

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

УДК 37.011:373.5:796.011.3
DOI: 10.37026/2520-6427-2023-115-3-80-84

Аліна ПРОФОРУК,
старший викладач кафедри
психології та інклюзивної освіти
Рівненського обласного інституту
післядипломної педагогічної освіти,
м. Рівне, Україна
ORCID: 0009-0005-9069-5161
e-mail: a.proforuk@roippo.org.ua

Михайло ПРОФОРУК,
завідувач лабораторії
національного виховання,
старший викладач кафедри
методики викладання і змісту освіти
Рівненського обласного інституту
післядипломної педагогічної освіти,
м. Рівне, Україна
ORCID: 0009-0004-2759-7481
e-mail: m.proforuk@roippo.org.ua

ОСОБЛИВОСТІ РЕАЛІЗАЦІЇ ОСВІТНЬОЇ ГАЛУЗІ «ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА» В ДЕРЖАВНОМУ СТАНДАРТІ БАЗОВОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

Анотація. Стаття присвячена дослідженню особливостей Державного стандарту базової середньої освіти, зокрема в контексті «Фізичної культури». Автори публікації аналізують основні державні документи, що окреслюють організацію освітнього процесу з питань фізичного виховання.

У публікації виокремлено особливості реалізації дисципліни «Фізична культура» та її місце в системі загальної середньої освіти. Особлива увага приділяється аналізу ресурсів, котрі забезпечує Державний стандарт навчальній програмі та новим моделям програм з фізичної культури.

Окреслюються шляхи оптимізації роботи закладів освіти щодо впровадження сучасних підходів у навчальний процес з фізичної культури. Завдяки проведеному аналізу автори статті формулюють перспективи подальших наукових досліджень щодо організації та вдосконалення фізичної підготовки

здобувачів освіти. Крім того, висновки та рекомендації, що запропоновані в статті, набувають неабиякої актуальності поза межами розвитку системи фізичного виховання з метою покращення організації навчального процесу молодого покоління.

Загалом у статті поєднано теоретичний аналіз із практичними рекомендаціями щодо означеного питання, систематизовано інформацію стосовно Державного стандарту базової середньої освіти з акцентом на галузь «Фізичне виховання». Підкреслено важливість фізичного виховання для загального благополуччя учнів та заохочення їх до активного й здорового способу життя впродовж усього життя.

Ключові слова: Державний стандарт базової середньої освіти, освітня галузь, фізична культура, державна програма, навчальний план, навчальна програма, засоби і форми фізичного виховання.

Alina PROFORUK,
Senior Teacher of the Department
Psychology and Inclusive Education,
Rivne Regional Institute
of Postgraduate Pedagogical Education,
Rivne, Ukraine
ORCID: 0009-0005-9069-5161
e-mail: a.proforuk@roippo.org.ua

Mykhailo PROFORUK,
 Head of the Laboratory
 of National Education,
 Senior Teacher of the Department
 Teaching Methods and Content of Education,
 Rivne Regional Institute
 of Postgraduate Pedagogical Education,
 Rivne, Ukraine
 ORCID: 0009-0004-2759-7481
 e-mail: m.proforuk@roippo.org.ua

IMPLEMENTATION FEATURES OF THE EDUCATIONAL FIELD «PHYSICAL CULTURE» AT THE STATE STANDARD OF BASIC SECONDARY EDUCATION

Abstract. This article is devoted to the study of the peculiarities of the State Standard of Basic Secondary Education, in particular in the context of «Physical Culture». The authors of the article consider the main state documents that begin the organization of the educational process, in particular, on issues of physical education.

The article highlights the peculiarities of the implementation of the discipline «Physical Culture» and its place in the system of general secondary education. Special attention is paid to the analysis of the resources provided by the State Standard, including the curriculum and newly developed models of physical education programs. Based on the analysis, the authors of the article formulate conclusions and prospects for further scientific research in the organization and improvement of physical training of students. Ways to optimize the work of educational institutions regarding the introduction of new approaches to the educational process in physical culture are also being clarified.

