



Комунальний вищий навчальний заклад
«ВІННИЦЬКА АКАДЕМІЯ НЕПЕРЕРВНОЇ ОСВІТИ»
21050 м.Вінниця, вул.Грушевського, 13, тел./факс 55-65-60,
E-mail: bil@mail.vinnica.ua

**Відділ військово-патріотичного виховання,
фізичної культури та основ здоров'я**

тел. 55-65-79

Гусєв В.Г.,

завідувач відділу військово-патріотичного
виховання, фізичної культури та основ здоров'я

**ОСОБЛИВОСТІ ВИКЛАДАННЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ТА
ЗАХИСТУ ВІТЧИЗНИ В ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ
ОСВІТИ У 2019/2020 НАВЧАЛЬНОМУ РОЦІ**

Фізична культура

Особливості вивчення базових навчальних дисциплін у 2019/2020 навчальному році пов'язані, першою чергою, зі змінами, внесеними до навчальних програм початкової та старшої школи.

У контексті Концепції «Нової української школи» заклад освіти має навчити дітей використовувати знання, вміння та навички отримані в процесі навчання, для вирішення повсякденних проблем і життєвих ситуацій.

Заняття з фізичної культури повинні викликати інтерес до фізичного виховання та спорту, носити оздоровчий, інструктивний та прикладний характер, увійти до щоденної потреби учня.

Фізична культура як складова загальної культури, закладає основи збереження здоров'я, використовує комплексний підхід до формування розумових та фізичних якостей, удосконалює фізичну та психологічну підготовку до активної життєдіяльності, формує пріоритети оздоровчої спрямованості фізичних вправ та забезпечує загальний культурний розвиток особистості.

Інваріантна складова Типових навчальних планів, до якої входить навчальний предмет «Фізична культура», сформована на державному рівні і є

однаковою для всіх закладів загальної середньої освіти незалежно від підпорядкування та форми власності.

Типовими освітніми програмами для закладів загальної середньої освіти у 2019/2020 навчальному році на вивчення предмета «Фізична культура» в інваріантній складовій передбачено:

1-4 класи – 3 год;

5-9 класи – 3 год;

10 -11 класи – 3 год;

Години фізичної культури передбачені усіма варіантами Типових навчальних планів і повинні фінансуватися та використовуватися в повному обсязі. Розклад уроків повинен враховувати оптимальне співвідношення навчального навантаження протягом тижня, а також доцільне чергування протягом дня і тижня предметів природничого і гуманітарного циклів з уроками мистецтва, технологій і фізичної культури. 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. При визначенні завдань уроку необхідно враховувати його місце в розкладі занять. Якщо урок фізичної культури стоїть першим, його мета - концентрація уваги школярів, підготовка організму до наступних уроків; якщо урок в середині навчального дня – активний відпочинок, можливі максимальні індивідуальні навантаження; останній урок – релаксація, зняття набутої за день компресії структур хребта, відновлення гемодинаміки.

Заняття з фізичної культури в освітніх закладах проводяться вчителем фізичної культури або особою, яка має спеціальну освіту та кваліфікацію: тренер, керівник гуртка, групи, спортивної секції тощо. (наказ МОН України від 01.06.2010 №521, зареєстрований в Міністерстві юстиції України 9 серпня 2010 року за № 651/17946).

Опанування змісту фізичної культури як базового навчального предмета здійснюється за навчальними програмами, що мають відповідний

гриф Міністерства освіти і науки України. Структура оновлених програм є максимально інформативною для вчителя. Дана структура дозволяє вчителю більш об'єктивно оцінити досягнення учня. У програмі чітко висвітлені знаннєвий, діяльнісний та ціннісний компоненти. Виокремлено такі наскрізні змістові лінії: «Екологічна безпека та сталий розвиток», «Громадянська відповідальність», «Здоров'я і безпека», «Підприємливість та фінансова грамотність».

У 2019/2020 навчальному році вивчення фізичної культури здійснюватиметься за навчальними програмами, рекомендованими Міністерством освіти і науки України:

- 1-2 класи – «Фізична культура » (авт. Б. Шиян або О. Савченко)
- 3-4 класи – «Фізична культура навчальна програма для загальноосвітніх навчальних закладів. 1-4 класи» (оновлена 2016р. авт. Т. Круцевич та ін);
- 5-9 класи – «Фізична культура. 5-9 класи» (авт. Т. Круцевич та ін.); (наказ МОН від 23.10.2017 № 1407).
- 10-11 класи - «Фізична культура. 10-11 класи» (авт. Т. Круцевич та ін.); (наказ МОН від 23.10.2017 № 1407).

