

СУЧАСНІ АСПЕКТИ ВИКЛАДАННЯ УРОКУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Наталія Москаленко, Тетяна Сидорчук,
Олена Кошелева, Оксана Демідова

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту, Дніпро, Україна

Анотація. Вступ. Реформування системи загальної середньої освіти в Україні формує нові потреби фізичного виховання, які вимагають розроблення інноваційних підходів до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти. Урок фізичної культури, як основна форма, повинен якісно вирішувати завдання формування фізично розвиненої особистості, яка володіє життєво необхідними руховими уміннями та навичками, свідомо ставиться до фізичної активності і веде активний спосіб життя. Це актуалізує проблему визначення сучасних підходів до організації і проведення уроку фізичної культури, що є важливою умовою забезпечення високої якості навчального-виховного процесу з фізичного виховання. *Мета дослідження* – визначити вимоги до викладання уроку фізичної культури на сучасному етапі реформування системи загальної середньої освіти в Україні. *Методи дослідження:* теоретичний аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури та документальних матеріалів, метод системного аналізу. *Результати.* Визначено, що сучасними підходами до організації уроку фізичної культури виступають диференційований підхід до учнів з урахуванням стану здоров'я, рівня фізичного розвитку, рухової підготовленості та статі; оптимізація навчально-виховного процесу із застосуванням інноваційних методів навчання і виховання; інтегрований підхід до фізичного виховання; формування в учнів умінь і навичок самостійних занять фізичними вправами; забезпечення освітньої, виховної, оздоровчої, розвивальної та інструктивної спрямованості шляхом комплексного підходу до вирішення завдань уроку; досягнення оптимальної рухової активності всіма учнями протягом кожного уроку; забезпечення раціональних умов проведення уроків з боку матеріальних, гігієнічних, естетичних і морально-психологічних вимог до них; урахування мотивів та інтересів учнів до занять фізичними вправами; реалізація компетентнісного підходу; забезпечення гнучкості та можливості нововведень. *Висновки.* Реалізація зазначених підходів до сучасного уроку фізичної культури дозволить підвищити ефективність процесу фізичного виховання в закладі освіти. Водночас необхідно звернути увагу на підвищення кваліфікованості учителів в галузі володіння сучасними видами рухової діяльності, які пропонують навчальні програми, набуття цифрової компетентності для організації освітнього процесу за дистанційною формою.

Ключові слова: фізичне виховання, школа, урок, вимоги, учителі, учні.

Natalia Moskalenko, Tetyana Sydorчук, Olena Kosheleva, Oksana Demidova

MODERN ASPECTS OF TEACHING PHYSICAL EDUCATION

Abstract. *Introduction.* Reforming the system of general secondary education in Ukraine creates new needs for physical education, which require the development of innovative approaches to organizing physical culture and health work in educational institutions. The lesson of physical culture, as the main form, should qualitatively solve the task of forming a physically developed personality, who possesses vital motor skills and know-how, consciously relates to physical activity, and has an active lifestyle. This actualizes the problem of determining modern approaches to the organization and teaching physical education, which is an important condition for ensuring the high quality of the educational process in physical education. *The purpose* of the study is to determine the requirements for teaching physical education at the current stage of reforming the general secondary education system in Ukraine. *Research methods:* theoretical analysis and generalization of data from scientific and methodological literature and documentary materials, system analysis method. *Results.* It was determined that modern approaches to the organization of a physical culture lesson are as follows: a differentiated approach to students taking into account the state of health, level of physical development, motor readiness and gender; optimization of the educational process using innovative methods of education and training; integrated approach in physical education; formation of students' abilities and skills of independent physical exercises; provision of educational, recreational, developmental and instructional orientation through a comprehensive approach to solving lesson tasks; achievement of optimal motor activity by all students during every class; ensuring rational conditions for conducting classes in terms of material, hygienic, aesthetic, and moral and psychological requirements for them; taking into account the motives and interests of students in physical exercises; implementation of the competence approach; ensuring flexibility and the possibility of innovations. *Conclusions.* The implementation of these approaches to the modern lesson of physical culture will increase

Вступ. Розв'язання проблеми збереження здоров'я й забезпечення гармонійного розвитку особистості в закладах освіти – актуальне питання, що викликає великий науковий і практичний інтерес. У зв'язку з цим перед фізичною культурою, як фундаментом забезпечення зміцнення здоров'я дітей, постають нові завдання, які потребують розроблення сучасних інноваційних підходів до організації системи фізичного виховання в закладах загальної середньої освіти.

Основною формою фізичного виховання у закладах освіти є урок фізичної культури, що спрямований на розвиток здоров'язбережувальної компетентності, стійкої мотивації здобувачів освіти до занять фізичними вправами, збільшення обсягу рухової активності, удосконалення життєво необхідних умінь та навичок, вмінь використовувати їх у навчальній та повсякденній діяльності, розширення функціональних можливостей організму учнів шляхом цілеспрямованого розвитку природних здібностей, основних фізичних якостей, залучення до фізкультурно-оздоровчої діяльності [5; 16].

Особливості організації та проведення сучасного уроку фізичної культури визначаються державними стандартами початкової і базової середньої освіти та державними програмами. Останніми роками в освітній процес закладів загальної середньої освіти впроваджено навчальні програми з фізичної культури для 1–2, 3–4, 5–6 класів, які відповідають концепції реформування системи середньої освіти «Нова українська школа» [4] і передбачають якісно нові запити до побудови сучасного уроку.