This article is a topical study that sheds light on the importance of student physical fitness in the general context of secondary education. The conclusions and recommendations contained in the article can become valuable beyond the development of the physical education system and the improvement of the organization of the educational process for the younger generation.

In summary, this article provides valuable information about the State Standard of Basic Secondary Education with a special emphasis on the field of «Physical Education». This highlights the importance of physical education in promoting the well-being of students and encouraging active and healthy lifestyles throughout life. Combining theoretical analysis with practical recommendations.

Key words: State Standard of Basic Secondary Education, educational sector, physical education, state programme, curriculum, training programme, means and forms of physical education.

Постановка проблеми. Фізична культура як дисципліна загальної середньої освіти на всіх етапах свого розвитку має особливий статус з огляду на важливість її значення для забезпечення здорового способу життя тих, хто навчається, розвитку функціональних

систем організму, підготовки до довгострокової активної діяльності в різних сферах соціального життя. Загалом фізична культура (*dali* – ФК) передбачає не лише освітній компонент, а й має важливе значення в усіх сферах свого прояву (адаптивна, реабілітаційна, рекреаційна, оздоровча, лікувальна ФК, професійно-прикладна фізична підготовка (ППФП), спорт та ін.). Неабияку роль вона відіграє у підвищенні обороноздатності країни, впливає на збільшення тривалості життя населення і, відповідно, – покращує можливості людей у багатьох аспектах життя, особливо в умовах, коли зростають загрози воєнного, терористичного, економічного та соціального характеру.

Однак, незважаючи на важливість фізичної культури, проблеми її ефективної реалізації в закладах освіти все-таки існують, зокрема:

– недостатня увага до фізичної культури, адже в деяких освітніх програмах вона може бути знехтуваною у порівнянні з іншими академічними предметами. Це може призвести до недоцільного використання часу для фізичних занять і, відповідно, – недостатнього розвитку фізичних навичок учнів;

– відсутність необхідних ресурсів та інфраструктури, зокрема деякі школи не мають достатньої кількості спортивних майданчиків, відповідного інвентарю та кваліфікованих тренерів для забезпечення якісних фізичних занять;

– низький рівень інтересу учнів до фізичної культури, що може призвести до недостатнього залучення до спортивних заходів та занять і, відповідно, – негативного впливу на фізичне здоров'я здобувачів освіти;

– відсутність оновлених підходів до фізичної культури, котрих вимагає сучасний світ та технологічний прогрес з метою зробити заняття фізичною культурою більш захопливими та цікавими для учнів;

– відсутність активної підтримки з боку педагогів, адміністрації та батьків, адже ефективне впровадження фізичної культури потребує врахування інтересів усіх сторін навчального процесу як важливого кроку в розв'язанні означених вище проблем.

Отже, зауважимо, що фізична підготовка здорових, активних та готових до соціальної діяльності громадян можлива лише за умови покращення стану фізичної культури як важливої складової загальної

середньої освіти. Продумані та ефективно реалізовані заходи щодо цього можуть значно підвищити розвиток фізичної культури як інструмента покращення якості життя населення країни.

Аналіз наукових досліджень і публікацій. Питанню реалізації освітньої галузі «Фізична культура» сьогодні приділено чимало уваги з-поміж науковців та практиків. Зокрема, у наукових доробках О. Аксьонової, Т. Гнітецька, Н. Ковальчук, В. Санюк, М. Хмари та ін. проведено детальний аналіз нових освітніх програм з фізичної культури. Особливості реалізації можливостей фізичної культури і спорту представлено також у роботах О. Баштовенко, В. Матвійчук, С. Станевої, І. Шоробура та ін. Реалізація інклюзивної складової фізичної культури Державного стандарту базової середньої освіти висвітлено в напрацюваннях І. Боднар, Л. Кравчук, В. Тищенко, О. Форостян та ін. Серед зарубіжних науковців, які займаються вивченням системи фізичної культури і спорту в закладах освіти, особливостей реалізації освітніх програм, можна виокремити Р. Бейлі, К. Хартман, Т. Макфайден та ін.

