**ДЕПАРТАМЕНТ ОСВІТИ ВІННИЦЬКОЇ МІСЬКОЇ РАДИ**

**МІСЬКИЙ МЕТОДИЧНИЙ КАБІНЕТ**

**Методичні рекомендації**

**по вивченню предмета «Фізична культура» у 2016-2017 навчальному році.**

******

***м. Вінниця***

***Серпень 2016 р***

**Методичні рекомендації по викладанню предмета «Фізична культура» у 2016-2017 навчальному році.**

**Початкова школа**

Наказом Міністерства освіти і науки України від 05.08.2016 № 948 «Про затвердження змін до навчальних програм для 1-4-х класів загальноосвітніх навчальних закладів» з метою розвантаження навчальних програм для учнів початкових класів затверджено зміни по програмі «Фізична культура»

Серед методів навчання мають домінувати інтерактивні, методи навчання у русі тощо. Діапазон навчальної взаємодії школярів має розширюватися поступово: у 1-2 класах - це переважно робота в парах і в малих групах (3 учні), у 3-4 класах – групова, командна робота

Учитель/учителька у початковій школі є ключовою фігурою, яка власним прикладом, способами взаємодії з учнями, батьками, колегами, а не декларацією певних положень, формує позитивне ставлення дитини до себе, інших учнів, педагогів, школи, навчання. Провідною стильовою характеристикою діяльності вчителя/вчительки початкової школи є демократичність. Перехід початкової освіти на якісно новий рівень можливий лише за умови конструктивної взаємодії школи й родини на засадах партнерства. Розуміння пріоритетності родинного виховання ставить перед школою завдання залучення батьків до організації навчально-виховного процесу як його рівноправних учасників.

***Основні зміни у навчальних програмах***

Наказом Міністерства освіти і науки України від 05.08.2016 № 948 «Про затвердження змін до навчальних програм для 1-4-х класів загальноосвітніх навчальних закладів» з метою розвантаження навчальних програм для учнів початкових класів затверджено зміни до наступних програм: «Українська мова», «Літературне читання», «Математика», «Природознавство», «Я у світі», «Інформатика», «Трудове навчання», «Іноземні мови для загальноосвітніх та спеціалізованих навчальних закладів», «Образотворче мистецтво», «Музичне мистецтво», «Мистецтво», «Фізична культура» «Основи здоровʼя». До найбільш суттєвих змін належать такі:

знято фіксовану кількість годин на вивчення кожної теми. Учителі визначатимуть їх самостійно, враховуючи рівень підготовки класу, наявність навчально-методичного забезпечення та регіональні особливості;

здійснено перерозподіл тем між класами з метою приведення процесу навчання у відповідність до вікових можливостей молодших школярів та принципу здоров’язбереження;

уніфіковано термінологію програм, якою мають послуговуватися вчителі та автори підручників, її наближено до вікових особливостей молодших школярів.

У програмі **«Фізична культура»** замінено термін «Школи вправ, м’яча та ін.», вилучено систему оцінювання фізичної підготовленості школярів 7-10 років, лист контролю фізичної підготовленості учня, критерії оцінювання навчальних досягнень учнів з предмета «Фізична культура», тестові завдання для оцінювання теоретичних знань учнів 2-4 класів тощо. Доповнено зміст сучасними рухливими іграми та вправами на релаксацію. Лижну і ковзанярську підготовку та плавання винесено у додатки, зміст яких можна використовувати за наявності відповідних умов.

