

*Рекомендовано науково-методичною радою
Київського обласного інституту
післядипломної освіти педагогічних кадрів
(Протокол №4 від 26.06.2008 р.)*

**Методичні рекомендації щодо організації та змісту
навчально-виховного процесу в закладах освіти
Київщини в 2008-2009 навчальному році / За заг. ред.
Н.І. Клокар, С.І. Мірошник. – Біла Церква: КОПОПК,
2008. – Ч.І. - 212 с.**

У збірнику висвітлено особливості викладання предметів інваріантної частини навчального плану у загальноосвітніх навчальних закладах. Запропоновано сучасні підходи до організації та змісту навчально-виховного процесу з дітьми старшого дошкільного віку, у школі I ступеня. Представлено специфіку організації навчання дітей із особливими освітніми потребами в умовах закладів освіти інтернатного типу та загальноосвітніх навчальних закладів.

Збірник адресований педагогічним працівникам дошкільних, загальноосвітніх навчальних закладів, шкіл-інтернатів, працівникам районних (міських) методичних кабінетів, науково-педагогічним працівникам обласних інститутів післядипломної педагогічної освіти.

Віктор Качуровський,

завідуючий навчально-методичним кабінетом
фізичної культури та ДП

Типовими навчальними планами для загальноосвітніх навчальних закладів на вивчення предмета фізичної культури передбачено:

- у 5-8 класах – 2,5 год на тиждень (у загальноосвітніх навчальних закладах з українською мовою навчання з вивченням російської чи іншої мови національної меншини, у загальноосвітніх навчальних закладах з українською мовою навчання з вивченням двох іноземних мов – 2 год); *8 кл. 3 год. на тижд.*
- у 9 класах – 2 год на тиждень;
- у 10-11 класах – 2 год на тиждень;
- у 10-11 класах спортивного профілю – 5 год на тиждень.

У 5-8 класах можливі наступні варіанти розподілу годин:

- перший: а) 1-й тиждень – 2 год;
 б) 2-й тиждень – 3 год (I і II семестри);
- другий: а) I-й семестр – по 2 год на тиждень;
 б) II-й семестр – по 3 год на тиждень (або навпаки);
- третій: а) під час вивчення навчального матеріалу з легкої атлетики і спортивних ігор на стадіонах і спортивних майданчиках шкіл (перша та четверта чверті) – 3 год;
 б) під час вивчення навчального матеріалу з гімнастики, спортивних ігор та ін. у спортивних залах шкіл (друга і третя чверті) – 2 год;

У 5-8 класах вивчення предмета здійснюється за навчальною програмою "Фізична культура" для 5-12 класів загальноосвітніх навчальних закладів (авт. С.І.Операйло та ін. – К.: Перун, 2005). Учні 9-11 класів навчаються за програмою "Основи здоров'я і фізична культура" для 1-11 класів загальноосвітніх навчальних закладів. (за редакцією М.Д.Зубалія. – К.: Початкова школа, 2001).

Концепцією профільного навчання, затвердженою рішенням колегії Міністерства освіти і науки України №10/12-2 від 25.09.2003 р., передбачено упровадження допрофільного навчання. Відповідно до зазначеної Концепції допрофільна підготовка здійснюється у 8-9 класах з метою профільної орієнтації учнів.

Формами реалізації допрофільної підготовки навчальними закладами є такі вивчення окремих предметів на диференційованій основі; упровадження профорієнтаційних курсів, курсів за вибором, позаурочної і гурткової роботи відповідного напрямку.

Класи спортивного профілю навчаються за "Навчальною програмою з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. Спортивний профіль. 10-11 класи.", рекомендованою Міністерством освіти і науки України (лист МОН України № 1/11-95 від 14.01.04).