11 класи з 2019/2020 навчального року навчатимуться за новою навчальною програмою «Фізична культура 10-11 класи» (рівень стандарту) для закладів загальної середньої освіти (наказ МОН від 23.10.2017 № 1407). Програма побудована за модульною системою і містить інваріантну (обов'язкову) (теоретико-методичні знання та загальна фізична підготовка) та варіативну складову яка складається з 25 модулів.

У зв'язку зі збільшенням кількості годин в 10- 11 класах рекомендується збільшити кількість навчальних модулів до 4-х.

Критеріями відбору варіативних модулів у навчальних програмах 5-9 та 10-11 класи є: наявність матеріально-технічної бази, регіональні спортивні традиції, кадрове забезпечення та бажання учнів. Бажання учнів визначається обов'язковим опитуванням. Результати опитування додаються до протоколу шкільного методичного об'єднання.

Перед початком навчального року шкільне методичне об'єднання розглядає вибір та розподіл варіативних модулів у кожному класі.

Змістове наповнення предмета «Фізична культура» навчальний заклад формує самостійно з варіативних модулів. На їх опанування відводиться приблизно однакова кількість годин. Не виключається можливість мотивованого збільшення чи зменшення кількості годин на вивчення окремих модулів. За потреби, у межах одного варіативного модуля можна освоїти навчальний матеріал, передбачений на два роки вивчення.

Медичне обстеження учнів проводиться щорічно в установленому законодавством порядку. До навантажень на уроках 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, зареєстрованим в Міністерстві юстиції України від 17.08.2009 за № 772/16788, не мають протипоказань щодо занять фізичною культурою і спортом та розподілені на групи для занять фізичною культурою. Розподіл учнів на медичні групи здійснюється відповідно до Інструкції про розподіл учнів на групи для занять на уроках фізичної культури, затвердженої спільним наказом Міністерства охорони здоров'я України та Міністерства освіти і науки України від 20.07.2009 № 518/674. Списки учнів, які належать до підготовчої та спеціальної медичної груп затверджуються наказом керівника навчального закладу на поточний навчальний рік і доводяться до відома класного керівника та учителя фізичної культури.

Присутність учнів на уроках з фізичної культури незалежно від рівня фізичного розвитку і групи для занять фізичною культурою, тимчасово звільнені від занять а також ті, що не пройшли медичного обстеження є обов'язковою. Всі учні мають бути у 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.

Поділ класу на групи дівчат і юнаків під час вивчення предмета в 10-11 класах загальноосвітніх навчальних закладах здійснюється згідно наказу Міністерства освіти і науки України від 20.02.2002 № 128 (додаток 2). При наявності можливостей уроки фізичної культури в 5-9 класах варто проводити для хлопців та дівчат окремо.

Змістове наповнення фізичної культури навчальний заклад формує самостійно з варіативних модулів. Обов'язковим є включення засобів теоретичної і загально-фізичної підготовки, які передбачені програмою для даного класу до кожного варіативного модуля.

Для оцінювання розвитку фізичних якостей використовуються навчальні нормативи, які розроблені для кожного року вивчення і розташовані у інваріантному модулі «Загальна фізична підготовка».

Оцінюючи навчальні досягнення учнів з предмету з фізична культура беруться до уваги орієнтовні навчальні нормативи, які розташовані після кожного варіативного модуля. Порядок їх проведення визначає вчитель відповідно до календарно тематичного планування. Нормативи складають тільки учні основної медичної групи, які на момент прийняття нормативу не скаржаться на погане самопочуття та стан здоров'я. При оцінюванні 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 змаганнях усіх рівнів. 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.

Критерії оцінювання навчальних досягнень учнів із фізичної культури затверджені наказом МОН України від 05.05.2008 № 371.

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

У період з 01.09 до 01.10 кожного навчального року з метою адаптації учнів до навантажень на уроках фізичної культури прийом навчальних нормативів не здійснюється, обмежується виконання вправ з максимальною інтенсивністю. а заняття мають носити рекреаційно-оздоровчий характер з помірними навантаженнями. Поточні оцінки виставляються за техніку виконання фізичних вправ та засвоєння теоретико - методичних знань.

