

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЧЕРНІВЕЦЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ ЮРІЯ ФЕДЬКОВИЧА**

**Факультет фізичної культури, спорту та реабілітації
кафедра теорії та методики фізичної культури**

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ ПЕДАГОГІЧНОГО МОНІТОРИНГУ
ЕФЕКТИВНОСТІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ
ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ**

Кваліфікаційна робота

Рівень вищої освіти – другий (магістерський)

Виконав:

Студент 2 курсу, 605 групи.

Спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура)

(шифр і назва спеціальності)

Рябий Віталій Михайлович

(прізвище та ініціали)

Керівник: канд. пед. наук, доцент Дарійчук С.В.

До захисту допущено

на засіданні кафедри

протокол №____ від _____ листопада 2024 р.

Зав. кафедрою _____ доцент Іван ВАСКАН

Чернівці – 2024

АНОТАЦІЯ

Рябий В. М. Актуальні проблеми педагогічного моніторингу ефективності фізичного виховання учнів початкової школи. Кваліфікаційна робота другого (магістерського) рівня вищої освіти за спеціальністю 014 «Середня освіта. (Фізична культура)». – Чернівецький національний університет імені Юрія Федьковича МОН України, Чернівці, 2024.

В кваліфікаційній роботі розглянута проблема моніторингу ефективності фізичного виховання учнів початкової школи в контексті вимог сучасних програм. Проаналізована сутність та структура моніторингу стану здоров'я школяра в системі фізичного виховання початкової школи, були проаналізовані ставлення до уроків, відвідування, участь, підготовленість до уроку, параметри пухової активності та рівень фізичної підготовленості. Крім того, був здійснений описовий моніторинг формування здоров'язбережувального середовища в самому закладі освіти шляхом опитування управлінської ланки закладу.

Ключові слова: алтимат фрізбі, антропометричні дані, захворювання, моніторинг, пошуковий проєкт, урок, фізична культура.

ABSTRACT

Ryabyi V. M. Current Issues of Pedagogical Monitoring of the Effectiveness of Physical Education in Primary School Students. Qualification work of the second (master's) level of higher education in the specialty 014 «Secondary education (Physical Culture)». – Yuriy Fedkovych Chernivtsi National University of the Ministry of Education and Science of Ukraine, Chernivtsi, 2024.

The qualification paper addresses the issue of monitoring the effectiveness of physical education for primary school students in the context of modern program requirements. The essence and structure of monitoring students' health status within the physical education system of primary schools were analyzed, focusing on attitudes toward lessons, attendance, participation, preparation for classes, physical activity parameters, and the level of physical fitness. Additionally, a descriptive monitoring of

the formation of a health-preserving environment in the educational institution was conducted through a survey of the school's management team.

Keywords: ultimate frisbee, anthropometric data, diseases, monitoring, exploratory project, lesson, physical education.

Keywords:

ЗМІСТ

ВСТУП.....	5
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ МОНІТОРИНГУ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЗАКЛАДУ ОСВІТИ.....	7
1.1. Моніторинг: зміст, принципи, індикатори (показники) та вимірники.....	7
1.2. Моніторинг стану здоров'я школяра в системі фізичного виховання початкової школи.....	15
1.3 Фізкультурна освітня галузь – Нова українська школа.....	21
РОЗДІЛ 2. МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ.....	31
2.1 Методи дослідження.....	31
2.2 Організація дослідження.....	36
РОЗДІЛ 3. ОБҐРУНТУВАННЯ ЕФЕКТИВНОСТІ ВИКОРИСТАННЯ ПЕДАГОГІЧНОГО МОНІТОРИНГУ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ.....	38
3.1 Характеристика педагогічного моніторингу фізичного виховання учнів початкової школи.....	38
3.2 Результати дослідження та обговорення результатів.....	44
ВИСНОВКИ.....	56
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	58
ДОДАТКИ.....	64

ВСТУП

Актуальність. Молодший шкільний вік є важливою частиною цілісного вітального циклу, в рамках якого відбувається формування фундаменту (основ) здоров'я учня. Фізичне виховання сприяє розвитку не тільки природних задатків, індивідуальних фізичних здібностей та психічної структури школяра, але й усвідомленню себе як неповторної індивідуальності в багатогранній культурі людини. І наскільки правильно та своєчасно буде вибраний шлях індивідуального розвитку учня, настільки успішними будуть педагогічні впливи, спрямовані на гармонійний розвиток особистості. Тому вирішення проблеми полягає в проведенні педагогічного моніторингу, який дає змогу здійснювати в процесі фізичного виховання постійне відслідковування динаміки фізичного, психічного та духовного стану учнів.