Зважаючи на те, що здоров'я, безпека та освіта населення завжди були пріоритетними завданнями держави, *метою статті* є аналіз Державного стандарту базової середньої освіти, огляд та визначення особливостей реалізації освітньої галузі «Фізична культура» на державному рівні в сфері загальної середньої освіти.

Виклад основного матеріалу дослідження. У зв'язку з політичними та суспільними змінами освіта сьогодні перебуває в постійній трансформації щодо засобів реалізації нових програм, зокрема й з фізичної культури. Результатом цього є безперервна модифікація програм з фізичної культури і спорту. На наш погляд, щоб зрозуміти зміни, які відбуваються в освітньому процесі сьогодення та що чекає на обов'язкову дисципліну «Фізична культура» в майбутньому, необхідно проаналізувати ті зміни, що відбувалися й, можливо, ще відбудуться в освітніх стандартах, визначити особливості цієї дисципліни, зрозуміти етапи її реалізації.

Отож важлива роль фізичної культури в освітньому процесі визначається:

- прямим і непрямим зв'язком з усіма дисциплінами Державного стандарту базової середньої освіти (*далі – ДСБСО*) не лише на пізнавальному й освітньому рівнях, а й як основної складової, що забезпечує рівень здоров'я та працездатності у процесі опанування інших дисциплін освітнього процесу;

- єдністю цілей, завдань, що реалізуються дисципліною, необхідних для формування загальнокультурних компетентностей будь-яких напрямів, форм і рівнів вищої освіти;

- великою навчальною трудомісткістю та обсягом академічних годин практичної спрямованості;

- необхідністю врахування особливостей дисципліни, насамперед у процесі складання розкладу занять (час занять, періодичність, регулярність);

- організацією медичних оглядів учнів і медичного супроводу навчального процесу;

- розподілом учнів за навчальними відділеннями з метою проведення практичних занять з урахуванням

рівня їхньої фізичної та спортивної підготовленості, статі та стану здоров'я;

- необхідністю наявності або оренди спортивних споруд для організації навчального процесу (Інструктивно-методичні рекомендації щодо організації освітнього процесу та викладання навчальних предметів у закладах загальної середньої освіти у 2022/2023 навчальному році, с. 422).

Правильне розуміння та врахування означених особливостей в організації навчального процесу дає змогу максимально вигідно використати потенціал компетенцій учнів із метою підвищення якості освіти з усіх дисциплін та подальшої успішної реалізації знань, умінь і навичок у професійній діяльності випускника закладу вищої освіти.

Нагадаємо, що метою освітньої галузі «Фізична культура», як зазначено в ДСБСО, є гармонійний фізичний розвиток особистості учня, підвищення функціональних можливостей організму, вдосконалення життєво необхідних рухових умінь та навичок, розширення рухового досвіду через формування стійкої мотивації учнів до занять фізичною культурою і спортом (Державний стандарт базової середньої освіти, 2020). Щодо компетентнісного потенціалу освітньої галузі фізичної культури та базових знань, то вони реалізуються через різноманітні вміння і ставлення, зокрема: правильне використання термінології з фізичної культури та спорту; застосування доречних мовленнєвих стратегій відповідно до мети спілкування під час занять з означеної дисципліни; розуміння потреби в популяризації національних традицій з фізичної культури і спорту рідною мовою; застосування інноваційно-оздоровчих технологій для покращення загального фізичного стану тощо.

Щодо вимог ДСБСО до обов'язкових результатів навчання учнів з фізичної культури, котрі детально викладені у додатку 22 до Державного стандарту, то до них належать: учень / учениця формує власну психічну та соціально-психологічну сферу особистості засобами фізичної культури; систематично займається фізичною культурою, оволодіває технікою виконання фізичних вправ; усвідомлює значення фізичної / рухової активності у збереженні здоров'я та отримання задоволення від процесу фізичного виховання (Державний стандарт базової середньої освіти, 2020).

