

СХВАЛЕНО

Вченою радою КНЗ КОР
«Київський обласний інститут
післядипломної освіти
педагогічних кадрів»
(протокол від 09 березня 2026 р. №3)

ЗАТВЕРДЖЕНО

Ректор КНЗ КОР «Київський
обласний інститут післядипломної
освіти педагогічних кадрів»

Віра РОГОВА

Наказ від «09» березня 2026 р. №65



**ОСВІТНЯ ПРОГРАМА
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ
«НАВЧАННЯ ЗДОБУВАЧІВ ОСВІТИ СПОРТИВНИМ ІГРАМ»
для вчителів фізичної культури, керівників гуртків
фізкультурно-спортивного напрямку**

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Освітня програма розроблена на основі Типової програми підвищення кваліфікації вчителів закладів загальної середньої освіти, які впроваджують Державний стандарт базової середньої освіти, затвердженої наказом Міністерства освіти і науки України від 12 жовтня 2022 року № 904 та у відповідності до професійного стандарту «Вчитель закладу загальної середньої освіти», затвердженого наказом Міністерства розвитку економіки, торгівлі та сільського господарства України від 29 серпня 2024 року № 1225 «Про затвердження професійного стандарту «Вчитель загальної середньої освіти».

Освітня програма враховує основні положення Законів України «Про освіту», «Про повну загальну середню освіту», Державного стандарту базової середньої освіти, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 30 вересня 2020 року № 898, Порядку підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 21 серпня 2019 року № 800 інших нормативно-правових актів, що регулюють діяльність вчителя (викладача), та з урахуванням стратегії реформування галузі освіти в Україні, новітніх зарубіжних і вітчизняних наукових розробок, кращих практик у галузі освіти та професійного розвитку педагогів, відповідно до сучасних викликів суспільства й освіти.

Програма висвітлює актуальні питання підвищення кваліфікації та інтенсивної підготовки педагогічних працівників, зокрема вчителів фізичної культури, з методики викладання спортивним іграм в умовах сучасної школи відповідно до Концепції «Нова українська школа».

Мета освітньої програми: професійний розвиток учителя (викладача) стосовно формування компетенції з розробки та використання інтерактивних освітніх технологій, таких як вебквести та віртуальні екскурсії, відповідно до державної політики в галузі освіти, удосконалення раніше набутих та/або набуття нових компетентностей учителів закладів загальної середньої освіти, необхідних для організації освітнього процесу з учнями, відповідно до Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа», схваленої розпорядженням Кабінету Міністрів України від 14 грудня 2016 року № 988-р, та на основі Державного стандарту базової середньої освіти, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 30 вересня 2020 року № 898.

Основні завдання програми:

- удосконалити раніше набуті та формувати нові компетентності у межах професійної діяльності педагогічних працівників з методики навчання спортивним іграм у закладах освіти;
- сприяти розвитку креативного мислення, проектної діяльності та вмінню інтегрувати візуальні, текстові та мультимедійні матеріали для організації освітнього процесу;
- формувати навички аналізу та використання ресурсів мережі Інтернет для підвищення ефективності освітнього процесу;
- підготовка педагогів до використання інноваційних методів навчання для підвищення ефективності освітнього процесу.

Загальні очікувані результати охоплюють:

Знання й розуміння:

- сучасних тенденцій розвитку освіти загалом;
- нормативно-правових основ, законодавчих актів у сфері базової середньої освіти;
- сутності Концепції Нової української школи;
- сутності основних ідей, принципів побудови Державного стандарту базової середньої освіти;
- структури та змісту типової освітньої програми та освітньої програми закладу освіти, типового навчального плану та робочого навчального плану, модельної навчальної програми та навчальної програми;
- планування освітньої діяльності в закладі загальної середньої освіти;

- теоретико-методичних основ фізичного виховання школярів, технологій розвитку рухових умінь і навичок та фізичних якостей, гігієнічних основ діяльності у сфері фізичної культури;
- академічної свободи вчителя (викладача) в організації освітнього процесу.

Уміння:

- організовувати освітній процес відповідно до вимог законодавства;
- визначати предметний зміст і послідовність його опрацювання з урахуванням вимог державного стандарту базової середньої освіти, типової освітньої програми для 5-9, 10-11 класів закладів загальної середньої освіти (освітніх програм, укладених науковими установами, іншими суб'єктами освітньої діяльності, що затверджені у відповідному порядку), модельних навчальних програм, попередніх результатів навчання учнів, їх освітніх потреб;
- формувати в учнів ключові компетентності та наскрізні вміння, спільні для всіх компетентностей;
- організовувати спортивно-масові заходи для досягнення нормального рівня здоров'я, оптимального фізичного стану та кондицій осіб різного віку (у тому числі й з відхиленнями стану здоров'я);
- аналізувати урок на основі сучасних методик проведення занять зі спортивних ігор у закладі освіти;
- здійснювати теоретичну, фізичну і тактичну підготовку здобувачів освіти на заняттях зі спортивних ігор;
- застосовувати елементи спортивних ігор для заохочення дітей до занять і створення позитивного емоційного ставлення до фізичної культури і спорту;
- ефективно взаємодіяти й співпрацювати в команді.

