

**ВОЛИНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЛЕСІ УКРАЇНКИ**

ФАКУЛЬТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, СПОРТУ ТА ЗДОРОВ'Я

ЖУРНАЛ ПЛАНУВАННЯ ТА ОБЛІКУ РОБОТИ

**з педагогічної практики
студента ІV курсу _____ групи спеціальності
014 Середня освіта (Фізична культура)**

Прізвище, ім'я, по батькові

**Луцьк
ФОП Мажула Ю.М.,
2024**

УДК [37.091.12:005.963.5]:796.011.3-057.87(072)
ББК 74.267.5я73-9
Ж92

Рекомендовано до друку засіданням кафедри теорії фізичного виховання та рекреації Волинського національного університету імені Лесі Українки (протокол № 2 від 30 вересня 2024 року).

Рецензенти:

Мудрик Жанна Станіславівна – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент Волинського національного університету імені Лесі Українки.

Іванова Анна Іванівна – кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фізичного виховання Луцького національного технічного університету.

Ж 92 Журнал планування та обліку роботи з педагогічної практики: метод. розробки / розробн. Т. В. Гнітецька, Н.М. Ковальчук. Луцьк ФОП Мажула Ю.М., 2024. 46 с.

Журнал планування та обліку роботи з педагогічної практики – звітний документ студента про проходження практики, який розглядається комісією на її захисті. У даній розробці журналу викладені організаційні аспекти практики (мета, завдання, види індивідуальної роботи, критерії оцінювання) та бланки для планування та обліку роботи .

Методичні розробки призначені студентам факультету фізичної культури, спорту та здоров'я, керівникам педагогічних практик.

Зміст

Мета і завдання педагогічної практики	4
Права та обов'язки студента-практиканта.....	4
Етапи та зміст практики....	6
Документація роботи студента під час проходження педагогічної практики	
Інформація про навчальний заклад.....	9
Інформація про клас.....	10
Індивідуальний план роботи на період практики.....	11
План-графік розподілу навчального матеріалу на період практики...	17
Поурочний план роботи на період практики.....	18
Документи проведення занять в спортивній секції.....	21
Звіт про практику.....	28
Оцінка роботи студента з педагогічної практики.....	30
Додатки	
Перелік звітної документації з педагогічної практики.....	31
Рекомендації до оформлення документів планування навчальної роботи.....	32
Документи спортивно-масових заходів. Регламент змагань. Схеми звіту.....	35
Рекомендації до оформлення виховного заходу.....	37
Підведення підсумків практики. Критерії оцінювання видів роботи студента	38
Питання теоретико-методичної підготовки.....	40
Ключові компетентності освітньої галузі «Фізична культура»	41
Література.....	45

МЕТА І ЗАВДАННЯ ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРАКТИКИ

Метою педагогічної практики студентів є поглиблення й закріплення професійних знань, умінь і навичок, необхідних в роботі вчителя фізичної культури, фахівця з фітнесу та туризму, організатора спортивно-масової роботи в умовах освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти.

Завдання практики

1. Формувати практичні вміння організації та проведення гурткової роботи (секції з різних видів спорту) з учнями різних вікових ланок.
2. Продовжувати навчати здобувачів освіти організовувати та проводити різні види рухової активності для формування здорового способу життя, збереження та зміцнення здоров'я учнів.
3. Формувати вміння розробляти навчально-методичні матеріали з урахуванням вікових особливостей учнів, їх фізичної підготовленості та стану здоров'я.
4. Закріпити вміння формувати цілі, планувати, застосовувати методики, технології, які сприятимуть ефективній організації освітнього процесу.
5. Закріпити вміння проводити дослідницьку та інноваційну діяльність за обраною спеціальністю.
6. Закріпити вміння спостерігати, аналізувати освітній процес, робити висновки та розробляти проекти по його вдосконаленню.
7. Навчити студентів виконувати функції класного керівника, працювати з учнівським колективом, проводити індивідуальну роботу з учнями.
8. Розвивати й закріплювати у здобувачів освіти любов до педагогічної професії, вивчення передового досвіду та формувати у них потребу професійного самовдосконалення

ПРАВА СТУДЕНТА-ПРАКТИКАНТА

Під час проходження практики студент має право:

- отримувати консультації з різних питань, які стосуються практики, у керівника, вчителя фізкультури, психолога школи, викладачів кафедри та університету;
- звертатись для вирішення спірних питань до керівника практики та декана факультету.

ОБОВ'ЯЗКИ СТУДЕНТА-ПРАКТИКАНТА

Під час проходження практики студент зобов'язаний:

- дотримуватися правил внутрішнього розпорядку закладу загальної середньої освіти, виконувати розпорядження його адміністрації та керівників практики;
- брати участь у настановних конференціях, нарадах, організаційно-методичних заходах бригади;
- виконувати усі види роботи, передбачені програмою практики; **бути присутнім на базі практики не менше 30 годин на тиждень;**
- сумлінно готуватися до кожного уроку та проведення позакласних занять;
- дотримуватись правил безпеки під час проведення урочних та інших форм занять;
- здійснювати індивідуальний та диференційований підхід до учнів;
- будувати стосунки з учнями на принципах взаємоповаги та взаєморозуміння;
- узгоджувати творчі ідеї, плани діяльності або шляхи вирішення конфліктних ситуацій з вчителями, класними керівниками;
- бути для учнів зразком дисциплінованості, організованості, ввічливості й працьовитості.

На період педагогічної практики один із студентів бригади призначається старостою. В обов'язки старости входить:

1. Облік відвідування студентами бази практики, спільних заходів, уроків тощо.
2. Повідомлення їх про колективні консультації й семінари, доручення адміністрації, керівників практики.
3. Захист прав здобувачів освіти під час практики.
4. Організація оформлення документів фізкультурно-оздоровчого або спортивно-масового заходу бригади та відеозвіту.

ЕТАПИ ТА ЗМІСТ ПРАКТИКИ

Етапи	Зміст, основні завдання	Трив. (годин)
1. Підготовчий	Настановна конференція, організаційно-методичні заходи, наради з педагогічної практики.	2
	Індивідуальне планування практики.	8
2. Ознайомлювальний	Ознайомлення з адміністрацією, структурою, традиціями школи.	2
	Ознайомлення з навчально-виховною, спортивно-масовою та фізкультурно-оздоровчою роботою школи.	2
3. Основний	Проведення уроків фізичної культури в 1-11 класах.	90
	Відвідування уроків фізичної культури, які проводяться вчителями або іншими студентами, з метою перейняття досвіду.	8
	Розробка документів планування уроків та роботи секції	14
	Виконання функції помічника класного керівника.	26
	Робота з навчально-методичною літературою.	20
	Допомога вчителю в організації та проведенні фізкультурно-оздоровчих та спортивно-масових заходів.	13
	Допомога вчителю в підготовці збірних команд з різних видів спорту до участі в позашкільних змаганнях.	12
	Проведення тренувальної роботи з вибраного виду спорту гуртку/секції.	28
	Підготовка та самостійне проведення спортивного заходу з учнями закріпленого класу.	8
	Підготовка до проведення та проведення виховного заходу з учнями закріпленого класу.	6
	Наукові дослідження.	12
Консультації з керівником практики	16	
4. Підсумковий	Підготовка до захисту та захист практики	5
Разом		270

Організаційна робота

1. Участь у настановній конференції, організаційно-методичних заходах, нарадах з педагогічної практики.
2. Складання індивідуального плану роботи на період проходження практики.

3. Знайомство з педагогічним колективом школи.
4. Ознайомлення з матеріально-технічною базою школи.
5. Ознайомлення з історією та традиціями школи.
6. Ознайомлення з документами планування навчальної, фізкультурно-оздоровчої, спортивно-масової, виховної роботи в школі.
7. Ознайомлення зі складом учнів закріпленого класу, їх станом здоров'я, рівнем фізичного розвитку, підготовленості та успішності.
8. Організація роботи гуртка/секції за обраною спеціалізацією.
9. Підготовка, ремонт спортивного обладнання, інвентарю, майданчика.
10. Оформлення куточка практиканта.
11. Підготовка відео-матеріалів практики
12. Звіт студента за практику.