Під педагогічним моніторингом стану фізичного, психічного та духовного здоров'я учнів ми розуміємо «технологізовану систему заходів із безперервного науково-обґрунтованого спостереження, збору, обробки, систематизації за допомогою комп'ютерної програми даних, збереження в банку даних, наступного аналізу, поширення в вигляді інформації про стан фізичного виховання в школі як цілісної системи та про окремі її елементи». Моніторинг орієнтований на інформаційне забезпечення всіх суб'єктів навчання і виховання, прогноз індивідуального рівня гармонійного розвитку особистості, реалізацію педагогічних рішень і корекцію дій, спрямованих на підвищення ефективності фізкультурної діяльності учнів.

Мета дослідження: перевірити ефективність використання педагогічного моніторингу фізичного виховання учнів початкової школи.

Завдання дослідження:

- проаналізувати теоретико-методичні засади моніторингу здоров'язбережної діяльності сучасного закладу освіти;
- обґрунтувати структуру педагогічного моніторингу фізичного

виховання школярів, окреслити зміст та завдання;

- перевірити ефективність використання педагогічного моніторингу фізичного виховання учнів початкової школи в ході педагогічного експерименту.

Об'єкт дослідження – фізичне виховання учнів початкової школи.

Предмет дослідження – моніторинг ефективності фізичного виховання школярів.

Методи дослідження – теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури; педагогічне тестування, педагогічне спостереження, педагогічний експеримент; методи математичної статистики.

Гіпотеза. Передбачаємо, що виокремлені проблеми актуальні проблеми педагогічного моніторингу фізичного виховання учнів початкової школи дозволять підвищити ефективність даного процесу й вдосконалять його.

Теоретична значимість роботи полягає у пролонгації стратегічного вивчення проблеми визначення ефективності уроків фізичної культури в сучасній початковій освіті.

Практичне значення одержаних результатів полягає в тому, що

- виокремлено теоретико-методичні основи моніторингу здоров'язбережної діяльності закладу освіти сьогодення;
- акцентовано на змісті педагогічного моніторингу ефективності фізичного виховання учнів початкової школи;
- розроблено рекомендації щодо оптимізації визначення ефективності фізкультурно-оздоровчої роботи закладів загальної середньої освіти.

Апробація дослідження. Результати дослідження оприлюднено в збірнику матеріалів щорічної науково-практичної студентської конференції Чернівецького національного університету імені Юрія Федьковича (квітень 2024 р.) та виокремлено у Додатках.

Структура роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, додатків, списку використаних джерел – 50 найменування, з них – 9 іноземною мовою. Загальний обсяг – 75 сторінки, з них 58 основного тексту.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ МОНІТОРИНГУ ЗДОРОВ'ЯЗБЕРЕЖНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ЗАКЛАДУ ОСВІТИ

1.1 Моніторинг: зміст, принципи, індикатори (показники) та вимірники

На сьогодні відомі різні точки зору щодо трактування поняття «моніторинг». Термін «моніторинг» походить від латинського слова *monitor*, що означає «той, хто нагадує, спостерігає чи запобігає». Складність його визначення зумовлена тим, що воно охоплює як наукові, так і практичні аспекти. Моніторинг можна розглядати як метод дослідження реальності, а також як інструмент управління різними видами діяльності через надання своєчасної та високоякісної інформації. Загалом, під моніторингом розуміють систематичне спостереження за станом певного процесу або явища. Основна мета моніторингу – своєчасно виявляти зміни та коригувати стратегії чи заходи для досягнення поставлених цілей.

