

М. Г. Глоба,

завідувач відділу фізичної культури, військово-патріотичного виховання та основ здоров'я комунального навчального закладу «Черкаський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних працівників Черкаської обласної ради»

ОРГАНІЗАЦІЯ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ ТА ВИКЛАДАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

У 2023/2024 навчальному році на вивчення предмета «Фізична культура» в інваріантній складовій передбачено 3 год. Години фізичної культури передбачені усіма варіантами базових навчальних планів і повинні фінансуватися та використовуватися в повному обсязі. Вони зазначаються в розкладі уроків, урахуються в педагогічному навантаженні вчителів. Розклад уроків повинен враховувати оптимальне співвідношення навчального навантаження протягом тижня, а також доцільне чергування протягом дня і тижня предметів природничого і гуманітарного циклів з уроками мистецтва, технологій і фізичної культури. Під час складання розкладу навчальних занять не рекомендується здвоювати уроки фізичної культури або проводити їх два дні поспіль. Під час уроку фізичної культури у спортивній залі повинні перебувати учні одного класу. 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.

5-6 клас

Наступність між початковою і базовою освітою, гнучкий перехід учнів від молодшого шкільного віку до підліткового, реалізацію визначених в стандарті ціннісних орієнтирів, ключових компетентностей та наскрізних умінь учнів/учениць може забезпечити **Модельна навчальна програма «Фізична культура» для 5-6 класів.** Це комплексна програма для адаптаційного циклу навчання, що має відповідний гриф Міністерства освіти і науки України. Структура програми є максимально інформативною для вчителя.

У шостому класі навчання продовжується відповідно 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 побудована за модульною системою. Вона містить **інваріантну (обов'язкову) та варіативну складову.** До інваріантної частини належать **модуль:** теоретико-методичні знання та загальна фізична підготовка, тобто підвищення функціональних можливостей організму і забезпечення гармонійного фізичного розвитку, зміст якого реалізовується упродовж кожного уроку. 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 модулів, запропонованих модельною програмою. На вибір учнів упродовж року має бути запропоновано 12-16 варіативних модулів. Повна зміна варіативних модулів відбувається кожної чверті/триместра. Вибір варіативного модулю учнем/ученицею відбувається завчасно до початку кожної чверті/триместра із 3-5 модулів, запропонованих освітнім закладом, після попереднього ознайомлення з їх особливостями. Для викладання протягом чверті/триместру визначаються 3-4 варіативні модулі, які набрали найбільшу кількість вподобань учнів.

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.

Всеукраїнські учнівські ліги

Наприкінці кожної чверті/триместра в закладі освіти проводяться фізкультурно-оздоровчі масові заходи за програмою Всеукраїнської учнівської ліги «Здорова Україна» (ігри, змагання, челенджі, квести тощо), які охоплюють усіх учнів/учениць закладу освіти і спрямовані на закріплення і вдосконалення вивчених варіативних модулів.

Основу фізкультурно-оздоровчої діяльності учнів та учениць складають заходи «Всеукраїнської учнівської ліги «Здорова Україна» (далі – Ліга), які передбачають проведення ігор, показових виступів з варіативних модулів, які щойно вивчалися на

уроках. Заходи Ліги враховують сезонні особливості застосування видів фізичної активності і варіативних модулів і діляться на сезони: осінь, зима, весна. При цьому види фізичної активності (варіативні модулі) мають змінюватися відповідно до вподобань учнів та учениць.

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 - «Супер ліга». 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 в модельній навчальній програмі.

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

Семестрове та підсумкове (річне) оцінювання результатів навчання здійснюють за 12-бальною системою (шкалою), а його результати позначають цифрами від 1 до 12.

Свідоцтво досягнень відображає результати навчальних досягнень учня/учениці 5-6 класу з фізичної культури та інших предметів, визначених освітньою програмою закладу освіти.

Рекомендується у класних журналах і у Свідоцтві 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.

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.

При оцінюванні рівня сформованості компетентностей учнів з особливими освітніми потребами вилучають ті складові (знання, вміння, види діяльності та інше), опанування якими є утрудненим або неможливим для учня з огляду на труднощі функціонування, обмеження життєдіяльності та здоров'я.

