



**Комунальний вищий навчальний заклад
«Харківська академія неперервної освіти»**

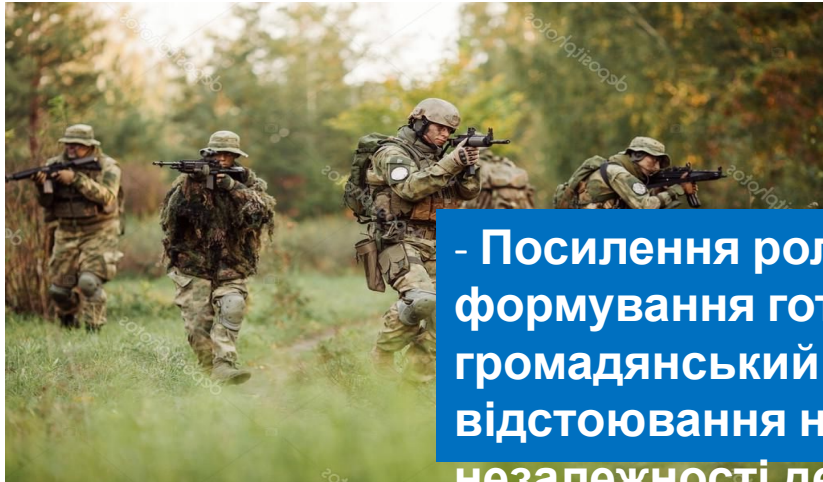


**«Фізкультурна освіта НУШ.
Особливості викладання фізичної культури
у 2022/2023 навчальному році»**



**Ірина Волкова, старша викладачка
кафедри виховання й розвитку особистості**

ВІЙНА ЗМІНЮЄ ФІЗИЧНУ КУЛЬТУРУ В УКРАЇНСЬКІЙ ШКОЛІ



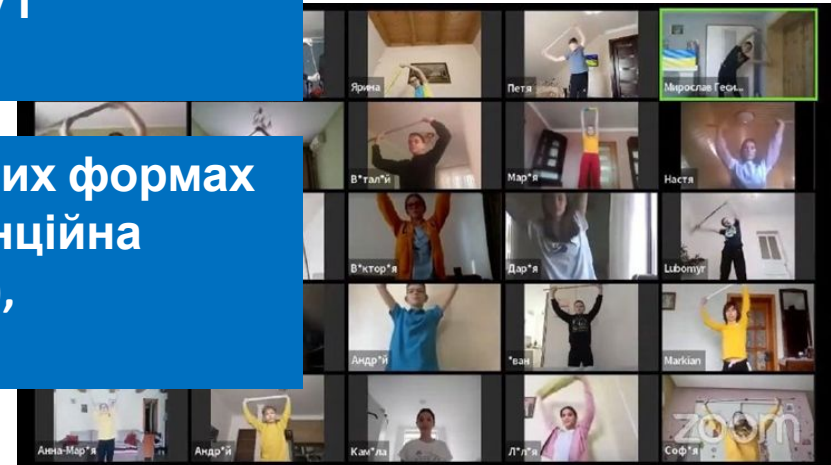
- Посилення ролі фізичної культури у справі формування готовності виконувати громадянський та конституційний обов'язок щодо відстоювання національних інтересів та незалежності держави



- Зміна акцентів на сприяння зростанню фізичної підготовленості, фізичному розвитку і зміцненню здоров'я



- Викладання фізичної культури в різних формах організації освітнього процесу: дистанційна форма (онлайн), очна форма (офлайн), індивідуальна, сімейна, екстернатна



1 – 4 класи

- **Державний стандарт** початкової освіти затверджений постановою КМУ від 21 лютого **2018 року № 87**
- **Типові освітні програми,**
затверджені *наказом* МОН України від **12.08.2022 № 743**
 - для учнів 1- 2 класів*
 - розроблена під керівництвом О. Я. Савченко
 - розроблена під керівництвом Р. Б. Шияна
 - для учнів 3 - 4 класів*
 - розроблена під керівництвом О. Я. Савченко
 - розроблена під керівництвом Р. Б. Шияна