Диспозиції (цінності, ставлення):

- гуманістична спрямованість освітнього процесу;
- дитиноцентризм, цінність особистості;
- готовність до реалізації сучасних цілей освіти;
- професійна мобільність та гнучкість;
- здатність до розвитку особистісного потенціалу, самореалізації, професійного лідерства та досягнення успіху;
- усвідомлення необхідності постійного професійного розвитку;
- відданість ідеї щодо значущої участі в освітньому процесі усіх учнів;
- утвердження національно-патріотичних та демократичних цінностей, патріотизм, українська національна ідентичність, повага до багатоманітності, право вибору, полікультурність).

Укладачі програми	<i>Лакіза О.М.</i> , доцент кафедри педагогіки, психології та менеджменту освіти Комунального навчального закладу Київської обласної ради «Київський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних кадрів», кандидат педагогічних наук, доцент; <i>Качуровський В.С.</i> , методист відділу загальної середньої освіти Комунального навчального закладу Київської обласної ради «Київський обласний інститут післядипломної освіти педагогічних кадрів»
Найменування програми	Освітня програма підвищення кваліфікації «Навчання здобувачів освіти спортивним іграм» для вчителів фізичної культури, керівників гуртків фізкультурно-спортивного спрямування
Мета програми	Підвищення рівня професійної майстерності педагогічних працівників щодо організації освітнього процесу під час навчання учнів спортивним іграм
Цільова аудиторія	Учителі фізичної культури, керівники гуртків фізкультурно-

	спортивного спрямування
Обсяг (тривалість), що встановлюється в годинах та/або кредитах ЄКТС	72 год / 2,4 ЄКТС
Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться	Загальні компетентності: ЗК.01, ЗК.02, ЗК.03, ЗК.05. Професійні компетентності: А1 Прогностична (А1.1); А2 Організаційна (А2.1, А2.3, А2.4); А3 Оцінювально-аналітична (А3.2); А.4 Предметно-методична (А4.1); Б1 Здоров'язбережувальна (Б1.2); В1 Психо-емоційна (В1.1, В1.2); В2 Педагогічне партнерство (В2.1, В2.2, В2.3); В3 Морально-етична (В3.1); Г1 Здатність до навчання впродовж життя (Г1.1, Г1.2); Г2 Інформаційно-комунікаційна (Г2.1, Г2.2, Г2.3).
Строки виконання програми	Календарний рік
Документ, що видається за результатами підвищення кваліфікації	Свідоцтво про підвищення кваліфікації
Забезпечення розміщення освітньої програми на сайті	сайт: https://www.kristti.com.ua/

ЗМІСТ ПРОГРАМИ

№ з/п	Назва дисципліни	Всього годин	Аудиторні			Самостійна робота
			Лекції	Семінари	Практичні	
Модуль І. Філософія освіти ХХІ століття		6	4	2	–	6
1.1.	Філософські аспекти модернізації освіти в контексті традицій та інновацій	2	2	–	–	–
1.2.	Духовна культура учасників освітнього процесу	2	2	–	–	–
1.3.	Демографічна ситуація та стан здоров'я населення України	2	2	–	–	–
Модуль ІІ. Професійний розвиток педагогічних працівників в умовах реформування освіти		22	2	4	6	14
2.1.	Реалізація Концепції Нової української школи в базовій середньої освіти	2	–	2	–	2
2.2.	Критерії та індикатори оцінювання якості педагогічної діяльності	2	–	2	–	2