З метою визначення вихідних даних для формуального оцінювання динаміки фізичної підготовленості учнів/учениць у вересні-жовтні може

проводитися тестування рівня розвитку основних фізичних якостей, а саме:

- швидкість: біг 30 м (с) (залежно від віку і статі);
- витривалість: рівномірний біг без урахування часу (м) (залежно від віку і статі);
- гнучкість: нахил тулуба вперед із положення сидіння (см) (залежно від віку і статі);
- сила: згинання та розгинання рук в упорі лежачи (кількість разів) (залежно від віку і статі);
- спритність: човниковий біг 4×9 м (с) (залежно від віку і статі);
- швидкісно-силові: стрибок у довжину з місця (см) (залежно від віку і статі);
- метання малого м'яча на дальність (м) (залежно від віку і статі) тощо. Різновиди тестів можуть змінюватися в залежності від планів вчителя та потреб учнів/учениць.

Організація дистанційної роботи вчителя фізичної культури в умовах воєнного стану

Безпечні заходи воєнного стану, карантинні заходи обмежують людину в «живому» спілкуванні, звичному для себе способі життя. Але найвагомішою проблемою є обмеження рухової активності. Основною метою організації дистанційного навчання є досягнення вмотивованого, свідомого, відповідального виконання фізичних вправ учнями. Можливості онлайн спілкування та індивідуальна траєкторія навчання, дозволяють вчителю, через тісну комунікацію з учнями, досягнути цієї мети.

Кожен(на) учитель/вчителька, стикаючись із викликом організації дистанційного навчання, має скоригувати власні календарно-тематичні плани, оптимізувати матеріал та очікувані результати, заплановані на період дистанційного навчання.

Важливо забезпечити досягнення очікуваних результатів навчання, водночас пам'ятаючи, що деякі з них можуть бути недосяжними в нових умовах, деякі - потребуватимуть незначної корекції, а частина — залишаться незмінними.

Завдання вчителя співпрацювати з усіма учасниками освітнього процесу. Він має розуміти мету, план виконуваних завдань, інструментарій для праці, її обсяг та методику оцінювання виконаної роботи. Учні мають опрацювати навчальні матеріали для опанування відповідними компетентностями та досягнення передбачених результатів навчання і фізичного виховання, дотримуючись принципу академічної доброчесності.

Зі свого боку батьки зобов'язані забезпечити належні умови для навчання, сприяти виконанню дитиною завдань та досягненню передбачених результатів.

В умовах дистанційного навчання особливо важливо хвалити учнів, відзначати їхні досягнення й успіхи, навіть невеликі.

Використовуючи відео учнів, для додаткової мотивації, можна організувати челенджі (учні самостійно можуть запропонувати ідею і реалізувати челендж) та онлайн змагання за методикою Juniper (методика передбачає, розподіл учнів на групи складності, рівням підготовленості, номінаціям тощо). Головна мета уникнути приниження перед однолітками і підвищити мотивацію займатися й надалі.

Під час організації дистанційного навчання вчителю необхідно врахувати наступне:

1. Особистий приклад вчителя!
2. План роботи вчителя фізкультури на період карантину чи воєнного стану.
3. Знання учнями правил самостійних занять фізичними вправами.
4. Правила самоконтролю під час виконання практичних завдань.

5. Виконання фізичних вправ протягом дня (ранкова руханка, фізкультурні паузи під час роботи за комп'ютером, смартфоном тощо). Робота з батьками щодо організації дистанційної роботи з фізичної культури.

6. Виконання фізичних вправ тільки за умови гарного самопочуття, дотримуючись усіх вимог карантинних заходів.

7. Врахування місця проживання учнів (квартира, будинок, наявність власного подвір'я тощо).

8. Використання нестандартного обладнання для занять в домашніх умовах.

9. Забезпечення зворотного зв'язку з учнями та батьками.

До основних форм самостійних занять відносять:

- ранкову гігієнічну гімнастику;
- фізичні вправи протягом дня;
- виконання елементів спеціальної фізичної підготовки варіативних модулів навчальної програми «Фізична культура»

Під час самостійних занять фізичними вправами учням необхідно слідкувати за самопочуттям. У разі виникнення симптомів простудних захворювань заняття потрібно негайно припинити, повідомити про погіршення самопочуття їхнім батькам і звернутися до закладу охорони здоров'я.

7-11 класи

Фізичне виховання – могутній засіб активного впливу на розвиток організму і вдосконалення його функцій.

Інваріантна складова Типових навчальних планів, 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.

Типовими освітніми програмами для закладів загальної середньої освіти у 2022/2023 навчальному році на вивчення предмета «Фізична культура» в інваріантній складовій передбачено:

- 6-9 класи – 3 год;
- 10 клас – 3 год;
- 11 клас – 3 год.
- Профільний рівень:
- 10 клас - 6 год;
- 11 клас - 6 год.