У базовому навчальному плані (за винятком факультативів для спеціальних закладів загальної середньої освіти та спеціальних класів / груп у закладах загальної середньої освіти) визначено рекомендовану та мінімальну кількість годин на вивчення кожної освітньої галузі, зокрема фізичної культури. Крім того, передбачено додаткові години на вивчення інтегрованих курсів, курсів за вибором, що реалізують предметні галузі, індивідуальні консультації та групові заняття, котрі розподіляються закладом самостійно з урахуванням особливостей організації освітнього процесу та індивідуальних освітніх потреб учнів, відображених в освітній програмі.

Освітня галузь фізичної культури передбачає три групи пов'язаних між собою результатів навчання. Розглянемо кожну групу потенційних компетентностей у зазначеній вище галузі освіти. Так, формування

психічної та соціально-психологічної сфер особистості засобами фізичного виховання досягається через такі загальні результати навчання учнів:

– визначення мети систематичної рухової активності (учні повинні систематично займатися фізичними вправами, досягаючи поставленої мети за допомогою вчителя або самостійно) (Нова українська школа: простір здоров'я. Збереження та зміцнення здоров'я у закладах загальної середньої освіти);

– формування вольових якостей у процесі виконання фізичних вправ, які потребують вольових проявів, пояснення, що робота над помилками допомагає розвивати власні вольові якості;

– розвиток властивостей довільної уваги та розумових процесів засобами фізичного виховання;

– виконання різноманітних соціальних ролей під час взаємодії у процесі рухової діяльності (спортивної та ігрової), що вимагає від учнів уміння обґрунтувати переваги співпраці між учасниками процесу рухової діяльності (спортивної та ігрової), підтримувати членів команди та допомагати їм у виконанні завдань у процесі рухової діяльності;

– дотримання етичних норм у фізичній активності, що передбачено державним стандартом як необхідність дотримання учнями правил «фейр-плей» під час занять фізичними вправами, спортом та змагальної діяльності;

– систематичні заняття фізичними вправами, оволодіння технікою виконання вправ, що досягаються через такі загальні результати навчання учнів, як демонстрація техніки вправ (оволодіння технікою вправ на руховому рівні в окремих видах рухової діяльності), моделювання рухової діяльності (протягом циклу адаптації до навчання учні навчаються підбирати вправи, розробляти комплекси вправ, обирати найефективніший спосіб їх виконання за допомогою вчителя або самостійно), виконання вправ під час ігор та змагань.

Важливо також зазначити, що усвідомлення важливості фізичної / рухової активності з метою збереження здоров'я та отримання задоволення від процесу фізичного виховання досягається через такі загальні результати навчання учнів:

1. *Усвідомлення фактів, явищ та моделей фізичної культури і спорту*, тобто впродовж адаптивного циклу навчання учні мають навчитися аналізувати факти та події у сфері фізичної культури і спорту на основі медіатекстів, власного рухового досвіду та способу життя, вміти пояснювати власну позицію щодо збереження здоров'я, зважаючи на досвід відомих людей.

За цих умов критеріями оцінювання результатів навчання учнів є такі знання, вміння та навички:

– обізнаність у результатах відомих українських спортсменів, які брали участь в Олімпійських, Паралімпійських та інших змаганнях;

– знання історії розвитку Олімпійського руху;

– аналіз інформації з друкованих та електронних джерел за умовами завдання викладача;

– пояснення, коментування та ілюстрація фактів і явищ фізичної культури;

– аналіз власних результатів виконання рухових дій, виявлення помилок у себе та інших учнів,

висловлення припущень щодо причин їхнього виникнення;

– обґрунтування власної позиції щодо збереження здоров'я на основі досвіду інших людей.

2. *Моніторинг власного фізичного стану під час фізичної активності*, тобто учні мають можливість навчитися спостерігати за своїм фізичним станом та неодмінно оволодіти засобами визначення його об'єктивних показників.

Критеріями оцінювання результатів навчання (знання, навички та вміння) за цих умов є:

– опис власного фізичного стану за допомогою суб'єктивних показників;

– вміння визначити ознаки втоми внаслідок фізичного навантаження;

– визначення об'єктивних показників власного фізичного стану.