Останнім часом здійснено низку наукових досліджень для вдосконалення методики проведення уроку фізичної культури. Зокрема, це стосується ефективності використання модульного підходу у фізичному вихованні (Т. Круцевич [8], О. Шиян, Н. Кравченко [22], Н. Сороколіт [19; 20], С. Трачук, Т. Круцевич, І. Мамедова [21]), інтегрованого змісту уроків фізичної культури (Н. Пангелова, В. Рубан, Т. Кириченко [15]) тощо.

Реформування сучасної освіти висуває нові вимоги до організації

Москаленко Н., Сидорчук Т., Кошелева О., Демідова О. Сучасні аспекти викладання уроку фізичної культури. *Sport Science Spectrum*. 2024; 1: 90–96.
DOI: 10.32782/spectrum/2024-1-14

Moskalenko N., Sydorчук T., Kosheleva O., Demidova O. Modern aspects of teaching physical education. *Sport Science Spectrum*. 2024; 1: 90–96.
DOI: 10.32782/spectrum/2024-1-14

the effectiveness of the process of physical education in an educational institution. At the same time, it is necessary to pay attention to improving the qualifications of teachers in mastering modern types of motor activities offered by educational programs, acquiring digital competence for organizing the educational process in a distance form.

Keywords: physical education, school, lesson, requirements, teachers, schoolchildren.

уроків фізичної культури, які пов'язані з реалізацією компетентнісного підходу, свободою дій вчителя під час вибору навчального матеріалу, активною взаємодією між усіма учасниками освітнього процесу, створенням сучасного освітнього середовища тощо [4]. Але зазначені вище наразі не реалізовані через слабку використання всіх можливостей навчального процесу для формування фізичних, духовних і моральних якостей дитини, невисокий рівень впровадження сучасних методів виховання і навчання. Ефективність застосування різних засобів фізичного виховання залежить від професійного рівня вчителя, який повинен мати знання з методики викладання всіх запропонованих модулів, які представлені в програмах [7].

Побудова сучасного уроку – це складний процес, який вимагає від вчителя творчого мислення, вміння спрямовувати свої зусилля на впровадження інновацій для підвищення якості навчального процесу [13; 25].

Тому визначення підходів до організації та проведення сучасного уроку фізичної культури є важливою умовою забезпечення високого рівня навчального-виховного процесу з фізичної культури в закладах освіти.

Дослідження виконано відповідно до тематичного плану науково-дослідної роботи Придніпровської державної академії фізичної культури і спорту на 2021–2025 рр. за темою «Наукове обґрунтування оздоровчо-рекреаційних технологій у фізичному вихованні різних груп населення» (номер державної реєстрації 0121U108320).

Мета дослідження – визначити вимоги до викладання уроку фізичної культури на сучасному етапі реформування системи загальної середньої освіти в Україні.

Методи дослідження: теоретичний аналіз та узагальнення даних науково-методичної літератури й документальних матеріалів, метод системного аналізу.

Результати дослідження. Згідно з державною програмою длякладів загальної середньої освіти, основною метою предмета «Фізична культура» є набуття учнями досвіду діяльності: навчальної, пізнавальної, практичної, соціальної; формування в них стійкої потреби у збереженні й зміцненні здоров'я, фізичному розвитку; підвищення фізичної підготовленості, цілісний розвиток природних здібностей та моральних якостей; використання засобів фізичного виховання в організації здорового способу життя.

Реалізація мети та завдань фізичного виховання, згідно з програмою навчання, здійснюється протягом уроку фізичної культури – основної форми фізичного виховання школярів.

Побудова сучасного уроку – це багатограний процес, який потребує від вчителя знання передового досвіду і вміння використовувати його на практиці. Особливу увагу необхідно звернути на оволодіння вчителем вміння і навичок щодо запровадження інновацій у фізичному вихованні, які значно покращують якість освітнього процесу.

У практичній діяльності вчителя фізичної культури велике значення має успішність реалізації вимог до сучасного уроку фізичної культури, до яких віднесено такі.

1. Забезпечення диференційованого підходу до учнів з огляду на стан їх здоров'я, рівень фізичного розвитку, фізичних якостей та стать.

У процесі уроку фізичної культури вчитель повинен чітко розподілити дітей за станом здоров'я на основну, підготовчу та спеціальну медичні групи. Це дає можливість диференціювати об'єм та інтенсивність фізичних навантажень. Для спеціальної медичної групи підбір вправ здійснюється з урахуванням специфіки і характеру захворювань учнів. Велике значення має врахування мотиваційних пріоритетів дівчат та хлопців, що дає можливість підбирати вправи, які підвищують їх інтерес до уроку.

Диференційований підхід також рекомендується здійснювати в процесі контролю фізичної підготовленості школярів. Слід зазначити, що відмова від нормативів фізичної підготовленості не дає можливості кількісно та якісно оцінити її стан і скоригувати зміст уроку фізичної культури для досягнення її високого рівня [1; 7; 22].

2. Оптимізація навчально-виховного процесу із застосуванням інноваційних методів навчання і виховання.

Сучасна методична наука вимагає пошуку нових шляхів для удосконалення навчального процесу. Вчитель фізичної культури повинен постійно перебувати у пошуку, експериментувати, щоб досягти важливої мети – навчити учнів із задоволенням вивчати матеріал і практично застосовувати його в реальному житті. Одним зі способів досягнення цієї мети є використання інтерактивних методів на уроках фізичної культури.

До психолого-педагогічних умов організації навчально-виховного процесу з використанням інтерактивних методів належать такі:

- відповідність навчально-виховного процесу функціональним і психологічним можливостям та віковим особливостям дітей;
- особистісно-орієнтована взаємодія дітей та вчителя;
- можливість кожної дитини самостійно обирати партнера та діяльність;
- орієнтація педагогічної оцінки на відносні показники дитячої успішності (порівняння сьогоденних досягнень дитини з її власними минулими досягненнями);
- створення освітнього середовища в групі, яке б формувало емоційно-ціннісний, пізнавальний, естетичний розвиток та забезпечення відповідності цього середовища індивідуальним особливостям дитини;
- формування провідної діяльності як важливого чинника розвитку школяра;
- використання гри в організації навчальної діяльності;
- збалансованість репродуктивної та дослідницької творчої діяльності, колективної та самостійної активності.

