
- систематично займається фізичною культурою, володіє технікою виконання фізичних вправ;
- усвідомлює значення фізичної/рухової активності для підтримання стану здоров'я та задоволення у процесі фізичного виховання.

Слід звернути увагу, що нормативи фізичної підготовленості пішли в минуле. Натомість визнається унікальна роль вчителя фізичної культури у формуванні фізично розвиненої особистості, яка володіє оптимальними способами виконання фізичних вправ, життєво необхідними руховими уміньми та навичками, свідомо ставиться до фізичної активності і веде активний спосіб життя.

У 6-му класі продовжується у відповідності до концепції модельної навчальної програми і поглиблюється опрацювання учнями концептуальних програмних засад для 5 класу. Наступність у навчанні фізичної культури зберігається також у вимогах програми

до очікуваних результатів навчання.

Логіка навчального матеріалу структурована таким чином, щоб зберегти наступність і послідовність вивчення тем від 5 до 6 класу.

Навчальна програма 5-6 класів НУШ побудована за модульною системою. Вона містить інваріантну (обов'язкову) та варіативну складову. До інваріативної частини належать модуль: теоретико-методичні знання та загальна фізична підготовка. Програма кожного варіативного модуля містить методичні вказівки щодо використання його засобів. Тобто варіативні модулі структурують засоби фізичної культури і не являються окремими темами для вивчення.

Змістове наповнення варіативної складової освітній заклад добирає самостійно із 60 модулів, запропонованих модельною програмою. На вибір учнів (за допомогою письмового опитування учнів вивчення варіативних модулів упродовж навчального року) має бути запропоновано 12-16 варіативних модулів (у 5-6 класах за програмою НУШ), 5-8 модулів (у 6-9 класах), 4 модулі (у 10-11 класах – Рівень стандарт). Для добору варіативних модулів урахується наявність матеріально-технічної бази, регіональні традиції, кадрове забезпечення, гендерність, рівень безпеки, а також сезонність, коли заняття проходять на відкритих майданчиках чи у спортивних залах. При цьому, для занять в зимовий період у спортивних залах слід обирати варіативні модулі, які передбачають використання меншої площі. Варіативні модулі протягом навчального року повторюватися не можуть.

Повна зміна варіативних модулів відбувається кожної чверті/триместра. Вибір варіативного модуля учнем/ученицею відбувається завчасно до початку кожної чверті/триместра (5-6 класах - за програмою НУШ) або на початку навчального року (6-9 класах), запропонованих після попереднього ознайомлення з їх особливостями (н-д.: під час проведення Всеукраїнського олімпійського уроку, Олімпійського тижня, Дня фізичної культури, спортивних турнірів, змагань, знайомства із тренерами та спортсменами певних видів спорту тощо).

Належний стан фізичного виховання в школі можливий за активної участі в ньому адміністрації, класних керівників, вчителів фізичної культури у тісному контакті з медпрацівником школи, інакше кажучи, за повноцінної співпраці педагогів та лікарів. Необхідно щоб всі заходи з фізичного виховання проводилися з урахуванням фізичного стану і вікових особливостей учнів.

Про викладання фізичної культури у 2022/2023 н.р.

Учитель фізичної культури повинен постійно здійснювати контроль за станом виконання фізичних вправ учнями на уроці, їх дозування, правильність виконання та рівень фізичного навантаження.

Вибудовуючи урок, необхідно визначити, яка навчальна інформація чи способи дії та на якому рівні мають бути засвоєні. На кожному уроці основний його зміст може бути засвоєний на всіх трьох рівнях:

- сприйняття, осмислення і запам'ятовування;
- застосування знань, вмінь, навичок за зразком;
- застосування знань, вмінь, навичок у новій ситуації.

При плануванні уроку слід визначити види навчальної діяльності учнів з використанням компетентнісного і діяльнісного підходів.

Вимоги до уроку, які необхідно виконувати:

1. Урок повинен передбачати не тільки виклад матеріалу, змісту, але й завдання, що передбачають засвоєння, застосування навчальної інформації на практиці.

2. Частина знань і вмінь повинна бути отримана учнями у процесі самостійного пошуку шляхом вирішення завдань та опанування способів діяльності.

3. Виклад навчального матеріалу на уроці може і повинен бути варіативним. В одних випадках викладається готова інформація у формі пояснення, практичного показу і виконання вправ. В інших – матеріал вивчається шляхом постановки вчителем проблеми та розкриття шляхів і видів навчальної діяльності учнів для її доказового рішення.