3. *Регулювання психоемоційного стану у процесі фізичної активності*. В означеному контексті результатами навчання є сформованість в учнів уміння описувати власні позитивні та негативні емоції, а також пояснювати причини їхнього виникнення під час занять фізичними вправами.

Критеріями оцінювання результатів навчання учнів за цих умов є такі знання, вміння та навички учнів:

– уміння пояснювати вплив емоцій на своє здоров'я;

– розуміння, як емоції можуть перешкоджати або сприяти фізичній активності;

– опис ознак хорошого / поганого настрою під час фізичної активності;

– виконання фізичних вправ із метою покращення емоційного стану;

– рефлексія власного емоційного стану в процесі фізичного виховання;

– позитивний вплив на емоційний стан інших, протидія негативним емоціям.

4. *Дотримання здорового способу життя завдяки фізкультурно-оздоровчій діяльності*. Зазначимо, що ДСБСО передбачає активну участь школярів у різних видах фізкультурно-оздоровчої діяльності.

Критеріями оцінювання результатів означеного виду навчання є такі знання, вміння та навички:

– вміння пояснити, як фізкультурно-оздоровча діяльність впливає на спосіб життя та здоров'я людини (Санітарний регламент для закладів загальної середньої освіти, 2020);

– володіння технікою виконання фізичних вправ із метою профілактики / корекції порушень постави;

– застосування фізичних вправ для профілактики / корекції статичної плоскостопості;

– знання щодо важливості загартовування організму для здоров'я людини; пояснення правил загартовування різними способами;

– використання різних методів загартовування (під наглядом фахівця або вчителя).

5. *Дотримання правил безпеки під час занять фізичною культурою та дозвілля*. Конкретні результати навчання повинні передбачати обов'язкове дотримання та пояснення правил безпеки під час занять фізичними вправами.

Критеріями оцінювання результатів навчання є такі знання, вміння та навички учнів:

- обґрунтування важливості дотримання правил безпеки під час виконання вправи;
- пояснення наслідків недотримання правил безпеки.

Варто зазначити, що наразі фахівці розробляють та апробовують різноманітні шкільні програми у сфері фізичної культури на основі рекомендованої Міністерством освіти і науки України модельної навчальної програми «Фізична культура. 5–6 класи» для закладів загальної середньої освіти» (автори: О. С. Педан, Г. А. Коломоєць, А. А. Боляк та ін.). Принагідно звернемо увагу на той факт, що поки це єдина програма у своєму форматі, що дозволяє вчителям розробити цікаву та ефективну програму з фізичної культури для організації ефективного навчального процесу і фізичного розвитку (Педан, Коломоєць, Боляк та ін., 2022). Вона вирізняється можливістю добору відповідних навчально-методичних матеріалів та передбачає чотири основні кроки, які здійснює сучасний фахівець фізичної культури з метою модифікації методики проведення уроку фізичної культури відповідно до викликів сучасності та реалій сьогодення.

Висновки. Отже, зміст Державного стандарту базової середньої освіти в галузі «Фізична культура» та ресурси базового навчального плану дозволяють формулювати результати навчання (компетентності) учнів не лише узагальнено. Однак зауважимо, що оригінальні пропонувані програми повинні бути більш конкретними та потребувати уточнення. Компетентності учнів, визначені в Державному стандарті, є лише відправною точкою для розробки авторських навчальних програм і визначення результатів навчання учнів наприкінці кожного етапу освітнього процесу.

Стандарти і критерії визначення успішності учнів з фізичної культури зумовлюють зміст навчального процесу, послідовність засвоєння теоретичних знань та розвитку рухових умінь і навичок. Вони визначаються на основі цілей та етапів навчання, уточнюють компетенції учнів та дають змогу визначити їхні вміння та навички, готовність перейти до наступного етапу навчання.