2.3.	Побудова індивідуальної програми професійного розвитку вчителя	2	–	–	2	4
2.4.	Реалізація Національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні	2	–	2	–	2
2.5.	Сучасні форми виховної роботи з учнями загальноосвітніх навчальних закладів засобами Олімпійської освіти	2	–	–	2	4
Спецкурс «Інклюзивна освіта: теорія і практика»		6	–	–	6	–
Спецкурс «Психологічна підтримка учасників освітнього процесу»		6	–	–	6	–
Модуль III. Реалізація компетентнісного підходу до навчання учнів на уроках фізичної культури в умовах НУШ засобами спортивних ігор		36	12	6	18	20
Інваріантна частина		32	10	6	8	20
3.1.	Навчально-методичне забезпечення викладання фізичної культури в умовах оновлення змісту освіти	2	–	–	2	2
3.2.	Урок фізичної культури Нової української школі: завдання, особливості підготовки та проведення	2	2	–	–	2
3.3.	Організація та методика проведення навчального заняття зі спортивних ігор у закладі освіти. Сучасний підхід	4	2	–	2	2
3.4.	Методика навчання елементам базової техніки спортивних ігор за навчальною програмою	6	–	–	6	2
3.5.	Теоретична та тактична підготовка здобувачів освіти на заняттях зі спортивних ігор	2	2	–	–	2
3.6.	Фізична підготовка здобувачів освіти на заняттях зі спортивних ігор	2	–	–	2	2
3.7.	Контроль та аналіз якості проведення навчального заняття із фізичної культури зі спортивних ігор	2	2	–	–	2
3.8.	Методика навчання елементів баскетболу на заняттях із фізичної культури	2	–	–	2	2
3.9.	Методика навчання елементів корфболу на заняттях із фізичної культури	2	2	–	–	–
3.10.	Методика навчання волейболу на заняттях із фізичної культури	2	–	2	–	–
3.11.	Методика навчання футболу на заняттях із фізичної культури	2	–	–	2	–
3.12.	Методика організації та проведення змагань зі спортивних ігор	2	–	2	–	2
3.13.	Особливості методики проведення занять спортивними іграми учнів з ООП	2	–	2	–	2
Варіативна частина		4		2	2	4
3.14.	Методика навчання елементів спортивних ігор на заняттях із фізичної культури	2	–	–	4	–
3.15.	Організація самостійних занять учнів з фізичної культури	2	–	2	–	–
3.16.	Основи навчання рухових дій на заняттях із спортивних ігор	2	–	–	2	–
3.17.	Моніторинг і тестування розвитку фізичних якостей та рухових здібностей учнів у процесі навчання учнів спортивним іграм	2	–	–	2	–

Модуль IV. Діагностико-аналітичний модуль		8	2	–	6	
4.1.	Настановче заняття. Вхідне діагностування	2	2	–	–	–
4.2.	Тематична дискусія «Розвиток спортивних ігор відповідно до Концепції «Нова українська школа»	4	–	–	4	–
4.3.	Вихідне діагностування	2	–	–	2	–

Модуль I. Філософія освіти XXI століття

1.1. Філософські аспекти модернізації освіти в контексті традицій та інновацій

Філософські основи модернізації освіти, взаємодія традиційних і інноваційних підходів. Вплив конструктивізму та прагматизму на сучасні освітні практики. Роль культурних і соціальних контекстів у формуванні освітніх стандартів та програм, а також значення критичного мислення для розвитку здобувачів освіти.

Оцінка філософських парадигм, які підтримують традиційні методи навчання, а також нових підходів, зокрема цифрові технології і змішане навчання.

Діалектичний зв'язок між традиційними цінностями освіти та інноваційними підходами, такими як критичне і творчі мислення. Виклики, що постають перед освітніми установами, а також можливості для створення гнучких і адаптивних навчальних систем, що відповідають потребам сучасного суспільства.

Приклади успішних освітніх практик, що поєднують традиційні методи з сучасними технологіями для досягнення кращих результатів.

1.2. Духовна культура учасників освітнього процесу

Роль духовної культури у формуванні особистості учнів та педагогів. Вплив цінностей, моральних принципів та етичних норм на освітній процес. Значення духовної культури для розвитку соціальної відповідальності, толерантності та здатності до співпраці між учасниками навчання.

Аспекти, що впливають на формування духовних цінностей у школі: сімейні традиції, культурна спадщина та суспільні норми. Сприяння духовної культури розвитку творчого мислення та емоційного інтелекту учнів.

Роль педагогів як носіїв духовних і культурних цінностей та їх вплив на розвиток учнів та учениць. Методики навчання в розвитку духовної культури, а також їхній вплив на створення позитивного освітнього середовища.

1.3. Демографічна ситуація та стан здоров'я населення України

Сучасна демографічна ситуація в Україні, зокрема зміни в чисельності населення, його структурі та віковому складі. Фактори, які впливають на демографічні процеси, такі як еміграція, народжуваність та смертність. Оцінка впливу демографічних тенденцій на стан здоров'я населення, зокрема на розповсюдженість хронічних захворювань.

Зв'язок між демографічними змінами та станом здоров'я населення України. Аналіз ключових показників, таких як тривалість життя, рівень захворюваності та доступ до медичних послуг. Проблеми, що виникають внаслідок демографічних процесів, такі як старіння населення і потреба у реформуванні системи охорони здоров'я. Комплексний підхід до покращення стану здоров'я в умовах постійних демографічних змін.