Години фізичної культури передбачені усіма варіантами Типових навчальних планів і повинні фінансуватися та використовуватися в повному обсязі. Вони зазначаються в розкладі уроків, ураховуються в педагогічному навантаженні вчителів. Розклад уроків повинен враховувати оптимальне співвідношення навчального навантаження протягом тижня, а також доцільне чергування протягом дня і тижня предметів природничого і гуманітарного циклів з уроками мистецтва, технологій і фізичної культури. Під час складання розкладу навчальних занять не рекомендується здвоювати уроки фізичної культури або проводити їх два дні поспіль. У разі необхідності планувати у розкладі уроки з фізичної культури у двох і більше класах одночасно, 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.

Заняття з фізичної культури в освітніх закладах проводяться вчителем фізичної культури або особою, яка має спеціальну освіту та кваліфікацію: вчитель, тренер, керівник гуртка, групи, спортивної секції тощо. Фізичне виховання сьогодення потребує орієнтації на:

- вироблення і реалізацію якісно нової, особистісно і компетентісно обґрунтованої основи до підходу збереження і підтримки інтелектуальної та фізичної індивідуальності учнів/учениць та молоді

на всіх етапах навчання врахуванням особливостей їх рухового і психофізичного розвитку;

- створення освітнього середовища, яке стимулює фізично рухову активність особистості та її організацію відповідно до вікової та психофізичної специфіки розвитку організму;

- інтенсивне включення в освітній процес школи можливостей для додаткових форм фізичного виховання;

- створення умов і механізмів фізичного виховання для занять різної спрямованості за інтересами;

- формування стійкості до асоціальних впливів щодо виникнення шкідливих звичок і неадекватних видів поведінки;

- формування фізичної готовності молоді до виконання в майбутньому громадського та конституційного обов'язку, щодо відстоювання національних інтересів та незалежності держави.

- формування високих моральних якостей.

Опанування змісту фізичної культури як базового навчального предмета здійснюється за навчальними програмами, що мають відповідний гриф Міністерства освіти і науки України. Структура оновлених програм є максимально інформативною для вчителя. Дана структура дозволяє вчителю більш об'єктивно оцінити досягнення учня.

У програмах чітко висвітлені знанняві, діяльнісний та ціннісний компоненти. Виокремлено такі наскрізні змістові лінії: «Екологічна безпека та сталий розвиток», «Громадянська відповідальність», «Здоров'я і безпека», «Підприємливість та фінансова грамотність».

Наскрізні змістові лінії відбивають провідні соціальні й особистісно значущі ідеї, що послідовно розкриваються у процесі навчання і виховання учнів, та є засобом інтеграції навчального змісту, корелюються з ключовими компетентностями, опанування яких забезпечує формування ціннісних і світоглядних орієнтацій учнів, що визначають їхню поведінку в життєвих ситуаціях, за потреби в умовах надзвичайних ситуацій, підготовку до виконання громадського та конституційного обов'язку щодо відстоювання національних інтересів та незалежності держави.

Очікувані результати навчальної діяльності учнів перенесені у ліву частину програми, вони є необхідними предметними компетентностями, і водночас відповідають змістовим наскрізним темам.

Навчальні програми побудовані за модульною системою і містять інваріантну (обов'язкову) (теоретико-методичні знання та загальна фізична підготовка) та варіативну складову яка складається з модулів. У зв'язку зі збільшенням кількості годин в 11 класі на викладання навчального предмета рекомендується збільшити кількість модулів для опанування учнями до 4.

Критеріями відбору варіативних модулів у навчальних програмах 7-9 та 10-11 класи є: наявність матеріально-технічної бази, регіональні спортивні традиції, кадрове забезпечення та бажання учнів. Бажання учнів визначається обов'язковим опитуванням. Перед початком навчального року шкільне методичне об'єднання розглядає вибір та розподіл варіативних модулів у кожному класі.

Змістове наповнення предмета «Фізична культура» навчальний заклад формує самостійно з варіативних модулів. На їх опанування відводиться приблизно однакова кількість годин. Не виключається можливість мотивованого збільшення чи зменшення кількості годин на вивчення окремих модулів.

Наявність матеріально-технічної бази, регіональні спортивні традиції, кадрове забезпечення та бажання учнів є критеріями відбору варіативних модулів навчальним закладом. Бажання учнів визначається

обов'язковим письмовим опитуванням. Результати опитування додаються до протоколу шкільного методичного об'єднання.

