

*Коробов Микола Георгійович,
завідувач науково-методичної лабораторії
фізичної культури, спорту і захисту Вітчизни*

Методичні рекомендації щодо вивчення предмета «Фізична культура» у 2015/2016 навчальному році

Навчальний предмет «Фізична культура» у загальноосвітніх навчальних закладах спрямований на формування комплексу життєво необхідних знань, рухових умінь та навичок, забезпечення різнобічного розвитку фізичних і безпосередньо пов'язаних з ними психічних якостей. Заняття фізичною культурою повинні увійти до звички школяра. Рух, змагання, самоствердження — природна суть фізичної культури і спорту.

Типовими навчальними планами для загальноосвітніх навчальних закладів у 2015/2016 навчальному році на вивчення предмета «Фізична культура» в інваріантній складовій передбачено:

1–4ті класи — 3 години на тиждень;

5–6ті класи — 3 години на тиждень;

7мі класи — 2,5 години на тиждень (в загальноосвітніх навчальних закладах з українською мовою навчання, з вивченням російської чи іншої мови національних меншин та в загальноосвітніх навчальних закладах з українською мовою навчання, з вивченням двох іноземних мов — 2 год.);

8–9ті класи — 3 години на тиждень;

10–11ті класи — 2 години на тиждень;

10–11ті класи спортивного та військово-спортивного профілів — 5 годин на тиждень.

Години з фізичної культури освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» не враховуються при визначенні гранично допустимого навантаження учнів.

Робочі навчальні плани розробляються у такій же формі та за тими ж рекомендаціями, як і минулого року (лист МОН України від 11.06.2014 № 1/9-303). ***При цьому, частина навчального навантаження з фізичної культури (до 1 години на тиждень) може використовуватися на вивчення окремих навчальних предметів, що забезпечують рухову активність учнів (хореографія, ритміка, плавання тощо), за наявності відповідних умов, педагогічних кадрів та навчальних програм, які мають гриф Міністерства освіти і науки України.***

При складанні розкладу занять на навчальний рік слід враховувати місцеві кліматичні умови, матеріальну базу навчального закладу, кадрове забезпечення вчителями фізичної культури тощо.

Вивчення навчального предмета «Фізична культура» у 2015/2016 навчальному році здійснюватиметься за навчальними програмами, які рекомендовані Міністерством освіти і науки України і підручниками:

Фізична культура 1–4 класи.

Фізична культура для загальноосвітніх навчальних закладів. 1–4 класи / Т. Ю. Круцевич, В. М. Єрмолова, Л. І. Іванова, О. Д. Кривчикова, Г. Г. Смоліус. — К. : Літера ЛТД, 2013;

Фізична культура для спеціальної медичної групи. 1–4 класи / В. І. Майєр. — Х. : Ранок, 2006.

Підручники:

Качеров О. Б., Арефьев В. Г. Основи здоров'я та фізична культура (підручник) 2 кл.

Качеров О. Б., Арефьев В. Г. Основи здоров'я та фізична культура (підручник) 3 кл.

Арефьев В. Г. та інші. Фізична культура (підручник) 4 кл.

Гнатюк О. В. Основи здоров'я та фізична культура (підручник) 4 кл.

Іванова Л. І. Фізичне виховання учнів з відхиленнями у стані здоров'я : посібник. — К. : Літера ЛТД, 2013.

Фізична культура 5–9 класи.

Фізична культура. 5–9 кл. / Т. Ю. Круцевич, В. В. Деревянко, С. М. Дятленко. — 2012;

Фізична культура для спеціальної медичної групи. 5–9 класи / В. І. Майєр, В. В. Деревянко;

Програма з фізичної культури 5–9 класи ЗНЗ / Т. Ю. Круцевич [та ін.]. — 2009. — Лист МОН № 1/11-4630 від 01.07.2009.

Підручники:

Фізична культура. 5 кл. : підручник / В. М. Єрмолова [та ін.]. — 2005.

Фізична культура. 6 кл. : підручник / В. Г. Арефьев, О. Б. Качеров, М. Ю. Короп. 2006.

Фізична культура. 6 кл. : підручник / В. М. Єрмолова, Л. І. Іванова, С. І. Опирайло. — 2006.

Фізична культура. 9 кл. : підручник / В. М. Єрмолова, Л. І. Іванова. — 2009.

Фізична культура. 9 кл. : підручник / В. Г. Арефьев. — 2009.

Фізична культура в школі : (метод. посіб. 5–11 класи) / за ред. С. М. Дятленка. — К. : Літера. ЛТД, 2011.

Фізична культура 10–11 класи.

Фізична культура для загальноосвітніх навчальних закладів. 10–11 класи. Рівень стандарту / за ред. С. М. Дятленка. — К. : Літера. ЛТД, 2011);

Фізична культура для загальноосвітніх навчальних закладів. Спортивний профіль. 10–11 класи» / В. М. Єрмолова [та ін.]. — Режим доступу: mon.gov.ua;

Програма з фізичної культури, 10–11 класи / В. І. Майєр, В. В. Деревянко, Л. М. Пустолякова. — 2012.