Учні, які за станом здоров'я віднесені до підготовчої медичної групи, відвідують обов'язкові уроки фізичної культури. Заняття проводяться за діючою навчальною програмою. Оцінювання учнів підготовчої медичної групи (поточне, семестрове, річне) здійснюється за 12 бальною системою за теоретико-методичні знання та техніку виконання вправ. Орієнтовні навчальні нормативи учні підготовчої медичної групи не здають. Таким учням рекомендовані заняття у фізкультурно-оздоровчих групах загальної фізичної підготовки, прогулянки, ігри й спортивні розваги. Участь у змаганнях – за додатковим дозволом лікаря.

Учні, які за результатами медичного огляду тимчасово віднесені до спеціальної медичної групи, відвідують уроки фізичної культури, але виконують корегувальні вправи і вправи для загального фізичного розвитку, які їм не протипоказані. Вони беруть участь у підготовчій та заключній

частинах уроків, закріплюють матеріал вивчений на заняттях у групі, а при стійкому покращенні стану здоров'я виконують елементи рухів основної частини зі значним зниженням фізичних навантажень, без затримки дихання, виключаючи стрибки, психоемоційне навантаження (елементи змагань).

Таким учням наприкінці теми, семестру та навчального року робиться запис «зараховано». Окрім того, за наявності умов, для учнів спеціальних медичних груп організуються додаткові заняття за навчальними програмами: «Фізична культура для спеціальних медичних груп загальноосвітніх навчальних закладів. 1-4 класи» (авт. В. Майєр) та «Фізична культура для спеціальних медичних груп загальноосвітніх навчальних закладів. 5-9 класи» (авт. В. Майєр, В. Деревянко). Відповідним наказом директора школи формується група (12–15 учнів) з урахуванням віку та стану здоров'я учнів, затверджуються розклад занять та прізвище вчителя (керівника групи). Заняття проводить вчитель фізичної культури не менше 2-х разів на тиждень у позаурочний час по 45 хвилин.

Управління навчально-виховним процесом із фізичної культури та позаурочною фізкультурно-оздоровчою роботою в закладах освіти відбувається відповідно до наказу Міністерства освіти і науки України від 02.08.2005 № 458 «Про затвердження Положення про організацію фізичного виховання і масового спорту в дошкільних, загальноосвітніх і професійно-технічних навчальних закладах України».

Медико-педагогічний контроль за фізичним вихованням – невід'ємна частина навчального процесу та медичного обслуговування учнів у загальноосвітньому навчальному закладі, що включає заходи, спрямовані на оптимізацію, безпеку та ефективність фізичної культури. Він входить до обов'язкових функцій педагогічних працівників навчального закладу і відбувається відповідно до спільного наказу Міністерства охорони здоров'я України та Міністерства освіти і науки України від 20.07.2009 № 518/674 «Про забезпечення медико-педагогічного контролю за фізичним вихованням учнів».

Під час проведення занять із фізичної культури слід дотримуватись «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 року за № 651/17946). На уроках фізичної культури, спортивно-масових заходах систематично здійснювати візуальний контроль за самопочуттям учнів, технічним станом спортивного обладнання та інвентарю. Місця для занять з фізичної культури і спорту обладнуються аптечкою (відкриті спортивні майданчики – переносною аптечкою). На кожному уроці з фізичної культури в загальноосвітніх навчальних закладах з учнями обов'язково проводяться відповідні інструктажі з безпеки життєдіяльності. Про проведення інструктажу робиться запис у відповідних журналах («Журнал реєстрації інструктажів з безпеки життєдіяльності для учнів» та на сторінці про зміст уроку предмета «Фізична культура» у класному журналі). Усі спортивні снаряди, спортивне обладнання та інвентар, що використовуються під час проведення занять з фізичної культури і спорту згідно з чинним переліком типових навчально-наочних посібників та обладнання з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів повинні бути справними і надійно закріпленими.

Металеві конструкції, що прикріплюють обладнання на спортивних майданчиках (волейбольні сітки, баскетбольні щити, гандбольні, футбольні ворота тощо), мають бути жорстко закріплені і не повинні мати пристроїв, небезпечних для гравців.

Захист Вітчизни

Готовність Збройних Сил України до виконання своїх функцій значною мірою залежить від її особового складу, зокрема підготовленості молоді до проходження військової служби.