Навчально-методична робота

1. Розробка навчально-методичної документації роботи гуртка/секції.
2. Складання документів планування урочної форми занять на період практики для учнів закріпленого класу: план-графіка проходження навчального матеріалу, поурочного плану, планів-конспектів.
3. Відвідування уроків фізичної культури, які проводяться вчителями або іншими студентами, з метою перейняття досвіду.
4. Проведення уроків у 1-11 класах.
5. Проведення уроків з дітьми, які за станом здоров'я відносяться до спеціальної медичної групи.
6. Робота з навчально-методичною літературою (посібниками, журналами, методичними розробками) та інтернет ресурсами.
7. Проведення інструктажів з техніки безпеки на заняттях фізичною культурою.
8. Участь у роботі методичних засідань вчителів фізичної культури школи й міста.

Спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота

1. Проведення занять в спортивних секціях у якості помічника тренера.
2. Організація та проведення спортивно-масового заходу.
3. Проведення фізкультурно-оздоровчих заходів в режимі дня учнів закріпленого або інших класів: гімнастики до занять, рухливих перерв, фізкультурних хвилин, фізкультурних пауз та годин фізичної культури в групах продовженого дня.
4. Організація та проведення змагань серед учнів закріпленого класу.

5. Організація та проведення фізкультурно-оздоровчого або спортивно-масового заходу у складі студентської бригади в масштабах школи.
6. Участь у підготовці збірних команд школи з різних видів спорту (або з навчальних модулів).
7. Участь в організації та проведенні спортивних вечорів, фестивалю школи.
8. Участь в організації та проведенні Дня здоров'я школи.
9. Організація та участь в туристських походах.
10. Індивідуальна робота з учнями, які мають відхилення у стані здоров'я.
11. Підготовка фізкультурного активу (суддів, інструкторів) класу, школи.

Виховна робота

1. Виконання функцій помічника класного керівника.
2. Проведення бесід з основ здорового способу життя з учнями закріпленого та інших класів на уроках фізичної культури.
3. Проведення тематичної виховної години для учнів закріпленого класу.
4. Відвідування із учнями закріпленого класу загальношкільних та міських культурних, оздоровчих та спортивних заходів.
5. Відвідування виставок, вистав з подальшим їх обговоренням. Експерсії до музеїв, видатних історичних місць.
6. Участь у проведенні батьківських зборів закріпленого класу.
7. Участь в культурних та просвітницьких заходах кафедри фізичної культури, педагогічного колективу школи.

Науково-дослідницька робота:

1. Дослідження й аналіз стану здоров'я учнів 1-11 класів.
2. Оцінка й аналіз рівнів фізичної підготовленості та фізичної працездатності учнів 1-11 класів.
3. Вивчення педагогічного досвіду вчителів фізичної культури та тренерів спортивних гуртків школи.
4. Проведення хронометражу та пульсометрії уроку (з протоколами, висновками та рекомендаціями).
5. Дослідження обсягу і характеру тижневої рухової активності школярів.
6. Аналіз уроку (оцінювання якості уроку, повний педагогічний аналіз).
7. Вивчення інтересу та мотивації до занять фізичною культурою і спортом учнів різних вікових ланок.
8. Дослідження ефективності засобів фізичної культури для корекції фізичної підготовленості, фізичного розвитку та здоров'я школярів.
9. Аналіз перспективи розвитку окремих видів спорту в умовах школи.

10. Аналіз та дослідження динаміки фізичного стану учнів, які віднесені до підготовчої та (або) спеціальної медичної груп.

**ДОКУМЕНТАЦІЯ РОБОТИ СТУДЕНТА
ПІД ЧАС ПРОХОДЖЕННЯ ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРАКТИКИ**

***ІНФОРМАЦІЯ ПРО ЗАКЛАД ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ (ЗЗСО),
В ЯКОМУ СТУДЕНТ ПРОХОДИВ ПРАКТИКУ:***

Населений пункт _____

Заклад освіти _____

Директор /П.І.П./: _____

Завідувач кафедри фізичної культури ЗЗСО/П.І.П./:

Керівник практики від закладу освіти (П.І.П. вчителя, за яким закріплений студент):

Закріплений клас:

Класний керівник закріпленого класу /П.І.П./:

Керівник від ВНУ імені Лесі Українки / П.І.П./:

«Затверджую»_____ (керівник практики)

**ІНДИВІДУАЛЬНИЙ ПЛАН РОБОТИ НА ПЕРІОД ПРАКТИКИ
I тиждень**

№ з/п	Зміст роботи	Дата виконання	Відмітка про виконання

Орієнтовні пункти роботи на період I тижня педагогічної практики:

1. Участь у настановній конференції.
2. Організаційна бесіда з директором навчального закладу, завідувачем кафедри.
3. Вибір класу. Знайомство з учнями. Знайомство з класним керівником та ознайомлення з планом роботи класу.
4. Аналіз документів планування вчителя фізичної культури закріпленого класу.
5. Розробка індивідуального плану за видами роботи, елементів річного плану-графіка та семестрового плану на період практики.
6. Складання 2 конспектів уроків у закріпленому класі.
7. Проведення уроків фізичної культури в якості помічника (вчителю, іншим студентам).
8. Ознайомлення з плануванням спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи освітнього закладу.
9. Розробка плану роботи гуртка/секції.
10. Організація роботи гуртка/секції (узгодження з завідувачем кафедри, директора).

II тиждень

№ з/п	Зміст роботи	Дата виконання	Відмітка про виконання

Орієнтовні пункти роботи на період II тижня педагогічної практики:

1. Підготовка конспектів уроків фізичної культури у закріпленому класі (до кінця тижня – 4 конспекти).
2. Проведення уроків у закріпленому класі.
3. Відвідування уроків вчителів фізичної культури (1-4 класи).
4. Допомога вчителям у підготовці збірних команд до змагань (за обраним видом спорту).
5. Підготовка до проведення спортивно-масового заходу (за обраною спеціалізацією). Програма, сценарій, забезпечення.
6. Налагодження роботи гуртка/секції (за обраною спеціалізацією).
7. Участь у виховних заходах у закріпленому класі, організованих класним керівником.
8. Опрацювання навчально-методичної літератури та інформації інтернет-джерел за спеціальністю.

III тиждень

№ з/п	Зміст роботи	Дата виконання	Відмітка про виконання

Орієнтовні пункти роботи на період III тижня педагогічної практики:

1. Проведення уроків у закріпленому класі та класах інших ланок.
2. Підготовка конспектів уроків фізичної культури у закріпленому класі (до кінця тижня має бути підготовлено 6 конспектів).
3. Відвідування уроків вчителів фізичної культури (5-9 класи).
4. Робота в гуртку/секції.
5. Допомога вчителям у підготовці збірних команд до змагань (за обраним видом спорту).
6. Виховна робота з учнями закріпленого класу за планом класного керівника.
7. Підготовка до проведення спортивно-масового заходу (за обраним сценарієм/програмою).
8. Участь у спортивно-масовому заході, організованому школою (День здоров'я або ін.).
9. Проведення рухливих перерв, фізкультурних хвилин, фізкультурних пауз в групах продовженого дня.
10. Підготовка до проведення наукового дослідження.