Програма факультативу (гуртка, секції) з фізичної культури «Спортивна боротьба» для 5–9 класів загальноосвітніх навчальних закладів / Ю. В. Мельничук, В. В. Леончук.

Програма спецкурсу «Медико-біологічні основи фізичного виховання та спорту» / Л. Л. Аргунова.

Програма факультативу з фізичної культури «Пішохідний туризм» для загальноосвітніх навчальних закладів / О. В. Руденко, О. Ю. Шиворов.

Програма курсу за вибором «Атлетична гімнастика» для учнів 10–11 класів / В. М. Щур, Л. І. Щур.

Програма факультативу (гуртка, секції) фізкультурно-оздоровчої спрямованості для 5–9 класів / С. А. Філенко.

Комплексна фізкультурно-оздоровча програма «Сходинок здоров'я» / В. В. Клявда, Л. З. Ступенко, О. Л. Гаспарян, Н. В. Козодуб.

Програма факультативу (гуртка, секції) «Баскетбол» для загальноосвітніх навчальних закладів / І. В. Левко.

Програма факультативу «Оздоровчо-пізнавальний туризм у початковій школі» для 4 класу загальноосвітніх навчальних закладів / Г. В. Величенко.

Програма факультативу (гуртка, секції) «Настільний теніс» для 5–9 класів загальноосвітніх навчальних закладів / Ю. О. Калінкін.

Програма факультативу (гуртка, секції) «Волейбол» для 5–9 класів загальноосвітніх навчальних закладів / Д. С. Кудрявець, І. А. Афіцька, І. Ю. Маслова, Д. Г. Швець, Н. О. Пасічник).

Програма «Шахи» для закладів позашкільної освіти, загальноосвітніх навчальних закладів, палаців культури та творчості / О. В. Вінниченко, О. М. Коваль, Л. В. Тимошенко, І. Р. Захарчук.

Рекомендації щодо календарного планування

На підставі навчальної програми і річного плану вчитель складає календарний план на півріччя (семестри навчального року). У цьому плані він конкретизує навчально-виховні завдання та деталізує засоби фізичного виховання.

Постановка провідних педагогічних завдань на семестр або на кожний урок один із найвідповідальніших і найскладніших моментів у плануванні навчальної роботи з фізичної культури. Загальні оздоровчі, освітні й виховні завдання, що розв'язуються в процесі навчальної роботи з фізичної культури, сформульовані у пояснювальній записці до навчальної програми.

Освітні завдання у календарному плані визначаються відповідно до ступеня фізичного розвитку учнів і навчальних нормативів з розділів програми, що вивчаються в даному семестрі. Завдання формулюються в різних формах: ознайомити, навчити, закріпити, підготувати.

На заняттях з фізичної культури рекомендуємо здійснювати особистісно орієнтований підхід до учнів з урахуванням їхніх потреб і нахилів, рівня фізичної підготовленості.

Оцінювання навчальних досягнень учнів

Вимоги до ведення зошитів та записів у класному журналі

При оцінюванні вчитель фізичної культури має враховувати рівень досягнень учня, зважаючи на те, що основними функціями оцінювання є контролююча, навчальна, діагностична і виховна.

Під час оцінювання рекомендуємо здійснювати індивідуальний підхід, тобто створювати для учня такі умови, які відповідають особливостям його розвитку, рівню фізичної підготовленості, стану здоров'я; конкретизувати завдання, визначене змістом даного уроку; застосовувати гласність оцінки (своєчасно інформувати учня про оцінку з коротким аналізом виконання учнем рухової дії); враховувати особисті досягнення учнів протягом навчального року; ступінь активності учнів на уроках; залучення учнів до занять фізичною культурою у позаурочний час; участь у спортивних змаганнях усіх рівнів.

Оцінювання учнів початкової школи здійснюється вербально

Відповідно до Інструкції про розподіл на групи для занять на уроках фізичної культури, затвердженої наказом МОЗ та МОН України від 20.07.2009 № 518/674, учні розподіляються на основну, підготовчу та спеціальну медичну групу.

Для учнів основної медичної групи фізична підготовка проводиться в повному обсязі згідно з навчальними програмами і урахуванням індивідуальних особливостей дитини.

Учні, які за станом здоров'я віднесені до підготовчої медичної групи, відвідують обов'язкові уроки фізичної культури. Заняття проводяться за загальною програмою фізичної культури, але з можливою затримкою складання відповідних нормативів, оцінювання учнів — за теоретико-методичні знання та техніку виконання вправ. Рекомендовано заняття у фізкультурно-оздоровчих групах загальної фізичної підготовки, прогулянки, ігри й спортивні розваги. Участь у змаганнях — за додатковим дозволом лікаря.

Учні, 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, незалежно від рівня фізичного розвитку та медичної групи, а також тимчасово звільнені, повинні бути обов'язково присутніми на уроках фізичної культури. Допустимі навантаження для тих учнів, які за станом здоров'я належать до підготовчої та спеціальної медичної групи, встановлює вчитель фізичної культури.

Оцінювання учнів здійснюється відповідно до вимог, які визначено навчальними програмами.

Залікові навчальні нормативи складають тільки учні основної медичної групи, які на момент прийняття нормативу не скаржаться на погане самопочуття та стан здоров'я.