Організація поглибленого вивчення навчального предмета "Фізична культура" у школі II ступеня може здійснюватися за такою схемою:

Навчальні предмети	Годин на тиждень у класах				
	5	6	7	8	9
Навчальні предмети інваріантної складової (плануються за Типовим навчальним планом загальноосвітніх навчальних закладів II ступеня з українською мовою навчання)	24-27	27-28	29-30	30-31	31-32
Додатковий час на поглиблене вивчення предмета	4	5	4	4	4
Факультативні, індивідуальні, групові заняття і консультації	2	2	2	2	3
Гранично допустиме навчальне навантаження учнів:					
– 5-денний робочий тиждень;	28	31	32	33	33
– 6-денний робочий тиждень.	30	32	33	35	36

Учні, які за результатами медичного огляду тимчасово віднесені до спеціальної медичної групи, відвідують обов'язкові уроки, але виконують коригувальні вправи і вправи для загального фізичного розвитку, які їм не протипоказані. Таким учням можна виставляти поточну оцінку за знання і техніку виконання коригувальних вправ (за сприятливих для учня умов), а наприкінці навчального року ставиться "Зараховано".

Окрім того, для учнів спеціальних медичних груп організовуються два додаткових заняття за програмами "Фізична культура" для учнів 1-4 класів спеціальних медичних груп загальноосвітніх навчальних закладів (авт. Майер В.І., Дерев'янка В.В.) і "Фізична культура" для учнів 5-9 класів спеціальних медичних груп загальноосвітніх навчальних закладів (авт. Майер В.І., Дерев'янка В.В.).

Для учнів спеціальних медичних груп, які навчаються за новими програмами, здійснюється оцінювання навчальних досягнень. Програми містять критерії, за якими здійснюється оцінювання.

Наказом Міністерства освіти і науки України №371 від 05.05.2008 затверджено критерії оцінювання навчальних досягнень учнів у систе-

мі загальної середньої освіти. Основними видами оцінювання навчальних досягнень учнів є поточне і підсумкове (тематичне, семестрове, річне), державна підсумкова атестація.

Поточна оцінка виставляється до класного журналу в колонку з надписом, що засвідчує дату проведення заняття, коли здійснювалося оцінювання учня (учениці).

Тематична оцінка виставляється до класного журналу в колонку з надписом **Тематична** без дати.

Під час виставлення тематичної оцінки враховуються всі види навчальної діяльності, що підлягали оцінюванню протягом вивчення теми. При цьому проведення окремої тематичної атестації для здійснення відповідного оцінювання не передбачається.

Якщо учень (учениця) був(ла) відсутній(я) на уроках протягом вивчення теми, не виконав(ла) вимоги навчальної програми, у колонку з надписом **Тематична** виставляється **н/а (не атестований(а))**.

Тематична оцінка не підлягає коригуванню.

Семестрова оцінка виставляється без дати до класного журналу в колонку з надписом **I семестр, II семестр**. Семестрове оцінювання здійснюється на підставі тематичних оцінок, при цьому мають ураховуватися динаміка особистих навчальних досягнень учня (учениці) з предмета протягом семестру, важливість теми, тривалість її вивчення, складність змісту тощо.

Якщо учень (учениця) був(ла) відсутній(я) на уроках протягом семестру, у відповідну клітинку замість оцінки за **I семестр** або **II семестр** виставляється **н/а (не атестований(а))**.

Семестрова оцінка може підлягати коригуванню. Скоригована семестрова оцінка виставляється без дати у колонку з надписом **Скоригована** поруч із колонкою **I семестр** або **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.

Річна оцінка виставляється до журналу в колонку з надписом **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 випадку неатестації учня (учениці) за підсумками двох семестрів у колонку **Річна** робиться запис **н/а (не атестований(а))**.

Річна оцінка коригуванню не підлягає.

Відповідно до зазначених критеріїв рекомендується разом із оцінюванням навчальних досягнень з фізичної культури за навчальними нормативами здійснювати оцінювання в особистісно-зорієнтованому аспекті. В основі особистісно-зорієнтованого оцінювання з фізичної культури – такі показники:

- особисті досягнення школярів протягом навчального року;
- активна робота учнів на уроках фізичної культури;
- залучення учнів до занять фізичною культурою в позаурочний час;
- участь у змаганнях всіх рівнів тощо.

На основі зазначеного вище, вчителі можуть самостійно розробляти різноманітні системи нарахування набраних балів. Розроблені системи корекції оцінювання мають погоджуватися педагогічною радою школи.

Вивчення предмета у 10-11 класах здійснюється окремо для юнаків і дівчат. Поділ класу на групи здійснюється згідно наказу Міністерства освіти і науки України № 128 від 20.02.2002 р. (додаток 2). За можливістю уроки фізичної культури в 5-9 класах проводяться для дівчат і хлопців окремо.