У зв´язку з внесеними змінами у навчальні програми, наголошуємо, що **календарне та поурочне планування** здійснюється вчителем у довільній формі, у тому числі з використанням друкованих чи електронних джерел тощо. Формат, обсяг, структура, зміст та оформлення календарних планів та поурочних планів-конспектів є **індивідуальною справою вчителя.** Встановлення універсальних у межах навчального закладу, міста, району чи області стандартів таких документів є неприпустимим

Автономія вчителя має бути забезпечена вільним вибором форм організації навчально-виховного процесу, способів навчальної взаємодії, методів, прийомів і засобів реалізації змісту освіти. Отже, вчитель має право самостійно переносити теми уроків, відповідно до засвоєння учнями навчального матеріалу, визначати кількість годин на вивчення окремих тем. Адміністрація навчального закладу або працівники методичних служб можуть лише надавати методичну допомогу вчителю, з метою покращення навчально-виховного процесу, а не контролю.

Для реалізації оновленого змісту навчальних програм місцевим органам управління освітою та обласним інститутам післядипломної педагогічної освіти необхідно скоординувати роботу усіх регіональних методичних служб та провести широку інформаційну роботу. Обласним інститутам післядипломної педагогічної освіти відкорегувати навчальні плани курсів підвищення кваліфікації вчителів початкових класів; спланувати проведення тематичних постійно діючих семінарів, семінарів-практикумів, круглих столів, тренінгів, виїзних засідань кафедр та відділів з метою ознайомлення з особливостями змісту та методикою викладання предметів за оновленими програмами.

Мета предмету «Фізична культура» реалізується шляхом застосування комплексного підходу до вирішення навчальних, оздоровчих і виховних **завдань:**

* розширення рухового досвіду, вдосконалення навичок життєво необхідних рухових дій, використання їх у повсякденній та ігровій діяльності;
* розширення функціональних можливостей систем організму шляхом цілеспрямованого розвитку основних фізичних якостей і природних здібностей;
* збереження та зміцнення здоров’я школярів;
* формування загальних уявлень про:
* фізичну культуру, її значення в житті людини, збереженні та зміцненні здоров’я, фізичного розвитку;
* історичну спадщину та сьогодення спорту;
* забезпечення оптимального для кожного учня рівня фізичної підготовленості;
* формування інтересу до використання фізичних вправ як одного з головних чинників здорового способу життя;
* формування практичних навичок щодо самостійних занять фізичними вправами та проведення активного відпочинку;
* реалізація комунікативної функції фізичного виховання;
* формування морально-вольових якостей та позитивного ставлення до оточуючої дійсності.
* Змістом предмет~~а~~ «Фізична культура» у початковій школі є рухова активність із загальнорозвивальною спрямованістю. Він спрямований на формування в учнів ключових компетентностей: ***соціальних*** (здатність до співробітництва, взаєморозуміння, соціальної активності, формування фізичної культури особистості, основ здорового способу життя), ***мотиваційних*** (формування особистісних уявлень про престижність високого рівня здоров’я та фізичної підготовленості, здатність до навчання, творчий підхід до застосування рухових дій у різних умовах) та ***функціональних*** (здатність до оперування знаннями про рухову активність, знаннями з історії фізичної культури та спорту, розширення рухового досвіду з метою розвитку фізичних якостей і природних здібностей відповідно до вікових особливостей, засвоєння термінологічних та методичних компетентностей), які відображають низку вимог до фізкультурної діяльності, що поступово розширюється й удосконалюється.

Усі види педагогічного контролю дають потрібну інформацію, яку використовують у процесі управління фізичним вихованням і яка дозволяє встановити вихідний рівень фізичного стану учня та контролювати динаміку результатів показників тренувальних дій у процесі занять.

Таблиця 1

Диференційована система оцінювання прогресу (Р – за 12-ти бальною шкалою) фізичної підготовленості протягом навчального року залежно від вихідного рівня

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Вихідний**  **рівень фізичної**  **підготовленості** | **Оцінка прогресу** | | | |
| **відмінно** | **добре** | **задовільно** | **незадовільно** |
| Низький  Середній  Достатній  Високий | 4,6 і вище  3,6 і вище  2,6 і вище  утримання  досягнутого  рівня | 4,5 – 3,6  3,5 – 2,6  2,5 – 1,6  зниження на один бал | 3,5 – 1,6  2,5 – 1,6  1,5 –0,6  зниження на два бали | 1,5 і нижче  1,5 і нижче  0,5 і нижче  перехід на нижчий рівень |

**Основна і старша школа**

Фізичне виховання — важливий засіб фізичного, соціального та духовного розвитку учнівської молоді.