На уроці фізичної культури в 5-11 класах здійснюються формування і розвиток компетентностей учнів за допомогою відтворення знань, вправ, умінь, навичок, шляхом виконання завдань та їх застосування у нестандартних ситуаціях.

На уроці доцільно застосовувати класну, групову, індивідуальну форми організації, цілеспрямовану розмаїтість структури і форм проведення уроку, практико-орієнтовані завдання, раціональні форми зворотного зв'язку «учитель - учень», відсутність шаблону, високу моторну цільність уроку (без невинуватих пауз і витрачання надмірного часу на пояснення тощо).

Наприкінці кожної чверті/триместра в закладі освіти проводяться фізкультурно-оздоровчі масові заходи за програмою Всеукраїнської учнівської ліги «Здорова Україна», далі – Ліга (ігри, змагання, челенджі, квести тощо), які охоплюють усіх учнів/учениць закладу освіти і спрямовані на закріплення і вдосконалення вивчених варіативних модулів. Заходи Ліги передбачають об'єднання і залучення усього контингенту учнів та учениць закладу освіти, а також залучення вчителів та батьків до фізкультурно-оздоровчої

діяльності без попереднього відбору. Частково заходи Ліги можуть проводитися в режимі уроків фізичної культури.

Перший етап – «Ліга дружніх». Заходи Ліги проводиться в кожному класі закладу або декількох класах одного віку. Команди - учасники об'єднуються самими учнями, їх склади не можуть змінюватися на наступних етапах Ліги.

Другий етап – «Ліга сміливих». Заходи Ліги організуються спільно колективами двох не надто віддалених один від одного закладів освіти (партнерів – суперників). В іграх та показових виступах цього етапу Ліги залучаються усі учні та учениці обох закладів освіти.

Третій етап – «Перша ліга». Заходи Ліги організуються в територіальній громаді, районі, місті. У заходах «Першої ліги» беруть участь усі команди, які взяли участь у «Лізі сміливих» з усіх шкіл району/міста з визначених видів фізичної активності (варіативних модулів).

Четвертий етап – «Вища ліга» (обласний етап). Фізкультурно-оздоровчі заходи «Вищої ліги» проводяться між усіма командами, які пройшли відбір «Першої ліги» з усіх територіальних громад/районів/міст області з визначених видів фізичної активності (варіативних модулів).

П'ятий етап – «Суперліга». Змагання «Суперліги» проводяться між усіма командами, які отримали право представляти свою область і заклад освіти у «Вищій лізі» з усіх областей з визначених видів фізичної активності (варіативних модулів). Переможець «Суперліги» визначається за олімпійською системою (play off). Більше про особливості організації фізкультурно-оздоровчих заходів Всеукраїнської учнівської ліги «Здорова Україна» дивись у модельний навчальний програми 5-6 клас за покликанням: <https://bit.ly/3D2P0ft>.

Основними видами оцінювання результатів навчання учнів, що проводяться закладом, є формувальне, поточне та підсумкове: тематичне, семестрове, річне.

Рекомендуємо у 2022/2023 н.р., за рішенням педагогічної ради та наказом директора ЗЗСО, збільшити період адаптації здобувачів освіти до фізичних навантажень до жовтня поточного року, враховуючи вплив на учнів/учениць умов воєнного стану.

За рішенням педагогічної ради закладу загальної середньої освіти поточне оцінювання, під час адаптаційного періоду, в 5 класах може бути замінено вербальним оцінюванням (похвалою) або жестами. Протягом першого триместру/семестру підсумкове оцінювання учнів/учениць 5-их класів може оцінюватися за рівнями (середній, достатній, високий). Підсумкове оцінювання у вигляді тематичної оцінки для учнів 5-6 класів за програмою НУШ не здійснюється.

Семестрове та підсумкове (річне) оцінювання результатів навчання учнів/

учениць 6-9 та 10-11 класах здійснюють за 12-бальною системою (шкалою), а його результати позначають виставленням підсумкової оцінки числовим значенням (цифрами від 1 до 12).

Свідцтво досягнень відображає результати навчальних досягнень учня/учениці 5-6 класу з фізичної культури, визначених освітньою програмою закладу освіти. Рекомендується у класних журналах і в Свідцтві перед виставленням підсумкової оцінки у відповідних графах результатів навчання зазначати першу літеру («В», «Д», «С», «П»), що відповідає назві рівня досягнень орієнтовних критеріїв оцінювання результатів навчання з предметів (Високий, Достатній, Середній, Початковий) або за допомогою виставлення відповідних балів.

