

РОЗГЛЯНУТО
на засіданні методичної комісії
предметів «Фізична культура» та «Захист
України»
Протокол від _____ 2025 № ____
Голова МК _____ Олександр ПОПЕЛЬ

ЗАТВЕРДЖУЮ
Заступник директора з НВР
Світлана РЕШЕТНИК
«_____» _____ 2025 року

ПЛАН РОБОТИ **методичної комісії предметів “Фізична культура» та «Захист України»** **на 2025-2026 навчальний рік**

Голова методичної комісії: Попель О.А. – викладач предметів «Фізична культура» та «Захист України», кваліфікаційна категорія – вища /педагогічне звання – викладач – методист.

Єдина методична проблема: «Упровадження в освітній процес цифрових технологій відповідно до вимог часу».

Методична проблема між предметної ЦК: «Упровадження в освітній процес цифрових технологій для розвитку ключових компетентностей, фізичних якостей і готовності здобувачів освіти до служби в Збройних Силах України».

Головні напрямки діяльності:

- пропаганда кращого педагогічного досвіду;
- впровадження інформаційно-комунікаційних технологій у освітній процес;
- розробка засобів діагностики професійної компетентності педагогічних працівників і застосування їх при атестації;
- орієнтація освітнього процесу на активні методи навчання;
- підвищення ефективності уроків за допомогою сучасних технологій;
- удосконалення комплексно-методичного забезпечення предметів, професії; формування електронної бази методичних напрацювань.

<i>№</i>	<i>Зміст засідання</i>	<i>Відповідальна особа</i>	<i>Примітка</i>
Серпень			
1.	Про підсумки роботи за 2024 – 2025 н. рік.	Попель О.А.	
2.	Розгляд та ухвалення методичних рекомендацій щодо викладання загальноосвітніх дисциплін на 2025-2026 навчальний рік. Зміни у програмах у новому навчальному році.	Попель О.А.	
3.	Розгляд та ухвалення методичної теми комісії.	Попель О.А.	
4.	Розгляд плану роботи комісії на 2025-2026 н.р.	Попель О.А.	
5.	Розгляд та затвердження поурочно – тематичних планів по предметам і розділам предметів “Захист України”, «Фізична культура», програми «Здоров’я».	Попель О.А.	
6.	Розгляд плану роботи і проведення змагань, участь здобувачів освіти в обласній спартакіаді серед ЗП(ПТ)О у 2025 – 2026 н.р.	Шевцова А.П.	
Вересень			
1.	Розгляд плану проведення та участі у всеукраїнському спортивно – видовищного заходу – Олімпійський тиждень.	Шевцова А.П.	
2.	Розгляд плану проведення предметного тижня з предмету «Фізична культура».	Шевцова А.П.	
3.	Розгляд плану та організації роботи по створенню і поповненню КМЗ предметів.	Попель О.А.	
4.	Розгляд та ухвалення графіка взаємо відвідування уроків членами комісії.	Попель О.А.	
5.	Розгляд плану проведення свята до Дня захисників і захисниць України.	Попель О.А.	
6.	Аналіз опитування бажання здобувачів освіти відбору варіативних модулів та моніторингу самопочуття здобувачів освіти за допомогою функціональних тестів.	Попель О.А.	
7.	Розгляд плану підготовки та участь у роботі обласної методичної секції керівників та викладачів фізичного виховання ЗП(ПТ)О.	Шевцова А.П.	
8.	Розгляд та ухвалення графіка проведення, тематики відкритих уроків.	Попель О.А.	
Жовтень			
1.	Розгляд та схвалення планів самоосвіти педагогічних працівників.	Попель О.А.	
2.	Розгляд підсумків тематичної атестації та відвідування здобувачами освіти уроків варіативного модуля «Легка атлетика».	Попель О.А.	
3.	Розгляд підсумків проведення предметного тижня з предмету «Фізична культура».	Шевцова А.П.	
Робота між засіданнями.			
1.	Розгляд плану підготовки та участі в проведенні спортивних заходів присвячених Дню міста.	Шевцова А.П.	

