

*А. М. Гошко,
методист центру методичного
забезпечення
КЗ «Житомирський ОІППО»
ЖОР*

Фізична культура у 2017-2018 навчальному році

Навчальна дисципліна «Фізична культура» – самостійна галузь діяльності у соціокультурному просторі й викладається у загальноосвітніх навчальних закладах як окремий предмет.

Інваріантна частина Типових навчальних планів, до якої входить навчальний предмет «Фізична культура», сформована на державному рівні і є однаковою для всіх загальноосвітніх навчальних закладів незалежно від підпорядкування та форми власності.

Фізична культура — діяльність суб'єктів сфери фізичної культури і спорту, спрямована на забезпечення рухової активності людей з метою їх гармонійного, передусім, фізичного розвитку та ведення здорового способу життя.

Предметом навчання у початковій школі в галузі фізичного виховання є рухова активність із загальноосвітньою спрямованістю.

Виходячи з особливостей учнів 1-х – 4-х класів, у програмі навчальний матеріал розподілений не за видами спорту, а за способами рухової діяльності, що дає змогу школярам опанувати основи рухових дій, які у подальшому можуть удосконалюватися у будь-якому виді спорту, обраному учнем.

Навчаючи молодших школярів руховим діям, доцільно застосовувати переважно ігровий метод. Це сприятиме створенню позитивного емоційного клімату і формуванню стійкого інтересу до занять фізичною культурою.

Оцінювання навчальних досягнень учнів 1-х – 4-х класів здійснюється вербально.

Програма передбачає реалізацію змісту обсягом трьох годин на тиждень. У ній не подається точна кількість годин на вивчення тих чи інших розділів. Враховуючи рівень фізичної підготовленості учнів, їх інтереси та здібності, стан матеріально-спортивної бази навчального закладу, кліматичні умови, вчитель самостійно виділяє певну кількість годин на вивчення складових кожного виду рухової діяльності.

Зважаючи на регіональні особливості й умови навчання на місцях, в реалізацію змісту базової програми допускається внесення змін і доповнень обсягом не більше 20–30 % від загальної кількості годин.

Важливою умовою здійснення навчально-виховного процесу з фізичної культури є дотримання дидактичних принципів навчання:

- свідомості й активності;
- наочності;
- доступності та індивідуалізації;
- систематичності та послідовності;
- міцності та науковості.

Творче використання на уроках фізичної культури цих дидактичних принципів вимагає застосування адекватних методів навчання.

Враховуючи психологічні особливості молодших школярів, уроки фізичної культури повинні викликати в учнів позитивні емоції, з цією метою необхідно творчо використовувати ігрові методи, музичний супровід, сучасні комп'ютерні технології тощо.

Навчальна програма «Фізична культура. 5–9 кл.» розроблена відповідно до вимог Державного стандарту базової та повної загальної середньої освіти, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 23 листопада 2011 р. № 1392.

Програма побудована за модульною системою. Вона містить інваріантну (обов'язкову) та варіативну складову. До інваріантної частини належать: теоретико-методичні знання та загальна фізична підготовка, зміст яких реалізовується упродовж кожного уроку. Практично кожен вид спорту може бути представлений у вигляді варіативного модуля. Фахівці фізичної культури можуть розробляти свої варіативні модулі до цієї програми. Програми варіативних модулів мають пройти експертизу, отримати гриф Міністерства освіти і науки України та бути оприлюдненими для загального користування. Отже, кількість варіативних модулів з часом має зростати.

Змістове наповнення варіативної складової освітній заклад формує самостійно із модулів, запропонованих навчальною програмою. На опанування обраних модулів відводиться приблизно однакова кількість годин, але не менше ніж 18. Однак не виключається можливість мотивованого збільшення чи зменшення кількості годин на вивчення окремих модулів.

Критеріями відбору варіативних модулів є: наявність матеріально-технічної бази, регіональні спортивні традиції, кадрове забезпечення та бажання учнів.

Варіативні модулі протягом навчання у різних класах можуть змінюватися.