5 клас

- **Державний стандарт** базової середньої освіти, затверджений постановою Кабінету Міністрів України від 30 вересня **2020 року № 898**
- **Типова освітня програма** для 5 – 9 класів закладів загальної середньої освіти *наказ* МОН України від **19.02. 2021 № 235**
- **Модельні навчальні програми**
Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-6 класи» для закладів загальної середньої освіти (автори: Педан О.С., Коломоєць Г. А. , Боляк А. А., Ребрина А. А., Деревянко В. В., Стеценко В. Г., Остапенко О. І., Лакіза О. М., Косик В. М. та інші) «Рекомендовано Міністерством освіти і науки України» наказ Міністерства освіти і науки України від 17.08.2022 року № 752

6 – 9 класи

- **Державний стандарт** базової та повної загальної середньої освіти, затверджений постановою КМУ від 23 листопада **2011 року №1392**
- **Типова освітня програма** закладів загальної середньої освіти II ступеня *наказ* МОН України від **20.04. 2018 № 405**
- **Навчальні програми**
наказ МОН України від **07.06.2017 № 804**
«Про оновлені навчальні програми для учнів 5-9 класів загальноосвітніх навчальних закладів»
наказ МОН України від **03.08.2022 № 698**
«Про надання грифа оновленим навчальним програмам»

10 – 11 класи

- **Державний стандарт** базової та повної загальної середньої освіти, затверджений постановою КМУ від 23 листопада **2011 року №1392**
- **Типова освітня програма** закладів загальної середньої освіти III ступеня
наказ МОН України від 20.04. 2018 № 408
у редакції наказу МОН України від **28.11.2019 №1493**
(зі змінами)
- **Навчальні програми**
наказ МОН України від **23.10.2017 № 1407**
«Про надання грифу МОН навчальним програма для учнів 10 – 11 класів закладів загальної середньої освіти»
наказ МОН України від **03.08.2022 № 698**
«Про надання грифа оновленим навчальним програмам»

З початком війни держава ініціювала внесення змін до всіх діючих навчальних програм. Вони спрямовані на посилення підготовки підростаючого покоління до захисту держави і протидії агресії.

Наказом МОН України від 03 серпня 2022 року №698 затверджено і надано гриф «Рекомендовано Міністерством освіти і науки України» оновленим навчальним програмам

6-9 та 10-11 класи

Фізична культура 6-9 клас

<https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/programy-5-9-klas/2022/08/15/nachalna.programa-2022.fizichna-kultura-6-9.pdf>

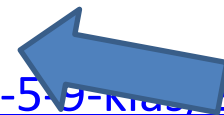
Фізична культура 10-11 клас рівень стандарту

<https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/programy-10-11-klas/2022/08/15/nachalna.programa-2022.fizichna-kultura-10-11-standart.pdf>

Фізична культура 10-11 клас профільний рівень

<https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/programy-10-11-klas/2022/08/15/nachalna.programa-2022.fizichna-kultura-10-11-standart.pdf>

**Зробіть
презентацію
в режимі
«Показ»
і натисніть
тут**



Внесені зміни до програм 6-11 класи

Розділ: Теоретико-методичні знання

Знання про рухові вміння, навички та фізичні якості, які необхідні для успішної участі в захисті держави, збереження власного життя під час надзвичайних ситуацій.

Розділ: Загальна фізична підготовка

Інваріантний модуль «Загальна фізична підготовка» - основа реалізації концепції навчальної програми.

Зростання рівня фізичної підготовленості учнів та учениць є провідним завданням вчителя на шляху до реалізації програми, виховання майбутніх захисників України.

Ефективна методика розвитку фізичних якостей враховує вікові та статеві особливості, психологічні, фізіологічні і біомеханічні передумови диференційованого і комплексного прояву фізичних якостей, підбір фізичних вправ, раціонального регулювання навантаження і відпочинку у процесі уроку.