За потреби, у межах одного варіативного модуля можна освоїти навчальний матеріал, передбачений на два роки вивчення.

Інваріантний модуль «Загальна фізична підготовка» разом із спектром засобів і методів фізичної підготовки є основою реалізації концепції навчальної програми. Зростання рівня фізичної підготовленості учнів та учениць є провідним завданням вчителя на шляху до реалізації програми, виховання майбутніх захисників України, формування в учнів/учениць рухових вмінь, навичок та фізичних якостей, які необхідні для успішної підготовки до майбутнього захисту держави, збереження власного життя під час надзвичайних ситуацій, забезпечення наскрізного розвитку фізичних якостей, системно використовуючи доступні засоби та методи.

У попередні роки період з 01.09 до 01.10 кожного навчального року з метою адаптації учнів до навантажень на уроках фізичної культури прийом навчальних нормативів не здійснювався, а заняття мали рекреаційно-оздоровчий характер з помірними навантаженнями. Рекомендовано у 2023- 2024 навчальному році, враховуючи вплив на учнів/учениць умов воєнного стану, збільшити період адаптації учнів до фізичних навантажень за рішенням педагогічної ради та наказом директора школи.

Невиконання нормативів з причин, незалежних від учня/учениці, непропорційний фізичний розвиток, пропуски занять з поважних причин, не є підставою для зниження підсумкової оцінки успішності.

Для недопущення перевантаження учнів необхідно враховувати їхнє навчання в закладах освіти іншого типу (спортивних школах тощо). Так, у закладах загальної середньої освіти за рішенням педагогічної ради при оцінюванні учнів дозволяється враховувати результати їх навчання з відповідних видів спорту (легка атлетика, гімнастика та ін.) у позашкільних закладах.

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).

Наприкінці кожної чверті в освітньому закладі рекомендується проводити фізкультурно-оздоровчі та спортивно-масові заходи (ігри, змагання, челенджі, квести тощо), які охоплюють усіх учнів/учениць і спрямовані на закріплення і вдосконалення вивчених варіативних модулів. Окремі заходи можуть проводитися в режимі уроку з фізичної культури (урок-змагання). Доцільно до проведення спортивно-масових заходів долучати батьків та жителів громади в ролі учасників і глядачів.

І. М. Литвин,

кандидат педагогічних наук, завідувач ресурсного центру підтримки інклюзивної освіти комунального навчального закладу «Черкаський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних працівників Черкаської обласної ради»

ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ЯКІСНИХ ОСВІТНІХ ПОСЛУГ ДЛЯ ОСІБ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ У СУЧАСНОМУ ІНКЛЮЗИВНОМУ ПРОСТОРИ

За останні десять років освіта осіб з особливими потребами України зазнала істотних трансформаційних змін, пов'язаних із визначенням нової ідеологічної суспільно-освітньої парадигми, яка ґрунтується на принципах людиноцентризму. Головним напрямом розвитку сучасної української освіти окреслено рівний доступ до якісної освіти всіх громадян, у тому числі й осіб з особливими потребами, тих, які мають інвалідність, порушення або особливості психофізичного розвитку. Нині в освіті триває динамічний процес кардинальних інноваційних змін у методологічних, змістових, технологічних та управлінських складових.

Протягом 2020-2023 років у зв'язку із пандемією, російсько-українською війною українська освіта зіткнулася з численними викликами: вимушеними перервами у навчанні, знищенням шкіл, відсутністю очного навчання та обмеженням

доступу до нього, значними обмеженнями для реалізації дистанційного навчання, викликаними перебоями з електроенергією та інтернетом. За цей час відбулася переоцінка цінностей, подолання усталених стереотипів, перегляд медичних та дефектологічних застарілих поглядів щодо освіти осіб з особливими потребами, що стало підґрунтям нового нормативно-правового, науково-методичного, організаційно-змістового забезпечення їхнього навчання.

За чотири роки значно зросла кількість дітей з особливими потребами, які здобувають освіту в інклюзивних класах та групах. Так у 2019-2020 н.р. інклюзивним навчанням було охоплено 492 дітей, з них – 105 дітей дошкільного віку та 387 осіб шкільного віку, у 2020-2021 н.р. – 637 дітей, з них 145 дошкільників, 492 школярі; у 2021-2022 н.р. – 875 дітей, з них 241 – дошкільного віку, 634 дитини