Метою навчального предмета «Фізична культура» є формування в учнів стійкої мотивації до збереження і зміцнення свого здоров’я та ціннісних орієнтацій щодо здорового способу життя. Предмет надає змогу:

створити цілісну уяву про вплив занять фізичними вправами на розвиток особистості;

оволодіти технікою рухових дій;

набути навичок організації та методики проведення найпростіших форм занять фізичною культурою;

сприяти профілактиці шкідливих звичок тощо.

Заняття фізичною культурою повинні увійти до звички школяра. Рух, змагання, самоствердження – природна суть фізичної культури і спорту.

Типовими навчальними планами для загальноосвітніх навчальних закладів у 2016/2017 навчальному році на вивчення предмета «Фізична культура» в інваріантній складовій передбачено:

5-9 класи – 3 години на тиждень;

10-11 класи – 2 години на тиждень;

10-11 класи спортивного та військово-спортивного профілів – 5 годин на тиждень.

При складанні розкладу занять на навчальний рік слід враховувати місцеві кліматичні умови, матеріальну базу навчального закладу освіти, кадрове забезпечення вчителями фізичної культури тощо.

Години фізичної культури передбачені усіма варіантами Типових навчальних планів і повинні фінансуватися та використовуватися в повному обсязі. Вони зазначаються в розкладі уроків, ураховуються в педагогічному навантаженні вчителів. Ураховуючи те, що уроки фізичної культури за своїм змістом і специфікою забезпечують рухову активність учнів і не вимагають надмірного розумового напруження, години їх проведення не враховуються при підрахунку гранично допустимого навантаження учнів. Це дає змогу в кожному класі повноцінно використовувати усі навчальні години варіативної складової Типових навчальних планів, не перевищуючи загального обсягу навчального навантаження (сума інваріантної і варіативної складових). Розклад уроків повинен враховувати оптимальне співвідношення навчального навантаження протягом тижня, а також доцільне чергування протягом дня і тижня предметів природничого і гуманітарного циклів з уроками музики, образотворчого мистецтва, трудового навчання та основ здоров’я і фізичної культури.

У 2016/2017 навчальному році вивчення фізичної культури здійснюватиметься за навчальними програмами, які мають відповідний гриф Міністерства освіти та науки України.

Заняття з фізичної культури в навчальних закладах проводяться вчителем фізичної культури або особою, яка має спеціальну освіту та кваліфікацію: тренер, керівник гуртка, групи, спортивної секції тощо.

До занять з фізичної культури і спорту допускаються учні, які пройшли обов'язковий медичний профілактичний огляд відповідно до Положення про медико-педагогічний контроль за фізичним вихованням учнів у загальноосвітніх навчальних закладах, не мають протипоказань щодо стану здоров'я, в яких визначені рівень фізичного розвитку і група для занять фізичною культурою.

Присутність учнів на уроках з фізичної культури незалежно від рівня фізичного розвитку і групи для занять фізичною культурою, а також тимчасово звільнені від занять є обов’язковою.

Допустиме навантаження на уроці для тих учнів, які за станом здоров'я належать до підготовчої або спеціальної груп і відвідують уроки фізичної культури, встановлює вчитель фізичної культури.

Організація медичного обслуговування учнів здійснюється відповідно до чинного законодавства.

Під час планування навчального матеріалу з фізичної культури варто зважати на такі об’єктивні фактори як наявність спортивного залу (майданчика), інвентарю та обладнання, погодні умови тощо. Правильно спланувати навчальну роботу з фізичної культури означає передбачити зміст, форми і методи цієї роботи, врахувати вікові, психологічні і статеві особливості розвитку учнів, рівень їхніх фізичних якостей і рухових здібностей, стан здоров’я тощо.