Особливість інтерактивного навчання полягає в тому, що навчальний

процес здійснюється за умови постійної, активної взаємодії усіх його членів. Аналізуючи свої дії та дії партнерів, учасники навчального процесу змінюють свою модель поведінки, більш усвідомлено засвоюють знання та вміння, тому є сенс говорити про інтерактивні методи не тільки як засіб покращення процесу навчання, але й як засіб посилення виховних впливів. Використання інтерактивних методів на уроках фізичної культури дозволяє сформувати соціальні компетентності учнів.

У ході уроку можна використувати такі інтерактивні методи навчання: інформаційне повідомлення, мінілекції, «мозковий штурм», аналіз історій та ситуацій, інтерактивні презентації, рольові ігри, запитання та відповіді, дискусії, рухливі ігри. Основними формами роботи є групова, індивідуальна, в парах [13].

Використання цих методів в навчальному процесі обумовлено специфікою запропонованої теми, метою, завданнями, основними засобами, які забезпечують високий рівень знань, необхідних навичок і вмінь учителів фізичної культури.

Всі інтерактивні методи навчання, які використовуються протягом уроку, повинні відповідати логіці його побудови. Для кожного етапу та частин уроку застосовуються відповідні методи, які дозволяють ефективно відпрацювати конкретні завдання [10; 13].

Велику роль відіграє включення в урок ігор, які формують нові знання у дітей, дають їм можливість пізнати незнайомі сфери діяльності людини.

Під час проведення ігор, естафет, квестів учителю варто використовувати організаційно-методичні прийоми, які сприяють підвищенню ефективності уроку. Так, для підтримки зацікавленості в змісті уроку вчитель може використовувати комплекс різних стимулів: створення педагогічних і проблемних ситуацій, формування гіпотез для самостійних і творчих дій дитини [10; 26].

У пошуках інноваційних підходів до побудови уроків фізичної культури з дітьми шкільного віку необхідно намагатися розкривати інтереси самої дитини, допомогти їй як індивідууму розкрити свій потенціал, резерви фізичного стану, дати можливість

кожній дитині проявити себе, бути визнаною.

3. Інтегрований підхід у фізично-му вихованні.

Інтегроване навчання – це навчання, яке ґрунтується на комплексному підході, освіта розглядається через призму загальної картини, а не ділиться на окремі дисципліни. Предметні межі зникають, коли вчителі захоплюють учнів встановлювати зв'язок між дисциплінами й спиратися на знання і навички з кількох предметних галузей. Учням потрібні відкриті можливості для інтеграції знань і навичок з різних дисциплін і критичного оцінювання того, як ці частини взаємодіють.

Інтегровані уроки – ідеальний інструмент формування в учнів цілісного уявлення про світ та взаємозв'язок предметів. Діти вчать знаходити зв'язки у зовсім різних на перший погляд явищах, а також отримують навички всебічного аналізу матеріалу.

Інтегровані уроки фізичної культури є одними з найсучасніших підходів до фізичного виховання і мають взаємозв'язок з іншими предметами: українською мовою, математикою, мистецтвом, музикою, іноземною мовою, «Я досліджую світ», хореографією тощо.

Слід приділяти особливу увагу руховій діяльності в процесі проведення уроку. Це різноманітні фізичні вправи, рухливі та народні ігри, елементи хореографії, танці, естафети, добре засвоєні дітьми на уроках фізичної культури.

Завдання педагога полягає у створенні адекватних умов для максимально можливого розвитку здібностей дитини, формування в неї внутрішнього психологічного спокою і впевненості у своїх силах [10; 13].

4. Розвиток у учнів умінь і навичок організації самостійних занять фізичними вправами.

Формування інтересу до самостійних занять фізичними вправами вимагає розв'язання таких задач:

- створення передумов для появи пізнавального інтересу, які сприятимуть виникненню потреби в цих знаннях;
- умінь здійснювати оцінку відповідного рівня фізичного стану для вибору ефективних засобів фізичного виховання;

- формування усвідомленого ставлення до систематичних занять фізичними вправами;

- здійснення самоконтролю в процесі самостійних занять.

На уроках фізичної культури слід надати школярам знання, необхідні для самостійного виконання конкретних фізичних вправ з різних систем оздоровлення. Практичне значення мають диференційовані навчальні завдання з урахуванням мотиваційних пріоритетів до занять фізичною культурою і спортом, фізичного стану, вікових особливостей, матеріально-технічних умов організації самостійних занять.

Завдання вчителя полягає у тому, щоб зробити активну самостійну рухову діяльність більш свідомою, послідовною, відповідною індивідуальним особливостям дітей. Необхідно акцентувати увагу на елементах, які сприяють формуванню у школярів важливості зміцнення здоров'я, ведення здорового способу життя, фізичного удосконалення. Для дітей молодшого шкільного віку можна запропонувати систему самостійних занять фізичними вправами на основі сюжетно-образного підходу, а також забезпечити дотримання таких умов: застосування розвивального навчання, що поєднує інтелектуальний та фізичний розвиток дітей, диференційований підхід до учнів з урахуванням показників фізичного стану, створення тематичних сюжетів для досягнення основної мети занять, навчання методам самоконтролю [2].