Оцінка за виконання нормативу не є домінуючою під час здійснення тематичного, семестрового чи річного оцінювання.

Медичне обстеження учнів проводиться щорічно у встановленому законодавством порядку. Не можна допускати на уроках фізичної культури навантаження учнів, які не пройшли медичного обстеження.

Об'єктами оцінювання навчальних досягнень учнів на уроках фізичної культури можуть бути:

1. Виконання навчального нормативу (з урахуванням динаміки особистого результату).
2. Техніка виконання учнями фізичних вправ.
3. Засвоєння теоретико-методичних знань.
4. Виконання навчальних завдань під час проведення уроку.

Для оцінювання рівня розвитку фізичних якостей використовуються орієнтовні навчальні нормативи, які передбачено навчальною програмою, та нормативи, визначені програмами кожного варіативного модуля за роками вивчення. Порядок складання нормативів визначає вчитель відповідно до календарно-тематичного планування.

При складанні навчального нормативу за його показником визначають рівень досягнень (низький, середній, достатній, високий), а потім з урахуванням динаміки особистого результату виставляють оцінку в балах.

Оцінюючи навчальні досягнення учнів з фізичної підготовленості, потрібно дотримуватися таких вимог.

1. Навчальні нормативи складають учні основної медичної групи, які на момент прийняття нормативу не скаржаться на погане самопочуття та стан здоров'я.
2. Кожній заліковій вправі передуює спеціальна фізична підготовка (не менше як на двох заняттях).
3. Перед складанням нормативу вчитель проводить розминку, а після — відновлювальні вправи.
4. Учні мають можливість перездати норматив на визначеному вчителем занятті.
5. Вчитель зобов'язаний забезпечити безумовне дотримання правил і виконання вимог щодо безпеки під час здачі нормативів.

У період з 01.09 до 01.10 кожного навчального року з метою адаптації учнів до навантажень на уроках фізичної культури прийом навчальних нормативів не здійснюють, а заняття мають рекреаційно-оздоровчий характер з помірними навантаженнями.

Невиконання нормативів з причин, незалежних від учня: непропорційний фізичний розвиток, пропуски занять з поважних причин, тимчасове перебування у підготовчій групі не є підставою для зниження підсумкової оцінки успішності.

Оцінювання техніки виконання фізичних вправ, рівня засвоєння теоретико-методичних знань, виконання навчальних завдань під час уроку може здійснюватися як комплексно, так і роздільно.

Оцінювання досягнень учнів, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи

Рекомендується поточне оцінювання за теоретико-методичні знання, техніку виконання корегувальних вправ та виконання завдань уроку (за сприятливих для учня умов) (на користь учня); не виставляється оцінка за орієнтовні навчальні нормативи, тему, семестр чи рік (у клітинці слід писати «зар.» чи «зв.»); оцінка виставляється тільки за орієнтовний навчальний норматив, тему, I, II семестр та річна, а також у свідоцтво чи атестат у вигляді «зар.»; якщо оцінено хоча б один семестр (бально), то виставляється оцінка за рік, але при виставленні враховуються інтереси дитини (на користь дитини); для учнів, які за станом здоров'я взагалі звільнені від занять фізкультурою, «зв.» ставиться тільки за орієнтовний навчальний норматив, тему, I чи II семестри та за рік.

Оцінювання досягнень учнів основної групи

Орієнтовні навчальні нормативи: контрольні нормативи скасовано — є орієнтовні навчальні нормативи; оцінки за орієнтовні навчальні нормативи виставляються у журнал під датою, коли відбувалася здача цього нормативу; якщо учень в день здачі орієнтовного навчального нормативу був відсутній, то у журналі в цій клітинці ставиться «н», а оцінка виставляється у наступній вільній клітинці; учень має право перездати орієнтовний навчальний норматив у визначений вчителем час, хоча графу «Скоригована» після орієнтовного навчального нормативу не залишаємо, тому в клітинку за ОНН виставляємо остаточну оцінку; оцінка за орієнтовний навчальний норматив не є домінуючою при виставленні тематичної, семестрової та річної оцінок; ні в якому разі не приймаються орієнтовні навчальні нормативи в учнів звільнених від уроків фізкультури, віднесених за станом здоров'я до спеціальних медичних чи підготовчих груп (напроти їх прізвища слід писати «зар.» чи «зв.»); з 1 вересня по 1 жовтня приймати будь-які нормативи заборонено; орієнтовний навчальний норматив вчитель має право змінювати (збільшувати чи зменшувати), враховуючи індивідуальні, статеві та вікові особливості учня.

Тематичне оцінювання: здійснюється після кожного модуля програми, але модулі можна розбивати на 2–3 підрозділи і проводити тематичне оцінювання; тематична оцінка виставляється у класному журналі в колонці без дати з надписом Тематична (для 5–11х класів) При виставленні тематичної оцінки враховуються всі види навчальної діяльності, що підлягали оцінюванню протягом вивчення теми, поточні оцінки та оцінки за орієнтовні навчальні нормативи; якщо учень (учениця) був (ла) відсутній (я) на уроках протягом вивчення теми, у відповідну клітинку замість оцінки за Тематична виставляється н/а (не атестований (а), для дітей, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи — «Зар.», для звільнених від занять з фізичної культури — «Зв.»; тематична оцінка не підлягає коригуванню.