Зміни в методиці навчання

Обмеження часу шкільного уроку потребує особливої уваги до так званого «перенесення» фізичних якостей.

Повинні враховуватися позитивне і негативне перенесення фізичних якостей; позитивний вплив одних вправ для розвитку певної фізичної якості на виконання інших вправ; при постійному навантаженні м'язів одного боку тіла спостерігається перехресне перенесення, яке виражається у відповідному зростанні фізичної спроможності м'язів іншого боку тіла.

Введено до програми

Алгоритм методики розвитку фізичних якостей має містити наступні операції:

1. На основі аналізу стану фізичної підготовленості конкретного учня/учениці, слід визначити, які саме фізичні якості розвивати і до якого рівня.
2. Відбір найбільш ефективних фізичних вправ для вирішення поставленого педагогічного завдання.
3. Визначення місця вправ в конкретному уроці і системі суміжних завдань і занять відповідно **до закономірностей перенесення фізичних якостей**.
4. Визначення величини навантажень та її динаміки відповідно для кожної з фізичних якостей.

Зміни в методиці навчання

З метою індивідуального підбору навантаження для різних вправ доцільним є використання таких підхід, як самовизначення дитини.

При виконанні вправ не варто жорстко регламентувати виконання вправи.

Показники: темп виконання, амплітуду, кількість повторень учні та учениці регламентують самостійно у відповідності до свого поточного стану.

Доцільним є тільки визначати час скільки буде тривати рухове завдання.

Засоби та методи розвитку фізичних якостей інваріантного модулю слід планувати на весь навчальний рік, включаючи до плану усі прогнозовані і доступні до використання засоби з врахуванням принципів систематичності, безперервності.

При плануванні фізичної підготовки, слід використовувати особливості розвитку фізичних якостей.

Ефективна наскрізна побудова фізичної підготовки має спиратися й на безпосереднє планування розвитку різних фізичних якостей в кожному окремому уроці.

Зміни в методиці навчання

Таким чином, на розвиток усіх основних фізичних якостей повинен здійснюватися постійний систематичний вплив, який забезпечує поступове зростання навантаження.

Ефективність фізичної підготовки підвищить контроль розвитку основних фізичних якостей на початку навчального року, та наприкінці.

В залежності від індивідуальних завдань учнів та учениць протягом навчального року може проводитися додаткове оцінювання фізичної підготовленості, як комплексне так і окремих якостей.

- **Державний стандарт** базової середньої освіти, затверджений постановою Кабінету Міністрів України від 30 вересня **2020 року** № 898

Метою освітньої галузі фізичної культури є гармонійний фізичний розвиток **особистості учня**, підвищення **функціональних можливостей організму**, вдосконалення **життєво необхідних рухових умінь та навичок**, розширення **рухового досвіду** через **формування стійкої мотивації учнів** до занять фізичною культурою і спортом.

Стандарт привертає нас працювати на засадах особистісно-орієнтованої моделі освіти, у рамках якої школа
максимально враховує права дитини, її здібності, потреби та інтереси,
на практиці реалізуючи принцип дитиноцентризму.

ВІЙНА ЗМІНЮЄ ФІЗИЧНУ КУЛЬТУРУ В УКРАЇНСЬКІЙ ШКОЛІ

Засоби фізичної культури перестають бути основою для освітніх досягнень учнів/учениць з фізичної культури. Пішли в минуле нормативи фізичної підготовленості, оцінки за техніку виконання елементів варіативних модулів.

Модельна навчальна програма
«Фізична культура», 5 клас

Збільшується увага !!!!

Вправи для формування та корекції постави, для розвитку швидкості, для розвитку спритності, для розвитку витривалості, для розвитку сили, для розвитку гнучкості, вправи для розвитку швидкісно-силових якостей.