Семестровий контроль може бути комплексним, проводиться у формі тестування тощо.

Оцінка за семестр ставиться за результатами поточного (формуального) оцінювання та контролю загальних результатів. Річне оцінювання здійснюється на підставі загальної оцінки результатів навчання за I та II семестри (враховуємо скориговану оцінку за I та II семестри).

Для оцінювання розвитку фізичних якостей використовуються орієнтовні навчальні нормативи, які розроблено для кожного року. Порядок їх проведення визначає вчитель відповідно до календарно-тематичного планування.

Критерії оцінювання навчальних досягнень учнів (6-11 класів) із фізичної культури затверджені наказом МОН України від 05.05.2008 № 371.

Оцінювання навчальних досягнень учнів з особливими освітніми потребами здійснюють відповідно до індивідуальної програми розвитку, де зазначено труднощі функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я, що можуть впливати на ефективність застосування певних форм оцінювання.

Добір форм оцінювання навчальних досягнень учнів з особливими освітніми потребами здійснюють індивідуально з обов'язковим урахуванням їх можливостей функціонування, життєдіяльності та здоров'я.

Державний стандарт початкової освіти, Закон України «Про повну загальну середню освіту» визначають формувальне оцінювання серед основних різновидів оцінювання. Формувальне оцінювання – це оцінювання під час навчання і «для навчання», – тому що, на відміну від підсумкового,

Про викладання фізичної культури у 2022/2023 н.р.

має на меті формування (або форматування) освітнього процесу з урахуванням освітніх потреб кожного учня задля більш ефективного формування необхідних знань, умінь та ставлень.

Під час проведення занять із фізичної культури слід дотримуватись «Правил безпеки життєдіяльності під час проведення занять з фізичної культури і спорту в загальноосвітніх навчальних закладах» (наказ МОН України від 01.06.2010 №521, зареєстрований в Міністерстві юстиції України 9 серпня 2010 року за № 651/17946).

Відповідно до Інструкції про розподіл учнів на групи для занять на уроках фізичної культури, затвердженої наказом МОЗ та МОН від 20.07.2009 р. за №518/674, учні/учениці розподіляються на основну, підготовчу та спеціальну медичні групи.

Для основної медичної групи навчання проводиться в повному обсязі, згідно з навчальними програмами, з урахуванням індивідуальних особливостей розвитку дитини.

Учні/учениці, які за станом здоров'я віднесені до підготовчої медичної групи, відвідують обов'язкові уроки фізичної культури та опановують навчальний матеріал відповідно до вимог цієї модельної навчальної програми. Участь у змаганнях – за додатковим дозволом лікаря.

Учні/учениці, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи, відвідують обов'язкові уроки фізичної культури, але виконують корегувальні вправи і вправи для загального фізичного розвитку, які їм не протипоказані.

Учні/учениці, незалежно від рівня фізичного розвитку та медичної групи, а також тимчасово звільнені від фізичних навантажень, повинні бути обов'язково присутніми на уроках фізичної культури. Допустиме навантаження для учнів/учениць, які за станом здоров'я належать до підготовчої та спеціальної медичних груп, встановлює учитель фізичної культури.

Медичне обстеження учнів проводиться щорічно в установленому законодавством порядку. Не допускати на уроках фізичної культури навантаження учнів, які не пройшли медичного обстеження. Враховуючи загальнодержавні карантинні заходи, можуть бути доповнення щодо медичного обстеження учнів.

Домашні завдання для самостійного виконання фізичних вправ учні/учениці отримують на уроках фізичної культури. Вони мають бути спрямовані на формування компетентностей, підвищення рухового режиму у вільний час, досягнення рекреаційно-оздоровчого ефекту. Самостійні заняття для учнів/учениць за індивідуальною програмою надають додаткові бонуси при оцінюванні освітніх досягнень.

Для реалізації варіативної складової навчальних планів на підставі рішення

педагогічної ради заклад освіти може використовувати в освітньому процесі навчальні програми факультативів та курсів за вибором, які раніше мали відповідний гриф МОН і були включені до Переліків навчальної літератури та навчальних програм у попередні роки.

У закладах освіти щоденно о 9 годині 00 хвилин має проводитись загальнонаціональна хвилина мовчання за співвітчизниками, загиблими внаслідок збройної агресії російської федерації проти України (стаття 2 Указу Президента України № 143 від 16 березня 2022 року «Про загальнонаціональну хвилину мовчання за загиблими внаслідок збройної агресії Російської Федерації проти України», лист МОН України від 16.03.2022 №1/3472-22).