2.	Доповідь викладача предмету «Фізична культура» Онищенко С.С. з теми: «Формування культури здоров'я засобами фізичного виховання».	Онищенко С.С.	
3.	Розгляд плану підготовки і проведення змагань серед здобувачів освіти в групах та між курсами з стрітболу. Участь в обласних змаганнях з стрітболу серед дівчат.	Шевцова А.П.	
Листопад			
1.	Затвердження заходів по підготовці та проведенню Дня боротьби зі СНІД.	Бредун Л.Д.	
2.	Педагогічні дебати: «Застосування інноваційних та здоров'язберігаючих технологій на уроках фізичної культури як засіб формування фізичного, морального та психічного здоров'я здобувачів освіти».	Попель О.А.	
3.	Розгляд методичної розробки відкритого уроку з варіативного модуля «Легка атлетика».	Попель О.А.	
4.	Огляд педагогічних новин з освітніх періодичних видань, освітніх блогів, сайтів, щопонеділка.	Попель О.А.	
5.	Доповідь інженера з охорони праці Чувал О.М. з теми: «Вплив цифрових технологій на безпечне фізичне виховання студентів».	Чувал О.М.	
6.	Доповідь керівника фізичної культури Шевцової А.П. з теми: «Як фізичні вправи допомагають боротися зі стресом, депресією та тривогою».	Шевцова А.П.	
Робота між засіданнями			
1.	Розгляд плану підготовки та проведення змагань серед здобувачів освіти в групах та між курсами з стрітболу. Участь в обласних змаганнях з стрітболу серед юнаків.	Шевцова А.П.	
2.	Розгляд плану підготовки та проведення змагань серед здобувачів освіти в групах та між курсами з волейболу. Участь в обласних змаганнях з волейболу серед дівчат.	Шевцова А.П.	
3.	Взаємо відвідування уроків членами комісії: предмет «Охорона праці».	Чувал О.М.	
4.	Взаємо відвідування уроків членами комісії: варіативний модуль «Баскетбол».	Попель О.А.	
Грудень			
1.	Розгляд плану підготовки та участь у роботі обласної методичної секції керівників та викладачів фізичного виховання ЗП(ПТ)О.	Шевцова А.П.	
2.	Аналіз підсумків тематичної атестації та відвідування здобувачами освіти уроків з баскетболу.	Попель О.А.	
3.	Розгляд та ухвалення матеріалів до проведення військово-спортивного свята, присвяченого річниці Збройних Сил України.	Попель О.А.	
4.	Підведення підсумків проведення Дня боротьби зі СНІД.	Попель О.А.	
5.	Доповідь викладача предметів «Фізична культура», «Захист України» Попеля О.А. з теми: «Новий закон про мобілізацію 2025».	Попель О.А.	