Модельна навчальна програма «Фізична культура» 5-6 клас

- Це комплексна програма для адаптаційного циклу навчання, яка забезпечує наступність між початковою і базовою освітою, гнучкий перехід учнів від молодшого шкільного віку до підліткового.
- Програма реалізує визначені в стандарті ціннісні орієнтири, ключові компетентності та наскрізні уміння учнів/учениць, й закладає основу для подальшого впровадження освітньої галузі фізичної культури Державного стандарту базової середньої освіти.

Компетентнісний потенціал освітньої галузі фізичної культури та базові знання зазначені в додатку 21 до Держстандарту.

В чому різниця діючих програм і модельної навчальної програми для НУШ?

Традиційна школа

Діючий модульний (тематичний) принцип побудови програми, передбачав, протягом тривалого часу, вивчення лише одного варіативного модулю. Традиційна методика проведення уроку, діями вчителя, регламентує все: кількість повторень, темп, частоту, амплітуду рухів, техніку виконання тощо.

Нова українська школа

Забезпечення учням/ученицям індивідуального вибору варіативних модулів чи рухової активності для кожного уроку

Формування ціннісних орієнтацій щодо використання фізичних вправ, формування компетентностей та здатностей їх застосовувати в різних життєвих ситуаціях.

Вимоги до обов'язкових результатів навчання освітньої галузі фізичної культури, які передбачають, що учень/учениця:

- формує власну психічну та соціально-психологічну сфери особистості засобами фізичного виховання;
- систематично займається фізичною культурою, володіє технікою виконання фізичних вправ;
- усвідомлює значення фізичної/рухової активності для підтримання стану здоров'я та задоволення у процесі фізичного виховання.

**Оцінюються
за півріччя**

Засоби фізичної культури перестали бути основою для освітніх досягнень. Пішли в минуле нормативи фізичної підготовленості, оцінки за техніку виконання елементів варіативних модулів.

- Модельна навчальна програма побудована за модульною системою. Вона містить **інваріантну (обов'язкову)** та **варіативну складову**.
- До інваріативної частини належать модуль: **теоретико-методичні знання та загальна фізична підготовка**, тобто підвищення функціональних можливостей організму і забезпечення гармонійного фізичного розвитку, зміст якого реалізовується упродовж кожного уроку.
- Кожен вид фізкультурно-спортивної діяльності (вид спорту) може бути представлений у вигляді варіативного модуля.
- Програма кожного варіативного модуля має містити методичні вказівки, щодо використання його засобів для забезпечення наскрізного підвищення функціональних можливостей організму і гармонійного фізичного розвитку протягом його використання.

УВАГА! Варіативні модулі структурують засоби фізичної культури і не являються окремими темами для вивчення.

Варіативні модулі модельної навчальної програми - 2022

1. Аеробіка,
2. Акробатичний рок-н-рол;
3. Алтимат фризбі,
4. Американський футбол
5. Бадмінтон,
6. Баскетбол 3х3,
7. Баскетбол,
8. Бейсбол,
9. Бойовий хортинг,
10. Велоспорт,
11. Військово-спортивні ігри,
12. Волейбол,
13. Вудбол,
14. Гандбол,
15. Гімнастика,
16. Городки,
17. Дартс
18. Дзюдо,
19. Дитяча легка атлетика,
20. Дитячий (настільний) більярд
21. Доджбол (вибивний)
22. Корфбол,
23. Лакрос,
24. Лижна підготовка,
25. Настільний теніс,
26. Падел,
27. Панна (вуличний футбол),
28. Петанк,
29. Піклбол,
30. Плавання,
31. Пляжний бадмінтон (airschatl),
32. Пляжний бейсбол (гилка)
33. Пляжний волейбол,
34. Рінго,
35. Регбі-5,
36. Рукопашний бій
37. Рухливі ігри,
38. Рятувальне багатоборство (Школа безпеки)
39. Самбо,
40. Скандинавська ходьба,
41. Сквош,
42. Слалом (роликові ковзани)
43. Сумо,
44. Теніс
45. Туризм
46. Ушу
47. Фістбол,
48. Фітнес-йога
49. Фехтування,
50. Флорбол,
51. Футбол
52. Футзал,
53. Хокей на траві,
54. Хортинг,
55. Хортинг-фехтування
56. Чирлідінг,
57. Шахи
58. Шашки
59. Шорт-гольф;
60. Cool Games.