Семестрова оцінка: виставляється в класному журналі без дати в колонку з надписом I семестр, II семестр; семестрове оцінювання

здійснюється на основі тематичних оцінок (при цьому мають враховуватися динаміка особистих навчальних досягнень учня (учениці) з предмета протягом семестру, важливість кожного модуля, тривалість вивчення кожного з модулів, складність змісту тощо); якщо учень (учениця) був (ла) відсутній (я) на уроках протягом семестру, у відповідну клітинку замість оцінки за I семестр чи II семестр виставляється н/а (не атестований (а)), для дітей, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи — «Зар.», для звільнених від занять з фізичної культури — «Зв.»; семестрова оцінка підлягає коригуванню. Скоригована семестрова оцінка виставляється без дати у колонку з надписом Скоригована поруч з колонкою I семестр, II семестр. Колонки для виставлення скоригованих оцінок відводяться навіть за відсутності учнів, які виявили бажання їх коригувати. У разі, якщо учневі не вдалося підвищити результати, запис у колонку Скоригована не робиться; скоригована семестрова оцінка за I семестр виставляється до початку II семестру, за підсумками II семестру — не пізніше 10 червня поточного навчального року.

Річна оцінка: виставляється у колонку Річна без зазначення дати не раніше, ніж через три дні після виставлення оцінки за II семестр; річне оцінювання здійснюється на основі семестрових або скоригованих семестрових оцінок; у разі коригування оцінки за II семестр; у випадку неатестації учня (учениці) за підсумками двох семестрів у колонку Річна робиться запис н/а (не атестований(а)). Річна оцінка коригуванню не підлягає.

Записи у журналі: на сторінках журналу не повинно бути ніяких інших поміток (крапки, позначки «с\г», «Зв.» і т.д.

Права сторінка журналу. Правильно записувати на правій стороні журналу: Зміст уроку: 16/09 Розучування техніки бігу на короткі дистанції. Удосконалення техніки метання м'яча. 10/12 Настільний теніс. Техніка виконання нападаючих ударів. Завдання додому записується на кожний урок для учнів 5–11х класів, для учнів 1–4х класів домашнє завдання.

Ліва сторінка журналу: дата проведення занять записується дробом із скісною лінією, чисельник якого є датою, а знаменник — місяцем поточного року (03/09, 15/10, 04/02 і т.д.);

У розкладі навчальних занять не рекомендується спаровувати уроки фізичної культури або проводити їх два дні поспіль. Рішення про неможливість проведення занять з фізичної культури на відкритому повітрі у зв'язку з несприятливими погодними умовами приймають вчителі фізичної культури (наказ МОН від 01.06.2010 № 521).

Більшість уроків фізичної культури доцільно проводити на відкритому повітрі за умови, якщо температура повітря не нижче:

- 8°C для учнів 1–2х класів;
- 8°C — (–11°C) для учнів 3–4х класів;
- 12°C для учнів 5–7х класів;
- 12°C — (–15°C) для учнів 8–11х класів.

Національно-патріотичне виховання на уроках фізичної культури

Національно-патріотичне виховання включає в себе соціальні, цільові, функціональні, організаційні та інші аспекти, охоплює своїм впливом усі покоління, пронизує всі сторони життя: соціально-економічну, політичну, духовну, спирається на освіту, культуру, науку, спорт, історію, право.

Оскільки, навчальна програма з фізичної культури для учнів загальноосвітніх навчальних закладів побудована за модульною системою і складається з двох інваріантних (обов'язкових) модулів: теоретико-методичні знання і загальна фізична підготовка та варіативні модулі, то, практично, кожен вид спорту представлений у вигляді варіативного модуля.

Реалізація Концепції національно-патріотичного виховання дітей та молоді відбувається на уроках з фізичної культури під час вивчення інваріантного модуля «Теоретико-методичні знання» у таких темах, як відродження Олімпійських ігор сучасності, основні цінності олімпізму, визначні спортивні досягнення олімпійців, Олімпійська Україна, Параолімпійський рух на сучасному етапі, олімпійська філософія та здоровий спосіб життя тощо.

Під час вивчення варіативних модулів учні ознайомлюються з історією виникнення та розвитку видів спорту, відомими українськими спортсменами та їх досягненнями на міжнародній арені, характеристикою видів спорту на сучасному етапі тощо.

Одним із виховних завдань Концепції є військово-патріотичне виховання молоді, спрямоване на підготовку її до оволодіння військовими професіями, формування готовності до служби в армії, задоволення інтересів підростаючого покоління у постійному вдосконаленні своєї підготовки до захисту Вітчизни; мотивацію молоді до військової служби.

Інваріантний модуль «Загальна фізична підготовка» та розділи варіативних модулів «Спеціальна фізична підготовка» спрямовані на вдосконалення фізичної форми учнів, їх функціональної готовності.

Задля реалізації поставленого завдання бажано впроваджувати такі варіативні модулі як «Хортинг», «Професійно-прикладна фізична підготовка».