Науковці мають різні підходи до тлумачення поняття моніторингу, проте існує загальна сутність, спільна для всіх визначень. Моніторинг являє собою організовану форму збору, обробки й поширення інформації про діяльність педагогічної системи. Він забезпечує неперервне спостереження за її станом і прогнозує подальший розвиток цієї системи.

Моніторинг, відповідно до визначення А. Тайджмана та Т. Невілла Послвейта, є процесом систематичного збору інформації про ключові аспекти на різних рівнях – загальнодержавному, регіональному або локальному. Цей процес передбачає регулярне спостереження і аналіз даних, що дозволяє виявляти тенденції, проблеми та зміни в різних сферах діяльності. Завдяки моніторингу можна отримати чітке уявлення про стан справ і приймати обґрунтовані рішення на основі зібраної інформації.

Г. Єльнікова описує моніторинг як «сукупність процедур, які включають спостереження та поточну оцінку змін у керованому об'єкті, з метою направлення цих змін на досягнення визначених параметрів розвитку» [27]. У сфері освіти моніторинг виступає як важливий інструмент, що дозволяє контролювати якість навчального процесу. Він також допомагає виявляти проблеми і знаходити ефективні рішення для поліпшення освітніх результатів. Таким чином у сфері освіти моніторинг розглядається як:

- «інструмент управління якістю освіти (зокрема загальною середньою);
- інформаційна система;
- процедура збору даних про об'єкт» [28].

Головною метою системи моніторингу є забезпечення управлінської інформації, яка має бути надійною, актуальною та ґрунтовною. Ця інформація стосується поточного стану освітньої галузі та допомагає зрозуміти суть і причини проблем, що виникають у цій сфері. Крім того, система моніторингу аналізує ступінь впливу зовнішніх факторів на освітні процеси, а також оцінює ефективність прийняття управлінських рішень і реалізації освітніх реформ.

Т. Лукіна зазначає, що «основною метою моніторингу якості освіти є виявлення проблем, які існують у освітній галузі в цілому та в окремих навчальних закладах» [26]. Для досягнення цієї мети необхідно з'ясувати причини виникнення проблем і фактори, що на них впливають. Це здійснюється через систематичні дослідження різних елементів освітньої системи й об'єктів освітнього середовища. Додатково моніторинг включає фіксацію результатів управлінського впливу на систему освіти й відстеження змін, які відбуваються в результаті цих впливів.

Моніторинг у загальнонауковому контексті охоплює діяльність, що включає діагностику, контроль та прогнозування, які є ключовими елементами управлінської системи. Він виконує важливу роль у забезпеченні ефективного управління шляхом надання актуальної інформації. Основна сфера його практичного застосування полягає в інформаційному обслуговуванні

управлінських процесів у різних сферах, включаючи освіту. Це дозволяє організаціям оперативно реагувати на зміни й коригувати стратегії в залежності від потреб і викликів.

Моніторинг надає можливість систематично досліджувати різні процеси та їх об'єкти, щоб отримати надійну інформацію для ефективного управління середовищем, процесами та програмами розвитку. Він є невід'ємною частиною всіх функцій і етапів управління, що підкреслює його важливість у загальному управлінському процесі. Тому його основні характеристики можуть бути адекватно оцінені лише в контексті інших елементів управлінської діяльності.

Моніторинг проводиться регулярно або у визначені проміжки часу, щоб відстежувати динаміку змін у певних процесах чи явищах. Ця діяльність включає збір як кількісних, так і якісних даних, що можуть бути отримані шляхом вимірювань, спостережень, опитувань або аналізу звітів. Усі зібрані дані підлягають ретельному аналізу, щоб виявити тенденції, проблеми або відхилення від запланованих норм.

На основі результатів аналізу проводиться оцінка ефективності діяльності, а також прогресу в досягненні поставлених цілей. Дані, отримані в процесі моніторингу, стають основою для ухвалення управлінських рішень, коригування планів або вжиття заходів для поліпшення ситуації. Це забезпечує можливість адаптації до змін та підвищення ефективності управлінських практик.

