**Методичні рекомендації**

**щодо вивчення змісту навчального предмета «Фізична культура»
у 7-11 класах закладів загальної середньої освіти у 2023-2024 н.р.**

Одним із головних питань в Україні є розв’язання проблем зі здоров’ям у дітей та формування у них основ здорового способу життя. Відповідно, під час організації освітнього процесу в закладах освіти, пріоритетним завданням постає навчання учнів відповідального ставлення до власного здоров’я та здоров’я оточуючих як до найвищої індивідуальної й суспільної цінності.

Країна перебуває в стані війни, на території всієї держави введено воєнний стан, у зв’язку з цим, освітній процес в закладах освіти може відбуватися: в очному режимі; дистанційному режимі; за змішаною формою. Також, Указом Президента введено обов’язкове проведення щоденно о
09 годині 00 хвилин загальнонаціональної хвилини мовчання, якої необхідно дотримуватися під час проведення уроків, незалежно від режиму навчання.

У попередні роки, період з 01.09 до 01.10 кожного навчального року, із метою адаптації учнів до навантажень на уроках фізичної культури, прийом навчальних нормативів не здійснювався, а уроки мали рекреаційно-оздоровчий характер із помірним навантаженням. Рекомендуємо у 2023-2024 навчальному році, ураховуючи вплив на учнів умов воєнного стану, збільшити період адаптації учнів до фізичних навантажень за рішенням педагогічної ради та унормувати наказом директора закладу освіти.

У 2023-2024 навчальному році, під час організації освітнього процесу, рекомендуємо вчителям використовувати матеріали інтернет-ресурсів щодо дій здобувачів освіти в умовах воєнного стану:

− посібник для освітян «Як розповідати школярам про мінну безпеку», розроблений Дитячим фондом ООН (ЮНІСЕФ) в Україні (<http://surl.li/hglfl>);

− посібник із прикладами ігор та занять для дітей у незвичних обставинах «Чим зайняти дитину в надзвичайній ситуації» (<http://surl.li/frjnj>);

− інструкції для дітей як діяти у надзвичайних ситуаціях у вигляді постерів (<http://surl.li/hglia>);

− правила поведінки цивільного населення під час війни, військового стану: <http://surl.li/btaht>.

Навчання учнів змісту предмета «Фізична культура» закладає основи збереження здоров’я та розвитку всіх його складових; використання вчителями комплексного підходу до формування розумових та фізичних якостей і навиків; удосконалення фізичної та психологічної підготовки до активної життєдіяльності; формування пріоритета оздоровчої спрямованості фізичних вправ та забезпечення загального культурного розвитку
особистості [2].

Мета навчання фізичної культури реалізовується через:

* формування загальних уявлень про фізичну культуру, її значення в житті людини, збереження та зміцнення здоров’я;
* розширення рухового досвіду, удосконалення навиків життєво необхідних рухових дій, використання їх у повсякденній та ігровій діяльності;
* розширення функціональних можливостей організму дитини через цілеспрямований розвиток основних фізичних якостей і природних здібностей;

2

* формування ціннісних орієнтацій щодо використання фізичних вправ як одного з головних чинників здорового способу життя;
* формування практичних навиків для самостійних занять фізичними вправами та проведення активного відпочинку;
* формування високих морально-вольових якостей.

Типовими освітніми програмами для закладів загальної середньої освіти на вивчення предмета «Фізична культура» в інваріантній складовій
визначено – 3 год., що мають використовуватися вчителями у повному обсязі.

Опанування змісту предмета фізичної культури, як базового навчального предмета, здійснюється за навчальними програмами, що мають відповідний гриф Міністерства освіти і науки України [2].

Навчальні програми побудовані за модульною системою та містять складові: інваріантну (обов’язкову) – теоретико-методичні знання та загальна фізична підготовка; варіативну складову, яка складається з модулів.

Критеріями вибору варіативних модулів у навчальних програмах для
7- 9 класів та 10-11 класів є:

– наявність матеріально-технічної бази в закладі освіти;

– регіональні спортивні традиції;

– кадрове забезпечення;

– бажання учнів (визначається обов’язковим опитуванням).