V тиждень

№ з/п	Зміст роботи	Дата виконання	Відмітка про виконання

Орієнтовні пункти роботи на період V тижня педагогічної практики:

1. Проведення спортивно-масового заходу та його відеозйомка.
2. Проведення занять в обраній спортивній секції.
3. Допомога вчителям у підготовці збірних команд до змагань (за обраним видом спорту або навчальним модулем).
4. Виконання функцій помічника класного керівника.
5. Проведення уроків у закріпленому та інших класах.
6. Підготовка конспектів уроків (до кінця практики - 10 конспектів).
7. Проведення занять у спортивній секції (або гуртку).
8. Опрацювання навчально-методичної літератури та інформації інтернет-джерел за спеціальністю.
9. Аналіз результатів наукового дослідження та його оформлення.

VI тиждень

№ з/п	Зміст роботи	Дата виконання	Відмітка про виконання

Орієнтовні пункти роботи на період VI тижня педагогічної практики:

1. Проведення уроків у закріпленому та інших класах.
2. Проведення занять у спортивній секції (або гуртку).
3. Підсумкова бесіда з учнями закріпленого класу та класним керівником.
4. Аналіз результатів практики на засіданні кафедри .
5. Монтаж відеоматеріалів спортивно-масового заходу.
6. Оформлення документації практики.
7. Підсумкове засідання та аналіз результатів практики з керівником бригади. Здача документів для перевірки і підпису керівнику.
8. Підготовка до захисту практики.

«Затверджую»_____ (керівник практики)
План-графік розподілу навчального матеріалу на період практики
для учнів _____ класу,

Змістова лінія/її або модуль/лі_____

(П.І. автора програми для 1-4 класів або рік вивчення модулів для 8-11 класів)_____

Зміст навчального матеріалу номер уроку																				

Позначення: _____

ДОКУМЕНТИ ПРОВЕДЕННЯ ЗАНЯТЬ В СПОРТИВНІЙ СЕКЦІЇ

Назва гуртка/ секції _____

Тренер (вчитель) _____

Розклад занять: Дні _____

Час _____

Місце _____

Облік відвідування та успішності членів гуртка/секції

№ з/п	Клас	Прізвище, ім'я	Номера занять і дати					
			1	2	3	4	5	6
1								
2								
3								
4								
5								
6								
7								
8								
9								
10								
11								
12								
13								
14								
15								

Примітка: у 5-11 класах оцінювання – згідно з 12-бальною системою (відповідно до навчальних програм [6-8]).

План роботи гуртка/секції

<i>№ з/п Дата</i>	Очікувані результати/ Завдання	<i>Зміст заняття*</i>
1		

* Зміст занять формується на основі програми навчального модуля поточного та наступного року вивчення. (Див. у відповідних навчальних програми для учнів ЗЗСО [6-8]).

Підпис вчителя (тренера) _____

<i>№ з/п</i> <i>Дата</i>	Очікувані результати/ Завдання	Зміст заняття*
2		

Підпис вчителя (тренера) _____

<i>№ з/п</i> <i>Дата</i>	<i>Очікувані результати/ Завдання</i>	<i>Зміст заняття*</i>
3		

Підпис вчителя (тренера) _____

<i>№ з/п</i> <i>Дата</i>	Очікувані результати/ Завдання	Зміст заняття*
4		

Підпис вчителя (тренера) _____

<i>№ з/п</i> <i>Дата</i>	Очікувані результати/ Завдання	<i>Зміст заняття*</i>
5		

Підпис вчителя (тренера) _____

<i>№ з/п</i> <i>Дата</i>	Очікувані результати/ Завдання уроку	<i>Зміст заняття</i> *
6		

Підпис вчителя (тренера) _____

ЗВІТ ПРО ПЕДАГОГІЧНУ ПРАКТИКУ

1. Короткі дані про школу та клас, в якому проходила практика _____

2. Кількісний аналіз проведених уроків та навчально-методичних заходів (всього уроків, скільки в яких класах, кількість наданих консультацій, індивідуальних занять та ін.)

3. Звіт про роботу гуртка/секції

4. Кількісний і якісний аналіз спортивно-масових заходів, проведених за час практики _____

5. Кількісний і якісний аналіз виховних заходів, проведених за час практики.

6. Кількісний аналіз відвіданих уроків з фізичного виховання, які проводили вчителі школи та інші студенти практиканти (всього уроків, в яких класах, їх теми та ін.) _____

10. За якими змістовими лініями, модулями програми з фізичного культури Ви працювали?

11. Які з них викликали у Вас труднощі і в чому вони виражаються?

12. Ваші взаємовідношення з учнями закріпленого класу

13. Ступінь задоволення роботою, яку Ви виконали під час практики

14. Основні труднощі, з якими Ви зустрілися під час практики. Що можна зробити для їх ліквідації?

15. Висновки _____

16. Побаження та пропозиції

Підпис студента _____

ОЦІНКА РОБОТИ СТУДЕНТА З ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРАКТИКИ

Вид роботи, можлива кількість балів	Оцінка керівника від ВНУ	Підпис керівника від ВНУ	Захист практики
1. Спортивно- масова та фізкуль – турно-оздоровча робота (0 – 40 балів)			
2. Навчально- методична робота (0 – 30 балів)			
3. Виховна робота (0 – 10 балів)			
4. Організаційна робота: виконавча дисципліна та ін. (0 – 10 балів)			
5. Науково- дослідницька робота (0 – 5 балів)			
<i>Сума балів від керівника ВНУ (0-95 балів)</i>			
6. Теоретико-методичні знання (0 – 5 балів)			

Загальна оцінка за педагогічну практику _____ бали
_____ рівень

Члени комісії (прізвище, підпис) _____

ПЕРЕЛІК ЗВІТНОЇ ДОКУМЕНТАЦІЇ СТУДЕНТА***З ПЕДАГОГІЧНОЇ ПРАКТИКИ:***

- **Журнал роботи студента-практиканта** за такими розділами:

1. Інформація про заклад освіти, в якому студент проходив практику.
2. Інформація про клас, за яким був закріплений студент.
3. Індивідуальний план роботи за тижнями практики.
4. Планування навчальної роботи: план-графік розподілу навчального матеріалу та поурочний план навчальної роботи на період практики.
5. Документи проведення занять в спортивній секції.
6. Звіт про педагогічну практику.

- **до журналу роботи окремо додаються:**

7. Робочі конспекти уроків (не менше 10 конспектів).
8. Документи планування та звіт про проведення фізкультурно-оздоровчого або спортивно-масового заходу (*один на бригаду*).
9. Документи проведення виховного заходу у закріпленому класі: план, сценарій, звіт, оформлені відповідно до вимог(*індивідуально*) (див. С. 37).
10. Відеоматеріали спортивно-масового заходу, тривалістю до 3 хв (*індивідуально*).
11. **ВІДГУК** на студента-практиканта, **ПІДПИСАНИЙ ДИРЕКТОРОМ, ВЧИТЕЛЕМ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ, КЛАСНИМ КЕРІВНИКОМ і ЗАВІРЕНИЙ ПЕЧАТКОЮ ЗАКЛАДУ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ**, у якому проходила практика.

РЕКОМЕНДАЦІЇ ПО ОФОРМЛЕННЮ ДОКУМЕНТІВ ПЛАНУВАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ РОБОТИ

I. Річний план-графік освітнього процесу *складається на основі змісту базової навчальної програми*. Необхідно проаналізувати навчальний матеріал «змістових ліній» (для 1-4 класів) або модулів (для 5-11 класів) відповідного й суміжних класів (років вивчення).

Оформлення план-графіка

1. У колонці «Зміст навчального матеріалу» записується назва і зміст «змістових ліній» (1-4 класи) чи модуля/модулів (5-11 класи). Рекомендується спочатку записувати зміст обов'язкових модулів – «Теоретико-методичні знання» та «Загально-фізична підготовка», далі варіативних (ного) модулів. Неоднотипні види навчального матеріалу записуються окремо, тобто з нового рядка.
2. У колонці «Номер уроку» записується № уроку з початку навчального року.
3. У колонці кожного уроку зазначаються вправи або види навчальної діяльності, які будуть вирішуватися на цьому уроці.