Перспективи подальших досліджень передбачають розроблення шляхів ефективної реалізації ресурсів галузі «Фізична культура», що запропоновані у Державному стандарті, а також пошук нових форм і методів щодо популяризації фізичної культури і спорту серед учнівської молоді, створення і апробацію авторської модельної навчальної програми з фізичної культури для закладів загальної середньої освіти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Державний стандарт базової середньої освіти: постанова Кабінету Міністрів України від 30.09.2020 № 898. URL: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/nova-ukrayinska-shkola/derzhavnij-standart-bazovoyi-serednoyi-osviti> (дата звернення: 25.05.2023).

Інструктивно-методичні рекомендації щодо

організації освітнього процесу та викладання навчальних предметів у закладах загальної середньої освіти у 2022/2023 навчальному році (Додаток 16 ДСБСО). URL: <http://surl.li/cuvak> (дата звернення: 24.05.2023).

Нова українська школа: простір здоров'я. Збереження та зміцнення здоров'я у закладах загальної середньої освіти: результати освітнього компонента Проекту МОЗ-ВООЗ «Неінфекційні захворювання: профілактика та зміцнення здоров'я в Україні». URL: <http://surl.li/isuwq> (дата звернення: 25.05.2023).

Педан, О., Коломоєць, Г., Боляк, А. та ін. (2022). Фізична культура. 5–6 класи: модельна навчальна програма для закладів загальної середньої освіти. URL: <http://surl.li/isuwm> (дата звернення: 25.05.2023).

Санітарний регламент для закладів загальної середньої освіти: наказ Міністерства охорони здоров'я України від 25.09.2020 № 2205. URL: <http://surl.li/vskk> (дата звернення: 23.05.2023).

REFERENCES

Derzhavnyi standart bazovoi serednoi osvity [State standard of basic secondary education: Resolution of the Cabinet of Ministers of Ukraine]: postanova Kabinetu Ministriv Ukrainy vid 30.09.2020 № 898. URL: <https://mon.gov.ua/ua/osvita/zagalna-serednya-osvita/nova-ukrayinska-shkola/derzhavnij-standart-bazovoyi-serednoyi-osviti> (data zvernennia: 25.05.2023). [in Ukrainian].

Instruktyvno-metodychni rekomendatsii shchodo orhanizatsii osvitnoho protsesu ta vykladannia navchalnykh predmetiv u zakladakh zahalnoi serednoi osvity u 2022/2023 navchalnomu rotsi (Dodatok 16 DSBSO) [Instructional and methodological recommendations regarding the organization of the educational process and the teaching of educational subjects in institutions of general secondary education in the 2022/2023 academic year (Appendix 16 of the DSBSO)]. URL: <http://surl.li/cuvak> (data zvernennia: 24.05.2023). [in Ukrainian].

Nova ukrainska shkola: prostir zdorovia. Zberezhennia ta zmitsnennia zdorovia u zakladakh zahalnoi serednoi osvity: rezultaty osvitnoho komponentu Proiektu MOZ-VOOZ «Neinfektsiini zakhvoriuvannia: profilaktyka ta zmitsnennia zdorovia v Ukraini» [The New Ukrainian School: space of health. Preservation and promotion of health in institutions of general secondary education: results of the educational component of the MOH-WHO Project «Non-communicable diseases: prevention and promotion of health in Ukraine»]. URL: <http://surl.li/isuwq> (data zvernennia: 25.05.2023). [in Ukrainian].

Pedan O. S., Kolomoiets H. A., Boliak A. A. ta in. (2022). Fizychna kultura. 5–6 klasy: modelna navchalna prohrama dlia zakladiv zahalnoi serednoi osvity [Physical Education. Grades 5–6: model curriculum for institutions of general secondary education]. URL: <http://surl.li/isuwm> (data zvernennia: 25.05.2023). [in Ukrainian].

Sanitarnyi rehlament dlia zakladiv zahalnoi serednoi osvity: nakaz Ministerstva okhorony zdorovia Ukrainy [Sanitary regulations for institutions of General secondary education] vid 25.09.2020 № 2205. URL: <http://surl.li/vskk> (data zvernennia: 23.05.2023). [in Ukrainian].

Дата надходження до редакції: 18.07.2023