Модуль II. Професійний розвиток педагогічних працівників в умовах реформування освіти

2.1. Реалізація Концепції Нової української школи в базовій середньої освіти

Законодавство в галузі освіти. Мета й ключові компоненти Концепції Нової української школи. Педагогіка партнерства, дитиноцентризм. Сутнісні ознаки компетентностей. Формування та розвиток ключових компетентностей. Наскрізні вміння як основа для формування компетентностей.

2.2. Критерії та індикатори оцінювання якості педагогічної діяльності

Поняття «критерії оцінювання» та «індикатори якості педагогічної діяльності», їх взаємозв'язок та значення у педагогічній практиці. Розгляд основних видів критеріїв якості

педагогічної діяльності відповідно до вимог «Абетки для директора». Пояснення та приклади індикаторів, що відображають кожен з цих критеріїв. Практика оцінювання та самооцінювання педагогічної діяльності. Застосування критеріїв та індикаторів педагогічної діяльності до підготовки до проходження сертифікації та атестації.

2.3. Побудова індивідуальної програми професійного розвитку вчителя

Нормативно-правове забезпечення безперервного професійного розвитку педагогічних працівників. Професійний стандарт за професіями «Вчитель початкових класів закладу освіти», «Вчитель закладу загальної середньої освіти», «Керівник закладу освіти». Обговорення «Вплив реформаційних процесів на професійну діяльність і особистісний розвиток педагогічних працівників».

Зміст емоційно-етичної компетентності як професійної компетентності вчителя (відповідно до професійного стандарту). Самодіагностика відповідності власних знань, умінь, навичок заявленим у Професійному стандарті вчителя критеріям. Форми і методи індивідуальної психоемоційної саморегуляції та підвищення стресостійкості.

2.4. Реалізація національної стратегії з оздоровчої рухової активності в Україні

Демографічний спад держав світу. Здоров'я громадян України. Стан фізичної підготовки та здоров'я молодого покоління країни. Укази президентів України щодо покращення рухової активності населення держави. Програма президента України «Здорова Україна». Мета, стратегічні напрямлення, основні завдання, етапи реорганізації, основні завдання та етапи впровадження. Модельні програми з фізичної культури. Новий урок. Всеукраїнська програма «Здорова Україна», «Пліч-о-пліч», «Активні парки» та етапи їх реалізації у державі та Київської області. Завдання реалізації програм рухової активності у загальноосвітніх навчальних закладах. Приклади реалізації оздоровчих програм у на Київщині. Досвід впровадження оздоровчих програм у світі.

2.5. Сучасні форми виховної роботи з учнями загальноосвітніх навчальних закладів засобами Олімпійської освіти

Олімпійські ігри сучасності. Літні і Зимові Олімпійські ігри. Юнацькі Олімпійські ігри. Виступ спортсменів України на Олімпійських іграх. Відеоролики з виступом українських спортсменів на Олімпійських іграх. Фотоальбоми і проспекти «Олімпійські зірки України». Роль Олімпійської академії і Олімпійського комітету України в національно-патріотичному вихованні школярів. Форми впровадження Олімпійської освіти у школі.

Щоденники для навчання з метою формування національно-патріотичного виховання школярів. Нариси про відомих українських атлетів. Іван Піддубний. Лариса Латиніна, Олег Блохін, Андрій Шевченко та інші. Літературні джерела, присвячені Олімпійському руху. Сайти Олімпійського комітету України та Олімпійської академії. Приклади впровадження олімпійських виховних і спортивних заходів в освітній процес у закладах освіти Київщини.

Спецкурс. Інклюзивна освіта: теорія та практика

Ідентифікація потреб учнів з особливими освітніми потребами, розробка індивідуальної програми розвитку, індивідуальних навчальних планів. Підтримка педагогів у розвитку адаптивних методик навчання, а також створення безбар'єрного фізичного та соціального середовища. Розвиток рівності, толерантності та розуміння різноманітності серед учнів, сприяння їхньому повноцінному включенню в суспільство.

Методи та стратегії психолого-педагогічного супроводу, спрямовані на індивідуалізацію навчального процесу, підтримку соціально-емоційного розвитку учнів, а також виявлення та вирішення можливих труднощів. Вплив вікових особливостей на навчання та розвиток дітей з різними видами особливих освітніх потреб, включаючи інтелектуальні, фізичні, емоційно-психологічні та соціальні аспекти. Індивідуальні особливості кожного учня: ступінь функціональних можливостей, стиль навчання, інтереси та потреби, а також специфічні особливості, пов'язані з конкретними освітніми труднощами.

Співпраця між педагогами, психологами, батьками та іншими учасниками освітнього процесу у створенні індивідуалізованих підходів до навчання та підтримки дітей з особливими освітніми потребами.