Деякі автори [26; 29; 43] вважають моніторинг в освітній сфері систематичною процедурою збору даних про найважливіші фактори, що впливають на реалізацію освітнього процесу. Ця діяльність також служить для створення банку даних, в якому зберігаються результати проведених досліджень. Крім того, моніторинг у освіті розглядається як комплексна система постійних спостережень, оцінок і прогнозів змін у стані освітнього середовища. Він охоплює аналіз як зовнішніх, так і внутрішніх впливів на освітні процеси. Це дозволяє не тільки виявляти проблеми, а й адаптувати освітні стратегії для покращення якості навчання.

Моніторинг можна розглядати як стандартизоване спостереження за освітнім процесом і його результатами, що дає можливість відстежувати історію стану об'єкта протягом часу. Це дозволяє кількісно оцінювати зміни, що відбуваються у суб'єктах навчання та освітній системі, а також визначати і прогнозувати напрями їх подальшого розвитку.

Моніторинг можна визначити як стандартизоване спостереження за освітнім процесом і його результатами, котре допомагає формувати хронологію стану об'єкта в часі. Завдяки цьому процесу можна кількісно оцінити зміни, які відбуваються у суб'єктах навчання та в освітній системі. Крім того, моніторинг дозволяє визначати й прогнозувати напрями їх подальшого розвитку.

Моніторинг має суттєві відмінності від діагностики (оцінювання), оскільки є тривалим, безперервним і багаторівневим процесом. Ці два поняття відрізняються за своєю суттю і метою. Моніторинг зазвичай здійснюється як рутинне фіксування та систематизація інформації про діяльність у рамках певної програми. Це дозволяє постійно відстежувати зміни та динаміку в процесі. Натомість оцінювання проводиться лише час від часу і надає загальну характеристику результативності виконаних робіт за програмою в цілому. Таким чином, моніторинг забезпечує більш детальну й регулярну інформацію про процес, тоді як діагностика оцінює його результативність на певних етапах.

Моніторинг і діагностика взаємодоповнюють один одного, оскільки без моніторингу неможливо провести якісне оцінювання, при цьому моніторинг є необхідним, але недостатнім для оцінювання, яке передбачає додатковий збір даних, а результати оцінювання програми часто призводять до змін у планах роботи чи модифікацій процесу збору даних для цілей моніторингу.

Сьогодні можна з упевненістю стверджувати, що моніторинг застосовується в усіх галузях науки без винятків. Це свідчить про його універсальність і важливість для різних досліджень і практичних застосувань. Існує кілька загальних принципів проведення моніторингу, які були підтверджені на практиці:

- «цілісність»;

- оперативність;
- пріоритет управління;
- відповідність (цілей моніторингу засобам його організації);
- науковість;
- прогностичність (спрямованість на прогноз);
- несуперечність (валідизація здоровим глуздом);
- різноманітність» [15, с. 10].

Ці принципи допомагають забезпечити ефективність та надійність процесу моніторингу в різних сферах діяльності.

Класифікація моніторингів здійснюється з урахуванням кількох факторів, таких як сфера застосування та інструменти, використовувані для збору початкової інформації. Крім того, важливими аспектами є потенційні користувачі, засоби вимірювання, методи поширення інформації, а також терміни реалізації та обсяг охоплення. Ці критерії дозволяють детально аналізувати різні типи моніторингів та їх ефективність у різних контекстах.

Моніторинги можна класифікувати на чотири групи в залежності від способів збору інформації:

1. **Описові моніторинги:** До цієї групи належать різновиди, які фокусуються на описі об'єкта моніторингу без проведення вимірювань. Для цього використовуються технології структурування результатів, побудови схем і збору інформації. Приклади включають моніторинг засобів масової інформації, чинного законодавства й шкіл сприяння здоров'ю.

2. **Фізичні вимірювальні моніторинги:** У цій групі здійснюється безпосереднє фізичне вимірювання параметрів об'єкта. Сюди входять моніторинги податків, ринку продуктів, шуму, рівня моря, а також рівня фізичного здоров'я населення.