Змістове наповнення фізичної культури за програмою навчальний заклад формує самостійно з варіативних модулів. Обов’язковим є включення засобів теоретичної і загально-фізичної підготовки, які передбачені програмою для даного класу до кожного варіативного модуля. У 5-6 класах учні мають опанувати 5-6 варіативних модулів, у 7-8 класах – 3-5 модулів, у 9 класі – 3-4 модулі, 10-11 класах – 2-3 модулі. На опанування всіх модулів відводиться приблизно однакова кількість годин. Однак не виключається можливість вмотивованого збільшення або зменшення кількості годин на вивчення окремих модулів.

На заняттях з фізичної культури рекомендуємо здійснювати особистісно орієнтований підхід до навчання учнів за статевими та індивідуальними особливостями фізичного розвитку, а також з урахуванням їхніх потреб і нахилів, навчити учнів «слухати» і «оцінювати» свій фізичний стан, добирати і використовувати різноманітні засоби свого фізичного вдосконалення.

Для оцінювання розвитку фізичних якостей використовуються навчальні нормативи, які розроблено для кожного року вивчення модуля. Контрольні навчальні нормативи є орієнтовними. Порядок їх проведення визначає вчитель відповідно до календарно тематичного планування.

При оцінюванні навчальних досягнень з фізичної культури також враховуються: особисті досягнення школярів протягом навчального року; ступінь активності учнів на уроках; залучення учнів до занять фізичною культурою в позаурочний час; участь у змаганнях усіх рівнів.

Для попередження нещасних випадків слід дотримуватись вимог безпеки під час проведення занять а, особливо, при складанні контрольних навчальних нормативів, коли учні виконують вправи з максимальним навантаженням.

У період з 01.09 до 01.10 кожного навчального року з метою адаптації учнів до навантажень на уроках фізичної культури прийом контрольних навчальних нормативів не здійснюється, а також обмежується виконання вправ з максимальною інтенсивністю.

Навчально-методичне забезпечення, рекомендоване Міністерством освіти і науки України до використання в навчальних закладах, зазначено у Переліках навчальних програм, підручників та навчально-методичних посібників, розміщених на офіційних веб-сайтах Міністерства освіти і науки України та Інституту модернізації змісту освіти.

Лист “ДЕРЖАВНА НАУКОВА УСТАНОВА «ІНСТИТУТ МОДЕРНІЗАЦІЇ ЗМІСТУ ОСВІТИ**»”** від 29.07.2016 № 2.1/10-1855 “ Про методичні рекомендації

щодо здорового способу життя та фізкультурно-спортивної роботи з дітьми та учнівською молоддю у навчальних закладах у 2016/2017 навчальному році ”

Додаток до листа Інституту модернізації

змісту освіти від 29.07.16 № 2.1/10-1855

**Методичні рекомендації щодо здорового способу життя**

**та фізкультурно-спортивної роботи з дітьми та учнівською молоддю**

**у навчальних закладах у 2016/2017 навчальному році**

Здоров'я - безцінне надбання не тільки кожної людини, але й усього суспільства в цілому. Здоров’я – це основна умова й запорука повноцінного і щасливого життя.

У Статуті Всесвітньої організації охорони здоров'я сказано, що Здоров'я - це стан повного фізичного, душевного і соціального благополуччя, а не тільки відсутність хвороб та фізичних вад. Здоров'я допомагає виконувати плани, успішно вирішувати основні життєві завдання, долати труднощі, а якщо доведеться, то й значні перевантаження. Добре здоров'я розумно зберігається і зміцнюється самою людиною та забезпечує їй довге й активне життя.

Проблема здоров'я школярів сьогодні є гостро актуальною. Педагоги все більше усвідомлюють, що саме вони можуть немало зробити для здоров'я школяра. Це стосується кількох аспектів професійної діяльності педагога, пов'язаних із питаннями охорони здоров'я вихованців.