Нагадуємо, що всі завдання методики фізичного виховання щодо їх спрямування об'єднуються у три групи: освітні, оздоровчі, виховні.

Освітні завдання спрямовані на навчання учнів основним руховим діям (бігу, стрибкам, лазінню тощо), визначеним навчальною програмою.

Під час формування освітніх завдань, доцільно вживати терміни "навчити", "засвоїти", "закріпити", "вдосконалювати" (скласти банк слів і термінів для формулювання завдань).

У свою чергу, освітні завдання поділяють на *загальні* і *конкретні*. Так до *загальних* можна віднести таке: "Вчити лазінню по канату", а до *конкретних* – "Навчити правильному захвату канату руками й ногами".

У плані-конспекті зазначають загальні завдання.

До освітніх завдань належать і теоретичні відомості з предмета "Фізична культура": про руховий режим школярів, правила загартування, правильну поставу тощо.

Оздоровчі завдання спрямовані на забезпечення фізичного розвитку, формування правильної постави тощо. Під час формулювання оздоровчих завдань, доцільно вживати терміни "формувати", "розвивати", "сприяти". У плані-конспекті можливо вживання таких формулювань: "Розвивати загальну витривалість", "Формувати правильну поставу", "Сприяти розвитку сили м'язів рук" та тощо.

Виховні завдання спрямовані на розвиток моральних і вольових якостей учнів. Під час написання конспекту уроку доцільно вживати

формулювання "виховувати", "розвивати" тощо. Наприклад: "Виховувати сміливість", "Розвивати почуття колективізму" та ін.

На уроках фізичної культури освітні завдання *виришуються* у комплексі з виховними й оздоровчими. Наприклад:

Опорний стрибок через козла: навчити виконанню стрибка (освітні завдання) неможливі без розвитку фізичних якостей (оздоровчі завдання) і без виховання морально-вольових якостей, таких, як сміливість (виховні завдання).

Під час формування плану-конспекту уроку на початку записують тему, мету, завдання, місце проведення уроку та інвентар. Наприклад:

План - конспект уроку фізичної культури для 7 класу

Тема уроку. "Футбол". 7 клас

Мета уроку (вказують один загальний напрям): *навчити основних елементів техніки гри у футбол або вдосконалювати функціональні можливості організму, розвивати фізичні якості школярів.*

Завдання уроку (повинно бути 3-4 чітких, конкретних, стислих завдання):

1. Повторити техніку виконання удару по м'ячу внутрішньою стороною стопи.
2. Удосконалити техніку зупинки м'яча підшвою, ведення м'яча внутрішньою та зовнішньою частиною підйому.
3. Сприяти розвитку швидкості, координації рухів і функціональних можливостей організму школярів.

Інвентар: м'ячі футбольні, ворота, фішки, гімнастичні лави, дидактичний матеріал.

Місцепроведення: спортивний майданчик школи.

Для покращення роботи рекомендуємо користуватися "Робочим журналом учителя фізичної культури" (укладач В.С. Качуровський), який містить такі бланки (макети):

- загальні відомості про класи;
- розклад уроків;
- календарний план - графік розподілу навчального матеріалу на семестр;
- умови виконання і зведений протокол комплексного тесту оцінки стану фізичної підготовленості учнів;
- облік проведення інструктажів правил безпеки на уроках фізичної культури;
- облік навчальних досягнень учнів.

Крім уроків (занять), у загальноосвітніх навчальних закладах використовуються різноманітні позаурочні форми навчання залучення школярів до занять фізичною культурою: фізкультурно-оздоровчі заняття у режимі дня, домашні завдання, заняття у спортивних гуртках

і секціях, групах загальної фізичної підготовки, групах лікувальної фізичної культури, спеціальних медичних групах, спортивних класах, школах, позашкільних спортивних закладах, клубах за інтересами, проводяться свята фізичної культури тощо.

Однією з ефективних форм (систем) роботи навчального закладу, яка здатна реалізувати пріоритетні напрями освіти і виховання на сучасному етапі може бути олімпійська освіта. Це багаторівневий процес, складова частина загальної освіти, спрямована на задоволення різноманітних потреб населення з метою формування олімпійських ідеалів за допомогою спорту і культури. Це також процес навчання і розвитку особистості відповідно до загальнолюдських моральних цінностей та ідеалів олімпізму.