4. **При плануванні змісту уроків по вертикалі має бути дотримано:**

- різнобічний вплив засобів уроку на опорно-руховий апарат (для гармонійного розвитку різних частин тіла, різних рухових якостей);
- відповідність між запланованим обсягом навчального матеріалу (кількість завдань) та часом уроку (30, 40, 45 хв). Врахувати, що на уроці реально вирішити не більше 3-5 основних завдань;
- реально доцільну (і можливу) кількість контрольних вправ. Як правило, на 1 урок слід планувати не більше 1 контрольної вправи;
- такий підбір засобів, щоб урок мав емоційність, був цікавим, немонотонним.

5. **При складанні план-графіка по горизонталі має бути дотримано:**

- наступність засвоєння матеріалу за етапами навчання (ознайомлення → розучування → закріплення → удосконалення) для кожної вправи чи завдання. Варто пам'ятати, що етап «ознайомлення» – найкоротший (триває, як правило, не більше 1 уроку), «розучування» може займати від 2 до 6 і більше уроків (в залежності від складності вправи). Довготривалим є етап «закріплення» – 5-7 і більше уроків, а етапу «удосконалення» – немає меж;
- забезпечення контролю (й оцінювання) процесу навчання. Контроль може бути попереднім, проміжним, підсумковим. Для основних вправ підсумковий контроль (оцінювання) слід передбачати обов'язково. Оцінювання можливе не раніше ніж після 2-х уроків вивчення дії.
- випереджуючий розвиток рухових якостей перед вивченням техніки необхідних рухових якостей слід забезпечити за 3-4 тижня перед розучуванням вправи;
- поступове підвищення навантаження як за технічною, так і фізичною складністю згідно дидактичних правил «від простого до складного», «від легкого до важкого», «від засвоєного до незасвоєного», «від знань до умінь»;
- систематичне повторення вивченого (кожну вправу потрібно повторювати не менше 1 раз на місяць, у тому числі використовуючи систему домашніх завдань;).

Орієнтовні умовні позначки у план-графіку: **X (або +)** – основна тема уроку (модуль); *****- допоміжна тема; **О**- ознайомлення; **Р** - розучування; **Н** –навчання або

Пг – поглиблене вивчення; **Зк**- закріплення; **У** - удосконалення; **К** - контроль; **Д/з** – домашнє завдання.

Якщо етап навчання не вказується (наприклад, для вправ розвитку рухових якостей) використовують позначення «+» або «**В**» – виконання.

Слід пам'ятати, що позначення «**По**» в план-графіку використовують *після перерви у виконанні вправи.*

II. Рекомендації до оформлення поурочного плану навчальної роботи

Функцією поурочного планування є поглиблення і розширення методичного забезпечення навчального процесу. Тому у ньому уточнюються підготовчі, підвідні, контрольні вправи й допоміжні завдання, які забезпечують ефективне навчання основних вправ, тощо.

У першу графу плану «**Зміст навчального матеріалу**» переноситься зміст навчального матеріалу з річного план-графіка відповідного номера уроку.

В графі «**Номер уроку, дата**» записується № уроку (рахуючи з початку навчального року) й дата його проведення.

З метою вдосконалення навчальних умінь студентів план доповнений графою «**ОЧІКУВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ**» (*Завдання уроку*). У ній, поряд із конкретними завданнями навчання теоретичному і практичному матеріалу (освітні завдання), плануються завдання оздоровчого, розвиваючого, виховного, професійно-прикладного значення тощо.

Складання завдань уроку здійснюють за такими вимогами:

- загальна кількість завдань на один урок, як правило, не перебільшує 4-5. Серед них: 1-3 освітніх, 1-2 оздоровчих, 1-2 виховні;
- кожне з завдань повинне бути конкретним: освітні - щодо етапу навчання техніки, тактики рухової дії, теоретичних знань; оздоровчі та виховні - щодо спрямування та засобів вирішення;
- формулювання завдань розпочинається з постановки дієслова. Для освітніх завдань дієслово має висвітлювати етап навчання: ознайомити, розучити, продовжувати вивчати, повторити, закріпити, удосконалити, оцінити, проконтролювати. Для оздоровчих завдань – використовують дієслова «сприяти розвитку» або «розвивати», «формувати». Для виховних завдань – «виховувати» тощо.

Приклад постановки завдань для модуля «Баскетбол»:

- 1) Розучити техніку передачі м'яча двома руками від грудей.
- 2) Закріпити техніку ведення м'яча в стійці баскетболіста.
- 3) Розвивати швидко-силові здібності засобом спеціальних стрибкових вправ.

4) Виховувати здатність до ефективної взаємодії з іншими особами навчальної гри у баскетболу.

У графі «**Домашнє завдання**» зазначають конкретні засоби та їх дозування (з диференціюванням за статтю) загальної й спеціальної фізичної, техніко-тактичної та теоретичної підготовки, тощо з метою забезпечення комплексності та системності процесу фізичного виховання учнів.

III. Інструкція до складання конспекту уроку з фізичної культури

I. Конспект уроку складається з двох частин – «шапки» та графічної частини.

У «шапці» конспекту вказуються:

1. Номер уроку, паралель класів, для яких він розроблений;
2. Змістові лінії (чи лінію) й першого автора типової освітньої програми (О. Савченко чи Р. Шияна) для 1-4 класів або модуль/модулі для 5-11 класів (для 8-11 класів також вказуються рік вивчення модуля/модулів);
3. Мета уроку. У ній вказуються ті загальні компетентності, на вирішення яких спрямований зміст уроку. Компетентності визначаються згідно з додатком 21 Державного стандарту базової середньої освіти. (Витяг додатка 21 наведений на С. 42-47 цього журналу);
4. Очікувані результати навчальної діяльності (завдання уроку). Вони переносяться з робочого плану відповідного номеру уроку;
5. Дата, час, місце проведення уроку;
6. На початку або в кінці конспекту вказують *конкретизовану кількість* основного і допоміжного інвентарю.

II. Графічна частина складається з 4 колонок:

1. «**Частини уроку, їх тривалість**» (вказується частина уроку: підготовча, основна, заключна. Тривалість кожної визначається з врахуванням графі «Дозування навантаження». Зазвичай підготовча частина триває 10-13 хв, основна – 20-30 хв, заключна – 3-7 хв).
2. «**Зміст навчального матеріалу**» (викладаються всі види діяльності у тому порядку, в якому планується урок. Вони повинні врахувати призначення кожної з частин уроку та вирішувати завдання, поставлені на урок).
3. «**Дозування навантаження**» (вказується кількість повторень, час виконання вправи, довжина дистанції, ЧСС та ін.) При цьому його варто диференціювати для учнів різних медичних груп (основної, підготовчої, спеціальної).
4. «**Організаційні вказівки**»: а) способи шиккування; б) розташування місць занять; в) способи управління класом; г) способи виконання вправ; д) способи роздачі й збору інвентарю та місце занять; е) організація техніки безпеки. Інформаційну цінність цієї графі підвищують рисунки та схеми, наприклад, розміщень учнів, напрямків і способів переходу та ін.
5. «**Методичні вказівки**»: а) фіксуються команди, вказівки які будуть використовуватись, описується пояснення техніки вправ, подається зміст розповіді; описуються помилки, які потрібно попередити та способи їх виправлення тощо; вказується про застосування безпосереднього показу чи використання наочних посібників; особливості методики розучування вправи; вказівки, на що слід звернути педагогічну увагу під час виконання вправ чи завдань уроку.
б) форми і методи використання активу класу (призначення відповідальних за техніку безпеки чи дисципліну в групах, за прибирання місць занять тощо);
в) форми і види контролю знань, умінь і навичок учнів; виписуються нормативні вимоги тощо; г) завдання для домашніх занять.
6. Зміст конспекту необхідно викладати детально, дотримуючись відповідних термінологічних вимог, правил запису вправ.
7. Конспект (для студентів-практикантів) перевіряється і затверджується методистом з навчальної роботи або вчителем фізичної культури **до початку уроку**.

