

# Про вивчення предмета «Фізична культура» у 2014/2015 н.р.

Пріоритетним завданням системи освіти є виховання людини в дусі відповідального ставлення до власного здоров'я і здоров'я оточуючих як до найвищої соціальної цінності, формування високого рівня здоров'я дітей та учнівської молоді.

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

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 школярів та молоді на всіх етапах навчання з урахуванням особливостей їх рухового і психофізичного розвитку;
- створення освітнього середовища, яке стимулює рухову активність особистості та її організацію відповідно віковій та психофізичній специфіці 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.

Навчально-виховний процес з фізичної культури у 2014/2015 н.р. здійснюється за робочими навчальними планами, що складаються на основі Типових навчальних планів ЗНЗ і затверджуються відповідним органом управління освітою.

Типовими навчальними планами для загальноосвітніх навчальних закладів у 2014/2015 н.р. на вивчення предмета «Фізична культура» в інваріантній складовій передбачено:

- 1-4 класи – 3 години на тиждень;
- 5-9 класи – 3 години на тиждень (лист МОН України від 29.05.2014 р. №664 «Про внесення змін до наказу МОН України від 03.04.2012 р. № 409»);
- 10-11 класи – 2 години на тиждень;
- 10-11 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.

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

Вивчення навчального предмета «Фізична культура» у 2014/2015 н.р. здійснюватиметься за навчальними програмами,

які рекомендовані Міністерством:

- 1-3 класи – «Фізична культура для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-4 класи» (авт. Круцевич Т.Ю. та ін., 2011р.);
- 4 клас – «Фізична культура для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-4 класи» (авт. М.Д. Зубалій, В.В.Дерев'янка, О.М.Лакіза, В.Ф. Шегімага, в-во «Ранок», 2006р.);
- 5-6 класи – «Фізична культура. 5– 9 класи» (авт. Круцевич Т.Ю. та ін., 2012);
- 7-11 класи – «Фізична культура для загальноосвітніх навчальних закладів. 5-11 класи» (за ред. С.М. Дятленка, 2011р.);
- «Фізична культура для спеціальної медичної групи. 1-4 класи» (авт. В.І. Майер, в-во «Ранок», 2006);
- «Фізична культура для спеціальної медичної групи. 5-9 класи» (авт. В.І. Майер, В.В. Дерев'янка);
- «Фізична культура для загальноосвітніх навчальних закладів. Спортивний профіль. 10-11 класи» (авт. В.М. Єрмолова та ін.).

Предметом навчання у початковій школі фізичної культури є рухова активність із загальноосвітньою спрямованістю.

Початкова школа (1-3 класи) працює за новою програмою «Фізична культура» («Затверджена МОНмолодьспортом» від 12.09.2011 № 1050), яка розроблена відповідно до Державного стандарту початкової загальної освіти (затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 20.04.2011 № 462). Навчальний матеріал у програмі розподілений не за видами спорту, а за «школами», до яких увійшли вправи, об'єднані за способами рухової діяльності. Програма робить акцент на розвиток навичок мислення, міжособистісних відносин, творчої співпраці всіх учасників навчально-виховного процесу і покликана сприяти системним реформам національної освіти, процесам її інтеграції до європейського та всесвітнього освітнього простору.

Оцінювання учнів початкової школи здійснюється вербально.

Програми з фізичної культури для 5-11 класів характеризуються спрямованістю на реалізацію принципу варіативності, який передбачає планування навчального матеріалу відповідно до віково-статевих особливостей учнів, їхніх інтересів, матеріально-технічного забезпечення навчального процесу (спортивний зал, спортивні пришкольні майданчики, стадіон, басейн тощо), кадрового забезпечення. Матеріал програм з фізичної культури спрямований на вирішення виховних, освітніх та оздоровчих завдань на уроках фізичної культури.

Змістове наповнення предмета «Фізична культура» у 5-11 класах загальноосвітньої навчальної заклад формує самостійно з варіативних модулів. При цьому обов'язковим є включення засобів теоретичної і загальнофізичної підготовки, передбачених програмою для даного класу до кожного варіативного модуля.

На заняттях рекомендуємо здійснювати особистісно орієнтований підхід до навчан-

ня учнів за статевими та індивідуальними особливостями фізичного розвитку, а також з урахуванням їхніх потреб і нахилів. Необхідно навчити учнів аналізувати й оцінювати свій фізичний стан, добирати і використовувати різноманітні засоби свого фізичного вдосконалення. Учителям необхідно відійти від надто узагальнених, «розмитих» завдань навчання, забезпечити оволодіння учнями якомога ширшим набором рухових умінь і навичок.

Оцінювання і перевірка знань, рухових умінь і навичок, техніки виконання фізичних вправ, навчальних нормативів і вимог навчальної програми є важливою складовою частиною навчально-виховного процесу. Оцінювання рівня засвоєння учнями програмового матеріалу здійснюється відповідно до «Критеріїв оцінювання навчальних досягнень учнів у системі загальної середньої освіти», затверджених наказом Міністерства освіти і науки, молоді та спорту від 13.04.2011 № 329 та зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 11.05.2011 за № 556/19304.

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, визначені змістом даного уроку, за які учня буде оцінено;
- забезпечувати гласність та обґрунтованість оцінки (своєчасно інформувати учня про оцінку з коротким аналізом виконання техніки рухової дії);
- врахувати особисті досягнення учнів протягом навчального року в оволодінні знаннями, руховими вміннями і навичками; ступінь активності учнів на уроках; залучення учнів до занять фізичною культурою в позаурочний час.