3. **Моніторинги за критеріями:** Для цієї групи характерно вимірювання параметрів об'єкта із використанням загальноприйнятих і чітко визначених

індикаторів або критеріїв. Наприклад, моніторинг якості води, повітря, серцевої діяльності.

4. Наукові моніторинги: Ця група характеризується проведенням вимірювань відповідно до певного наукового дослідження з використанням системи показників. Прикладами є соціально-політичний, санітарно-гігієнічний моніторинги, а також соціально-економічної ситуації і якості життя населення. Ця група пов'язана з складними соціальними вимірами, які важко розв'язувати.

Моніторинг освітніх систем відноситься до четвертої групи, що передбачає наукові дослідження з використанням системи показників. Однак це не виключає можливості проведення моніторингів, які належать до інших груп. Наприклад, в освітній сфері можна здійснювати моніторинг законодавчої бази, що належить до першої групи, або спостереження за розвитком матеріально-технічної бази в освіті, що може бути частиною другої чи третьої групи. Таким чином, різні аспекти освітнього процесу можуть охоплюватися різними типами моніторингів, залежно від специфіки інформації, яку потрібно отримати. Це дозволяє забезпечити комплексний підхід до аналізу та вдосконалення освітньої системи.

Деякі дослідники виділяють кілька ключових напрямків освітнього моніторингу [26; 39; 43]. До них належить моніторинг якості освіти, який дозволяє оцінити ефективність навчального процесу. Важливим також є моніторинг рівня соціалізації особистості, що дає змогу відстежувати, наскільки учні адаптовані до суспільства. Моніторинг інтересів учнів допомагає краще зрозуміти їхні захоплення та мотивацію до навчання, а моніторинг освітніх потреб учнів і місцевого суспільства дозволяє вчасно коригувати навчальні програми відповідно до запитів громади. Крім того, увага приділяється моніторингу рівня професіоналізму педагогічних кадрів та стану здоров'я учнів, що є важливими аспектами для забезпечення якісного освітнього середовища.

Отже, педагогічний моніторинг являє собою систему збору, обробки, аналізу та зберігання даних про діяльність освітньої системи у певному напрямку. Він дозволяє постійно відслідковувати стан педагогічного процесу,

що забезпечує можливість його корекції та покращення. Крім того, педагогічний моніторинг сприяє прогнозуванню розвитку освітньої системи, що допомагає своєчасно впроваджувати зміни для підвищення її ефективності.

«Індикатор – це міра, за допомогою якої можна продемонструвати зміни, що відбулися в певній ситуації, прогрес чи результати, досягнуті певними діями, проектом або програмою» [15, с. 14]. Індикатори є важливим інструментом для проведення моніторингу та оцінки результатів. Прямі індикатори безпосередньо відображають досягнення певних результатів і використовуються тоді, коли зміни в об'єкті можуть бути чітко зафіксовані спостерігачем. Наприклад, збільшення кількості дітей, які почали мити руки, зростання числа щеплених дітей або зменшення дитячої смертності є прикладами прямих індикаторів, що свідчать про ефективність програми чи проєкту. Ці показники допомагають точно виміряти вплив і успіх реалізованих заходів.

Непрямі індикатори, також відомі як індикатори-замінники, застосовуються для фіксації змін, які неможливо виміряти безпосередньо. Це відбувається у випадках, коли результати спостереження можна зафіксувати або оцінити лише побічно, оскільки пряме вимірювання є занадто складним або дорогим. Непрямі індикатори використовуються також тоді, коли результат стає очевидним тільки через значний період часу. Таким чином, вони дозволяють оцінювати прогрес або вплив за допомогою опосередкованих ознак, які відображають загальний стан або тенденції.

Індикатори можна поділити на два основні типи:

Кількісні індикатори – вони мають числове вираження та відображаються через показники, як-от число, частота, відсоток чи частка. Наприклад, кількість учасників, процент дітей, які досягли певних результатів.

Якісні індикатори – це судження та сприйняття людей, які не мають числового вираження. Вони описуються такими характеристиками, як наявність, відповідність, якість, рівень задоволеності, обізнаність тощо. Наприклад, ставлення зацікавлених сторін, рівень задоволення, зміни в поведінці.