Предмет "Фізична культура" належить до найбільш травмо небезпечних дисциплін у загальноосвітніх навчальних закладах. Тому вчителю потрібно звернути особливу увагу на безпеку життєдіяльності під час проведення занять. Зазвичай основними причинами травматизму є:

- неправильна організація занять;
- низький рівень кваліфікації вчителя;
- недоліки у проведенні змагань;
- незадовільний стан місць для проведення занять;
- незадовільний стан спортивного обладнання, інвентарю, одягу і взуття учнів;
- порушення правил лікарського контролю;
- порушення поведінки учнями.

Попередженню травматизму під час занять фізичної культури забезпечують:

- повноцінна розминка (покращується стан ЦНС, провідність нервових імпульсів, розігріваються м'язи і суглоби);
- дотримання санітарно-гігієнічних вимог (температура у спортивному залі, вологість, освітлення, вентиляція, підбір і налаштування спортивного інвентарю);
- дотримання методичних принципів (від простого до складного, від відомого до невідомого, систематичності занять, поступового збільшення навантаження, врахування підготовленості і стану здоров'я);
- перевірка місць занять (необхідна відстань між спортивним обладнанням, рівне і неслизьке покриття);
- перевірка інвентарю і обладнання (весь інвентар і обладнання має бути повністю придатним до використання, мати надійне кріплення);

- правильний добір вправ (не використовувати для розвитку фізичних якостей не засвоєні вправи, не виконувати їх в неналежних умовах);
- контроль за правильним виконанням вправ (наприклад, під час стрибків не можна приземлятися на прямі ноги).

Відповідно до Державних санітарних правил і норм влаштування, утримання загальноосвітніх навчальних закладів і організації навчально-виховного процесу, Державних санітарних правил і норм ДсанПіН 5.5.2.008 -01 у спортивному залі площею до 288 м² допускаються одночасні заняття не більше, ніж з одним класом.

Література

1. Концепція 12-річної загальної середньої освіти / Інформаційний збірник Міністерства освіти і науки України. – 2002. – №2. – С.2 -22.
2. Державні санітарні правила і норми влаштування, утримання загальноосвітніх навчальних закладів та організації навчально-виховного процесу, Державні санітарні правила і норми ДсанПіН 5.5.2.008 -01 // Директор школи. – 2002. – №38. – С. 8.
3. Навчальна програма для загальноосвітніх навчальних закладів (12-річна школа). Фізична культура. 5 -11 класи // Фізичне виховання в школі. – 2005. – №2. – С.9 -22.
4. Національна Доктрина розвитку освіти (витяги) // Фізичне виховання в школі. – 2002. – №14 – С.6 -7.
5. Основи здоров'я і фізична культура. Програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 1 -11 класи. – К.: Початкова школа, 2001. – 112 с.
6. Програма з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів. Спортивний профіль. 10 -11 класи // Фізичне виховання в школі. – 2004. – №2 – С.7 -15.
7. Програми для основної та спеціальної медичних груп загальноосвітніх навчальних закладів. Фізична культура. 1 -4 класи.
8. Араф'єв В.Г., Столітенко В.В. Фізичне виховання в школі. – К.: ІЗМН, 1997. – 152 с.
9. Ареф'єва В.Г., Єрмолова В.М., Качеров О.Б. Основи здоров'я і фізична культура. 4 клас. – К.: Просвіта, 2004. – 160 с.
10. Ареф'єв В.Г., Єдинак Г.А. Фізична культура в школі (молодому спеціалісту). – Кам'янець -Подільський: Абетка -НОВА, 2001. – 384 с.
11. Ареф'єв В.Г., Столітенко В.В. Фізичне виховання школі. – К.: ІЗМН, 1997. – 152 с.
12. Бех І. Сучасні психолого-педагогічні вимоги до уроку // Фізичне виховання в школі. – 1999. – №4. – С. 6.