6.	Робота по вивченню і розповсюдженню передового педагогічного і виробничого досвіду: «Інклюзивне фізичне виховання. Інклюзивний підхід». Аксьонова Олена Петрівна; доцент; кандидат педагогічних наук, вчитель-методист вищої кваліфікаційної категорії.	Попель О.А.	
Робота між засіданнями			
1.	Аналіз стану комплексного методичного забезпечення предметів загальноосвітнього циклу «Фізична культура, «Захист України».	Попель О.А.	
2.	Розгляд плану підготовки та проведення змагань серед здобувачів освіти в групах та між курсами з волейболу. Участь в обласних змаганнях з волейболу серед юнаків.	Шевцова А.П.	
3.	Взаємо відвідування уроків членами комісії: варіативний модуль «Баскетбол».	Онищенко С.С.	
Січень			
1.	Аналіз підсумків участі команди ДНЗ «Запорізький БЦ ПТО» в обласних змаганнях та спортивно-масової роботи в I семестрі 2025-2026 н.р.	Шевцова А.П.	
2.	Аналіз якості знань здобувачів освіти за I семестр 2025-2026 н. р.	Попель О.А.	
3.	Про підвищення педагогічної майстерності та проходження курсів підвищення кваліфікації.	Методист	
4.	Аналіз проведення військово-спортивного свята, присвяченого річниці Збройних Сил України.	Попель О.А.	
Робота між засіданнями			
1.	Розгляд методичної розробки відкритого уроку з варіативного модуля «Волейбол».	Попель О.А.	
2.	Розгляд плану підготовки та проведення змагань серед здобувачів освіти в групах та між курсами з шашок. Участь в зональних обласних змаганнях з шашок серед юнаків та дівчат.	Шевцова А.П.	
3.	Взаємо відвідування уроків членами комісії: варіативний модуль «Волейбол».	Шевцова А.П.	
Лютий			
1.	Обговорення плану проведення заходів вшанування річниці російського вторгнення в Україну 24 лютого 2022 року.	Голови МК	
2.	Розгляд підсумків тематичної атестації та відвідування здобувачами освіти уроків з варіативного модуля «Баскетбол».	Попель О.А.	
3.	Доповідь викладача предмету «Фізична культура» Онищенко С.С. з теми: «Розвиток основних фізичних якостей».	Онищенко С.С.	
Робота між засіданнями			
1.			
2.	Розгляд плану підготовки та проведення змагань серед здобувачів освіти в групах та між курсами з шахів. Участь в зональних обласних змаганнях з шахів серед юнаків та дівчат.	Шевцова А.П.	

3.	Розгляд плану підготовки та проведення змагань серед здобувачів освіти в групах та між курсами зі стрільби з пневматичної гвинтівки.	Попель О.А.	
4.	Огляд педагогічних новин з освітніх періодичних видань, освітніх блогів, сайтів, щопонеділка.	Голови МК	
5.	Взаємо відвідування уроків членами комісії: варіативний модуль «Волейбол».	Попель О.А.	
Березень			
1.	Круглий стіл: «Характеристика сучасних цифрових технологій».	Попель О.А.	
2.	Доповідь викладача предметів «Фізична культура», «Захист України» Попеля О.А. з теми: «Що таке Фартлек?».	Попель О.А.	
3.	Аналіз проведення заходів по вшануванню річниці російського вторгнення в Україну 24 лютого 2022 року.	Попель О.А.	
Робота між засіданнями			
1.	Розгляд плану підготовки та проведення змагань серед здобувачів освіти в групах та між курсами з настільного тенісу. Участь в зональних обласних змаганнях з настільного тенісу серед юнаків та дівчат.	Шевцова А.П.	
2.	Взаємо відвідування уроків членами комісії: варіативний модуль «Волейбол».	Краєва С.В.	
3.	Розгляд плану підготовки та участь у роботі творчої групи керівників та викладачів предмету «Фізична культура» ЗП(ПТ)О м. Запоріжжя.	Попель О.А.	
Квітень			
1.	Розгляд методичної розробки відкритого уроку з варіативного модуля «Професійно-прикладна фізична підготовка».	Краєва С.В.	
2.	Доповідь інженера з охорони праці Чувал О.М. з теми: «Заходи безпеки в Збройних Силах України».	Чувал О.М.	
3.	Педагогічна дебати: «Переваги та недоліки інформатизації навчального процесу».	Попель О.А.	
Робота між засіданнями			
1.	Розгляд плану підготовки та проведення змагань серед здобувачів освіти в групах та між курсами з бадмінтону. Участь в зональних обласних змаганнях з бадмінтону серед юнаків та дівчат.	Шевцова А.П.	
2.	Розгляд плану підготовки та участі у спортивних змаганнях «Козацька ліга».	Шевцова А.П.	
3.	Розгляд плану підготовки та проведення заходу: «День цивільного захисту».	Чувал О.М.	
Травень			
1.	Обговорення і аналіз стану морально – психологічної готовності юнаків – допризовників 2,3 курсів до проведення навчально – польових занять і виконання ними практичних стрільб з пневматичної гвинтівки.	Попель О.А.	