Основною метою варіативного модуля «Хортинг» є: зміцнення здоров'я та всебічна фізична підготовка учнів, виховання морально-етичних якостей особистості та патріотичне виховання учнів на оздоровчих та культурних традиціях українського народу, формування постави, розвиток якостей швидкості, спритності й координації рухів, вивчення спеціальних підготовчих вправ хортингу, вивчення основних стійок і технік, методів переміщення в стійках і виконання початкових форм (комплексів) хортингу тощо. Упродовж усього навчально-оздоровчого процесу вчитель має постійно проводити виховні заходи, бесіди з учнями, у яких необхідно постійно звертати увагу на те, що хортинг започатковано на культурних традиціях українського народу.

Варіативний модуль «Професійно-прикладна фізична підготовка» спрямовано на підтримку та розвиток основних професійно-прикладних

фізичних та психологічних якостей, формування прикладних умінь та рухових навичок, підвищення функціональної стійкості організму учнів до умов обраної професійної діяльності. Також у цей модуль включені теоретичні відомості з питань патріотичного виховання школярів у процесі професійно-прикладної фізичної підготовки.

Застосуванні на уроках рухливих та народних ігор, розваг, естафет, козацьких забав, спортивних ігор за спрощеними правилами сприяють вихованню патріотичних почуттів, моральних та фізичних якостей, формують свідомого громадянина України.

Безпека життєдіяльності на уроках фізичної культури

При проведенні занять з 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 № 651/17946).

1.1. Правила поширюються на загальноосвітні та позашкільні навчальні заклади незалежно від форм власності та підпорядкування, які проводять заняття з фізичної культури і спорту.

1.2. Правила встановлюють вимоги безпеки під час проведення занять з фізичної культури і спорту на уроках, в гуртках, спортивних секціях тощо, які є обов'язковими для виконання учнями, вихованцями навчальних закладів. Заняття з фізичної культури і спорту проводяться під керівництвом педагогічних, медичних працівників навчальних закладів, інших осіб, які проводять фізкультурно-масову, спортивну, фізкультурно-оздоровчу роботу (тренери, керівники гуртків, груп, центрів тощо).

1.3. Заняття з фізичної культури і спорту в навчальних закладах проводяться відповідно до навчальних програм освітньої галузі “Здоров’я і фізична культура”.

1.4. До занять з фізичної культури і спорту допускаються учні, які пройшли обов'язковий медичний профілактичний огляд відповідно до Положення про медико-педагогічний контроль за фізичним вихованням учнів у загальноосвітніх навчальних закладах, затвердженого наказом Міністерства охорони здоров'я України, Міністерства освіти і науки України від 20.07.2009 № 518/674, зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 17.08.2009 за № 772/16788, не мають протипоказань щодо стану здоров'я, в яких визначено рівень фізичного розвитку і групу для занять фізичною культурою.

Вивчення предмета у 10–11х класах загальноосвітніх навчальних закладів здійснюється окремо для дівчат і юнаків. Поділ класу на групи здійснюється згідно з наказом Міністерства освіти і науки України від 20.02.2002р. № 128. При наявності можливостей уроки фізичної культури у 5–9х класах доцільно проводити для хлопців та дівчат окремо.

Зважаючи на складну ситуацію в країні щодо нещасних випадків на воді через невміння дорослого населення і дітей плавати та відсутність навичок

знаходження у водному середовищі, Міністерство з 2013 року запровадило загальнодержавну акцію «Урок плавання» (лист МОН молодьспорту від 22.03.2013 № 1/9209).

Для навчання учнів плавання розроблено відповідні навчальні програми, які мають гриф Міністерства: «Плавання» для загальноосвітніх навчальних закладів. 1–4 класи (авт.: В. В. Дерев'янка, В. О. Сілкова); «Плавання» для загальноосвітніх навчальних закладів. 5–9 класи (авт.: В. В. Дерев'янка, В. О. Сілкова); «Початкове навчання плавання учнів загальноосвітніх навчальних закладах» (авт.: В. В. Дерев'янка, В. О. Сілкова).

Стан викладання фізичної культури та захисту Вітчизни у загальноосвітніх навчальних закладах

З 16 по 19 березня, з 23 по 24 та з 29 по 30 квітня 2015 року науково-методичною лабораторією фізичної культури, спорту і захисту Вітчизни було проведено вивчення стану викладання відповідних предметів в закладах освіти Вільшанського та Голованівського районів з проблеми «Науково-методичне забезпечення викладання предметів «Фізична культура» та «Захист Вітчизни», Маловисківського та Новомиргородського районів з проблеми «Інноваційні технології в практиці роботи вчителів предметів «Захист Вітчизни» та «Фізична культура».

Курси підвищення кваліфікації вчителів фізичної культури та захисту Вітчизни районів проходять відповідно до перспективних планів, які затверджені в навчальних закладах та перспективних планів районних методичних кабінетів. Кожного року адміністрації навчальних закладів подають замовлення до районних методичних кабінетів, згідно яких оформляються пропозиції до комунального закладу «Кіровоградський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти імені Василя Сухомлинського». На даний час всі вчителі фізичної культури та захисту Вітчизни пройшли вчасно курси підвищення кваліфікації, після проходження яких звітують на засіданнях шкільних та районних методичних об'єднань.