Сучасні умови навчання і життєдіяльності висувають високі вимоги до інформаційно-цифрової компетентності учнів, зокрема під час організації самостійних занять фізичними вправами. Розроблений дослідниками [12] комп'ютерний додаток з програмування самостійних занять фізичними вправами передбачає надавання практичних рекомендацій із застосування різних видів фізкультурно-оздоровчих програм, які вибирають учні відповідно до своїх інтересів; рекомендації щодо дозування фізичних навантажень залежно від рівня фізичного розвитку, фізичної підготовленості та фізичного здоров'я школярів; подання інформації про засоби розвитку фізичних якостей; тестування та автоматизований

контроль індивідуальних показників фізичного стану, рівня рухової активності та енерговитрат учнів.

5. Забезпечення оздоровчої, освітньої, виховної, розвивальної та інструктивної спрямованості, що здійснюється шляхом комплексного підходу до вирішення завдань уроку.

Такий підхід передбачає:

- збільшення рухового досвіду, формування навичок життєво необхідних рухових дій, використання їх у повсякденній діяльності;
- підвищення функціональних можливостей систем організму через цілеспрямований розвиток фізичних якостей і природних здібностей;
- збереження й зміцнення здоров'я школярів;
- формування загальних понять про фізичну культуру, її роль у житті людини, збереженні та зміцненні здоров'я, фізичному розвитку;
- оволодіння знаннями історії Олімпійських ігор та Олімпійського руху;
- забезпечення належного рівня фізичної підготовленості;
- формування інтересу до використання фізичних вправ як одного з основних чинників здорового способу життя;
- формування навичок організації самостійних занять фізичними вправами та активного відпочинку;
- здійснення комунікативної функції фізичного виховання;
- виховання морально-вольових якостей та позитивного ставлення до навколишньої дійсності.

Учитель фізичної культури має постійно контролювати виконання фізичних вправ учнями на уроці, їх дозування, рівень фізичного навантаження.

Будуючи урок, педагог має визначити, яка навчальна інформація чи способи дії мають бути засвоєні. На кожному уроці основний його зміст може бути засвоєний на трьох рівнях:

- сприйняття, розуміння і запам'ятовування;
- застосування знань, вмінь, навичок за зразком;
- застосування знань, вмінь, навичок у новій ситуації [3].

Під час планування уроку слід визначити види навчальної діяльності учнів із застосуванням компетентнісного і діяльнісного підходів.

6. Досягнення оптимальної рухової активності всіма учнями протягом кожного уроку.

Для вирішення завдань оздоровчої спрямованості необхідна організація раціонального рухового режиму, що сприятиме розширенню функціональних можливостей організму. Раціональне планування оптимальних рухових режимів на уроках передбачає врахування рівня фізичного стану дітей, що, в свою чергу, забезпечує диференційований підхід до планування фізичних навантажень, типу уроку, особливостей змісту навчального матеріалу.

Урок фізичної культури у сукупності з іншими формами фізкультурно-оздоровчої роботи в закладі освіти повинен забезпечувати рухову активність серед учнівської молоді на рівні не нижчому, ніж визначений Глобальними рекомендаціями щодо фізичної активності для здоров'я ВООЗ [24; 27; 28].

Особливості організації навчального процесу за дистанційною формою вимагають підбору видів рухової активності великої інтенсивності для забезпечення високої моторної щільності уроку задля досягнення максимального оздоровчого ефекту. У навчальних програмах з фізичної культури представлено велику кількість видів рухової активності, які задовольняють цим вимогам.

7. Забезпечення раціональних умов проведення уроків з боку матеріальних, гігієнічних, естетичних і морально-психологічних вимог до них.

Уроки фізичної культури проводяться як на свіжому повітрі з використанням необхідного обладнання, так і в спортивних приміщеннях з обов'язковим дотриманням установлених санітарно-гігієнічних вимог та заходів щодо запобігання травматизму. Спортивний одяг і взуття мають відповідати вимогам і правилам видів спорту, елементи яких вивчаються на уроках.

8. Урахування мотивів та інтересів учнів до занять фізичними вправами.

Велике значення в практиці фізичного виховання відводиться мотиваційному чиннику. Знання мотиваційних пріоритетів школярів різних вікових груп дає реальну можливість вчителю включати в урок різні види фізкультурної діяльності, засоби фі-

зичного виховання, які викликають у дітей інтерес. Завдання уроку фізичної культури полягає в тому, щоб зробити активну рухову діяльність більш осмисленою, цілеспрямованою до процесу фізичного самовдосконалення.

Збільшення кількості видів рухової діяльності у навчальних програмах передбачено задля підвищення мотивації дітей до занять фізичною культурою. Іншими чинниками, на яких ґрунтується підбір варіативних модулів у змісті уроків фізичної культури, є наявність матеріально-технічної бази, регіональні традиції, кадрове забезпечення, гендерність, ступінь безпеки, а також сезонність проведення занять на відкритих майданчиках чи у спортивних залах. Водночас наукові дослідження [7; 11] свідчать про те, що значна кількість запропонованих у навчальних програмах варіативних модулів не може бути впроваджена в навчальний процес шкіл у зв'язку з відсутністю необхідного матеріально-технічного забезпечення, а також недостатністю знань учителів з методики викладання всіх запропонованих модулів.

9. Реалізація компетентнісного підходу.

Фізкультурна галузь є однією з 9 галузей навчання, в якій забезпечено умови для формування ключових компетентностей. Державним стандартом базової середньої освіти передбачено формування 11 ключових компетентностей, можливості реалізації яких окреслені авторським колективом науковців (Н. Москаленко, Н. Сороколіт, І. Турчик) [14]. На уроці фізичної культури здійснюються формування і розвиток компетентностей учнів за допомогою відтворення знань, вправ, умінь, навичок та їх застосування у нестандартних ситуаціях.