Важливо розрізняти індикатори якості життя (які можуть включати здоров'я, освіту, зайнятість), оскільки вони можуть містити як кількісні, так і якісні компоненти, незважаючи на наявність слова «якість» в їх назві.

У практичному застосуванні важливо підтримувати баланс між кількісними та якісними індикаторами. У деяких випадках якісні індикатори можна виявити через аналіз кількісних даних, або ж комбінація кількісних індикаторів допомагає скласти цілісну кількісну картину процесу.

При виборі індикаторів використовуються кілька важливих критеріїв:

- «відповідність – чи дозволяє індикатор виміряти прогрес щодо виконання окремих етапів і досягнення результатів програми?
- чутливість – чи є індикатор чутливий до можливих змін?
- доступність – наскільки доступною є інформація, наскільки складно її збирати?
- надійність – чи будуть дані, необхідні для індикаторів, надійними протягом тривалого часу?
- простота – чи складно буде вирахувати величину індикатора?
- об'єктивність – чи зможуть всі, хто буде ознайомлюватися з даними, зробити той самий висновок?
- ощадливість – чи будуть витрати на отримання інформації співмірними з користю від моніторингу?
- представництво – чи дозволить індикатор оцінити окремо різні вікові групи тощо?» [15].

Наявність критеріїв дозволяє забезпечити об'єктивне та всебічне оцінювання, яке сприяє ефективному управлінню процесами. Завдяки правильному поєднанню кількісних та якісних показників можна отримати глибше розуміння процесу та його розвитку, що є ключем до ефективного управління й оцінювання результатів діяльності.

Вимірники – це інструменти, які використовуються для оцінки певного показника, наприклад, запитання та відповідні до них відповіді в анкеті. Вони

можуть бути як кількісними, так і якісними, залежно від типу індикатора. Кількісні вимірники зазвичай включають числові дані, тоді як якісні вимірники фокусуються на суб'єктивних оцінках, судженнях і сприйняттях.

Крім того, для одного показника може бути кілька різних вимірників, кожен з яких оцінює певний аспект. Підсумкова оцінка зазвичай складається на основі обчислення загального результату за всіма вимірниками. Це дозволяє отримати більш точну та повну картину досліджуваного явища або процесу, враховуючи різні підходи до його вимірювання.

Завдяки проведенню моніторингу стає можливим розробити комплекс показників, що дають цілісне уявлення про стан освітньої системи, а також про кількісні та якісні зміни в ній. Ці показники забезпечують інформаційну базу для аналізу, прогнозування розвитку та ухвалення ефективних управлінських рішень. Моніторинг не тільки фіксує ризики чи небезпеки, але й допомагає попереджати їх до того, як вони стануть незворотними. Такий підхід дозволяє своєчасно контролювати процеси, оперативно виявляти проблеми та ризики, а також вчасно вносити корективи в управлінські рішення. Як результат, це сприяє підвищенню ефективності управління в різних сферах діяльності.

1.2 Моніторинг стану здоров'я школяра в системі фізичного виховання початкової школи

На здоров'я дитячого організму впливають різні фактори, і розуміння та контроль за ними дозволяють зменшити їхній негативний вплив. Важливою умовою ефективного фізичного виховання в початковій школі є системне управління процесом з урахуванням індивідуальних особливостей кожної дитини. Особистісно орієнтовані технології допомагають вирішувати завдання з формування фізичної культури та здорового способу життя у молодших школярів. Важливим елементом цих технологій є постійний моніторинг

показників фізичного розвитку учнів, який здійснюється педагогом на всіх етапах навчального процесу.

Система моніторингу фізичного розвитку учнів застосовує сучасні методи, тести та діагностичні процедури для оцінки фізичного стану дітей. Хоча сучасні інформаційні технології активно інтегруються в систему фізичного виховання, проблема контролю фізичного розвитку молодших школярів залишається значною мірою нерозв'язаною. Це включає в себе відсутність індивідуального підходу до гармонійного розвитку учнів, що є критично важливим на цьому етапі їхнього життя. Тому існує потреба у впровадженні більш ефективних інструментів і методик для забезпечення всебічного розвитку дітей у навчальному процесі.