У вказаних районах створені достатні умови щодо самоосвіти, самовдосконалення й творчої реалізації вчителів.

Районними методичними кабінетами надається достатня увага питанням науково-методичного забезпечення викладання предметів «Фізична культура» та «Захист Вітчизни», роботі методичних об'єднань вчителів фізичної культури та захисту Вітчизни. Для підвищення фахового та методичного рівня проводяться як колективні, так і індивідуальні форми методичної роботи: засідання методичного об'єднання, консультації із окремих напрямків роботи та поставлених учителями запитань. Перевага надавалася практичним заняттям. Основна увага приділялась систематичному підвищенню педагогічної майстерності вчителів щодо формування та удосконалення життєво необхідних знань, умінь і навичок учнів з фізичного та військово-патріотичного виховання, піднесення ефективності уроків та

якості знань та умінь учнів. Також належна увага приділялась удосконаленню позакласної роботи з школярами. Методичними кабінетами систематично проводиться вивчення стану викладання фізичної культури і захисту Вітчизни в школах районів.

Методистом Голованівського РМК Харкавенко А.В. протягом останніх років було узагальнено педагогічний досвід роботи вчителів фізичної культури Грановського О.М., НВК «Перегонівська ЗШ I-III ст. - ДНЗ» та Молдован Н.В., НВК «Голованівська ЗШ I-III ст. ім. Т.Г.Шевченка – гімназія».

Грановський О.М. працює над проблемою «Формування умінь і навичок самостійних занять фізичними вправами, бережливого ставлення до свого здоров'я та здоров'я оточуючих». Учитель сприяє формуванню навичок, інтересу, потреби і звички до самостійних занять фізичними вправами, спортивними іграми.

В матеріалах досвіду роботи Молдован Наталії Вікторівни висвітлено питання, що стосуються реалізації підвищення рівня фізичної підготовки школярів шляхом впровадження ігрових технологій, представлено проектну технологію, наведено приклади навчальних проектів та представлено цикл конспектів уроків з модуля «Баскетбол» 5 клас, зміст яких розкриває рівень фізичної підготовки школярів в процесі навчання. Застосування вчителем ефективних методичних підходів на уроках фізичної культури дає змогу підняти навчальний процес на більш високий рівень та дає можливість учням засвоїти набуті вміння та навички. Наталія Вікторівна в 2012 році брала участь в районному етапі конкурсу «Учитель року».

Учитель Вінарська О.В. (Побузька ЗШ I-III ступенів) ставить конкретні навчально-виховні цілі і завдання, з урахуванням попереднього заняття, визначає послідовність їх рішень. Обладнання та місця проведення занять готує заздалегідь. Зміст і структура уроків відповідають програмним вимогам. Вчитель враховує результати медичних оглядів під час вибору фізичних вправ, рухливих та спортивних ігор. Завдяки високому професіоналізму та працездатності Оксана Володимирівна досягла значних результатів у спортивній та фізкультурно-оздоровчій роботі з учнями.

Досвід учителів фізичної культури району (Вінарська Оксана Володимирівна, Побузька ЗШ I-III ст., Молдован Наталія Вікторівна, НВК «Голованівська ЗШ I-III ст. ім. Т.Г.Шевченка - гімназія») заслуговує на увагу та подальше вивчення й представлення (в різних формах) на обласному рівні.

Вільшанським районним методичним кабінетом узагальнено досвід роботи вчителя фізичної культури Сухоташлицького навчально-виховного комплексу «Загальноосвітній навчальний заклад I-III ступенів – дошкільний навчальний заклад» Паскаля П.А. з проблеми «Формування стійкої позитивної мотивації до занять фізичною культурою та спортом засобами футболу». Дані матеріали були подані до комунального закладу «КОІППО імені Василя Сухомлинського». На засіданні методичної ради науково-методичної лабораторії фізичної культури, спорту і захисту Вітчизни

комунального закладу «КОШПО імені Василя Сухомлинського» досвід роботи було схвалено, протокол № 1 від 15 лютого 2013 року.

Над проблемою оздоровлення дітей шкільного віку засобами фізичного виховання Петро Андрійович працює більше 25 років. За цей час проявив себе як педагог, що добре володіє методикою викладання фізичної культури, творчо, детально продумує не лише структуру уроків, а й ефективність кожного виду та форми роботи. На основі оптимального планування інваріантних та варіативних модулів домагається засвоєння учнями елементів техніки запланованих до вивчення видів спорту, розвитку рухових якостей, психологічної підготовки, а також усвідомлення значущості впливу фізичних вправ та здорового способу життя. Значне місце в плануванні навчально-виховного процесу посідає варіативний модуль «Футбол», оскільки педагогічна проблема, яку досліджує П.А. Паскаль - «Формування стійкої позитивної мотивації до занять фізичною культурою та спортом засобами футболу».