Головною метою навчального предмета «Захист Вітчизни» є формування в учнівської молоді життєво необхідних знань, умінь і навичок

щодо захисту Вітчизни та дій в умовах надзвичайних ситуацій, а також системного уявлення про військово-патріотичне виховання як складову частину національно-патріотичного виховання.

Відповідно до поставленої мети окреслено такі комплексні завдання:

- ознайомлення учнівської молоді з основами нормативно-правового забезпечення захисту Вітчизни, цивільного захисту та охорони життя і здоров'я;

- усвідомлення учнівською молоддю свого обов'язку щодо захисту України у разі виникнення загрози суверенітету та територіальній цілісності держави;

- набуття знань про функції Збройних Сил України та інших військових формувань, їх характерні особливості;

- засвоєння основ захисту Вітчизни, цивільного захисту, домедичної допомоги, здійснення психологічної підготовки учнівської молоді до захисту Вітчизни;

- підготовка учнів до захисту Вітчизни, професійної орієнтації молоді до служби у Збройних Силах України та інших військових формуваннях, визначених чинним законодавством, до захисту життя і здоров'я, забезпечення власної безпеки і безпеки інших людей у надзвичайних ситуаціях мирного і воєнного часу.

Предмет «Захист Вітчизни» є обов'язковим навчальним предметом, який вивчається в навчальних закладах системи загальної середньої освіти упродовж 10 і 11 класів та під час навчально-польових занять (зборів) і навчально-тренувальних занять (дівчата).

Типовою освітньою програмою закладів загальної середньої освіти у 2019/2020 навчальному році на вивчення предмета «Захист Вітчизни» в інваріантній складовій передбачено:

10-11 класи (рівень стандарту) - 1,5 години; (2 год.) за умови виділення 0,5 годин з варіативної складової навчального плану; (Лист департаменту освіти

і науки Вінницької облдержадміністрації від 13.08.2015 року № 34-2-12/3738).

Залежно від матеріально-технічної бази навчального закладу, професійної компетентності вчителя кількість годин програмового матеріалу може бути скориговане на 20 відсотків в межах розділу. Послідовність вивчення розділів та тем в межах вимог навчальної програми вчитель може коригувати самостійно.

У 2019/2020 навчальному році набирають чинності навчальна програма: «Захист Вітчизни» для 11 класів закладів загальної середньої освіти (рівень стандарту) затверджені наказом Міністерства освіти і науки України від 23.10.2017 № 1407, у яких імплементовано компетентнісний підхід до вивчення предмета та наскрізних умінь для успішної самореалізації у житті, навчанні та праці.

Під час викладання навчального предмета «Захист Вітчизни», окрім загальних підходів та принципів, потрібно враховувати те, що молода людина 16-17 років (допризовного віку) складає перше системне враження про Збройні Сили України і в цілому про сучасну проблематику Національної безпеки та оборони нашої держави. Тому, варто акцентувати увагу саме на такій привабливості предмету, а не на заучуванні нормативно-правових актів, військових понять та визначень.

Для стимулювання пізнавальної активності учнів, їх дієву самостійну діяльність під час уроків, бажано використовувати роботу в групах, для чого застосовують:

- вправи і завдання до них, що створюють передумови для співпраці, активної участі учнів у процесі навчання;
- завдання, що спонукають до діалогу, висловлюванню власних думок, міркувань, позицій, способів розв'язання проблеми;
- завдання творчого характеру, при розв'язанні яких учні виявляють ініціативу, самостійність, мають право вибору та власної аргументації;

- завдання, що спонукають до обміну думками, враженнями, включають спеціально сконструйовані ситуації вибору та моделюванню життєвих ситуацій.

Для активізації військово-патріотичного виховання у закладах загальної середньої освіти рекомендується вести гурткову роботу відповідного напрямку (Лист департаменту освіти і науки Вінницької облдержадміністрації від 13.08.2015 року № 34-2-12/3738).

Предмет «Захист Вітчизни» викладається протягом трьох періодів – у 10 і 11 класах та під час навчально-польових зборів (занять у лікувально-оздоровчому закладі) та забезпечує практичну спрямованість навчальної програми. Урок, як основна організаційна форма предмета «Захист Вітчизни» починається із шикування, виконання Гімну України, перевірки готовності учнів до уроку і тренування із стройової підготовки протягом 3-5 хв. На заняттях стосунки між учнями та вчителем, а також учнів між собою підтримуються на зразок взаємовідносин між військовослужбовцями Збройних Сил України.