Змістове наповнення навчального предмета «Фізична культура» заклад освіти формує самостійно з варіативних модулів, що запропоновані навчальними програмами.

Медичне обстеження учнів проводиться щорічно в установленому законодавством порядку. До уроків фізичної культури та занять у спортивних гуртках (секціях) допускаються учні, які пройшли обов’язковий медичний огляд відповідно до «Положення про медико-педагогічний контроль за фізичним вихованням учнів у загальноосвітніх навчальних закладах», затвердженого спільним наказом Міністерства охорони здоров’я України та Міністерства освіти і науки України від 20.07.2009 № 518/674 «Інструкція про розподіл учнів на групи для занять на уроках фізичної культури», зареєстрованим у Міністерстві юстиції України від 17.08.2009 № 772/16788, не мають протипоказань щодо занять фізичною культурою і спортом та розподілені на групи для занять фізичною культурою.

Списки учнів, які належать до підготовчої та спеціальної медичної груп затверджуються наказом керівника закладу освіти на поточний навчальний рік і доводяться до відома класного керівника та вчителя фізичної культури.

Присутність учнів на уроках фізичної культури, незалежно від медичної групи, тимчасово звільнених від занять, а також тих, що не пройшли медичного обстеження, є обов’язковою. Усі учні під час проведення уроку мають бути в спортивному одязі та взутті.

Допустиме навантаження на уроці для тих учнів, які за станом здоров’я належать до підготовчої або спеціальної груп встановлює вчитель фізичної культури. Учні, які не пройшли медичного обстеження, до навантажень на уроках фізкультури не допускаються.

3

Акцентуємо увагу вчителів, на кожному уроці фізичної культури з учнями проводиться інструктаж з безпеки життєдіяльності та робиться відповідний запис у класному журналі на сторінці про зміст уроку.

Наголошуємо, усі спортивні снаряди, спортивне обладнання та інвентар, що використовуються на уроках фізичної культури та спорту, згідно з чинним переліком типових навчально-наочних посібників та обладнання з фізичної культури для закладів освіти, повинно бути безпечним для здоров’я та життя учнів, а його використання має відбуватися з дотриманням вимог безпеки життєдіяльності. Звертаємо увагу вчителів на тому, що набув чинності наказ Міністерства освіти і науки України від 31.05.2023 № 648 «Про внесення змін до Типового переліку обладнання та інвентарю для фізкультурно-спортивних приміщень закладів освіти, які забезпечують здобуття повної загальної середньої освіти» (<http://surl.li/jnrbv>).

Згідно з наказом Міністерства освіти і науки України від 01.06.2010 № 521 «Про затвердження Правил безпеки під час проведення занять з фізичної культури і спорту в загальноосвітніх навчальних закладах», зареєстрований в Міністерстві юстиції України від 09.08.2010 № 651/17946), уроки фізичної культури в закладах освіти має право проводити вчитель фізичної культури або особа, яка має спеціальну освіту та кваліфікацію: тренер, керівник гуртка, групи, спортивної секції тощо.

Модернізація змісту освіти вимагає пошуку нових освітніх технологій, упровадження нетрадиційних форм і методів навчання. Але разом із тим, основною формою роботи вчителя щодо залучення дітей до систематичних занять фізичною культурою та спортом, залишається урок фізичної
культури [1].

Рекомендуємо вчителям, під час проведення уроку фізичної культури:

− застосовувати елементи інноваційних методів навчання;

− забезпечити освітню, виховну, оздоровчу, розвивальну спрямованості;

− формувати в учнів уміння і навики самостійно займатися фізичними вправами;

− використовувати диференційований підхід до організації освітнього процесу з урахування індивідуальних особливостей здоров’я і фізичної підготовки учнів [1].

Під час оцінювання навчальних досягнень учнів із навчального предмета «Фізична культура» важливо брати до уваги орієнтовні навчальні нормативи, що розміщені після кожного варіативного модуля. Порядок їх проведення визначає вчитель відповідно до календарно-тематичного планування. Зазначаємо, нормативи можуть складати тільки учні основної медичної групи, які на момент прийняття нормативу не скаржаться на погане самопочуття та стан здоров’я.