**Змістове наповнення варіативної складової освітній заклад
добирає самостійно із модулів, запропонованих модельною
програмою.**

- **На вибір учнів упродовж року має бути запропоновано 12-16 варіативних модулів.**
- Для добору варіативних модулів враховується:
 - наявність матеріально-технічної бази,
 - регіональні традиції,
 - кадрове забезпечення,
 - гендерність,
 - рівень безпеки,
 - сезонність, коли заняття проходять на відкритих майданчиках чи у спортивних



Як забезпечується вибір?

- Повна зміна варіативних модулів відбувається кожної чверті/триместрі.
- Вибір варіативного модулю учнем/ученицею відбувається завчасно до початку кожної чверті/триместрі із 3-5 модулів, запропонованих освітнім закладом, після попереднього ознайомлення з їх особливостями.
- Для викладання протягом чверті/триместру визначаються 3-4 варіативні модулі, які набрали найбільшу кількість вподобань учнів.
- **З метою формування вмінь, необхідних для занять обраними варіативними модулями, на початку чверті/триместрі, доцільно проводити цикл із 6-9 ознайомчих уроків з використанням одночасного або позмінного, колового методів.**
- На окремих ознайомчих уроках доцільно робити акцент (виділяти більше часу) на вивченні одного з модулів.

Обрані учнями/ученицями варіативні модулі, мають бути представлені на кожному уроці.

Поєднання навчальної та фізкультурно-оздоровчої діяльності

- Наприкінці кожної чверті в освітньому закладі проводяться фізкультурно-оздоровчі масові заходи за програмою Всеукраїнської учнівської ліги «Здорова Україна» (ігри, змагання, челенджі, квести тощо), які охоплюють усіх учнів/учениць і спрямовані на закріплення і вдосконалення вивчених варіативних модулів.
- Фізкультурно-оздоровчі заходи можуть проводитися в режимі уроку з фізичної культури.
- До проведення масових фізкультурно-оздоровчих заходів необхідно долучати батьків (інших членів родини) у якості учасників і глядачів.
- Фізкультурно-оздоровча діяльність учнів і учениць є важливим чинником формування їх компетентностей, підвищення мотивації до занять фізичною активністю.

Основною формою організації освітнього процесу з фізичної культури в закладі загальної середньої освіти є урок.

На кожному уроці основний його зміст може бути засвоєний на всіх трьох рівнях:

- сприйняття, осмислення й запам'ятовування;
- застосування знань, вмінь, навичок за зразком;
- застосування знань, вмінь, навичок у новій ситуації.

Планування уроку визначає види навчальної діяльності учнів з використанням компетентнісного і діяльнісного підходів.

Трансформація структури уроку



НОВИЙ УРОК ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Обираю свій вид

- Улюблений вид спорту (вибір із 12-16 видів)
- Щирий інтерес
- Здоволення на уроці, драйв і смакано

Я можу бути сильним

- Розвиток окремих фізичних якостей
- Зміцнення здоров'я
- Самореалізація

Крута розминка

- Флешмоб
- Фан-ап
- Емоційність та драйв

моторна щільність уроків до **80%** фізичної активності

міні змагання на уроці – драйв та мотивація

нові модулі - безпека, гендерність, доступність

один зал – один вік учнів/учениць

реальний вибір свого виду спорту

Перший блок - специфічні для фізичної підготовки завдання.

1
блок

2
блок

Другий блок - вправи за вибором учнів та учениць, які впливають на вдосконалення фізичного розвитку (фізичних якостей).