10. Забезпечення гнучкості та можливості нововведень.

Виклад навчального матеріалу на уроці повинен бути варіативним. Учитель може широко застосовувати як репродуктивні методи, так і методи, які потребують активної діяльності учнів: частково-пошукові, емпіричні, інтерактивні тощо. Для успішного засвоєння навчального матеріалу також варто використовувати завдання, що передбачають застосування отриманої інформації на практиці [3; 6; 13].

Процес фізичного виховання має широкі можливості для впровадження нововведень, зокрема використання на уроках ігрових технологій, фітнес-технологій, інтегрованого, диференційованого, гендерного підходів, технологій олімпійської освіти як у сукупності, так і їх окремих частин.

Окрім зазначених вимог до ефективного проведення уроку фізичної культури, актуалізується питання *підвищення цифрової компетентності* учителів фізичної культури, формування в них навичок володіння інформаційно-комунікаційними та цифровими технологіями у зв'язку з організацією змішаного навчання в закладах освіти, що обмежує використання спортивних залів, майданчиків тощо [3; 17]. Для попередження зниження якості та ефективності уроку в умовах дистанційної організації освітнього процесу можна рекомендувати застосування інноваційних підходів, спрямованих на популяризацію здорового способу життя та рухової активності з використанням сучасних видів рухової діяльності (флешмобів, челенджів, фестивалів, онлайн-марафонів тощо), зокрема тих, що поєднують рухову активність з відеоіграми, мобільними застосунками, інтелектуальними електронними пристроями, мікроконтролерами тощо. Контроль показників фізичного стану можна здійснювати за допомогою комп'ютерної програми «КІФ-ЗОШ», яка дозволяє обраховувати, визначати і систематизувати показники фізичного розвитку, соматотипу, гармонійності, соматичного здоров'я, функціональної та фізичної підготовленості дітей; порівнювати фактичні показники з попередніми і нормативними; отримувати детальні звіти про індивідуальні та групові показники фізичного стану учнів [9].

Велике значення має дотримання дидактичних вимог до сучасного уроку:

- чітке формулювання освітніх завдань уроку та його складових частин, їх зв'язок із розвивальними, оздоровчими та виховними завданнями;
- визначення оптимального змісту уроку відповідно до вимог навчальної програми та мети уроку з урахуванням рівня підготовки й підготовленості учнів;

- прогнозування рівня засвоєння учнями знань, сформованості умінь і навичок як на уроці, так і на окремих його етапах;

- вибір найбільш раціональних методів, прийомів і засобів навчання, стимулювання та контроль оптимального впливу їх на кожному етапі уроку, забезпечення пізнавальної активності сполученням різних форм колективної та індивідуальної роботи на уроці й максимальної самостійності в навчанні учнів;

- дотримання на уроці дидактичних принципів;

- створення умов для успішного навчання учнів.

Дискусія. Нова українська школа – центральна реформа Міністерства освіти і науки, головною метою якої є створення школи, яка даватиме учням не тільки знання, але й уміння застосовувати їх у повсякденній життєдіяльності. У зв'язку з проведенням реформ середньої освіти слід говорити про нову функцію учителя в умовах Нової української школи. Особливого значення у процесі становлення професіонала, здатного до змін наявних стереотипів організації освітнього процесу, його змісту, форм і методів, а саме пошуку нової навчально-виховної діяльності під час переходу від традиційних форм занять до нестандартних методів навчання, набувають дослідницькі та новаторські уміння педагога.

Як свідчать дослідження [20], під час планування фізичного виховання вчителі частіше за все вибирають традиційний підхід до змісту програм, не завжди враховують інтереси учнів до різних видів рухової активності. Це пов'язано з цілою низкою об'єктивних причин, до яких, за результатами опитування учителів фізичної культури, проведеного дослідницею Н. Сорочоліт [18], віднесено неякісну та застарілу матеріально-технічну базу закладів освіти; відсутність чи недостатність інвентаря для проведення уроків фізичної культури відповідно до вимог Нової української школи; часті модифікації навчальних програм з фізичної культури; негативне ставлення інших учителів-предметників до фізичної культури як до предмета другорядного значення; різні індивідуальні можливості учнів відповідно до їхнього стану здоров'я

та рівня фізичної підготовленості; надмірну завантаженість спортивної зали та нераціонально побудований розклад з фізичної культури; неадекватні вимоги до вчителя; недостатню компетентність учителів щодо формування ключових компетентностей учнів у фізичному вихованні. Наші дослідження [11], а також дослідження [1] узгоджуються з наведеними результатами.

Незважаючи на труднощі, що виникають у процесі професійної діяльності, вчителі мають забезпечувати розвиток учнів як особистостей, закладати основи їх подальшої самоосвіти, успішної самореалізації впродовж життя. Підвищення рівня професійної компетентності учителя фізичної культури у напрямі відповідності вимогам до сучасного уроку забезпечить реалізацію завдань Нової української школи. Запропоновані нами підходи до удосконалення уроку фізичної культури можуть втілюватися у практику роботи закладів загальної середньої освіти і як окремі компоненти інновацій, і повністю.

Висновки. Удосконалення сучасних підходів до проведення уроку фізичної культури є одним із напрямів підвищення ефективності фізичного виховання в закладах загальної середньої освіти.

До вимог сучасного уроку фізичної культури віднесено забезпечення диференційованого підходу до учнів, враховуючи стан їх здоров'я, рівень фізичного розвитку, фізичних якостей та стать; забезпечення оптимізації навчально-виховного процесу із застосуванням інноваційних методів навчання і виховання; інтегрований підхід у фізичному вихованні; формування в учнів умінь і навчальних самостійних занять фізичними вправами; забезпечення освітньої, виховної, оздоровчої, розвивальної та інструктивної спрямованості шляхом комплексного підходу до вирішення завдань уроку; урахування мотивів та інтересів учнів до занять фізичними вправами; реалізацію компетентнісного підходу; забезпечення гнучкості та можливості нововведень.