Моніторинг оздоровчої функції освіти передбачає не лише діагностику стану здоров'я дітей, а також тривале спостереження за процесами формування і збереження здоров'я в освітньому середовищі. Важливою метою є забезпечення такого навчального процесу, який не завдає шкоди здоров'ю учнів. Це включає системний підхід до шкільного життя, який охоплює всі рівні – від управління освітніми процесами до підтримки гармонійних стосунків у класі та взаємодії з суспільством. Окрему увагу варто приділяти вихованню в учнів відповідального ставлення до свого здоров'я та його зміцнення.

Моніторинг у цьому контексті можна трактувати як комплекс діагностичних досліджень, які проводяться протягом довгого періоду, дозволяючи виявити як позитивні, так і негативні фактори, що впливають на результати діяльності закладу у напрямку збереження здоров'я. Він дає можливість не лише контролювати стан здоров'я учнів, педагогічного колективу та персоналу, а й оцінювати вплив освітнього середовища на формування здоров'язбережувальних практик. Крім того, моніторинг забезпечує аналіз ефективності використання здоров'язбережувальних ресурсів і дозволяє порівнювати показники за різними методами, такими як соціометрія, анонімні тести й анкетування. Це також допомагає виявляти результативність діяльності Школи сприяння здоров'ю, порівнюючи дані за результатами опитувань серед

учнів, батьків і вчителів. Зрештою, моніторинг дозволяє фіксувати досягнуті результати від впровадження відповідних технологій у навчальному процесі.

Щороку зростає кількість закладів загальної середньої освіти, які через створення «шкіл здоров'я» здійснюють реєстрацію та оцінку різних показників здоров'я учнів у системі фізичного виховання. Такі школи найчастіше організовуються на базі початкових класів, оскільки в молодшому шкільному віці відбувається активний розвиток і становлення основних функцій та систем організму. Цей сенситивний період є ключовим для закладання міцного фундаменту фізичного розвитку та здоров'я дитини.

Моніторингові дослідження в закладах загальної середньої освіти, зокрема в тих, які мають статус Школи сприяння здоров'ю, дозволяють оцінити ефективність використання ресурсів для збереження здоров'я учнів і педагогічного колективу. Такі дослідження допомагають виявити, наскільки успішно впроваджуються здоров'язбережувальні заходи та технології в освітній процес. Крім того, моніторинг забезпечує можливість аналізу умов, створених для формування здорового освітнього середовища, і виявлення потенційних проблем. Це дозволяє своєчасно коригувати оздоровчі програми та поліпшувати умови для збереження здоров'я в закладі освіти.

В останні роки в українських школах приділяється значна увага діяльності, спрямованій на збереження та зміцнення здоров'я учнів, зокрема через активне впровадження здоров'язбережувальних технологій. Однак для того, щоб оцінити реальні результати цієї роботи, необхідно проводити систематичний моніторинг. Без належного моніторингу неможливо точно визначити ефективність заходів, що впроваджуються для підтримки здоров'я школярів.

Моніторинг діяльності закладу освіти, спрямованої на збереження здоров'я, є ключовим інструментом для аналізу напрямів, показників і процесів освітньої системи, що впливають на створення здоров'язбережувального середовища та зміцнення здоров'я учасників освітнього процесу. Цей моніторинг надає точну інформацію про ефективність рішень, які приймаються, і їхній вплив на здоров'я учнів і персоналу.

Важливим аспектом є також залучення батьків і старших членів родини до моніторингового процесу, що підвищує усвідомленість сім'ї щодо здоров'я. Це сприяє формуванню позитивного ставлення до здорового способу життя на рівні родинної культури. Таким чином, моніторинг допомагає не лише школі, але й суспільству в цілому, впливаючи на збереження та зміцнення здоров'я молодого покоління.