Основні форми і можливості впливу педагогів наступні: використання на заняттях таких елементів його змісту (фактів, аргументів, прикладів, задач), які б поступово переконували школярів у негативних наслідках шкідливих звичок для здоров'я і необхідності здорового способу життя (навчальний аспект); організаційно-педагогічна робота педагога, спрямована на формування в школі норм і традицій залучення до здорового способу життя, «моди на здоров'я».

Робота має бути спрямована на виявлення та систематизацію знань з теми «Здоровий спосіб життя», розвиток творчих здібностей учнів, виховання активної життєвої позиції, відповідального ставлення до свого здоров'я.

Робота щодо пропаганди здорового способу життя та організації спортивно-масової зайнятості учнів має включати такі напрямки: спортивно-масова, фізкультурно-оздоровча та агітаційно-пропагандистська робота.

Мета цієї роботи - створення умов для формування в учнів здорового способу життя, дбайливого ставлення до свого здоров'я як головної життєвої цінності; залучення уваги батьків до проблеми збереження та зміцнення здоров'я дітей.

Основними завданнями роботи щодо пропаганди здорового способу життя та організації спортивно-масової зайнятості учнів є агітація й пропаганда фізичної культури та спорту; підвищення інтересу учнів до занять на уроках фізичної культури; створення умов для підтримки стабільного здоров'я учнів; пропаганда здорового способу життя; профілактика правопорушень; залучення батьків до участі в організації оздоровчих заходів.

***Спортивно-масова робота*** передбачає:

визначення в рамках учнівського самоврядування відповідальних за спортивно-масову роботу (початок навчального року);

планування спортивно-масової роботи в школі (початок навчального року);

участь у військово-патріотичній роботі (протягом навчального року);

участь у Всеукраїнських та регіональних спортивних змаганнях (протягом навчального року) тощо.

***Фізкультурно-оздоровча робота*** передбачає:

доведення до відома батьків інформації про спортивні секції та (або) наявності тренажерного залу в школі (початок навчального року);

проведення днів здоров'я (протягом навчального року);

організацію зарядок та «фізкультхвилинок» на уроках (протягом навчального року);

спільно з батьками виїздів на природу з проведенням спортивних ігор (протягом навчального року);

спільну роботу класного керівника з медичним працівником і вчителями фізичної культури (протягом навчального року) тощо.

***Агітаційно-пропагандистська робота*** передбачає протягом навчального року організацію проведення зустрічей батьків із учителями фізичної культури, шкільним лікарем, зі шкільними офіцерами поліції, із працівниками служби у справах дітей, психологом та соціальним педагогом школи, із видатними спортсменами й волонтерами та ін.

Враховуючи доступність елементів народної фізичної культури, що вирізняється високою емоційністю та колоритом, можна досягти надзвичайної масовості і залучення дітей та молоді до участі у спортивно-оздоровчих заходах. Поряд із розвитком фізичних якостей діти матимуть можливість ознайомитися з народними звичаями, традиціями, обрядами, збагатити й розширити свої знання з історії України, що викличе бажання примножити її славу власними здобутками і рекордами.

Під час складання плану підготовки заходу треба передбачити питання використання символіки, гімну, оформлення місць проведення змагань засобами наочної агітації й пропаганди. Фізкультурно-художнє або спортивне свято має розпочинатися урочистими церемоніями (підняття українського національного або олімпійського прапора, привітання гостей і представників місцевої влади тощо).

Під час проведення заходів радимо застосувати елементи народного танцю, обрядових дій, народної рухливої гри, хороводу. Доцільно до програми спортивно-оздоровчого заходу включити командні проходження строєм під супровід і виконання української народної пісні; змагання на знання більшої кількості прислів’їв про здоров’я; організацію поєдинків сучасних богатирів з метою прояву особистих фізичних умінь і навичок.