13. Борисенко А.Ф. Система фізичного виховання учнів початкових класів // Початкова школа. – 2001. – №5. – С. 30-32.
14. Васьков Ю. Основні функції та мета шкільної фізичної культури // Завуч. – 2004. – №8. – С. 9-11.
15. Васьков Ю.В., Пашков І.М. Робочий журнал учителя. 5-11 класи. – Харків: Торсінг, 2004. – 144 с.
16. Вільчковський В.С., Козленко М.П., Цвек С.Ф. Система фізичного виховання молодших школярів: Навчально-методичний посібник. – К.: ІЗМН, 1998. – 232 с.
17. Волинець Ю.Й., Нижник М.В. Методичні рекомендації з питань безпеки життєдіяльності під час занять фізичними вправами та при проведенні спортивно-масових заходів в загальноосвітніх навчальних закладах – Харків: СПД ФО Співак Т.К., 2006. – 80 с.
18. Єрмолова В.М., Іванова Л.І., Ващенко О.М. Дидактичний матеріал. Початкова школа // За заг. ред. О.В. Белікової. – Донецьк, 2004. – 120с.
19. Єрмолова В.М., Іванова Л.І., Ващенко О.М., Операйло С.І. Оцінювання навчальних досягнень учнів. – Харків: Торсінг, 2004. – 64'с.
20. Заняття фізкультурою та здоров'я: Мед.-пед. моніторинг/ Г.Презлята, А.Шпільчак. – К.: Шкільний світ: Дид. Л.Галіцина, 2006. – 112 с.
21. Інструктивно-методичні рекомендації з питань безпеки життєдіяльності під час занять фізичною культурою та проведення спортивно-масових заходів у загальноосвітніх школах / Охорона праці та безпека життєдіяльності у загальноосвітніх навчальних закладах. Методичний збірник. – Ставище, 2002. – С. 78-86.
22. Качеров О.Б., Ареф'єв В.Г. Основи здоров'я і фізична культура. 2 клас. – К.: Просвіта, 2003. – 160 с.
23. Качеров О.Б., Ареф'єв В.Г. Основи здоров'я і фізична культура. 3 клас. – К.: Просвіта, 2003. – 160 с.
24. Качуровський В.С. Рекомендації щодо організації безпечних занять з атлетичної гімнастики // Інформаційно-методичний збірник головного управління освіти і науки Київської обласної державної адміністрації та Київського обласного інституту післядипломної освіти педагогічних кадрів. – 2007. – № 5(79) – С. 31-38.
25. Книга вчителя фізичної культури / Упоряд. С.І. Операйло, А.І.Ільченко, В.М.Єрмолова, Л.І.Іванова. – Харків: ТОРСІНГ ПЛЮС, 2005. – 464 с.
26. Круцевич Т.Ю. Оцінка як один із факторів підвищення мотивації учнів до фізичної активності // Фізичне виховання в школі. – 1999. – №1. – С. 47-50.

27. Кун М.А. Легенди і міфи Стародавньої Греції. – К.: Рад. шк., 1955.– 432 с.
28. Олімпійська хартія /МОК. – К.: Олімпійська література, 1999. – 96 с.
29. Платонов В.Н., Гуськов С.И. Олимпийский спорт: В 2 т. – К.: Олимпийская литература, 1994. – Кн.1. – 494с.; 1997. – Кн. 2. – 384 с.
30. Проценко В.О., Качуровський В.С. Методичні рекомендації щодо впровадження олімпійської освіти в освітніх закладах Київської області // Інформаційно-методичний збірник головного управління освіти і науки Київської обласної державної адміністрації та Київського обласного інституту післядипломної освіти педагогічних кадрів. – 2008. – № 4(90) – С. 69-77.
31. Робочий журнал учителя фізичної культури / Упор. В.С. Качуровський. – Біла Церква: КОІПОПК, 2004.
32. Твій перший олімпійський путівник / За ред. Булатової М.М.— К.: Олімпійська література, 2006.
33. Уроки степ-аеробіки у школі: Методичні рекомендації щодо формування рухових якостей учнівської молоді / Укл. В.М.Завадич, А.П.Бабешко. – Луганськ: Знання, 2007. – 40 с.
34. Фіцула М.М. Педагогіка: Навчальний посібник. Видання 2-ге, виправлене, доповнене. – К.: Академвидав, 2006. – 560 с.