2.	Обговорення звіту керівника фізичної культури і здоров'я Шевцової А.П. про виконання програми «Здоров'я» у 2025 – 2026 н. р.	Шевцова А.П.	
3.	Доповідь керівника фізичної культури Шевцової А.П. з теми: «Рух і психічне здоров'я».	Шевцова А.П.	
4.	Звіт членів МК, які атестувалися в поточному навчальному році. Обмін досвідом.	Попель О.А.	
5.	Робота по вивченню і розповсюдженню передового педагогічного і виробничого досвіду: «Інклюзивне фізичне виховання. Інклюзивний підхід». Аксьонова Олена Петрівна; доцент; кандидат педагогічних наук, вчитель-методист вищої кваліфікаційної категорії.	Попель О.А.	
6.	Розгляд плану підготовки та участь в обласних змаганнях серед працівників ЗП(ПТ)О з шахів, шашок, настільного тенісу і волейболу.	Шевцова А.П.	
Робота між засіданнями			
1.	Підготовка та участь у спортивних змаганнях «Козацька ліга».	Шевцова А.П.	
2.	Взаємо відвідування уроків членами комісії: предмет «Охорона праці».	Чувал О.М.	
3.	Взаємо відвідування уроків членами комісії: варіативний модуль «Легка атлетика».	Шевцова А.П.	
Червень			
1.	Аналіз підсумків роботи методичної комісії предметів «Захист України» і «Фізична культура» у 2025 – 2026 н. році.	Попель О.А.	
2.	Аналіз виступу здобувачів освіти в обласній спартакіаді серед ЗП(ПТ)О у 2025 – 2026 н. р.	Шевцова А.П.	
3.	Розгляд плану підготовки та участь у роботі обласної методичної секції керівників та викладачів фізичного виховання ЗП(ПТ)О у м. Запоріжжі.	Шевцова А.П.	
4.	Розгляд плану підготовки та участь у роботі підсумковому засіданні обласної методичної секції керівників та викладачів фізичного виховання ЗП(ПТ)О.	Шевцова А.П.	
5.	Аналіз підсумків річної атестації з предметів «Фізична культура» та «Захист України», відвідування здобувачами освіти уроків на протязі навчального року.	Попель О.А.	
6.	Аналіз стану викладання та МТЗ предмету «Захист України».	Попель О.А.	
Робота між засіданнями			
1.	Розгляд плану роботи на наступний 2026 – 2027 навчальний рік згідно планів НМЦ ПТО у Запорізькій області та ДНЗ «Запорізький БЦ ПТО».	Попель О.А.	
2.	Творчий звіт методичних комісій.	Голови МК	
3.	Презентація власного медіа середовища.	Викладачі центру	

ЖУРНАЛ ОБЛІКУ РОБОТИ МЕТОДИЧНОЇ КОМІСІЇ

1. Склад методичної комісії

Керівник комісії Попель Олександр Анатолійович

№	Прізвище. Ім'я	Освіта, спеціальні сть	ВНЗ, рік закінчення	П е д с т а ж	Стаж робот и в ДНЗ «Запо різьк ий БЦ ПТО»	Які предмети викладає	Яку групу веде (професія)	Категорі я звання	Дата курсово ї перепід- готовки	Атест ація	Індивідуальна методична тема	Яким кабінетом, лабораторіє ю керує
1.	Красва С.В.	Вища, викладач предмету «Фізична культура»	Запорізький національний університет	18		«Фізична культура»	Електрогазозварник , Оператор комп'ютерної верстки; Секретар керівника (організації, підприємства , установи), кухар-пекар	Вища	2025	2024	Упровадження в освітній процес цифрових технологій для формування здоров'язберігаючих компетентностей здобувачів освіти на уроках предмету «Фізична культура»	Спортивний зал
2.	Попель О.А.	Вища, викладач предмету «Фізична культура», «Захист України»	Запорізький Державний педінститут	37	26	«Фізична культура», «Захист України»	Електрогазозварник , кухар-пекар, маляр. Електромонтер з ремонту та обслуговування електроустаткування я, Оператор комп'ютерної верстки; Секретар керівника (організації, підприємства , установи), кухар-пекар	Вища, Викладач – методист	2026	2023	«Цифрові технології як інструмент персоналізації та формування здоров'язберегаючих компетентностей здобувачів освіти на уроках предмету «Фізична культура», Розвиток ключових компетентностей юнаків як основа підготовки до військової служби».	Кабінет предмету "Захист України" №11