Рекомендуємо під час оцінювання навчальних досягнень учнів із фізичної культури враховувати:

− особисті досягнення учнів протягом навчального року;

* ступінь активності учнів на уроках;
* залучення учнів до занять фізичною культурою в позанавчальний час;

4

* участь у змаганнях усіх рівнів.

Оцінювання навчальних досягнень учнів на уроках фізичної культури може здійснюватися за такими видами навчальної діяльності, а саме:

− засвоєння техніки виконання фізичної вправи (може здійснюватися окремо від прийому навчального нормативу);

− виконання навчального нормативу (із урахуванням динаміки особистого результату);

− засвоєння теоретико-методичних знань;

− виконання навчальних завдань під час проведення уроку.

Акцентуємо увагу вчителів області на тому, що оцінка за виконання нормативу не є домінуючою під час здійснення тематичного, семестрового чи річного оцінювання. Учні мають бути мотивовані не оцінкою, а своїми особистими досягненнями у виконанні тих чи інших вправ, динамікою зростання особистих результатів.

Під час проведення уроків фізичної культури необхідно дотримуватись правил безпеки життєдіяльності (наказ Міністерства освіти і науки України від 01.06.2010 № 521 «Про затвердження Правил безпеки під час проведення занять з фізичної культури і спорту в загальноосвітніх навчальних закладах», зареєстрований в Міністерстві юстиції України від 09.08.2010 № 651/17946), та санітарного регламенту для закладів загальної середньої освіти зі змінами, затвердженого наказом Міністерства охорони здоров’я України від 20.09.2021
№ 1984 «Про затвердження Змін до Санітарного регламенту для закладів загальної середньої освіти» (<http://surl.li/hgnyz>).

Із метою залучення учнів до здорового способу життя, організації на уроках фізкультури нових видів спорту (петанк, фрізбі, чирлідинг, хортинг та інших) рекомендуємо вчителям під час освітньої діяльності використовувати наступні відеоматеріали:

− збірка всеукраїнських семінарів з фізичної культури: <http://surl.li/hhima>;

− збірки онлайн-уроків від громадської організації «JuniorS»: <http://surl.li/hhiuj>;

− освітній серіал із фізичної культури від Міністерства цифрової трансформації України: <http://surl.li/crjy>;

− дистанційне навчання на уроці фізичної культури: <http://surl.li/cndjc>.

Корисні матеріали для вчителів фізичної культури, що можуть використовуватися педагогами, розміщено та постійно оновлюються на офіційному сайті комунального закладу Сумський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти, зокрема у рубриці «Сторінка методиста», де створені теки: «Дистанційне навчання», «Тека вчителя фізичної культури під час воєнного стану», «НУШ: фізична культура» тощо (<http://surl.li/hmpfd>).

З метою підвищення власної професійної майстерності, рекомендуємо вчителям фізичної культури ознайомитися із відео-рядом конкурсних випробувань «Методичний практикум», «Майстер-клас», «Урок» першої п’ятірки конкурсантів першого туру всеукраїнського конкурсу «Учитель року – 2023» у номінації «Фізична культура» за покликанням: <http://surl.li/huzte>. На сайті Міністерства освіти і науки України у рубриці «Віртуальна галерея конкурсу» можна переглянути відео-ряд конкурсних випробувань відбіркового та фінального етапів першої п’ятірки конкурсантів другого туру всеукраїнського конкурсу «Учитель року – 2023» у номінації «Фізична культура» за покликанням: <http://surl.li/huzgw>.

5

Використані та основоположні джерела

1. Вимоги до сучасного уроку фізичної культури в початковій школі згідно нової програми за державним стандартом. URL: <http://surl.li/cqgcu>.

2. Навчальні програми для учнів 6-9 класів та 10-11 класів. URL: <http://surl.li/abjwi>.

Методист навчально-методичного

відділу координації освітньої діяльності

та професійного розвитку Сумського ОІППО М.В. Кісільова

 (Підпис наявний в оригіналі)