Герасимчук С.А., учитель вищої кваліфікаційної категорії Йосипівської загальноосвітньої школи I-II ступенів проводить уроки з урахуванням вікових та психологічних особливостей учнів, відповідно до сучасних вимог організації освітнього процесу. Першочерговим завданням вбачає у формуванні в дітей навичок самостійної роботи і оздоровчої спрямованості уроків з урахуванням стану їхнього здоров'я, статі. Під час проведення занять використовує різні прийоми і форми навчальної діяльності. Активно впроваджує проведення нестандартних уроків: урок-тренінг, урок-гра, урок-змагання, бінарні уроки та ніше. Велику увагу вчитель приділяє ігровому методу, який дозволяє підвищити темп формування навичок у дітей та інтерес до занять фізичною культурою, систематично бере участь зі своїми вихованцями в різноманітних змаганнях районного, обласного та міжобласного рівнів. Його футбольна команда постійно займає призові місця на змаганнях всіх рівнів. За чотири останні роки вихованці закладу в складі збірної Вільшанського району під його керівництвом двічі ставали чемпіонами області та двічі – віце-чемпіонами з футболу. Його випускники продовжують навчання у спортивних школах України.

У Маловисківському районі є значні напрацювання щодо інноваційної діяльності. Методистом РМК Рибак В.С. разом з керівником методичного об'єднання враховуються найкращі надбання вчителів району, їх інноваційна діяльність та на базі шкіл, в яких вони працюють, планується проведення семінарів, нарад, відкритих уроків, круглих столів тощо.

Протягом останніх років вчителі району змогли ознайомитись з інноваційною діяльністю вчителів Мар'янівської (Лизень В.М.) та Великовисківської ЗШ I-III ступенів (Луньов С.О.) з впровадження в навчальний процес нестандартного обладнання. Вчителем Мар'янівської ЗШ I-III ступенів Лизнем В.М. успішно використовуються нестандартні рухливі ігри для розвитку витривалості, швидкості, сили, спритності тощо.

Досвід Лизня В.М. вивчається спільно з науково-методичною лабораторією фізичної культури, спорту і захисту Вітчизни КЗ «Кіровоградський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти імені Василя Сухомлинського» і в поточному році буде розглядатись на засіданні науково-методичної ради інституту. Віктор Михайлович плідно працює над створенням нестандартного обладнання та різних пристроїв для підвищення інтенсивності уроку фізичної культури і мотивації учнів до систематичних занять на уроках і в позаурочний час.

Цікаві методики має Бершадська О.В. – керівник методичного об'єднання вчителів фізичної культури, вчитель фізкультури Хмелівської ЗШ I-III ступенів - «Впровадження нетрадиційних інноваційних технологій на уроках фізичної культури»:

- інноваційні технології на уроках фізичної культури;
- психологічні особливості проведення нестандартних уроків;
- уроки фізичної культури в 5 класі з використанням інноваційного підходу.

Новомиргородський район, завдяки спортивним досягненням учнівської молоді, отримав право першим у Кіровоградській області провести соціальний проект „Відкриті уроки футболу”. 29 та 30 вересня 2014 року на Новомиргородському районному стадіоні „Колос” учнівські колективи Новомиргородської ЗШ I-III ст. №1, Новомиргородської ЗШ I-III ст. №2, Новомиргородської ЗШ I-III ст. №3, Златопільської гімназії міста Новомиргорода, Капітанівської ЗШ I-III ст., Панчівської ЗШ I-III ст. віком 9-12 років в рамках соціального проекту „Відкриті уроки футболу” взяли участь у проведенні ранкової зарядки, різноманітних конкурсних програмах спортивного спрямування, міні- змаганнях з футболу, естафетах. На завершення відбувся розіграш „Солодкого кубку” серед команд-учасниць шляхом проведення міні-змагання з футболу. Учасники „Уроку” (200 учнів) та тренери отримали комплекти спортивної форми, а район отримав 150 футбольних м'ячів та інший інвентар.

Цікавим є проведення 14 жовтня 2014 року районного фестивалю-змагання «Патріот» для учнів 9-11 класів. Участь у фестивалі взяли десять ко-манд: Новомиргородської ЗШ I-III ступенів № 3, Капітанівської ЗШ I-III ступенів, Йосипівського НВК „ЗШ I-III ст. - ДНЗ”, Кам'янської ЗШ I-II ступенів, Новомиргородської ЗШ I-III ступенів № 2, Новомиргородської ЗШ I-III ступенів № 1, Златопільської гімназії міста Новомиргорода, Туріянської ЗШ I-III ступенів, Панчівської ЗШ I-III ступенів, Коробчинської ЗШ I-III ступенів.

Учитель фізичної культури Новомиргородської ЗШ I-III ступенів № 1 Марінов І. С. застосовує на уроках елементи інноваційних технологій фізичного виховання, поглиблює науково-теоретичні й спеціальні знання учнів в галузі фізичної культури, ведення здорового способу життя, сприяє закріпленню техніки виконання учнями спеціальних, підготовчих та

основних фізичних вправ з інваріантного та варіативних модулів навчальної програми.

Меркоєв А.М. (Новомиргородська ЗШ I-III ступенів № 3) домагається виконання учнями навчальних нормативів за всіма розділами комплексної програми. Тричі протягом навчального року (вересень, грудень, травень) з учнями проводяться тести, які дають змогу виявити зміни у їхньому фізичному стані. Учитель своєчасно подає пропозиції щодо складання розкладу уроків, виходячи з педагогічних та методичних вимог до нього. Це теж сприяє збереженню здоров'я дітей, позитивно впливає на заняття. Багато уроків з фізичної культури проводить на свіжому повітрі, що сприяє зміцненню здоров'я та загартуванню організму дітей.