3.	Шевцова А.П.	Вища, керівник фізичного виховання	Черкаський Державний педінститут	31	7	«Фізична культура», «Захист України»	Маляр. Монтажник санітарно-технічних систем і устаткування Оператор комп'ютерної верстки; Секретар керівника (організації, підприємства, установи)	Вища Старший викладач	2026	2023	«Упровадження в освітній процес цифрових технологій під час дистанційного навчання та самостійних занять фізичною культурою».	Методичний кабінет предмету «Фізична культура»
4.	Чувал О.М.	Спеціаліст, інженер з охорони праці	Запорізька державна інженерна академія	2	2	“Охорона праці”	Електрогазозварник, оператор К Н, Секретар, кухар-пекар, маляр. Монтажник санітарно-технічних систем і устаткування	спеціаліст		2025	«Безпека студентів в умовах розвитку цифрових технологій під час воєнного стану»	

**2. Складання і обговорення поурочно-тематичних планів,
екзаменаційних білетів, контрольних робіт, змін і доповнень
до навчальних планів і програм і т.д..**

№	Найменування методичного матеріалу	Термін проведення	Термін виконання	Відповідаль-ний	Відмітка про виконання
1.	Обговорення і затвердження поурочно – тематичних планів по предметам і розділам предметів «Захист України», «Фізична культура», програми «Здоров'я».	серпень	серпень	Попель О.А.	
2.	План роботи методичної комісії предметів «Захист України», «Фізична культура» ДНЗ «Запорізький БЦ ПТО.	серпень	серпень	Попель О.А.	
3.	Паспорт кабінету.	серпень	серпень	Краєва С.В. Попель О.А.	
4.	Положення змагань на кожний вид спартакіади ДНЗ «Запорізький БЦ ПТО»	серпень	серпень	Шевцова А.П.	
5.	Програма здоров'я.	серпень	серпень	Шевцова А.П.	
6.	Календарний план проведення спортивно - масових заходів в ДНЗ «Запорізький БЦ ПТО».	серпень	серпень	Шевцова А.П.	
7.	Тематичний план для спеціальних медичних груп.	серпень	серпень	Шевцова А.П.	

3. Робота по комплексному методичному забезпеченню тем, навчальних предметів теоретичного і виробничого навчання.

№	Найменування роботи	Виконувач	Термін виконання	Відмітка про виконання
1	Поповнювати новими матеріалами методичні розробки комісії: • Посібник для вчителя. Баскетбол; • Посібник для вчителя. Волейбол; • Посібник для вчителя. Загально розвиваючі вправи; • Посібник для вчителя. Легка атлетика; • Посібник для вчителя. Стройові вправи; • Посібник для вчителя. Методика розвитку фізичних якостей. • Методичні розробки для занять з здобувачами освіти спеціальної медичної групи; • Методичні рекомендації «Використання домашнього завдання для залучення до систематичних занять фізичною культурою». • Методичні рекомендації по проведенню спортивно – масових заходів; • Методичні рекомендації по проведенню повторного інструктажу з ОП на уроках фізичної культури та здоров'я; • Комп'ютерна програма «MyTest» з фізичної культури - тестування; • Комп'ютерна програма «MyTest» з предмету «Захист України» - тестування; • Роздатковий матеріал з предмету «Захист України» - тестування; • Роздатковий матеріал по «Захист України» розділ «Переломи»; • Виготовити таблиці по «Захист України» «Військові звання»; • Придбати наочний матеріал по «Захист України» для практичних занять; • Оформити матеріали з теми «Кровообіг»; • Поповнити електронними та друкованими підручниками з	Краєва С.В. Попель О.А. Шевцова А.П. Чувал О.М.	На протязі навчального року	