Спецкурс. Психологічна підтримка учасників освітнього процесу

Підходи до реагування на наслідки надзвичайних ситуацій. Основні принципи надання психосоціальної допомоги. Ресурсність, модель подолання стресу М. Лаада (BASIC PH). Емоційні порушення у дітей різних вікових категорій, вплив стресу на успішність навчання учнів. Шляхи відновлення ресурсного стану в умовах війни. Збереження психологічного здоров'я під час самоізоляції, дієві техніки самодопомоги. Особливості зниження рівня тривожності в учнів.

Психічне здоров'я та психосоціальна підтримка: зміст понять. Надзвичайні ситуації. Благополуччя людини. Взаємозв'язок проблем психічного здоров'я та психосоціальної підтримки в надзвичайних ситуаціях. Визначення понять «стрес», «життєстійкість». Забезпечення необхідних умов для подолання гострої реакції психіки людини на стрес. Опановування прийомами, які сприяють управлінню стресом та відновленню емоційної рівноваги в надзвичайних ситуаціях. Стратегії подолання стресу.

Модуль III. Реалізація компетентнісного підходу до навчання учнів на уроках фізичної культури в умовах НУШ засобами спортивних ігор

Інваріантна частина

3.1. Навчально-методичне забезпечення викладання фізичної культури в умовах оновлення змісту освіти

Нормативно-правові засади організації фізичного виховання в закладах освіти. Методичне забезпечення освітнього процесу з фізичної культури. Позаурочні фізкультурно-оздоровчі заходи з дитячого футболу. Вимоги до організації та проведення навчальних занять і варіативного модуля «Футбол» та позаурочних заходів із футболу. Контроль та аналіз якості проведення заходів фізичного виховання в школі.

3.2. Урок фізичної культури Нової української школи: завдання, особливості підготовки та проведення

Реалізація завдань Нової української школи через формування ключових компетентностей та ціннісних орієнтирів засобами фізичного виховання. Побудова уроку на засадах особистісно орієнтованого та діяльнісного підходів із врахуванням інтересів і можливостей кожного учня.

Особливості планування навчального процесу на основі варіативних модулів та вільного вибору видів спорту. Методика організації безпечного та інклюзивного освітнього середовища з використанням сучасного інвентарю та цифрових засобів. Оцінювання навчальних досягнень учнів на засадах формувального підходу та стимулювання мотивації до систематичної рухової активності.

3.3. Організація та методика проведення навчального заняття зі спортивних ігор у закладі освіти. Сучасний підхід

Види планування: календарний план-графік розподілу навчального матеріалу на півріччя навчального року, план-конспект окремого уроку (групи уроків). Структура уроку. Методи та технологія навчання спортивним іграм на уроках фізичної культури (групі уроків).

Організація навчального заняття. Завдання уроку з навчання техніці, тактиці спортивних ігор та розвитку фізичних якостей. Методи та засоби вирішення завдань відповідно до стадії формування рухових навичок.

Проведення занять зі спортивних ігор у закладах освіти із застосуванням сучасних інформаційно-комунікаційних технологій. Пошук, аналіз та використання інформації з різних джерел для вирішення конкретних завдань уроку. Схема аналізу уроку. Технологічна карта аналізу уроку.

3.4. Методика навчання елементам базової техніки спортивних ігор за навчальною програмою

Класифікація техніки спортивних ігор. Послідовність засвоєння рухових дій та вибір ефективних засобів формування технічних навичок. Практичні рекомендації щодо адаптації вправ відповідно до вікових та індивідуальних особливостей учнів.

Застосування ігрового методу для підвищення емоційного фону занять та стимулювання рухової активності. Рухливі ігри та естафети з елементами спортивних ігор. Методичні вказівки щодо комплексного розвитку координаційних здібностей у базовій технічній підготовці.

3.5. Теоретична та тактична підготовка здобувачів освіти на заняттях зі спортивних ігор

Формування системи спеціальних знань про історію розвитку, правила змагань та термінологію обраних спортивних ігор. Вивчення основних закономірностей ігрової діяльності та засобів відновлення працездатності після фізичних навантажень.

Теоретичне обґрунтування індивідуальних, групових та командних тактичних дій у нападі й захисті. Методика розвитку тактичного мислення та здатності до швидкого прийняття рішень в умовах ігрової ситуації.

Аналіз типових ігрових помилок і розробка алгоритмів їх усунення під час освітнього процесу. Організація самостійної роботи здобувачів освіти щодо вивчення тактичних схем та психологічної підготовки.

3.6. Фізична підготовка здобувачів освіти на заняттях зі спортивних ігор.

Особливості фізичної підготовки учнів / учениць молодшого, середнього, старшого шкільного віку в залежності від анатомо-фізіологічних та психологічних особливостей організму.

Розвиток фізичних якостей у залежності від віку. Сенситивні періоди розвитку фізичних якостей. Методи, засоби та форми навчання.