ДОКУМЕНТИ СПОРТИВНО-МАСОВОВИХ ТА ФІЗКУЛЬТУРНО-ОЗДОРОВЧИХ ЗАХОДІВ. РЕГЛАМЕНТ ЗМАГАНЬ. СХЕМА ЗВІТУ

Документами проведення змагань в навчальному закладі є:

- наказ по закладу загальної середньої освіти;
- оголошення;
- регламент змагань;
- заявки;
- правила змагань (*«Офіційні» правила на захист практики можуть не представлятися*);
- робочі протоколи;
- звіт про проведення змагань.

Регламент змагань розкриває: назву, мету, завдання, місце, час проведення, керівництво змаганнями (П.І.П. головного судді, секретаря, інших членів суддівської колегії), програму (час відкриття, розпорядок змагальної боротьби за днями, час закриття тощо), вимоги до учасників (клас, кількість учасників в команді тощо), умови підведення підсумків, визначення переможців, особливості нагородження, порядок і час подання заявок, протестів.

Фізкультурні свята та спортивні вечори – це масові глядацькі заходи показового і розважального характеру, що сприяють пропаганді фізичної культури і спорту. Свята присвячують певним датам, подіям країни, міста або школи. Спортивні вечори присвячуються різним подіям у житті спортивної спілки школи.

Документами проведення свята або вечора в навчальному закладі є:

- наказ по закладу загальної середньої освіти;
- оголошення;
- програма і сценарій заходу;
- робочі протоколи конкурсів, вікторин, поєдинків тощо;
- звіт.

Програма фізкультурного свята або вечора складається з таких частин:
 1) урочисте відкриття: парад учасників, загальне шикування, вітальні виступи; 2) нагородження переможців попередніх змагань, фізкультурного активу школи; 3) масові показові виступи учнів, виступи кращих спортсменів, запрошених гостей; 4) масові ігри, конкурси, розваги для глядачів ; 5) урочисте закриття: підсумки, марш-парад учасників.

Свята можуть мати й інші схеми, наприклад, обрядову структуру, передбачати виступи художньої самодіяльності, жартівливі естафети, змагання сімейних команд тощо. До участі залучають батьків, шефські колективи.

Для успішного проведення шкільних змагань або інших спортивно-масових заходів потрібно:

1. Своєчасно ознайомити учнів з часом та програмою змагань чи свята (щонайменше за 1 місяць розробити його положення або програму. За 7-10 днів до початку – оприлюднити оголошення).
2. Забезпечити просту організацію (із можливим залученням суддів-школярів та помічників-школярів).
3. Організувати санітарне і лікарське забезпечення.
4. Яскраво оформити місце проведення: фотомонтажі, стінгазети, плакати; кубки, медалі, грамоти кращих спортсменів, організують лотереї тощо.
5. Дотримуватися оптимальної тривалості: для молодших учнів – до 1 години, для середніх - не більше 1,5 годин, для старших – не більше 2-3 год.
6. Оперативно підвести підсумки.

Схема звіту про проведення змагань

1. Назва заходу.
2. Дата, місце проведення.
3. Суддівська колегія (головний суддя, секретар та інші - прізвище, ім'я, по-батькові, посада).
4. Вказати загальну кількість учасників та кількість команд.
5. Відомості про переможців, призерів (для змагань, спортивних конкурсів) – прізвище, ім'я, клас.
6. Хто з гостей, запрошених брав участь (П.І.П., установа).
7. Відхилення від програми, їх обґрунтування.
8. Загальна оцінка проведеного заходу, висновки.
9. Пропозиції.

Схема звіту про проведення фізкультурного свята чи спортивного вечора

1. Назва заходу.
2. Дата, місце проведення.
3. Голова і члени журі (прізвище, ім'я, по-батькові, посада).
4. Скільки було учасників (всього), кількість команд.
5. Хто з гостей, запрошених брав участь (П.І.П., установа).
6. Переможці, призери (для змагань, спортивних конкурсів).
7. Відхилення від програми, їх обґрунтування.
8. Загальні висновки про ступінь вирішення мети, оцінка.
9. Пропозиції.

РЕКОМЕНДАЦІЇ ДО ОФОРМЛЕННЯ ВИХОВНОГО ЗАХОДУ

1. Виховні заходи можуть проводитись у вигляді бесід, конкурсів, вечорів, мистецьких вікторин, екскурсій, відвідання виставок та вистав з наступним їх обговоренням.
2. Тема заходу повинна відповідати віковим особливостям учнів, бути цікавою та носити виховний характер.
3. Тема та термін проведення виховного заходу повинні бути погоджені з класним керівником та методистом практики.
4. План і сценарій заходу повинні бути перевірені і затверджені методистом та класним керівником до його початку.
5. Під час проведення заходу має бути обов'язкова присутність методиста або класного керівника.
6. При оформленні **плану і сценарію** заходу потрібно дотриматися таких вимог:
 - на титульній сторінці вказати тему заходу; мету; для кого призначено захід; хто проводить; дату проведення. На цій же сторінці ставиться резолюція (підпис) методиста і класного керівника про дозвіл на його проведення.
 - У плані проведення заходу зазначити назви частин (пунктів) й скільки часу на кожну з них відведено (аналогічно конспекту уроку).
 - В сценаріях вказати конкретні прізвища учнів або осіб, які будуть брати участь у заході.
7. Після проведення заходу потрібно скласти **звіт**. У ньому зазначаються: тема; дата; місце проведення; інформація про присутніх (загальна кількість); прізвища, регалії гостей; прізвища найбільш активних учасників; результати конкурсів, вікторин (якщо були); причини відхилення від плану (якщо були).
8. Звіт затверджується класним керівником або методистом з загальним висновком (ступінь вирішення поставленої мети заходу) й оцінкою за його проведення .
9. План, сценарій заходу та звіт про його проведення представляються при захисті практики. Оцінюється відповідність їх оформлення встановленим вимогам. Також враховується естетичність оформлення, наявність фотографій, відеозвітів (тривалість яких в межах 3-7 хв).

ПІДВЕДЕННЯ ПІДСУМКІВ ПРАКТИКИ. КРИТЕРІЇ ОЦІНКИ ВИДІВ РОБОТИ

Діяльність студента-практиканта оцінюється за такими модулями:

1. Спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота (0 - 40 балів);
2. Навчально-методична робота (0 - 30 балів);
3. Виховна робота (0 -10 балів);
4. Організаційна робота (0 -10 балів);
5. Науково-дослідницька робота (0 - 10 балів).
6. Теоретико-методичні знання (0 - 5 балів)

Оцінювання модулів здійснює керівник практики від університету (методист практики). Якість оформлення документації і знання теоретичного розділу програми педагогічної практики оцінює комісія.

Захист практики відбувається на наступний день після її закінчення. Студент, який не виконав програму практики і отримав незадовільний відгук на базі практики або незадовільну оцінку при складанні заліку, направляється на практику вдруге в період канікул або відраховується з навчального закладу.

Критерії оцінки видів роботи

I. Спортивно-масова та фізкультурно-оздоровча робота

- “Відмінно” (31 - 40 балів) – студент повністю виконав індивідуальний план із спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи. Творчо застосовував отримані знання під час проведення тренувальних занять. Успішно провів спортивно-масовий захід в масштабі школи і оформив відповідні документи обліку і звіту.
- “Добре” (21 - 30 балів) – студент виконав індивідуальний план із спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи, але недостатньо проявляв творчість, ініціативу, самостійність під час проведення спортивно-масових заходів.
- “Задовільно” (11 - 20 балів) – студент виконав найпростіші форми організації та проведення спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи. Слабо орієнтується в оформленні облікової та звітної документації. Не проявляв творчість, самостійність й ініціативу.
- “Незадовільно” (0 - 10 балів) – студент не проводив спортивно-масової та фізкультурно-оздоровчої роботи у закріпленому класі, не брав участь у проведенні загально-бригадного заходу в масштабах школи, не представив відповідних звітних документів.