Реалізація сучасних вимог до уроку фізичної культури сприятиме під-

вищенню якості навчально-виховного процесу.

Перспективи подальших досліджень передбачають наукові розвідки щодо особливостей проведення різних форм фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти в сучасних умовах організації навчально-виховного процесу.

Конфлікт інтересів. Авторі заявляють, що відсутній будь-який конфлікт інтересів.

ЛІТЕРАТУРА

1. Вахняк В. Фізична культура в умовах Нової української школи. *Collection of Scientific Papers «SCIENTIA»* (October 28, 2022; Kraków, Poland). 2022. P. 177–179. URL: <https://previous.scientia.report/index.php/archive/article/view/519>.

2. Власюк О. Науково-педагогічні основи організації самостійних занять фізичними вправами дітей молодшого шкільного віку: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.02; ЛДІФК. Львів, 2006. 20 с. URL: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/10177>.

3. Інструктивно-методичні рекомендації щодо викладання навчальних предметів у закладах загальної середньої освіти у 2023/2024 навчальному році. Освітня галузь «Фізична культура». URL: <https://www.schoolife.org.ua/wp-content/uploads/2023/09/Metodychni-rekomendatsiyi-shhodo-vykladannya-fizychnoyi-kultury-u-2023-2024-navchalnomu-rotsi.pdf>.

4. Концепція «Нова українська школа». 2016. URL: <http://osvita.ua/doc/files/news/520/52062/new-school.pdf>.

5. Кривенко А., Желізний М. Організаційно-методичні аспекти уроку (модуль «Гімнастика») в основній школі. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Шевченка*. 2021. № 12 (168). С. 117–121 (Серія: Педагогічні науки). URL: <https://dspace.chnpu.edu.ua>.

6. Круцевич Т., Марченко О., Дедух М. Сучасні підходи до формування індивідуальної фізичної культури учнівської молоді в процесі фізичного виховання. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2021. № 2. С. 66–75. DOI: <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2021.2.66-75>.

7. Круцевич Т., Пангелова Н., Москаленко Н. Фізичне виховання в закладах освіти: сучасний стан і реалії сьогодення. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2023. № 1. С. 67–77. DOI: <http://dx.doi.org/10.32540/2071-1476-2023-1-067>.

8. Круцевич Т. Концепція удосконалення програм з фізичної культури у загальноосвітній школі. *Фізичне виховання в сучасній школі*. 2012. № 2 (78). С. 8–9.

9. Москаленко Н., Борисова Ю., Сидорчук Т., Лядська О. Інформаційні технології у фізичному вихованні: навчальний посібник. Дніпропетровськ: Інновація, 2014. 127 с. URL: <http://infiz.dp.ua>.

10. Москаленко Н., Полякова А., Торбанюк Г. Інтегроване навчання у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку. *Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура*. 2019. № 31. С. 90–97.

11. Москаленко Н., Сидорчук Т., Решетилова В., Михайленко Ю. Шляхи удосконалення фізичного виховання в закладах загальної середньої освіти. *Спортивний вісник Придні-*

пров'я. 2023. № 1. С. 102–111. DOI: <http://dx.doi.org/10.32540/2071-1476-2023-1-102>.

12. Москаленко Н., Єлісеєва Д., Корж Н. Організація самостійних занять фізичним вихованням учнівської та студентської молоді: монографія. Дніпро: Інновація, 2017. 212 с.

13. Москаленко Н., Сидорчук Т., Решетилова В., Яковенко А. Інновації у фізичному вихованні в закладах загальної середньої освіти: навчальний посібник. Дніпро: Інновація, 2022. 76 с.

14. Москаленко Н., Сороколіт Н., Турчик І. Ключові компетентності у фізичному вихованні школярів в рамках реформи «Нова українська школа». *Науковий часопис НПУ ім. М. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2019. № 5К (113). С. 223–228. URL: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/24159>.

15. Пангелова Н., Рубан В., Кириченко Т. Педагогічні умови оптимізації фізкультурно-оздоровчої роботи з дітьми 7–10 років в умовах сільської школи. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2019. № (3). С. 137–148. URL: <http://infiz.dp.ua/misc-documents/2020-01/2020-01-39.pdf>.

16. Подгорна В., Дроздова К. Особливості діяльності вчителя фізичної культури в умовах нової української школи. *Вісник Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Шевченка. Серія: Педагогічні науки*. 2019. № 1 (157). С. 147–151. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.2622476>.

17. Про затвердження Рекомендацій щодо стратегічного розвитку фізичного виховання та спортивної підготовки серед учнівської молоді на період до 2025 року: Наказ Міністерства освіти і науки України від 15 лютого 2021 р. № 194. URL: https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/80880.

18. Сороколіт Н. Чинники, що перешкоджають реформуванню фізичного виховання на сучасному етапі. *Науковий дискурс у фізичному вихованні і спорті*. 2023. № 2. С. 68–77. URL: <https://sports-science.ldufk.edu.ua/index.php/discourse/article/viewFile/1492/1454>.

19. Сороколіт Н. Теоретико-методологічні підходи до трансформації фізичного виховання учнів у закладах загальної середньої освіти: дис. ... докт. наук з фіз. виховання та спорту: спец. 24.00.02; Львівський державний університет фізичної культури ім. Івана Боберського. Львів, 2023. 553 с. URL: <https://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/34587?mode=full>.