А.А. Боляк, 2022

ОСОБЛИВОСТІ МЕТОДИКИ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ ГАРМОНІЙНОГО ФІЗИЧНОГО РОЗВИТКУ

Ефективна методика фізичного розвитку враховує особливості формування фізичних якостей, вікові та статеві особливості і має спиратися на знання психологічних, фізіологічних і біомеханічних передумов диференційованого і комплексного прояву фізичних здібностей дитини.

- Обмежений час шкільного уроку.
- Позитивне і негативне перенесення фізичних якостей, позитивний вплив одних вправ для розвитку певної фізичної якості на виконання інших вправ, перехресне позитивне перенесення.
- Сенситивні періоди розвитку фізичних якостей.
- Особливості розвитку фізичних якостей, їх поєднання в межах одного уроку.
- Ефективна наскрізна побудова фізичної підготовки має спиратися й на безпосереднє планування розвитку різних фізичних якостей в кожному окремому уроці.
- Індивідуальний підбір навантаження для кожного учня.

Оцінювання освітніх досягнень

Згідно Закону України «Про повну загальну середню освіту» кожен учень має право на справедливе, неупереджене, об'єктивне, незалежне, недискримінаційне та доброчесне оцінювання результатів його навчання незалежно від виду та форми здобуття ним освіти.

Основними видами оцінювання результатів навчання учнів, що проводяться закладом, є *формувальне, поточне та підсумкове*: *тематичне, семестрове, річне*.

Семестрове та підсумкове (річне) оцінювання результатів навчання здійснюють за 12-бальною системою (шкалою), а його результати позначають цифрами від 1 до 12.

За рішенням педагогічної ради (за потреби) заклад освіти може визначити адаптаційний період впродовж якого не здійснюється поточне та тематичне оцінювання.

Оцінювання освітніх досягнень

Рекомендовано систему оцінювання результатів навчання в освітній галузі «Фізична культура» здійснювати на позитивному ставленні до кожного учня, і враховувати не рівень недоліків та прорахунків а рівень особистих досягнень. Визначення досягнень учнів у рівнях *(Високий, Достатній, Середній, Початковий)* нададуть змогу вчителю об'єктивно, але водночас, не пригнічуючи особистість, оцінити тих, хто не має яскраво виражених фізичних здібностей, проте характеризується сумлінним ставленням до навчання, активністю, ініціативністю.

Акцентуємо увагу, що заклади освіти мають право на свободу вибору форм, змісту та способів оцінювання за рішенням педагогічної ради.

Оцінювання освітніх досягнень

Основна функція **поточного контролю** – навчальна. Запитання, завдання, тести, тощо спрямовані на закріплення вивченого матеріалу й повторення пройденого. Також звертаємо увагу на важливість урахування мотиваційно-стимулюючої функції поточного оцінювання.

Тематичне оцінювання здійснюється на підставі поточного оцінювання освітньої діяльності учня/учениці за певний період, як правило початкову чверть чи триместр.

Семестрове оцінювання може здійснюватися за результатами контролю груп загальних результатів відображених у Свідоцтві досягнень. Семестровий контроль проводиться з метою перевірки рівня засвоєння навчального матеріалу в обсязі модулів (*інваріативна* та *варіативну* складова). **Семестровий контроль** проводиться з метою перевірки рівня засвоєння навчального матеріалу і підтвердження результатів **поточних оцінок**, отриманих учнями раніше.

Річне оцінювання здійснюється на підставі загальної оцінки результатів навчання за I та II семестри. Окремі види контрольних робіт, як правило, не проводяться.