	вивчаємих розділів з предмету «Захист України»; ● Методичні рекомендації щодо проведення уроків фізичної культури: варіативні модулі: ☐ «Бадмінтон»; ☐ «Баскетбол»; ☐ «Волейбол»; ☐ «Футбол»; ☐ «Легка атлетика» ● Розробка здоров'язберігаючих технологій для проведення уроків, використання інформаційно-комунікаційні технології (ІКТ) та штучного інтелекту (ШІ).			
--	--	--	--	--

**4. Календарний план проведення спортивно - масових заходів в ДНЗ
«Запорізький БЦ ПТО» на 2025 – 2026 н. р.**

№ з/п	Заходи	Дата проведення	Примітка
1.	Тиждень здоров'я.	вересень	
2.	Першість центру з міні-футболу.	вересень	
3.	Першість центру з баскетболу серед дівчат.	жовтень	
4.	Першість центру з баскетболу серед юнаків.	листопад	
5.	Першість центру з волейболу серед дівчат.	грудень	
6.	Першість центру з волейболу серед юнаків.	грудень	
7.	Першість центру з настільного тенісу серед дівчат.	лютий	
8.	Першість центру з настільного тенісу серед юнаків.	лютий	
9.	Першість центру з шашок серед дівчат.	березень	
10.	Першість центру з шашок серед юнаків.	березень	
11.	Першість центру з шахів серед дівчат.	квітень	
12.	Першість центру з шахів серед юнаків.	квітень	
13.	Першість центру з бадмінтону серед юнаків та дівчат.	квітень травень	
14.	Підготовка до обласних змагань «Козацькі ігри».	травень	
15.	Олімпійський день бігу.	червень	

5. Графік проведення та взаємо відвідування відкритих уроків, позакласних заходів

№ з/п	П.І.Б. викладача, який проводить урок	Навчальний предмет, спеціальність	П.І.Б. викладача, який відвідує урок	Тема, мета уроку	Мета відвідування	Дата проведення
1.	Краєва С.В.	Фізична культура	Попель О.А. Шевцова А.П.	Баскетбол	Гармонійний розвиток фізичних можливостей здобувачів освіти на уроках предмету «Фізична культура»	Грудень
2.	Краєва С.В.	Фізична культура	Попель О.А. Шевцова А.П. Чувал О.М.	Волейбол	Гармонійний розвиток фізичних можливостей здобувачів освіти на уроках предмету «Фізична культура»	Березень
3.	Попель О.А.	Фізична культура	Шевцова А.П. Краєва С.В. Чувал О.М.	Баскетбол	Реалізація індивідуального та диференційованого підходів у процесі навчання.	Листопад
4.	Чувал О.М.	«Охорона праці»	Краєва С.В. Попель О.А. Шевцова А.П.	Охорона праці	Безпека студентів в умовах розвитку цифрових технологій під час воєнного стану	Листопад
5.	Попель О.А.	Фізична культура	Шевцова А.П. Краєва С.В. Чувал О.М.	Волейбол	Реалізація індивідуального та диференційованого підходів у процесі навчання.	Лютий
6.	Шевцова А.П.	Фізична культура	Краєва С.В. Попель О.А. Чувал О.М.	Волейбол	Впровадження здорового способу життя під час проведення занять з фізичної культури.	Січень
7.	Шевцова А.П.	Фізична культура	Краєва С.В. Попель О.А. Чувал О.М.	Легка атлетика	Впровадження здорового способу життя під час проведення занять з фізичної культури.	Травень

8.	Чувал О.М.	«Охорона праці»	Краєва С.В. Попель О.А. Шевцова А.П.	Охорона праці	Безпека студентів в умовах розвитку цифрових технологій під час воєнного стану	Травень
----	------------	--------------------	---	------------------	--	---------