II. Навчально-методична робота

- “Відмінно” (25 – 30 балів) – студент в повному обсязі виконав завдання індивідуального плану з навчально-методичної роботи. Творчо застосовував отримані знання з педагогіки, ТМФВ, гімнастики, легкої атлетики та інших видів рухової діяльності при проведенні уроків, складанні робочих планів, конспектів. Вміє аналізувати хід уроку, дати рекомендації щодо покращення його якості.
- “Добре” (18 – 24 балів) – студент виконав завдання з навчально-методичної роботи. Добре проводив уроки, вміє планувати процес фізичного виховання, але недостатньо проявляв творчість, ініціативність, самостійність при вирішенні практичних проблем.
- “Задовільно” (6 – 17 балів) – студент не виконав окремі розділи плану з навчально-методичної роботи. Під час проведення уроків використовував лише прості форми організації, були відсутні творчий підхід, самостійність, ініціатива. Слабо орієнтується в плануванні та формах контролю.
- “Незадовільно” (0 – 5 балів) – студент повністю не виконав індивідуального плану з навчально-методичної роботи. Не орієнтується у використанні засобів і методів уроку, не вміє проаналізувати свої дії і педагогічні вміння колег. Не знає принципів планування навчального матеріалу.

III. Виховна робота

- “Відмінно” (8 - 10 балів) – студент повністю виконав індивідуальний план із виховної роботи. Проявляв творчість, ініціативу і самостійність у проведенні виховної роботи в закріпленому класі та брав активну участь у виховній роботі в масштабах школи. Став авторитетом для дітей. Представив відповідну документацію з розділу. Отримав схвальний відгук класного керівника.
- “Добре” (4 - 7 балів) – студент виконав індивідуальний план із виховної роботи, але недостатньо проявив творчість, ініціативу, самостійність. Мав хороший контакт з дітьми. Оформив відповідну документацію, отримав позитивний відгук класного керівника.
- “Задовільно” (1 - 3 балів) – студент не виконав окремі розділи плану з виховної роботи. Використав найпростіші форми виховної роботи. Були відсутні творчий підхід, самостійність, ініціатива. Отримав задовільний відгук класного керівника.
- “Незадовільно” (0 балів) – студент не проводив виховної роботи з дітьми закріпленого класу, в школі, отримав негативний відгук класного керівника.

IV. Організаційна робота

- “Відмінно” (8- 10 балів) – студент працював в школі кожного робочого дня, усі документи звітної документації оформлені бездоганно.
- “Добре” (4 - 7 балів) – студент працював у школі за розкладом занять з фізичного виховання закріпленого класу, був присутнім на спортивно-масових, фізкультурно-оздоровчих і виховних заходах лише свого класу. З поважних причин пропустив певний період виробничої практики. Звітні документи мають окремі помилки (орфографічні, стилістичні, методичні).
- “Задовільно” (1- 3 балів) – студент обмежився проведенням уроків з фізичного виховання, не з’являвся на окремі спортивно-масові, фізкультурно-оздоровчі і виховні заходи. Без поважних причин пропустив певний період практики. Звітні документи мають значні методичні помилки.
- “Незадовільно” (0 балів) – студент пропускав уроки у закріпленому класі, не з’являвся на спортивно-масові, фізкультурно-оздоровчі, виховні заходи класу, школи, без поважних причин пропустив значний період практики. Звітні документи мають грубі методичні помилки або відсутній один чи декілька з документів.

V. Науково-дослідницька робота

- “Відмінно” (5 балів) – студент повністю виконав завдання з науково-дослідницької роботи. Зробив аналіз і висновки до даної роботи. Дав рекомендації і пропозиції.
- “Добре” (3 - 4 балів) – студент виконав завдання з науково-дослідницької роботи. Зробив аналіз і висновки до даної роботи, але не дав рекомендацій і пропозицій щодо покращення результатів.
- “Задовільно” (1 - 2 балів) – студент обмежився виконанням практичного завдання з науково-дослідницької роботи, без аналізу, висновків і пропозицій.
- “Незадовільно” (0 балів) – студент виконав практичне завдання з грубими помилками, що дає підстави вважати роботу надуманою.

VI. Теоретико-методичні знання

- “Відмінно” (5 балів) – у відповіді студент виявив всебічні, систематизовані, ґрунтовні знання програмного матеріалу; уміння диференціювати та уніфікувати знання; застосовувати правила в конкретних ситуаціях; продемонстрував здатність до творчого аналізу, узагальнення ключових положень та знань основної і додаткової

літератури. студент працював в школі кожного робочого дня, усі документи звітної документації оформлені бездоганно.

- “Добре” (4 балів) – студент виявив знання програмного матеріалу; правильно побудував відповідь, але не висвітлив ключових моментів або описав їх поверхнево.
- “Задовільно” (3 балів) – у відповіді студент продемонстрував поверхневі знання основного програмного матеріалу, що необхідний у практичній роботі, при формулюванні базових положень допустив суттєві помилки.
- “Погано” (2 балів) – відповідь студента поверхнева, допущені принципові помилки, які порушують логіку базових положень програмного матеріалу.
- “Дуже погано” (1 балів) – студент виклав матеріал на рівні елементарного розпізнання і відтворення окремих позицій окремими словами чи реченнями.
- “Незадовільно” (0 балів) – студент не дав відповіді.

Питання теоретико-методичної підготовки студентів з педагогічної практики

1. Загальна характеристика навчальних програм для учнів 1-11 класів.
2. Основні вправи навчального модуля/змістової лінії за яким (якими) навчався закріплений клас.
3. Завдання фізичного виховання учнів шкільного віку, відповідного закріпленому класу.
4. Методика розвитку сили у учнів шкільного віку, відповідного закріпленому класу.
5. Методика розвитку витривалості у учнів шкільного віку, відповідного закріпленому класу.
6. Методика розвитку швидкості у учнів шкільного віку, відповідного закріпленому класу.
7. Методика розвитку спритності у учнів шкільного віку, відповідного закріпленому класу.
8. Методика розвитку гнучкості у учнів шкільного віку, відповідного закріпленому класу.
9. Методика розвитку швидкісно-силових здібностей у учнів шкільного віку, відповідного закріпленому класу.
10. Застосування нестандартного обладнання на уроках фізичної культури
11. Правила самоконтролю та безпеки під час виконання фізичних вправ на урочних та секційних заняттях школярів.
12. Критерії диференціації учнів за рівнем здоров'я в процесі фізичного виховання.
13. Спортивна спілка школи як організаційна основа позакласної роботи.
14. Організація і проведення некласифікаційних змагань школярів.
15. Організація і проведення Днів здоров'я школярів.
16. Організація і проведення фізкультурних свят та спортивних вечорів для школярів.
17. Особливості змісту і методики проведення уроку фізичної культури з учнями спеціальної медичної групи.
18. Основні документи планування навчального процесу з фізичного виховання в школі.
19. Проблеми формування здорового способу життя в учнів шкільного віку.
20. Сучасні проблеми фізичного виховання учнівської молоді.
21. Засоби загальної фізичної підготовки в роботі вибраної секції/гуртка.
22. Засоби спеціальної фізичної підготовки в роботі вибраної секції/гуртка.
23. Особливості проведення спортивно-масових заходів учнів різного віку.
24. Організація туристичних походів школярів різного віку.
25. Характеристика учнівських змагань «Пліч-о-пліч всеукраїнські шкільні ліги».