Відповідно до Інструкції про розподіл учнів на групи для занять на уроках фізичної культури, затвердженої наказом МОЗ та МОН від 20.07.2009 №518/674, учні розподіляються на основну, підготовчу та спеціальну медичні групи. Для учнів основної медичної групи фізична підготовка проводиться в повному обсязі згідно з навчальними програмами з урахуванням індивідуальних особливостей розвитку 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 можливістю затримкою складання відповідних нормативів. Оцінювання учнів – за теоретико-методичні знання та техніку виконання вправ. Рекомендовані заняття у фізкультурно-оздоровчих групах загальної фізичної підготовки, прогулянки, ігри й спортивні розваги. Участь у змаганнях – за додатковим дозволом лікаря. Учні, які за

## методичні рекомендації

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 обов'язково бути присутніми на уроках фізичної культури. Допустимі навантаження для тих учнів, які за станом здоров'я належать до підготовчої та спеціальної медичних груп, визначає учитель фізичної культури.

Оцінювання учнів здійснюється відповідно до вимог, визначених 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 в установленому законодавством порядку. Не можна допускати на уроках фізичної культури навантаження учнів, які не пройшли медичного обстеження.

В розкладі навчальних занять не рекомендується здвоювати 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 виносять учителі 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 1-2 класів;
- 8°C – 11°C для 3-4 класів;
- 12°C для 5-7 класів;
- 12°C – 15°C для 8-11 класів.

Спортивна форма повинна відповідати погодним умовам.

Учителям слід дотримуватися «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).

Вивчення предмета в 10-11 класах загальноосвітніх навчальних закладах

здійснюється окремо для дівчат і юнаків. Поділ класу на групи здійснюється згідно з наказом Міністерства освіти і науки України від 20.02.2002р. №128 (додаток 2). При наявності можливостей уроки фізичної культури в 5-9 класах варто проводити для хлопців та дівчат окремо.

При забезпеченні належного організаційно-методичного проведення уроку, особистісно-зорієнтованого навчання, індивідуально-дозованого навантаження, дотримання дисципліни, стану спортивного обладнання та інвентарю переважна кількість травм може бути попереджена. На уроках фізичної культури, спортивно-масових заходах треба систематично здійснювати візуальний контроль за самопочуттям учнів, технічним станом спортивного обладнання та інвентарю.

Для підготовки до державної підсумкової атестації в основній школі з фізичної культури рекомендуємо користуватися такими посібниками: «Збірник матеріалів для державної підсумкової атестації з фізичної культури. 11 клас» (авт. Тимошенко О.В. та інш.) – Київ: Центр навчально-методичної літератури, 2013 та «Збірник матеріалів для державної підсумкової атестації з фізичної культури. 11 клас» (авт. Тимошенко О.В. та інш.) – Київ: Центр навчально-методичної літератури, 2012, методичні рекомендації щодо використання комп'ютерної оболонки Assist 2 при підготовці до ДПА 2012-2013 (авт. А. Дубенчук).

Розпочинати підготовку до державної підсумкової атестації необхідно з початку навчального року. Потрібно передбачити у навчальних планах вивчення (повторення) тем з теоретико-методичних основ фізичної культури та практичних завдань інструктивно-оздоровчого спрямування, які були включені в ДПА попередніх років. Запланувати контрольні випробування з відповідних залікових вправ.

У вересні-жовтні 2014 р. скласти списки учнів, які бажають здавати ДПА з фізичної культури. Забезпечити їх матеріалами атестації за попередні роки. Допомогти скласти плани особистої підготовки.

Міністерство запровадило з 2013 року загальнодержавну акцію «Урок плавання» (лист МОНмолодьспорту від 22.03.2013 № 1/9-209). Проведення акції «Урок плавання» забезпечить підвищення рухової активності

учнів, стане ефективним лікувально-профілактичним засобом, спрямовуватиме на набуття життєво необхідних навичок збереження та зміцнення здоров'я наших дітей.

Рекомендуємо до заходів з навчання учнів ЗНЗ плаванню в регіонах залучати різноманітні місцеві ресурси: басейни дошкільних та загальноосвітніх навчальних закладів, відвідування яких організовується для учнів і сусідніх шкіл; басейни дитячо-юнацьких спортивних шкіл, баз відпочинку, культурно-розважальних центрів; облаштування та використання громадських пляжів; використання, за сприятливих погодних умов, можливостей літніх пришкольних та оздоровчих таборів тощо.

Для навчання учнів плаванню розроблені відповідні навчальні програми, які мають гриф Міністерства, а саме:

- «Плавання» для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-4 класи (авт. В.В. Дерев'янко, В.О. Сілкова);

- «Плавання» для загальноосвітніх навчальних закладів. 5-9 класи (авт. В.В. Дерев'янко, В.О. Сілкова);

- «Початкове навчання плаванню учнів загальноосвітніх навчальних закладах» (авт. В.В. Дерев'янко, В.О. Сілкова).

Варто наголосити, що відповідно до наказу Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України від 02.08.2012 № 882 «Про використання навчальної літератури у загальноосвітніх навчальних закладах», у загальноосвітніх навчальних закладах дозволено використовувати навчальні програми, підручники та навчально-методичні посібники, які мають гриф Міністерства або схвалені відповідною комісією Науково-методичної ради з питань освіти. Зокрема, для проведення гурткової роботи рекомендуємо «Збірник програм факультативної, гурткової та секційної роботи фізкультурно-спортивного і фізкультурно-оздоровчого напрямку. Методичний посібник. Т.1-2. – Донецьк: Витоки, 2012.» (Схвалено для використання в загальноосвітніх навчальних закладах Міністерством освіти і науки, молоді та спорту. Лист № 14/18 Г-827 від 06.12.10, лист № 14/18 Г-844 від 28.12.10 та лист № 14/18 Г-461 від 25.06.11).

**О.ШНИРА,**  
**методист з фізичної культури**  
**ХОІППО.**