Під час проведення уроків потрібно здійснювати позитивний вплив на учнів при формуванні мотиваційної сфери (потреб, мотивів, цілей, прагнень); соціальних цінностей (почуття патріотизму, національної свідомості); особистісних цінностей (гуманність, відповідальність, працелюбність, чесність); соціальної поведінки; громадянської позиції, інших моральних якостей особистості, її поглядів, переконань, життєвих пріоритетів.

Учитель повинен зацікавити учнів навчальним матеріалом через залучення цікавих фактів, пов'язаних з матеріалом, який розглядається, й оволодінням прийомами розумової діяльності задля якісного засвоєння знань. Доцільно ознайомлювати старшокласників з героями й учасниками АТО і ООС та їх досвідом.

Вивчення предмета «Захист Вітчизни» юнаками та дівчатами проводиться окремо (відповідно до листа-роз'яснення Міністерства освіти і науки України від 09.10.2002 № 1/9- 444). Навчальний предмет при цьому в

обох випадках називається «Захист Вітчизни» з уточненням («Основи медичних знань» для дівчат). Разом з тим, дівчата, за їх власним бажанням (у разі згоди батьків, опікунів або піклувальників) та відповідно до рішення педагогічної ради навчального закладу, можуть навчатися за програмою для юнаків. Юнаки, які за станом здоров'я або релігійними поглядами звільнені від засвоєння основ військової справи, вивчають предмет за програмою для дівчат «Основи медичних знань».

З метою практичного закріплення рівня знань, умінь та навичок учнів наприкінці навчального року в 11 класі проводяться навчально-польові заняття (збори), у тому числі з використанням навчально-методичної бази військових частин, оборонно-спортивних, військово-оздоровчих таборів, базових навчальних закладів, центрів допризовної підготовки тощо. Їх організація і проведення планується керівником навчального закладу відповідно до діючих вимог.

Для більш ефективної організації навчально-польових зборів місцеві органи управління освітою спільно з військовими комісаріатами повинні визначити школи, на базі яких проводитимуться заняття, залучивши до них учнів з інших шкіл, об'єднавши їх у навчальні взводи й відділення. Стрільба зі стрілецької зброї проводиться на відповідно обладнаних стрільбищах за планами військових комісаріатів на підставі наказів, погоджених з начальником гарнізону, органом управління освітою і керівником навчального закладу.

Перед початком занять керівник навчального закладу зобов'язаний особисто впевнитися, що для занять створені безпечні умови, учні засвоїли вимоги безпеки та мають достатні практичні навички щодо їх виконання. Відповідальність за дотримання учнями вимог безпеки на заняттях несуть викладачі предмета «Захист Вітчизни».

На виконання листа Департаменту освіти і науки Вінницької облдержадміністрації від 13.08.2015 року № 34-2-12/3738 «Щодо впровадження змін до навчальної програми «Захист Вітчизни» та посилення

військово-патріотичного виховання учнів ЗНЗ» необхідно продовжувати вивчення курсу за вибором «Основи захисту Вітчизни 8-9 класів»; забезпечити необхідні умови щодо реалізації змісту навчальної програми «Захист Вітчизни 10-11 кл.» в обсязі 2 години на тиждень; посилити співпрацю між загальноосвітніми навчальними закладами та військовими комісаріатами у питаннях забезпечення навчальною зброєю, військовим майном, проведення навчально-польових зборів на базі військових частин; передбачити в плані роботи школи розділ «Захист Вітчизни та військово-патріотичне виховання» запланувавши заходи щодо реалізації Концепції національно-патріотичного виховання дітей і молоді;

Під час підготовки вчителів до уроків радимо використовувати періодичні фахові видання: загальнодержавний методично-інформаційний журнал «Оборонний вісник», навчальні плакати «Захист Вітчизни 10-11 клас» видавництва «Ранок». Зокрема у щомісячному виданні Центру військової політики та політики безпеки (ЦВППБ) журналі «Оборонний вісник» міститься широкий спектр інформації військової сфери, яка може використовуватися вчителями і учнями закладів загальної середньої освіти під час підготовки та проведення уроків з предмета «Захист Вітчизни».