**ДОДАТОК 21 (ВИТЯГ З ДЕРЖАВНОГО СТАНДАРТУ БАЗОВОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ
ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ “ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА”) [3]**

Компетентнісний потенціал

Ключові компетентності	Уміння та ставлення
Вільне володіння державною мовою	<p>Уміння:</p> <p>сприймати інформацію та грамотно висловлюватися державною мовою під час занять фізичною культурою</p> <p>правильно використовувати терміни з фізичної культури та спорту</p> <p>застосовувати доречні мовленнєві стратегії відповідно до мети спілкування під час занять фізичною культурою і спортом</p> <p>залагоджувати конфлікти і проблемні ситуації</p> <p>популяризувати заняття фізичною культурою і спортом</p> <p>Ставлення:</p> <p>шанування українських національних традицій у фізичній культурі і спорті</p> <p>цінування державної мови для розвитку національної фізичної культури та усвідомлення її ролі в гармонійному розвитку особистості</p> <p>готовність вживати і розвивати спортивну термінологію державною мовою</p>
Здатність спілкуватися рідною (у разі відмінності від державної) та іноземними мовами	<p>Здатність спілкуватися рідною (у разі відмінності від державної) мовою</p> <p>Уміння:</p> <p>сприймати, розуміти, аналізувати, інтерпретувати, перетворювати та оцінювати інформацію рідною мовою у процесі занять фізичною культурою і спортом</p> <p>спілкуватися рідною мовою про значення занять фізичною культурою і спортом для становлення особистості</p> <p>висловлюватися рідною мовою про важливість занять фізичною культурою і спортом для самореалізації людини</p> <p>писати тексти рідною мовою про фізичну культуру і спорт</p> <p>Ставлення:</p> <p>розуміння потреби популяризації рідною мовою національних традицій з фізичної культури і спорту</p> <p>готовність спілкуватися рідною мовою під час занять фізичною культурою і спортом</p>
	<p>Здатність спілкуватися іноземними мовами</p> <p>Уміння:</p> <p>сприймати, розуміти інформацію та грамотно висловлюватися іноземними мовами у процесі занять фізичною культурою і спортом</p> <p>спілкуватися іноземними мовами про фізичну культуру і спорт</p> <p>писати тексти іноземними мовами про фізичну культуру і спорт, шукати інформацію в іноземних джерелах про оздоровчі програми, спортивні новини</p> <p>Ставлення:</p> <p>розуміння потреби популяризації досягнень українських спортсменів у світі іноземними мовами</p> <p>розуміння важливості оволодіння іноземними мовами для міжкультурного спілкування у процесі занять фізичною культурою і спортом</p> <p>усвідомлення ролі іноземної мови як інструменту одержання інформації про фізичну культуру і спорт</p>

Ключові компетентності	Уміння та ставлення
	готовність спілкуватися іноземною мовою під час занять фізичною культурою і спортом
Математична компетентність	<p>Уміння:</p> <ul style="list-style-type: none"> використовувати математичні методи під час занять фізичною культурою і спортом для створення індивідуальних фізкультурно-оздоровчих програм здійснювати самоконтроль власного фізичного стану в процесі занять фізичною культурою і спортом вести рахунок, здійснювати вимірювання величин у різних видах спорту розраховувати фізичні можливості для досягнення мети в процесі занять фізичною культурою і спортом розраховувати раціон харчування, добову рухову активність, добові енерговитрати під час занять фізичними вправами та спортом тощо <p>Ставлення:</p> <ul style="list-style-type: none"> усвідомлення важливості критичного мислення в процесі занять фізичною культурою і спортом
Компетентності в галузі природничих наук, техніки і технологій	<p>Уміння:</p> <ul style="list-style-type: none"> застосовувати знання з природничих наук для поліпшення фізичного стану застосовувати логічне, структурне та системне мислення для розробки оздоровчих програм і технологій застосовувати технічні засоби в процесі занять фізичною культурою і спортом виконувати різні фізичні вправи (ігри) на природі <p>Ставлення:</p> <ul style="list-style-type: none"> розуміння людини як частини природи, її діяльності усвідомлення важливості бережливого природокористування усвідомлення особливостей виконання фізичних вправ в умовах низьких та високих температур, високогір'я та рівнинних поверхонь, пересічених місцевостей усвідомлення значення досягнень сучасної техніки та технологій для фізичного самовдосконалення
Інноваційність	<p>Уміння:</p> <ul style="list-style-type: none"> застосовувати інноваційно-оздоровчі технології для покращення фізичного стану розвивати нові ідеї та можливості для створення оздоровчих технологій (систем), досліджувати та експериментувати з інноваційними підходами у фізичному вихованні створювати інноваційні програми індивідуальних фізкультурно-оздоровчих занять <p>Ставлення:</p> <ul style="list-style-type: none"> усвідомлення значення інноваційних технологій для фізичного самовдосконалення особистості розуміння потреби впроваджувати інноваційні технології в процесі занять фізичною культурою і спортом
Екологічна компетентність	<p>Уміння:</p> <ul style="list-style-type: none"> приспосовуватися до умов навколишнього середовища під час виконання фізичних вправ використовувати допоміжні засоби фізичного виховання (оздоровчі сили природи та гігієнічні фактори) для поліпшення фізичного стану, загартованості

Ключові компетентності	Уміння та ставлення
	<p>дотримуватися санітарно-гігієнічних норм у процесі занять фізичною культурою і спортом</p> <p>організовувати та проводити форми фізичного виховання у природному середовищі</p> <p>надавати першу домедичну та медичну допомогу, пов'язану з біотичними (живої природи) та абіотичними (неживої природи) небезпеками під час виконання фізичних вправ</p> <p>Ставлення:</p> <p>розуміння гармонійного розвитку людини і природи, ціннісне ставлення до довкілля як до потенційного джерела зміцнення здоров'я</p> <p>розуміння важливості дотримання санітарно-гігієнічних норм</p>
Інформаційно-комунікаційна компетентність	<p>Уміння:</p> <p>використовувати комп'ютерні технології, тренажерні пристрої для поліпшення власного фізичного стану, моніторингу рухової та ігрової активності</p> <p>використовувати інформаційно-комунікаційні технології для спілкування, аналізу та розв'язання проблемних ситуацій під час занять фізичною культурою і спортом</p> <p>використовувати цифрові засоби і технології для оцінювання фізичного стану та створення індивідуальних оздоровчих програм</p> <p>Ставлення:</p> <p>усвідомлення впливу інформаційних та комунікаційних технологій і пристроїв на фізичний розвиток і здоров'я людини, переваг та ризиків їх використання</p> <p>розуміння проблем і наслідків комп'ютерної залежності</p>
Навчання впродовж життя	<p>Уміння:</p> <p>шукати, аналізувати, систематизувати та використовувати інформацію в процесі занять фізичною культурою і спортом</p> <p>розв'язувати проблемні завдання під час занять фізичною культурою і спортом</p> <p>досягати конкретних цілей, долати труднощі та перешкоди в процесі фізичного самовдосконалення</p> <p>розробляти та використовувати індивідуальні оздоровчі програми з урахуванням власних можливостей, здібностей, мотивів, потреб та стану здоров'я</p> <p>Ставлення:</p> <p>розуміння потреби постійного фізичного вдосконалення, формування фізичної культури особистості</p>
Громадянські та соціальні компетентності	<p style="text-align: center;">Громадянські компетентності</p> <p>Уміння:</p> <p>виявляти солідарність із командою і надавати підтримку її членам під час занять фізичною культурою і спортом</p> <p>приймати спільні рішення на користь команди</p> <p>дотримуватися демократичних принципів під час занять фізичною культурою і спортом</p> <p>уникати дискримінаційних вчинків під час занять фізичною культурою і спортом</p> <p>використовувати нормативно-правову базу у процесі фізичного виховання</p>