Туристичні походи та екскурсії мають велике оздоровче, виховне та освітнє значення. Під час походів школярі знайомляться з історією, архітектурою, освітою та культурою свого народу. Такий підхід є запорукою не

тільки здорового способу життя, а й важливою ланкою єднання людини з навколишнім світом, використання життєдайної сили землі, природи та любові до рідного краю

Впроваджуючи народні форми фізичного виховання за межами освітніх закладів, доцільно віддати перевагу українській обрядовості. Народні свята та звичаї завжди посідали чільне місце у житті українців, сприяли фізичному й духовному розвитку особистості, зміцненню здоров’я; містили в собі сукупність моральних, психічних, фізичних та патріотичних рис діяльності кожної людини на всіх етапах її життя.

Враховуючи й усвідомлюючи цінність народних традицій, молодь відчуває потребу в їх відображенні.

В сучасних умовах треба зміцнювати цінності української національної культури і її важливої складової – фізичної культури, вирішуючи основне завдання – виховання повноцінного, здорового й талановитого українського громадянства.

Масові фізкультурно-спортивні заходи посідають важливе місце у системі організації здорового способу життя учнівської молоді. Вони є методом залучення широких мас до занять фізичною культурою й спортом, реабілітації організму, підвищення фізичної підготовленості, виховання необхідних рухових навичок і вмінь, сприяють росту національно-патріотичного духу та підвищенню мотивації до занять фізичною культурою й спортом.

Спортивні змагання містять не тільки фізичну, а й величезну емоційну напругу. За своєю емоційною дією на гравців і глядачів футбол стоїть на першому місці. Присутні на трибунах стадіону уболівальники галасують, хвилюються, висловлюють деколи оглушливим свистом своє обурення і незгоду з рішенням судді.

Етикет поведінки уболівальників на трибунах стадіонів заслуговує особливої уваги. Слід зазначити, що організовані скандування, розмахування клубними прапорами і прапорами країн, які представляють команди на міжнародних іграх, оплески замість безладних вигуків у деякій мірі стримують емоційні пристрасті уболівальників, направляючи їх в безпечне русло.

Негативним явищем емоційного збудження на трибунах під час проведення футбольних матчів і після них є прояв агресії стосовно до уболівальників команди суперників. На жаль, окремі українські уболівальники проявляють себе неналежним чином: іноді суперечки доходять до рукоприкладства.

Пропонуємо для учнів 6-11 класів заняття ***«Поведінка глядачів на стадіонах»***

**Мета:** сформувати в учасників розуміння необхідності дотримання глядачами правил безпечної поведінки на стадіоні шляхом надання інформації щодо змісту та важливості таких правил та наслідків їх порушення

**Загальна тривалість:** 45 хв.

**План:**

1. Привітання учасників (2 хв.).

2. Обговорення «Що я знаю про місця, де проводяться спортивні змагання» (5 хв.).

3. Обговорення «Що я знаю про ризиковану для здоров'я поведінку глядачів на стадіоні» (10 хв.).

4. Обговорення «Наслідки порушень правил поведінки на стадіоні» (10 хв.).

5. Обговорення «Головні правила поведінки на стадіоні» (10 хв.).

6. Висновки до заняття (7 хв.).

7. Прощання «Оплески» (1 хв.).

**Хід проведення**

**1. Привітання учасників**

**Мета:** привітати учасників, розповісти про мету зустрічі.

**Час**: 2 хв.

**Хід проведення**

**2. Обговорення «Що я знаю про місця, де проводяться спортивні змагання?»**

**Мета:** актуалізувати знання про перебування людини на стадіоні.

**Час:** 5 хв.

**Хід проведення**

**Запитання для обговорення:**

 *Як ви вважаєте, яка кількість глядачів може бути присутня на стадіоні під час футбольного матчу?* [ведучі слухають відповіді учасників].