3.7. Контроль та аналіз якості проведення навчального заняття із фізичної культури зі спортивних ігор

Визначення критеріїв оцінювання ефективності навчального заняття на основі виконання програмових завдань та досягнення очікуваних результатів. Методика проведення педагогічного спостереження за динамікою рухової активності та технічною підготовленістю здобувачів освіти.

Аналіз щільності уроку та раціонального використання навчального часу в процесі засвоєння елементів спортивних ігор. Процедура хронометрування та розрахунку фізіологічної кривої навантаження для контролю інтенсивності занять.

Оцінка відповідності обраних методів навчання та засобів страхівки вимогам техніки безпеки й охорони праці. Підготовка звітної документації за результатами аналізу та розробка рекомендацій щодо вдосконалення навчального процесу.

3.8. Методика навчання елементів баскетболу на заняттях із фізичної культури.

Засвоєння техніки стійок, зупинок та способів пересування гравця на майданчику.

Послідовність навчання прийомам і передачам м'яча двома та однією рукою з місця й у русі. Методика навчання ведення м'яча зі зміною висоти відскоку, напрямку та швидкості переміщення.

Етапи навчання техніці кидків у кошик з близької та середньої відстані різними способами. Формування навичок індивідуального захисту та протидії гравцю з м'ячем і без нього. Використання підготовчих вправ та навчальних ігор для закріплення техніко-тактичних дій.

3.9. Методика навчання елементів корфболу на заняттях із фізичної культури

Ознайомлення з правилами безконтактної гри та специфікою розподілу ігрових зон. Навчання техніці передач і ловіння м'яча в умовах постійного руху та обмеження часу.

Відпрацювання дистанційних кидків у кошик з фіксацією правильної траєкторії вильоту м'яча. Розвиток навичок швидкого перемикання від атаки до захисту при зміні володіння м'ячем.

Методика навчання тактиці «заслонів» та звільнення від опіки для отримання результативної позиції. Організація змішаних команд та забезпечення рівних можливостей для реалізації ігрового потенціалу здобувачів освіти.

3.10. Методика навчання волейболу на заняттях із фізичної культури

Вивчення способів переміщення та вихідних положень волейболіста під час гри. Послідовність навчання техніці передачі м'яча зверху двома руками та прийому знизу.

Відпрацювання різних способів подач м'яча та тактична спрямованість їх виконання. Етапи засвоєння техніки прямого нападаючого удару та основ поодинокого блокування. Формування взаємодії гравців у межах ігрових зон та при переході з лінії в лінію.

Застосування рухливих ігор з елементами волейболу для вдосконалення точності передач.

3.11. Методика навчання футболу на заняттях із фізичної культури

Навчання техніці ударів по м'ячу внутрішньою стороною стопи та підйомом з місця й у русі. Способи зупинки м'яча підошвою та внутрішньою стороною стопи після передач різної траєкторії.

Методика ведення м'яча зовнішньою частиною підйому зі зміною темпу та обведенням перешкод. Вивчення техніки вкидання м'яча з-за бокової лінії та специфіки гри воротаря.

Розвиток групових тактичних дій при розігруванні стандартних положень та виході з оборони. Проведення ігрових вправ на обмежених ділянках поля для інтенсифікації технічної підготовки.

3.12. Методика організації та проведення змагань зі спортивних ігор.

Визначення мети, завдань та термінів проведення змагань у межах закладу освіти. Розробка положення про змагання з детальним описом системи розіграшу та умов допуску учасників.

Підготовка матеріально-технічної бази, суддівського інвентарю та місць проведення зустрічей. Формування суддівських колегій та проведення інструктажів щодо трактування правил гри.

Процедура жеребкування команд, складання календаря ігор та ведення турнірних таблиць. Підбиття підсумків, визначення переможців та проведення церемонії нагородження учасників.

3.13. Особливості методики проведення занять спортивними іграми учнів з ООП

Адаптація змісту навчального матеріалу та правил гри відповідно до нозологій здобувачів освіти. Вибір спеціального інвентарю та модифікація ігрового простору для забезпечення доступності занять.

Методика індивідуалізації навантажень та тривалості пауз для відпочинку в процесі ігрової діяльності. Використання асистентів та диференційованого підходу при виконанні технічних елементів.

Забезпечення психологічного комфорту та стимулювання соціальної інтеграції через командну взаємодію. Постійний моніторинг фізичного стану та реакції організму учнів на ігрові навантаження.

Варіативна частина

3.14. Методика навчання елементів спортивних ігор на заняттях із фізичної культури

Теорія і методика навчання спортивних ігор у школі ґрунтується на єдності процесів навчання, виховання та фізичного вдосконалення учнів. Навчання у спортивних іграх розпочинається з опанування техніки гри у нападі та захисту за принципом «від простого до складного». Тактична підготовка визначає функціональні обов'язки кожного гравця та команд у цілому в різних ігрових ситуаціях нападу та захисту та вибору системи гри.