20. Сороколіт Н. Удосконалення фізичного виховання учнів 5–9 класів із застосуванням варіативних модулів навчальної програми: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання і спорту: спец. 24.00.02; Львівський державний університет фізичної культури. Львів, 2015. 20 с. URL: https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/2062/1/sorokolit_n_s.pdf.

21. Трачук С., Круцевич Т., Мамедова І. Умови для реалізації модульного підходу на уроках фізичної культури в сільських і міських закладах загальної середньої освіти. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2022. № 2. С. 101–109. DOI: <https://doi.org/10.32540/2071-1476-2022-2-101>.

22. Трачук С., Долженко Л., Молдовський О. Фізична підготовка учнівської молоді: аналіз у вимірі сьогодення. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту*. 2022. № 2. С. 44–48. DOI: <http://dx.doi.org/10.32652/tmfvs.2022.2.44-48>.

23. Шиян О., Кравченко Н. Проблеми впровадження варіативної складової навчальної програми. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2012. № 9. С. 104–107.

URL: <https://sportpedagogy.org.ua/html/journal/2012-09/12soipvc.pdf>.

24. Hardman K., Routen A., Tones S. UNESCO-NWCPEA: world-wide survey of school physical education; final report. Paris, UNESCO, 2014.

25. Kwon S., Welch S., Mason M. Physical education environment and student physical activity levels in low-income communities. *BMC Public Health*. 2020. № 20. P. 147. DOI: <https://doi.org/10.1186/s12889-020-8278-8>.

26. OECD (2019). OECD Future of education 2030: Making Physical Education dynamic and Inclusive for 2030 – International Curriculum Analysis. URL: https://www.oecd.org/education/2030-project/contact/OECD_FUTURE_OF_EDUCATION_2030_MAKING_PHYSICAL_DYNAMIC_AND_INCLUSIVE_FOR_2030.pdf.

27. Vlack P., Bailey R., Vasickova J., Scheuer C. Physical education and health enhancing physical activity – a European perspective. *International Sports Studies*. 2021. № 43 (1). P. 36–51. DOI: [10.30819/iss.43-1.04](https://doi.org/10.30819/iss.43-1.04).

28. WHO. Global recommendations on physical activity for health. Switzerland, 2010. 60 p.

REFERENCES

1. Vakhniak V. Physical culture in the conditions of the New Ukrainian school. *Collection of Scientific Papers «SCIENTIA»*, (October 28, 2022; Kraków, Poland). 2022: 177–179. Retrieved from: <https://previous.scientia.report/index.php/archive/article/view/519>.

2. Vlasjuk O. Scientific-pedagogical foundations of the organization of independent physical exercise classes for children of primary school age: author's abstract. thesis ... candidate sciences in physics education and sports: special. 24.00.02 / LDIFK. Lviv, 2006. 20 p. Retrieved from: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/10177>.

3. Instructional and methodological recommendations for teaching subjects in general secondary education institutions in the 2023/2024 academic year. Educational branch “Physical culture”. Retrieved from: <https://www.schoolife.org.ua/wp-content/uploads/2023/09/Metodychni-rekomendatsiyi-shhodo-vykladannya-fizychnoyi-kultury-u-2023-2024-navchalnomu-rotsi.pdf>.

4. The concept of “New Ukrainian school” [Electronic resource]. 2016. Retrieved from: <http://osvita.ua/doc/files/news/520/52062/new-school.pdf>.

5. Kryvenko A., Zheliznyi M. Organizational and methodical aspects of the lesson (“Gymnastics” module) in primary school. *Visnyk Natsionalnoho universytetu «Chernihivskiy kolehium» imeni T. Shevchenka*. 2021, 12 (168): 117–121. (Serija: Pedahohichni nauky). Retrieved from: <https://dspace.chnpu.edu.ua>.

6. Krutsevich T., Marchenko O., Dedukh M. Modern approaches to the formation of individual physical culture of schoolchildren in the process of physical education. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu*. 2021, 2: 66–75. <https://doi.org/10.32652/tmfvs.2021.2.66-75>

7. Krutsevich T., Pangelova N., Moskalenko N. Physical education in educational institutions: current state and realities of today. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*. 2023, 1: 67–77. <http://dx.doi.org/10.32540/2071-1476-2023-1-067>.

8. Krutsevich T. The concept of improving physical culture programs in secondary schools. *Fizychno vykhovannia v suchasni shkoli*. 2012, 2 (78): 8–9.

9. Moskalenko N., Borysova Yu., Sydorchuk T., Lyadska O. Information technologies in physical education: teaching. manual. Dni-propetrovsk: Innovation, 2014. 127 p. Retrieved from: <http://infiz.dp.ua/misc-documents/repozit/AL-A3/A3-017-13.pdf>.

10. Moskalenko N., Polyakova A., Torbanyuk G. Integrated training in physical education of children of primary school age. *Visnyk Prykarpatskoho universytetu. Fizychna kultura*. 2019, 31: 90–97. <http://lib.pnu.edu.ua:8080/bitstream/123456789/8769/1/1543-%D0%A2%D0%B5%D0%BA%D1%81%D1%82%D1%81%D1%82%D0%B0%D1%82%D1%82%D1%96-3239-1-10-20191203.pdf>.

11. Moskalenko N., Sydorhuk T., Reshetylova V., Yakovenko A. Innovations in physical education in institutions of general secondary education: education manual. Dnipro: Innovation, 2022. 76 p.

12. Moskalenko N., Eliseeva D., Korzh N. Organization of independent classes in physical education of pupils and students: monograph. Dnipro: Innovation, 2017. 212 p.