Головними вимогами до сучасного уроку фізичної культури є:

- забезпечення оптимізації навчально-виховного процесу із застосуванням елементів інноваційних методів навчання та здійснення міжпредметних зв'язків;
- забезпечення освітньої, виховної, оздоровчої, розвивальної спрямованості навчального процесу;
- формування в учнів умінь і навичок самостійно займатися фізичними вправами;
- забезпечення диференційованого підходу до організації навчального процесу з урахуванням стану здоров'я, рівня фізичного розвитку, рухової підготовленості та статі учнів, урахування мотивів та інтересів учнів до заняття фізичними вправами;
- використання вчителем різноманітних організаційних форм, засобів, методів і прийомів навчання;
- досягнення оптимальної рухової активності всіх учнів протягом кожного уроку з урахуванням стану здоров'я.

Домашні завдання для самостійного виконання фізичних вправ учні отримують на уроках фізичної культури. Вони мають бути спрямовані на підвищення рухового режиму у вільний час, досягнення рекреаційно-оздоровчого ефекту. У разі відставання в розвитку фізичних якостей вчитель (а у 8–9 класах разом з учнем) складає індивідуальну програму фізкультурно-оздоровчих занять, де вказується завдання занять, фізичні вправи, послідовність їх виконання, кількість повторень, інтервали відпочинку, засоби самоконтролю, відмітки про виконання завдання. Самостійні заняття за індивідуальною програмою надають учневі додаткові бонуси під час оцінювання навчальних досягнень.

Під час складання розкладу навчальних занять не рекомендується здвоювати уроки фізичної культури або проводити їх два дні поспіль. Більшість уроків фізичної культури доцільно проводити на відкритому повітрі за умови, що температура повітря не нижча:

- 8 °С – для учнів 1-2 класів;
- 8-11 °С – для учнів 3-4 класів;
- 12 °С – для учнів 5-7 класів;
- -12...-15 °С – для учнів 8-11 класів.

Під час уроків температура повітря в спортивному залі має бути 15-17°С, у роздягальнях при спортивному залі – 19-23°С, у душових – 25°С.

Оцінювання навчальних досягнень учнів на уроках фізичної культури може здійснюватися за такими видами діяльності:

1. Засвоєння техніки виконання фізичної вправи (може здійснюватися

окремо від прийому навчального нормативу).

2. Виконання навчального нормативу (з урахуванням динаміки особистого результату).

3. Виконання навчальних завдань під час проведення уроку.

4. Засвоєння теоретико-методичних знань.

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

Під час складання навчального нормативу за його показником визначають рівень досягнень (низький, середній, достатній, високий), а потім за технічними показниками виконання рухової дії та теоретичними знаннями виставляють оцінку в балах. Критерії оцінювання навчальних досягнень учнів із фізичної культури затверджені наказом МОН України від 05.05.08 р. № 371.

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

Під час оцінювання навчальних досягнень з фізичної культури також враховуються: особисті досягнення школярів протягом навчального року; ступінь активності учнів на уроках; залучення учнів до занять фізичною культурою в позаурочний час; участь у спортивних змаганнях усіх рівнів. На основі зазначених показників вчителі можуть застосовувати різноманітні системи нарахування «бонусних» балів. Наприклад, якщо учень (учениця) викона(в/ла) залікову вправу на певний рівень, але при цьому його (її) особистий результат виконання цієї вправи поліпшився порівняно з попереднім показником, учитель може виставити оцінку на 1–2 бали вище за ту, яка передбачається навчальними нормативами.

Учні повинні бути присутніми на уроках з фізичної культури незалежно від рівня фізичного розвитку і групи для занять фізичною культурою, а також тимчасово звільнені від занять.

Допустиме навантаження на уроці для тих учнів, які за станом здоров'я належать до підготовчої та спеціальної груп і відвідують уроки фізичної культури, встановлює вчитель фізичної культури.

Загальне керівництво організацією медичного контролю за станом здоров'я учнів у навчальних закладах здійснюють місцеві органи охорони здоров'я та органи управління освітою відповідно до чинного законодавства України.

Під час занять з фізичної культури і спорту учні повинні користуватися спеціальним спортивним одягом та спортивним взуттям, а під час занять на відкритому повітрі взимку – бути одягнені в повітрозахисні куртки, шапочки, рукавички, мати відповідне взуття. Проводити заняття без спортивного одягу

і спортивного взуття не дозволяється.

Відповідно до положення № 211 від 31 грудня 1992 р. «Про покращення лікарняно--фізкультурної служби» Міністерства охорони здоров'я України проводяться медичні обстеження школярів.