Ключові компетентності	Уміння та ставлення
	<p>Ставлення: розуміння ролі фізичної культури і спорту в дотриманні прав і свобод людини, утвердження демократичних цінностей — рівності, справедливості, відповідальності повага до альтернативних думок і поглядів</p> <p style="text-align: center;">Соціальні компетентності</p> <p>Уміння: ефективно співпрацювати з іншими особами під час занять фізичною культурою і спортом спілкуватися в різних ситуаціях, залагоджувати конфлікти, дотримуватися правил чесної гри організувати гру, заняття чи інші види командної рухової діяльності гідно вигравати і програвати, боротися, контролювати свої емоції виявляти добросовісність у процесі фізичного виховання дотримуватися здорового способу життя, правил безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ, ігор уникати ризиків для фізичного та психічного здоров'я під час занять фізичною культурою і спортом</p> <p>Ставлення: виявлення толерантності та небайдужості у процесі занять фізичною культурою і спортом усвідомлення цінності рухової активності для здоров'я, фізичного розвитку та фізичної підготовленості</p>
Культурна компетентність	<p>Уміння: визначати проблеми, які потрібно вирішити для формування високого рівня фізичної культури особистості виражати свій культурний потенціал через рухову діяльність коректно висловлювати та аргументувати думку, вести діалог у процесі фізичного виховання розвивати українські національні традиції фізичної культури удосконалювати культуру рухів керуватися етичними нормами у взаємодії з іншими особами в процесі фізичного виховання виражати свою індивідуальність через фізичну культуру</p> <p>Ставлення: усвідомлення важливості фізичної культури відчуття культурної ідентичності, повага до розмаїття культурної спортивної спадщини усвідомлення можливостей самовираження та самореалізації через фізичну культуру та спорт дотримання мовленнєвого етикету</p>
Підприємливість та фінансова грамотність	<p>Уміння: презентувати власні ідеї та ініціативи з використанням доцільних засобів фізичної культури оцінювати власні можливості в процесі занять фізичною культурою і спортом</p>

Ключові ком-петентності	Уміння та ставлення
	<p>реалізувати різні соціальні ролі в процесі фізичного виховання</p> <p>брати відповідальність за власні рішення, використовувати переваги і визнавати помилки в тактичних діях у різних видах спорту</p> <p>планувати та реалізовувати спортивні проекти (турніри, змагання тощо)</p> <p>організовувати свій час і мобілізувати ресурси</p> <p>планувати, оцінювати фінансові витрати, пов'язані з фізичною культурою і спортом</p> <p>оперувати фінансовими документами, пов'язаними з фізичною культурою і спортом</p> <p>Ставлення:</p> <p>усвідомлення значення ініціативності, активності, відповідальності та важливості співпраці в процесі занять фізичною культурою і спортом</p> <p>усвідомлення необхідності ощадного та раціонального використання коштів для організації фізкультурних та спортивних заходів</p>

Література Основна

1. Гнітецька Т. В. Теорія та методика фізичного виховання. Практикум: навчальний посібник для студентів закладів вищої освіти спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура). Луцьк : Вежа-Друк, 2021. 296 с.
2. Гнітецька Т., Ковальчук Н. Варіативні модулі з фізичної культури «Нової української школи»: довідник. Луцьк : ФОП Мажула Ю.М., 2023. 71 с.
3. Державний стандарт базової середньої освіти. Постанова Каб. Мін. від 30 вересня 2020 р., № 898. Київ. С.10 (11). URL: [mon.gov.ua > osvita-2 > derzhavniy-standart-bazovoi-serednoi-osviti](https://mon.gov.ua/ua/osvita-2/derzhavniy-standart-bazovoi-serednoi-osviti)
4. Інноваційні методики навчання фізичної культури школярів: навч.-метод. посібник / Н. Белікова та ін. / за заг. ред. проф. Н. Белікової, доц. В. Яловики. Луцьк : Вежа-Друк, 2022. 348 с.
5. Ковальчук Н., Гнітецька Т. Модельні конспекти уроків фізичної культури. 1-11 класи : методична розробка. Луцьк : ФОП Мажула Ю. М., 2024. 111 с.
6. Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-9 класи» для закладів загальної середньої освіти (автори: Баженков Є., Бідний М., Ребрина А. та ін). Реком. МОН. 22.08. 2024 року. Н-з № № 1185. 712 с. URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/Navchalni.prohramy/2024/Model.navch.prohr.5-9.klas-2024/fizkult-5-9-kl-bazhenkov-ta-in-22-08-2024.pdf>
7. Навчальна програма з фізичної культури для 6-9-х класів для загальноосвітніх навчальних закладів. Підготовлена робочою групою у 2012 році Т. Ю. Круцевич та ін., оновлена робочою групою А. А. Боляк та ін. затверджена наказом МОН від 03 серпня 2022 року № 698. 425. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/programy59klas/2022/08/15/navchalna.programa2022.fizichnakultura69>.
8. Навчальна програма з фізичної культури (рівень стандарту) для 10-11 класів загальноосвітніх шкіл. Оновлена. 2022. Затверджена Наказом Міністерства освіти і науки № 1407 від 23 жовтня 2017 року. URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/programy-10-11-klas/2022/08/15/navchalna.programa-2022.fizichna-kultura-10-11-standart.pdf>

9. Нова українська школа. Типова освітня програма для закладів загальної середньої освіти. Фізкультурна освітня галузь (1-2 клас) під керівництвом Р.Б. Шияна (затв. Колегією МОН 12.08.2022 року). URL:<https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/programy-1-4-klas/2022/08/15/Typova.osvitnya.prohrama.1-4/Typova.osvitnya.prohrama.1-2.Shyuan.pdf>
10. Нова українська школа. Типова освітня програма для закладів загальної середньої освіти. Фізкультурна освітня галузь (3-4 клас) під керівництвом Р.Б. Шияна (затв. Колегією МОН 12.08.2022 року). URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/programy-1-4-klas/2022/08/15/Typova.osvitnya.prohrama.1-4/Typova.osvitnya.prohrama.3-4.Shyuan.pdf>
11. Нова українська школа. Типова освітня програма для закладів загальної середньої освіти. Фізкультурна освітня галузь (1-2 клас) під кер. О.Я. Савченко (12.08.2022 р.). URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/programy-1-4-klas/2022/08/15/...>
12. Нова українська школа. Типова освітня програма для закладів загальної середньої освіти. Фізкультурна освітня галузь (3-4 клас). під керівництвом О. Савченко (затв. Колегією МОН 12.08.2022 року). URL <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/programy-1-4-klas/2022/08/15/Typova.osvitnya.prohrama.1-4/Typova.osvitnya.prohrama.3-4.Savchenko.pdf>
13. Теорія і методика фізичного виховання: підручник для студ. ВНЗ у 2 т. / за ред. Т.Ю. Круцевич. К. : НУФВСУ, Вид.-во «Олімп. Література». 2018. 1 т. 384 с. 2 т. 448 с.
14. Солтик О.О. Формування професійної надійності майбутніх вчителів фізичної культури: теорія і практика: монографія. Хмельницький: ХНУ, 2018. 371с.
15. Шиян Б. М. Теорія і методика фізичного виховання школярів: підруч. для студ. ВНЗ. Тернопіль : Навчальна книга-Богдан, 2001. Ч.1 272 с.Ч. 2. 247 с.

Додаткова

16. Вправи - енергізатори під час проведення уроків. URL: <https://naurok.com.ua/vpravi---energizatori-pid-chas-provedennya-urokiv-34272.html>
17. Качан О. А., Князь Л.Б. Сучасний, модифікований і нестандартний інвентар та обладнання як важливі компоненти сучасного уроку фізичної культури. *Фізичне виховання в рідній школі*. 2021. № 2. С.19-28.
18. Нестандартні техніки у проектуванні сучасних уроків фізичної культури та позаурочної діяльності. URL: https://www.youtube.com/watch?v=8aASno_QaXQ
19. Тема: Розвиток ключових компетентностей учнів на уроках. URL: <https://vseosvita.ua/library/tema-rozvitok-klucovih-kompetentnostej-ucniv-na-urokah-fizicnoi-kulturi-176124.html>