Освітній процес організовується в безпечному освітньому середовищі. Організація освітнього процесу може здійснюватись в очному і дистанційному режимі, або за змішаною формою, що поєднує очний і дистанційний режими.

Заклад освіти може організовувати освітній процес із використанням технологій дистанційного навчання за допомогою технічних засобів комунікації, доступних для учасників освітнього процесу. При цьому обсяг навчального часу, що забезпечується в синхронному режимі, визначається педагогічним працівником і може бути менше обсягу, зазначеного в пункті 7 розділу I Положення про дистанційну форму здобуття повної загальної середньої освіти.

Форма організації освітнього процесу залежить від безпекової ситуації в кожному населеному пункті і визначається рішенням військово-цивільних адміністрацій. Рішення приймається за участю батьків. Якщо батьки не погоджуються з очною формою навчання, вони можуть обрати дистанційну форму або індивідуальний графік навчання чи перевести дитину на екстернатну форму навчання. Для учнів, батьки яких оберуть онлайн навчання, у закладі освіти можуть організовуватись окремі класи, спортивні приміщення з дистанційною формою організації освітнього процесу. В цих кімнатах створена можливість для дистанційного спостереження за уроком або відеозапису уроків.

Звертаємо увагу, що під час організації дистанційного та змішаного навчання слід вибачено обирати електронні освітні ресурси, урахувавши їх дидактичну цільність, фактологічну коректність змісту, відповідність навчальній програмі. Організовуючи дистанційне навчання, вчителі можуть скористатись методичними рекомендаціями «Організація дистанційного навчання в школі» або перейти за покликанням на семінар-практикум: Вдосконалення дистанційних уроків фізичної культури за посиланням: <https://bit.ly/3wZGyUj>.

Під час проведення онлайн-уроків фізичної культури рекомендується залу-

чати учнів і учениць до здорового способу життя, організації на уроках фізкультури нових видів спорту (петанк, фрізбі, workout, чирлідінг, хортинг та інших), стимулювання учнів до участі у Всеукраїнському проєкті «Junior» для вчителів фізичної культури «Онлайн-уроки з Junior» та учнів/учениць. Онлайн-уроки містять вправи, які відповідають різним варіативним модулям навчальних програм з фізичної культури. Це дозволяє вчителям моделювати процес фізичного виховання максимально наближено до їх календарних планів. За цим посиланням можна ознайомитись із онлайн-уроками фізичної культури за покликанням: <https://bit.ly/3cOttfV>.

Усі онлайн-уроки і тренування доступні на YouTube за покликанням: <https://bit.ly/3D34iRo>.

Форма організації освітнього процесу може змінюватись впродовж навчального року в залежності від безпекової ситуації у населеному пункті.

Запровадження та організація освітнього процесу в певному режимі, у тому числі у разі включення сигналу «Повітряна тривога» або інших сигналів оповіщення, здійснюється відповідно до листа МОН від 30.06.2022 № 1/732222 «Про організацію 2022/2023 навчального року».

З метою методичної та практичної допомоги вчителю фізичної культури працюють інформаційні ресурси:

Сторінка на сайті Державної наукової установи «Інститут модернізації змісту освіти»: «Освітня галузь "Фізична культура": поради, документи, досвід роботи» за покликанням: <https://imzo.gov.ua/osvitnia-haluz-fizychna-kul-tura-porady-dokumentydosvid-roboty/>.

Telegram канал з оперативною інформацією про освітні та інші події для вчителів за покликанням: <https://bit.ly/3QjdCni>.

Telegram бот Комітету фізичної культури і спорту України: цікава та корисна інформація для вчителів фізичної культури, методистів, тренерів, спортсменів (Нормативно-правові документи: Державні програми, Концепції, Рекомендації, Модельні навчальні програми, Інклюзивне навчання на уроках фізичної культури; методична робота: семінари, вебінари; Всеукраїнські та Міжнародні спортивно-масові заходи: положення про учніські, студентські змагання, турніри, фестивалі) за покликанням: <https://kfvs>

YouTube канал UA_active з відео всеукраїнських семінарів та вебінарів марафону освітніх практик для вчителів і фахівців фізичної культури за посиланням: <https://bit.ly/3REvPwv>.

Віталій ШКАРПЕТА,
методист Хмельницького ОІППО.