За результатами поглибленого медичного огляду шкільним лікарем на початку кожного навчального року складаються списки медичних груп, які потім узгоджуються з лікарями відповідних профільних спрямувань (ревматологом, ортопедом, хірургом, окулістом, лікарем лікувальної фізичної культури тощо).

У подальшому учні спецмедгрупи підлягають поглибленому обстеженню один раз у чотири місяці та в кінці навчального року. Під час обстежень за показниками стану здоров'я можливе переведення учнів до підготовчої групи. Списки учнів, які за станом здоров'я відносяться до спеціальної медичної групи, затверджуються директором школи з зазначенням діагнозу захворювання і можливим терміном перебування в ній; також затверджується розклад занять груп і прізвище керівника, який має відповідну фахову підготовку.

Відповідно до наказу МОЗУ і МОНУ від 20.07.2009 N 518/674 «Про забезпечення медико-педагогічного контролю за фізичним вихованням учнів у загальноосвітніх навчальних закладах» визначена **орієнтовна кратність проведення спеціалістами медико-педагогічного спостереження за уроками фізичного виховання у 1-12-х класах загальноосвітнього навчального закладу**

Посада контролюючого	Мінімальна кількість разів			Мета перевірки
	на місяць	протягом семестру	протягом навчального року	
Директор школи*	1	2-3	адміністративне інспектування	
Заступник директора з навчально-виховної роботи*	1	2-3	методичне інспектування	
Заступник директора з виховної	1	4	8	оздоровчо-виховна робота

роботи*				
-----	-----	-----	-----	-----
Класні керівники**	1	4	8	відвідування
				учнями уроків,
				дисциплінованість,
				успішність учнів
-----	-----	-----	-----	-----
Медичний	1	3	6	МПК*** за змістом
персонал**				і методами
				проведення уроків
				фізичної культури,
				за відповідністю
				фізичного
				навантаження
				функціональним
				можливостям учнів
-----	-----	-----	-----	-----

Питання щодо ефективності організації шкільного фізичного виховання розглядається на педагогічній раді 2 рази на рік.

* Для одного потоку класів.

** Для кожного класу.

*** МПК - медико-педагогічний контроль.

Спираючись на Закон України «Про загальну середню освіту», загальноосвітній навчальний заклад створює науково-методичну і матеріально-технічну бази для організації та здійснення навчально-виховного процесу.

Відповідно до наказу МОНУ №128 від 20.02.2002 р. «Про затвердження нормативів наповнюваності груп дошкільних навчальних закладів (ясел-садків) компенсуючого типу, класів спеціальних загальноосвітніх шкіл (шкіл-інтернатів), груп подовженого дня і виховних груп загальноосвітніх навчальних закладів усіх типів та порядку поділу класів на групи при вивченні окремих предметів у загальноосвітніх навчальних закладах» при проведенні уроків з основ здоров'я та фізичної культури (у 10 – 12 класах окремо для хлопців і дівчат) передбачено більше 27, але не менше 8 учнів у групі.

Комплексне вирішення завдань фізичного виховання школярів – справа всього педагогічного колективу, що здійснюється відповідно до Положення про організацію фізичного виховання в дошкільних, загальноосвітніх та професійно-технічних навчальних закладах (наказ МОН України від 02.08.2005 № 458) і системи організації фізкультурно-оздоровчої та спортивної роботи в дошкільних, загальноосвітніх, професійно-технічних

та позашкільних навчальних закладах (наказ МОН України від 21.07.2003 № 486).

Менша кількість проведених вчителем уроків через об'єктивні обставини не може бути причиною вирахувань із його заробітної плати, оскільки Інструкцією про порядок обчислення заробітної плати працівників освіти (пункт 77), затвердженою наказом Міністерства освіти України [№ 102](#) від 15.04. 1993, передбачено, що у випадку, коли в окремі дні (місяці) заняття не проводяться з незалежних від вчителя (викладача) причин, його оплата здійснюється з розрахунку заробітної плати, встановленої при тарифікації, за умови, що вчитель (викладач) виконує іншу організаційно-педагогічну роботу.

Дотримання запропонованих рекомендацій при здійсненні навчально-виховного процесу з предмета «Фізична культура» сприятиме підвищенню професійної компетентності вчителя.