Особлива увагу приділяють методиці навчання елементам модельної техніки гри та формування знань, умінь і навичок та уміння реалізувати їх у змагальних умовах. Інтеграція технічної та тактичної підготовки через ігровий метод є універсальним засобом розвитку рухових якостей у всіх видах спортивних ігор. Додаються приклади методики навчання окремих елементів спортивних ігор на заняттях із фізичної культури у модулях «Баскетбол», «Волейбол», «Футбол», «Гандбол» та ін.

Обов'язковим компонентом методики викладання є забезпечення безпеки

життєдіяльності, обов'язкове проведення розминки та врахування медичних показників учнів. Сучасна методика в контексті Нової української школи орієнтується на варіативність модулів, надання учням права вибору виду спорту та індивідуалізацію навантажень.

3.15. Організація самостійних занять учнів з фізичної культури

Самостійні заняття з фізичної культури – важлива складовою здорового способу життя. Вони заповнюють дефіцит рухової активності та підвищують працездатність учнів. До основних форм самостійних занять відносять ранкову гігієнічну гімнастику, фізкультурні паузи протягом дня та цілеспрямовані тренувальні заняття у вільний час.

Учитель фізичної культури надає учням домашні завдання, допомагає розробляти індивідуальні програми та підбирати ефективні комплекси вправ. Кожне самостійне тренування має чітку структуру, що включає підготовчу, основну та заключну частини. Організація занять вимагає суворого дотримання правил техніки безпеки, зокрема перевірки справності інвентарю та забезпечення зони безпеки навколо місця виконання вправ. Важливою умовою ефективності самостійних занять є регулярність. Рекомендується займатися 4-5 разів на тиждень. Під час виконання вправ учні зобов'язані здійснювати самоконтроль за самопочуттям і негайно припинити активність у разі появи симптомів перевтоми або захворювання. Розглядається методика вимірювання ЧСС та ведення щоденнику самоконтролю.

Роль батьків в організації належних умов для занять удома. Підтримка дитини та контроль за виконанням рухового режиму. Планування занять та поступово підвищення навантажень з урахуванням індивідуальних медичних показників кожного школяра.

3.16. Основи навчання рухових дій на заняттях із спортивних ігор

Навчання рухових дій у спортивних іграх є організованим процесом передачі знань та формування вмінь, спрямованих на фізичне, технічне, тактичне і психологічне вдосконалення школярів. Процес опанування ігровими прийомами традиційно поділяється на чотири етапи: ознайомлення, засвоєння рухової дії, її закріплення та інтеграція в ігрову діяльність.

На початковому етапі за допомогою методу слова: розповіді, пояснення та бездоганної демонстрації модельного виконання в учнів формується цілісне уявлення про техніку руху.

Практичне засвоєння розпочинається з формування рухового уміння, яке вимагає значної концентрації уваги на деталях та елементах дії під постійним контролем свідомості. Завдяки багаторазовому свідомому повторенню у стандартних умовах уміння трансформується в навичку – автоматизований спосіб керування рухами. Методика навчання передбачає послідовний перехід від вправ без м'яча до рухів із м'ячем, із статичних положень до виконання в русі у повільному темпі. Ефективність навчання безпосередньо залежить від рівня фізичної підготовленості учня, що створює необхідну кондиційну базу для опанування складних координаційних рухів.

Провідну роль на етапах закріплення відіграє ігровий метод, який дозволяє вдосконалювати техніку в умовах, що постійно і раптово змінюються. Для попередження закріплення помилок учитель повинен забезпечувати терміновий зворотний зв'язок та використовувати підвідні вправи, що полегшують сприйняття структури руху. Кінцевим результатом навчання є формування здатності творчо та ефективно застосовувати техніко-тактичні прийоми під час змагального протистояння.

3.17. Моніторинг і тестування розвитку фізичних якостей та рухових здібностей учнів у процесі навчання спортивним іграм

Моніторинг і тестування є невід'ємними складниками навчання спортивним іграм, що дозволяють вчителю оцінити рівень спеціальної фізичної підготовленості учнів та вчасно коригувати навчальний процес. Система контролю включає попередній, оперативний, поточний та етапний види, кожен з яких має своє функціональне значення для відстеження динаміки розвитку загальних, спеціальних і технічних рухових здібностей.

На початку навчального року необхідно проводити попередній контроль, який допомагає вивчити вихідний стан здоров'я учнів і рівень їхньої готовності до виконання ігрових завдань. Основними об'єктами тестування є такі загальні фізичні якості, як швидкість, витривалість,

сила, гнучкість та спритність, що безпосередньо впливають на ефективність техніко-тактичних дій у грі. Для діагностики спеціальних якостей використовуються такі вправи, як човниковий біг, спритності, стрибок у довжину з місця або у гору для вибухової сили та біг на короткі дистанції та інші.