 *Який найбільший, за кількістю місць, стадіон в Україні, в світі?*

**3. Обговорення «Що я знаю про ризиковану для здоров'я поведінку глядачів на стадіоні?»**

**Мета:** надати інформацію та сприяти попередженню щодо ризикованої для здоров'я поведінки.

**Час:** 10 хв.

**Хід проведення**

**4. Обговорення «наслідки порушень правил поведінки на стадіоні»**

**Мета:** надати учасникам інформацію про те, що станеться з порушниками правил поведінки на стадіоні.

**Час:** 10 хв.

**Хід проведення**

**5. Обговорення «Правила поведінки на стадіоні».**

**Мета:** надати учасникам інформацію про те, яких правил необхідно дотримуватися на стадіоні.

**Час:** 10 хв.

**Хід проведення**

**6. Висновки до заняття**

**Мета:** підсумувати заняття та обмінятись враженнями.

**Час:** 7 хв.

**Хід проведення**

**7. Прощання «Оплески»**

**Мета:** сприяти позитивному завершенню заняття та згуртуванню учасників.

**Час:** 1 хв.

**Хід проведення**

Лист **ДЕРЖАВНОЇ НАУКОВОЇ УСТАНОВИ «ІНСТИТУТ МОДЕРНІЗАЦІЇ ЗМІСТУ ОСВІТИ» “** Про методичні рекомендації з питань організації виховної роботи у навчальних закладах у 2016/2017 навчальному році **”** від 25.07.2016 № 2.1/10-1828

Додаток до листа Інституту модернізації

змісту освіти від 25.07.2016 № 2.1/10-1828

**Методичні рекомендації з питань організації виховної роботи у навчальних закладах у 2016/2017 навчальному році**

**3. Фізичне виховання є невід’ємною складовою превентивної освіти**

Одним із важливих завдань сучасної школи є виховання свідомого ставлення до свого здоров'я та здоров'я інших громадян як найвищої соціальної цінності, формування гігієнічних навичок і засад здорового способу життя, збереження і зміцнення фізичного та психічного здоров'я учнів (вихованців).

Реалізація цих завдань має вирішуватися за напрямками:

 створення в навчальному закладі безпечних та нешкідливих умов навчання, режиму роботи, умов для фізичного розвитку та зміцнення здоров’я, формування гігієнічних навичок та засад здорового способу життя дітей та учнівської молоді;

 організацію оптимального рухового режиму: уроки фізичної культури, фізкультурно-оздоровчі заняття, заняття у фізкультурних гуртках і спортивних секціях, групах загальної фізичної підготовки, групах лікувальної фізичної культури, спортивних школах, клубах за інтересами;

 стимулюванням до самостійних фізичних вправ та до виконання домашніх завдань з фізичної культури.

Важливо дотримуватись вимог щодо проведення фізкультурних хвилинок під час уроків, які потребують підвищеної уваги та значного інтелектуального напруження. Звісно, це не має прямого впливу на процес фізичного розвитку, але дозволяє «перезавантажити» увагу учнів, зняти зайве навантаження, підвищити ефективність засвоєння навчального матеріалу, сприяючи збереженню здоров’я дітей.

Навчальні заклади, управління (департаменти) освіти і науки та охорони здоров’я держадміністрацій, «Центри здоров’я», лікувально-фізкультурні диспансери, обласні, Київське міське управління з фізичного виховання та спорту Комітету з фізичного виховання та спорту Міністерства освіти і науки України мають всебічно сприяти участі дітей та учнівської молоді в спортивно-масових заходах у позаурочний та канікулярний час, залучати до організації і проведення педагогічні колективи навчальних закладів, позашкільні спортивні установи, спеціалістів ДЮСШ та спортивних товариств, видатних спортсменів, медичних працівників. Для залучення учнів до занять у спортивних гуртках, секціях, як однієї з форм рухової активності, доцільно співпрацювати з дитячими юнацькими спортивними школами, представляючи їм на пільгових умовах базу для проведення занять, в свою чергу маючи можливість використовувати їх обладнання для проведення уроків фізичної культури, а також запрошувати представників дитячих юнацьких спортивних шкіл на батьківські збори. Під час проведення спортивно-масових заходів бажано проводити показові виступи вихованців спортивних гуртків, секцій для ознайомлення дітей з видами спорту, які культивуються на базі дитячих юнацьких спортивних шкіл.