13. Moskalenko N., Sydorhuk T., Reshetylova V., Mykhalenko Yu. Ways of improving physical education in general secondary education institutions. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*. 2023, 1: 102 – 111. <http://dx.doi.org/10.32540/2071-1476-2023-1-102>.

14. Moskalenko N., Sorokolit N., Turchuk I. Key competencies in physical education of schoolchildren within the framework of the “New Ukrainian School” reform. *Scientific journal of the NPU*

named after M. Drahomanova. Series 15, Scientific and pedagogical problems of physical culture (physical culture and sports). 2019, 5K (113): 223–228. Retrieved from: <http://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/24159>.

15. Pangelova N., Ruban V., Kyrychenko T. Pedagogical conditions for optimization of physical culture and health work with children 7-10 years old in rural school conditions. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*. 2019; (3): 137–148. Retrieved from: <http://infiz.dp.ua/misc-documents/2020-01/2020-01-39.pdf>.

16. Podgorna V., Drozdova K. Peculiarities of the activity of a physical culture teacher in the conditions of the new Ukrainian school. *Visnyk Natsionalnoho universytetu “Chernihivskiy kolehium” imeni T. Shevchenka. Seriya: pedahohichni nauky*. 2019, 1 (157): 147–151. <https://doi.org/10.5281/zenodo.2622476>.

17. On the approval of the Recommendations on the strategic development of physical education and sports training among school youth for the period until 2025: order of the Ministry of Education and Science of Ukraine No. 194 of February 15, 2021. Retrieved from: https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/80880.

18. Sorokolit N. Factors hindering the reform of physical education at the current stage. *Scien-*

tific discourse in physical education and sports. 2023, 2: 68–77. Retrieved from: <https://sportscience.ldufk.edu.ua/index.php/discourse/article/viewFile/1492/1454>.

19. Sorokolit N. Theoretical and methodological approaches to the transformation of physical education of students in institutions of general secondary education: thesis. ... doctor of science in physics education and sports: 24.00.02 / Lviv state. University of Physics cult. named after Ivan Bobersky. Lviv, 2023. 553 p. Retrieved from: <https://repository.ldufk.edu.ua/handle/34606048/34587?mode=full>.

20. Sorokolit N. Improvement of physical education of students of grades 5–9 with the use of variable modules of the curriculum: autoref. thesis ... candidate sciences in physics education and sports: 24.00.02 / Lviv State. University of Physics cult. Lviv, 2015. 20 p. Retrieved from: https://repository.ldufk.edu.ua/bitstream/34606048/2062/1/sorokolit_n_s.pdf.

21. Trachuk S., Krutsevich T., Mamedova I. Conditions for the implementation of a modular approach in physical education lessons in rural and urban institutions of general secondary education. *Sportyvnyi visnyk Prydniprovia*. 2022; 2: 101–109. Retrieved from: <http://infiz.dp.ua/misc-documents/2022-02/2022-02-12.pdf>.

22. Trachuk S., Dolzhenko L., Moldovskiy O. Physical fitness of student youth: analysis in today's dimension. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia i sportu*. 2022, 2: 44–48. <http://dx.doi.org/10.32652/tmfvs.2022.2.44-48>.

23. Shiyan O., Kravchenko N. Problems of implementation of the variable component of the educational program. *Pedahohika, psykhohihiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu*. 2012, 9: 104–107. Retrieved from: <https://sportpedagogy.org.ua/html/journal/2012-09/12soipvc.pdf>.

24. Hardman K., Routen A., Tones S. UNESCO-NWCPA: world-wide survey of school physical education; final report. Paris, UNESCO, 2014.

25. Kwon S., Welch S., Mason M. Physical education environment and student physical activity levels in low-income communities. *BMC Public Health*. 2020, 20: 147. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-8278-8>.

26. OECD (2019). OECD Future of education 2030: Making Physical Education dynamic and Inclusive for 2030 – International Curriculum Analysis. https://www.oecd.org/education/2030-project/contact/OECD_FUTURE_OF_EDUCATION_2030_MAKING_PHYSICAL_DYNAMIC_AND_INCLUSIVE_FOR_2030.pdf.

27. Vlcek P., Bailey R., Vasickova J., Scheuer C. Physical education and health enhancing physical activity – a European perspective. *International Sports Studies*. 2021, 43(1): 36–51. DOI: 10.30819/iss.43-1.04

28. WHO. Global recommendations on physical activity for health. Switzerland, 2010. 60 p.

ІНФОРМАЦІЯ ПРО АВТОРІВ

Москаленко Наталія Василівна <https://orcid.org/0000-0001-9162-5206>,
moskalenkonatali2016@gmail.com

Сидорчук Тетяна Валеріївна <https://orcid.org/0000-0001-7129-1616>,
sydorhuk1704@gmail.com

Кошелева Олена Олександрівна <https://orcid.org/0000-0002-9085-6800>,
koshelevaea@gmail.com

Демідова Оксана Миколаївна <https://orcid.org/0000-0002-8524-5095>,
dancesport.demidova@gmail.com

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту,
вул. Набережна Перемоги, 10, м. Дніпро, 49094, Україна

INFORMATION ABOUT THE AUTHORS

Moskalenko Natalia <https://orcid.org/0000-0001-9162-5206>,
moskalenkonatali2016@gmail.com

Sydorchuk Tetyana <https://orcid.org/0000-0001-7129-1616>,
sydorhuk1704@gmail.com

Kosheleva Olena <https://orcid.org/0000-0002-9085-6800>,
koshelevaea@gmail.com

Demidova Oksana <https://orcid.org/0000-0002-8524-5095>,
dancesport.demidova@gmail.com

Prydniprovs'k State Academy of Physical Culture and Sport,
Naberezhna Peremohy str., 10, Dnipro, 49094, Ukraine

Надійшла 05.02.2024