Піменова Л.В. (Новомиргородська ЗШ I-III ступенів № 2) працює творчо, чітко реалізує оздоровчі, навчальні та виховні завдання, успішно застосовує на уроках словесні методи, методи показу, практичного розучування. Достатня увага приділяється вивченню та закріпленню окремих елементів рухових дій, використанню на заняттях прийомів страховки та самостраховки, виконанню вимог безпеки життєдіяльності та медико-педагогічного контролю. Вона постійно знаходить нові підходи та елементи інноваційних технологій для підвищення ефективності уроків та мотивації учнів.

Досвід творчо працюючих учителів Бершадської О.В., Лизня В.М. (Маловисківський р-н); Марінова І.С., Меркоєва А.М., Піменової Л.В. (Новомиргородський р-н) доцільно популяризувати на районних та міжрегіональних семінарах учителів фізичної культури та захисту Вітчизни.

Про II (обласний) тур Всеукраїнського конкурсу «Інноваційний урок фізичної культури та урок фізичної культури з елементами футболу»

07 – 08 травня 2015 року проведено II (обласний) тур Всеукраїнського конкурсу «Інноваційний урок фізичної культури та урок фізичної культури з елементами футболу». Переможцями конкурсу визнано:

Ковпак Вікторію Володимирівну – учителя фізичної культури Користівської загальноосвітньої школи I-III ступенів імені А.П.Гайдара Олександрійської районної ради Кіровоградської області (I місце);

Кравченка Олександра Миколайовича – учителя фізичної культури комунального закладу «Навчально-виховне об'єднання «Загальноосвітня школа-інтернат I-III ступенів, ліцей «Сокіл», центр позашкільного виховання Кіровоградської міської ради Кіровоградської області» (II місце);

Лоцмана Віталія Олександровича – учителя фізичної культури навчально-виховного об'єднання «Олександрійська гімназія ім. Т.Г. Шевченка – ЗНЗ I-II ступенів – школа мистецтв» Олександрійської міської ради Кіровоградської області (III місце).

Для підвищення ефективності навчально-виховного процесу з фізичної культури рекомендуємо:

1. Районним методичним об'єднанням вчителів фізичної культури:

1.1. Популяризувати досвід творчо працюючих учителів Бершадської О.В., Лизня В.М. (Маловисківський р-н); Марінова І.С., Меркоєва А.М., Піменової Л.В. (Новомиргородський р-н) на районних та міжрегіональних семінарах учителів фізичної культури та захисту Вітчизни.

1.2. Акценувати увагу вчителів на використанні під час уроку музичного супроводу.

2. Учителям фізичної культури:

2.1. Розробляти та впроваджувати різноманітні інноваційні (нетрадиційні) уроки фізичної культури за такими видами: урок-казка, урок-гра, урок-мандрівка, урок-змагання, уроки з використанням нестандартного обладнання, бінарні та інтегровані уроки тощо.

2.2. Ґрунтовно опрацювати нові навчальні програми «Фізична культура для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-4 класи» (авт. Круцевич Т.Ю. та ін., 2011р.), «Фізична культура. 5– 9 класи» (авт. Круцевич Т.Ю. та ін., 2012) для учнів 4 та 7 класів, внести відповідні корективи при складанні календарно-тематичних планів на новий навчальний рік.

2.3. Постійно використовувати в навчальному процесі робочі зошити вчителя.

На секційних засіданнях вчителів фізичної культури під час проведення серпневих конференцій освітян у 2015 році рекомендуємо для розгляду наступні питання:

1. Науково-методичний зміст та особливості впровадження нової навчальної програми з фізичної культури в 4 класі.

2. Реалізація нової навчальної програми з фізичної культури у 7 класі у зв'язку з впровадженням нового державного стандарту освітньої галузі «Здоров'я і фізична культура» в основній школі.

3. Навчальні програми, підручники та навчально-методичні посібники, рекомендовані Міністерством освіти і науки України для використання в основній і старшій школі у загальноосвітніх навчальних у 2015/2016 навчальному році.

4. Використання елементів інноваційних технологій фізичного виховання у навчально-виховному процесі.

Література

1. Державний стандарт базової і повної загальної середньої освіти: Постанова Кабінету Міністрів України від 23 листопада 2011 р. № 1392.

2. Про систему організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи в дошкільних, загальноосвітніх, професійно-технічних та позашкільних навчальних закладах»: наказ Міністерства № 486 від 21.07.2003.

3. Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту в дошкільних, загальноосвітніх та професійно-технічних навчальних закладах України: наказ Міністерства № 458 від 02.08.2005.

4. Про порядок підготовки спортивних споруд та інших спеціально відведених місць для проведення масових спортивних та культурно-видовищних заходів: Постанова Кабінету Міністрів України № 2025 від 18.12.1998.

5. Про схвалення Концепції загальнодержавної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на 2012–2016 роки: розпорядження Кабінету Міністрів України № 828-Р від 31.08.2011.