Усі внутрішні змагання є частиною загального плану роботи навчального закладу і проводяться у відповідності до календарного плану спортивно-масових заходів, затвердженого директором.

Змагання мають проводитись організовано та урочисто, за участю педагогічного колективу, батьків і громадськості. При цьому особливу увагу необхідно приділити питанням безпеки та попередження травматизму дітей, обов’язкового лікарського контролю

Спортивно-масові заходи, які проводяться за участю дітей та учнівської молоді установами і організаціями, що не належать до системи освіти, мають бути узгоджені з управліннями (департаментами) освіти і науки держадміністрацій та проводитись у позаурочний час.

Формування здорового способу життя – це забезпечення повноцінного розвитку дітей і молоді, охорона та зміцнення їхнього здоров'я, фізичних здібностей особистості, гармонії тіла і душі; виховання потреби у регулярних заняттях фізичною культурою, у прагненні до оволодіння санітарно-гігієнічними знаннями і навичками, вміння правильно поводитись у критичних життєвих ситуаціях і надавати необхідну допомогу собі та оточуючим.

З метою формування у дітей навичок здорового способу життя та підвищення рухової активності радимо впроваджувати в практику роботи різноманітні соціальні проекти.

Одним із таких проектів є соціальний футбольний проект «Відкриті уроки футболу», започаткований Федерацією футболу України.

Він передбачає використання різноманітних організаційних форм: розважальних футбольних ігор, уроків, змагань, конкурсів тощо, за принципом «спорт для всіх», які стають потужним виховним інструментом для попередження дитячих конфліктів і дитячої злочинності, на що спрямована співпраця з Департаментом у справах дітей МВС України.

Позакласна робота в загальноосвітньому навчальному закладі включає спортивні змагання (класифікаційні та некласифікаційні), змагання за шкільною програмою, конкурси, веселі старти, фізкультурні свята, учнівську олімпіаду з фізичної культури, спортивні вечори, дні здоров’я тощо.

Наголошуємо на важливості співпраці з батьками щодо забезпечення оптимального рухового режиму дітей. Тільки спільним зусиллям педагогів, батьків, державних та громадянських інституцій можливо досягти найкращого результату.

Основна мета керівників навчальних закладів - створити умови, що сприяють формуванню, зміцненню та збереженню фізичного і психічного здоров’я учнів засобами фізичної культури та спорту. З метою поліпшення здоров'я і фізичної підготовленості школярів, оптимального використання навчально-спортивної бази загальноосвітніх навчальних закладів у позаурочний час, удосконалення кадрового забезпечення та заохочення педагогічних працівників і фахівців фізичної культури до позакласної роботи з учнівською молоддю рекомендуємо в загальноосвітніх навчальних закладах увести посаду керівника секції спортивного напряму.

Відповідно до наказу Міністерства освіти і науки, молоді та спорту України 07.09.2011 № 1030, зареєстрованого в Міністерстві юстиції України 23 листопада 2011 р. за № 1336/20074, з метою піднесення ролі фізичного виховання, виявлення творчих вчителів фізичної культури, підвищення рівня їх професійної майстерності, розвитку шкільного футболу та популяризації засад здорового способу життя проводиться Всеукраїнський конкурс «Інноваційний урок фізичної культури та урок фізичної культури з елементами футболу» у роки, що не збігаються з проведенням Всеукраїнського конкурсу - «Учитель року» в номінації «Фізична культура».

Хід проведення конкурсу та матеріали учасників оприлюднюються в періодичних фахових виданнях та офіційному веб-сайті Інституту модернізації змісту освіти.

***Укладач методист з навчальних дисциплін В.В. Старченко***