Окрім загальної підготовки, моніторинг передбачає оцінку спеціальних ігрових навичок і прийомів наприклад: точності штрафних кидків у баскетболі або техніки ведення м'яча у футболі, або подачі у волейболі. Тестові завдання повинні виконуватися в природній структурі уроку без зайвого психологічного тиску, а їхні результати не можуть використовуватися для порівняння учнів між собою.

Модуль IV. Діагностико-аналітичний модуль

Питання для самостійного опрацювання

1. Мотивація як засіб саморозвитку й самореалізації педагогічних працівника.
2. Технології психологічної підготовки педагогічних працівників до роботи в умовах сучасних соціально-економічних змін.
3. Принципи академічної свободи вчителя (викладача) та академічної доброчесності.
4. Новий освітній простір: мотивація, безпечність та безперешкодність.
5. Ефективні методи та технологія навчання елементам спортивних ігор на заняттях із фізичної культури.
6. Оцінювання навчальних досягнень учнів у процесі навчальних занять зі спортивних ігор.
7. Педагогічні умови якісного та ефективного уроку фізичної культури зі спортивних ігор.
8. Рухливі ігри та естафети з елементами спортивних ігор.
9. Фізична підготовка здобувачів освіти молодшого, середнього, старшого шкільного віку
10. Форми і методи організації позакласної роботи та проведення індивідуальних, самостійних, гурткових занять зі спортивних ігор.
11. Особливості проведення фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі навчального дня.

Рекомендована література

1. Ареф'єв В. Г. Методика викладання фізичної культури в школі : навч. посіб. – Київ : Центр учбової літератури, 2014. – 384 с.
2. Безверхня Г. В. Спортивні ігри з методикою викладання : навч. посіб. – Умань : Візаві, 2017. – 242 с.
3. Васьков Ю. В. Уроки фізичної культури в НУШ: методика проведення, планування, контроль. – Харків : Основа, 2022. – 144 с.
4. Волков В. Л. Теорія і методика адаптивного фізичного виховання : підручник. – Київ : Освіта України, 2016. – 436 с.
5. Волейбол : навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл / В. В. Туровський та ін. – Київ : АСНУ, 2019. – 112 с.
6. Гамалій Н. В. Спортивні ігри: правила, тактика, техніка : навч. посіб. — Київ : НУФВСУ, 2018. – 160 с.
7. Данилко М. Т. Організація та проведення змагань зі спортивних ігор : метод. рек. – Львів : ЛДУФК, 2015. — 88 с.
8. Дзюба К. П. Методика навчання елементів баскетболу на уроках фізичної культури. – *Фізичне виховання в рідній школі.* – 2019. – № 2. – С. 18–23.
9. Дутчак М. В. Спорт для всіх в Україні: теорія та практика. — Київ : Олімпійська література, 2015. – 320 с.
10. Зубалій М. Д. Навчання футболу в закладах загальної середньої освіти : метод. посіб. – Київ : Педагогічна думка, 2018. – 120 с.

11. Інклюзивне фізичне виховання в школі / за ред. Н. С. Світличної. – Харків : Ранок, 2020. – 176 с.
12. Когут І. О. Спортивні ігри в системі фізичного виховання учнівської молоді. – Київ : Науковий світ, 2017. – 144 с.
13. Корфбол у школі : методичний посібник для вчителів фізичної культури / упоряд. О. М. Левченко. – Суми : НІКО, 2021. – 92 с.
14. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання : підручник : у 2 т. – Київ : Олімпійська література, 2017. – Т. 1. – 384 с.
15. Курило В. С. Методика навчання спортивним іграм : навч.-метод. посіб. – Тернопіль : ТНПУ, 2016. – 156 с.
16. Леськів А. Д. Спортивні ігри: теорія і методика викладання. – Тернопіль : Підручники і посібники, 2018. – 208 с.
17. Моделі навчальних програм для 5–6 класів НУШ: «Фізична культура» / за ред. Т. Ю. Круцевич. – Київ : Видавничий дім «Освіта», 2021. – 110 с.
18. Мудрик В. І. Спортивні ігри: від теорії до практики проведення змагань. – Рівне : МEGУ, 2019. – 132 с.
19. Папуша В. Г. Теорія і методика фізичного виховання у запитаннях і відповідях. – Тернопіль : Підручники і посібники, 2015. – 160 с.
20. Сутула В. О. Фізична культура в Новій українській школі : посібник для вчителя. – Харків : Гімназія, 2022. – 200 с.
21. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів. Частина 2. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2014. – 248 с.