Вчитель може змістити акценти на результати опанування більш важливих тем, попередивши про це учнів на початку семестру (*коли обираєте варіативні модулі на семестр*)

Календарно-тематичне та поурочне планування

- Здійснюється вчителем у довільній формі, у тому числі з використанням друкованих чи електронних джерел тощо. Формат, обсяг, структура, зміст та оформлення *календарно-тематичних планів та поурочних планів-конспектів є індивідуальною справою вчителя*;
- Адміністрація закладу загальної середньої освіти або працівники методичних служб можуть лише надавати методичну допомогу вчителю, з метою покращення освітнього процесу, а не контролювати його;
- Календарно-тематичного планування з предметів важливо врахувати можливість організації освітнього процесу в межах навчального року в умовах карантину;
- Ураховуючи можливість коригування термінів виконання календарно-тематичного плану і 20 % резервного часу програми, дата проведення діагностувальної роботи може бути змінена на підставі аналізу результатів спостережень у процесі формувального оцінювання.
- Календарно-тематичне планування має бути запропоновано на вибір учнів упродовж року 12-16 варіативних модулів. Вибір варіативного модулю учнем/ученицею відбувається на початку кожної чверті із 3-4 модулів запропонованих освітнім закладом.

Якщо рішення педагогічної ради було запропоновано складання календарно-тематичне планування на семестр то можна обирати 6-8 модулів

Облік навчальних досягнень учнів (запис в журнал) I семестр

Примірний зразок лівої сторінки розвороту журналу

Фізична культура

(Назва предмету)

№ з/п	Прізвище та ім'я здобувача освіти	I приклад						II приклад						Ск ориг овано				
		20	22	24	TE МА ТИ ЧН А	1	2	3	I семестр	С	TE М АТ ИЧ НА	1	2		3	I семестр		
Місяць і число		12	12	12				естр	ригоvano	12	12	12				естр		
1	Профорук Михайло				11	11	11	10	11					В	В	В	В	В
2	Островець Тетяна				11	11	10	11	11					В	В	В	В	В
3	Грищук Валентина				11	12	11	11	11					В	В	В	В	В
4	Іваненко Андрій				9	9	9	8	9					Д	Д	Д	Д	Д
5	Петрусенко Іван				9	8	9	9	9					Д	Д	Д	Д	Д

Примірний зразок правої сторінки розвороту журналу

Вчитель
Валерійович

Грищук Михайло

№ з/п	Дата	ЗМІСТ УРОКУ	Завдання додому
40	20/12	Правила безпеки під час проведення уроку з фізичної культури. ЗРВ. Естафета з оббіганням перешкоди. Стрибки на скакалці. Серійні кидки бекхендом і форхендом з різних точок середньої і близької відстані з «Алтимат фрізбі». Ігри техніко-тактичного характеру з бадмінтону. Вправи для пресу.	
41	22/12	Правила безпеки під час проведення уроку з фізичної культури. ЗРВ. Спортивні ігри за спрощеними правилами і на менших, ніж стандартних майданчиках. Кидки м'яча у корф однією рукою від плеча, двома руками від грудей з місця та в русі. Прийомом диску технікою «бутерброд». Вправи зі стрибками. Оздоровчі масові заходи «Челендж».	
42	24/12	Правила безпеки під час проведення уроку з фізичної культури. ЗРВ. Вправи з бігу. Рухливі вправи з диском. Рухливі ігри. Вправи для пресу. Оздоровчі масові заходи «Квест».	
1		Розвиває особистісні якості у процесі фізичного виховання	
2		Володіє технікою фізичних вправ	
3		Здійснює фізкультурно-оздоровчу діяльність	

II семестр (ОЦІНКА)

Примірний зразок лівої сторінки розвороту журналу

Вчитель
Валерійович

Грищук Михайло

I приклад

№ з/п	Місяць і число Прізвище та ім'я здобувача освіти	TE			II			Ско риг ова но	Річ на	
		20 12	22 12	24 12	М АТ ИЧ НА	1	2			3
1	Профорук Михайло				11	11	11	10	11	11
2	Островець Тетяна				11	11	10	11	11	11
3	Грищук Валентина				11	12	11	11	11	11
4	Іваненко Андрій				9	9	9	8	9	9
5	Петрусенко Іван				9	8	9	9	9	9
6	Сидоренко Віктор				зар	зар	зар	зар	зар	зар

Примірний зразок правої сторінки розвороту журналу

<i>Вчитель</i> <u>Валерійович</u>	<i>Грищук</i> <i>Михайло</i>	ЗМІСТ УРОКУ	Завдання додому
<u>№</u> з/п	<u>Дата</u>		
103	30/05	Правил безпеки під час проведення уроку з фізичної культури. ЗРВ. Виконання поєднань у різному ритмі. Естафети. Змагання . Вправи на розслаблення для м'язів тулуба та ніг.	
104	01/05	Правил безпеки під час проведення уроку з фізичної культури. ЗРВ. Показ комбінацій з базових кроків аеробіки під музичний супровід. Прийом-передача м'яча двома руками знизу-зверху в парах. Термінологія Cool Games. Рухливі ігри та естафети за вибором. Вправи на розслаблення.	
105	03/05	Правил безпеки під час проведення уроку з фізичної культури. ЗРВ. Показ комбінацій з базових кроків аеробіки під музичний супровід. Прийом-передача м'яча двома руками знизу-зверху в парах. Термінологія Cool Games. Рухливі ігри та естафети за вибором. Вправи на розслаблення.	
1		Розвиває особистісні якості у процесі фізичного виховання	
2		Володіє технікою фізичних вправ	
3		Здійснює фізкультурно-оздоровчу діяльність	

Чек-лист проведення онлайн- уроку



DOCCU
ГРОМАДСЬКА ОРГАНІЗАЦІЯ

Перевірте підключення (камера, мікрофон)

Привітайтеся з учнями, поцікавтесь їх самопочуттям

Обговоріть правила:

- піднятої руки;
- використання чату;
- функції ввімкненого мікрофону;
- роботи з дошкою

Повторіть попередньо вивчений матеріал

Обговоріть цілі зустрічі

Ознайомте учнів з темою уроку

Перейдіть до вивчення нового матеріалу:

- пояснюйте з використанням відеоматеріалів, презентації

Повторіть вивчений матеріал

- тест, вікторина тощо

Приділіть час вправам для очей та постави учнів

Уточніть, що незрозуміло учням

Сформулюйте домашнє завдання

Приділіть увагу рефлексії, запитайте у дітей:

- що сподобалось під час уроку?
- що було складним?

Сплануйте наступну зустріч

- дата, час

Для фахівців фізичної культури це досить складне завдання, тому що виконання фізичних вправ самостійно потребує неабияких психологічних та фізичних зусиль учнів

- Основною метою організації дистанційного навчання є досягнення вмотивованого, свідомого, відповідального виконання фізичних вправ учнями. Можливості он-лайн спілкування та індивідуальна траєкторія навчання, дозволяють вчителю, через тісну комунікацію з учнями, досягнути цієї мети.
- Кожен(на) учитель/учителька, стикаючись із викликом організації дистанційного навчання, **має скоригувати власні календарно-тематичні плани, оптимізувати матеріал та очікувані результати, заплановані на період дистанційного навчання.**

- Онлайн-уроки містять вправи, які відповідають різним варіативним модулям навчальних програм з фізичної культури.
- Усе це дозволяє вчителям моделювати процес фізичного виховання максимально наближено до їх календарних планів.
- За цим посиланням можна ознайомитись із онлайн-уроками фізичної культури:
[youtube.com/channel/UCk_izXCN4_fP2OoRC-YoexQ?view_as=subscriber](https://www.youtube.com/channel/UCk_izXCN4_fP2OoRC-YoexQ?view_as=subscriber)

Рекомендуємо на початку 2022/2023 навчального року

- виявити рівень опанування учнями навчального матеріалу, яким вони оволодівали в умовах воєнного часу самостійно або із використанням технологій дистанційного навчання;
- визначити необхідність організації повторення вивченого у минулому році навчального матеріалу;
- запровадити «коригуюче навчання».



**Запрошую до співпраці
i_v_volkova@ukr.net**

**Тел. 0664303579 (вайбер),
0981145331**