Отже, моніторинг здоров'яспрямованої діяльності закладів освіти є ключовим елементом комплексного процесу, який охоплює різні рівні та сфери. Його метою є не лише вивчення параметрів здоров'я учасників навчального процесу, але й розробка заходів для його збереження та покращення. Завдяки цьому моніторингу можна вчасно виявити потенційні ризики та впроваджувати корекційні дії для підтримки здорового освітнього середовища. Він допомагає забезпечити гармонійний розвиток учнів, сприяючи їхньому фізичному та емоційному благополуччю.

Однією з найбільш ефективних і практично застосовних концепцій зміцнення здоров'я школярів вважається концепція, розроблена О. Сухарєвим. Основні напрямки її успішної реалізації включають впровадження здоров'язбережувальних технологій у процес виховання і навчання, створення належних санітарно-гігієнічних умов у школі, що сприяють збереженню здоров'я учнів. Крім того, концепція передбачає формування у дітей позитивної мотивації до ведення здорового способу життя та активну організацію профілактичної роботи щодо захворювань. Важливою частиною концепції також є корекція функціонального стану організму дітей безпосередньо в межах освітнього закладу, що дозволяє вчасно виявляти і усувати відхилення у стані здоров'я школярів.

У Концепції загальної середньої освіти акцентується увага на необхідності забезпечення ефективного процесу збереження, зміцнення та формування здоров'я учнів. Для цього важливо щорічно оцінювати індивідуальний рівень здоров'я кожного учня, що дозволяє виявити його потреби та проблеми. Крім того, на основі цих даних має бути організована підтримка, яка сприятиме

дотриманню відповідного рівня фізичного розвитку і підготовленості. Такий підхід забезпечить більш цілеспрямовану роботу з формування здорового способу життя в учнів.

Фізична активність людини визначається як «рухова діяльність, яка має на меті збереження і зміцнення здоров'я, а також розвиток фізичного потенціалу» [9]. Вона сприяє досягненню фізичної досконалості, що дозволяє ефективно реалізувати свої природні задатки. При цьому важливо враховувати особистісну структуру мотиваційних установок, оскільки вони значною мірою впливають на рівень активності. Соціальні потреби також відіграють важливу роль у формуванні фізичної активності, оскільки людина прагне задовольнити їх через участь у різних фізичних активностях.

Педагогічний моніторинг фізичного розвитку учнів є комплексом організаційних заходів, спрямованих на безперервне та науково обґрунтоване спостереження за фізичними показниками дітей. Ця система включає в себе збір, обробку, систематизацію і збереження даних, які відображають стан фізичного розвитку учнів. Зібрані дані використовуються для детального аналізу інформації, що стосується фізичних показників учнів. Мета моніторингу полягає в оцінці фізичного розвитку та вдосконаленні методів управління системою фізичного виховання в початковій школі. Таким чином, педагогічний моніторинг забезпечує основу для ефективного планування та корекції навчальних процесів у сфері фізичної освіти.

Моніторинг має на меті забезпечити інформаційними даними всіх учасників навчально-виховного процесу. Він сприяє прогнозуванню індивідуального рівня гармонійного розвитку особистості учнів. Додатково моніторинг забезпечує реалізацію педагогічних рішень і корекцію дій, що орієнтовані на підвищення ефективності управління системою фізичного виховання в початковій школі. Таким чином, моніторинг є ключовим інструментом для оптимізації навчального процесу та розвитку фізичних здібностей дітей.

При проведенні моніторингу стану здоров'я необхідно враховувати всі його складові, включаючи фізичне, соматичне, психічне, духовне та соціальне здоров'я. Важливо формулювати висновки про індивідуальний рівень здоров'я як на початку, так і в кінці навчального року. На основі отриманих даних учні разом із вчителями й медичними працівниками розробляють індивідуальні програми для самовдосконалення та фізичного розвитку. Для ефективного контролю за виконанням цих програм рекомендується проводити поетапний аналіз індивідуального здоров'я учнів. Це дозволяє виявити і ліквідувати найслабші ланки у їхньому здоров'ї. Крім того, така система моніторингу може допомогти в корекції шкідливих звичок, що виникають у процесі навчання.

Моніторингове дослідження фокусується на аналізі фізичного розвитку учнів і здійснюється за допомогою діагностичних методів:

«1) стану здоров'я учнів за медичними картками, пропусків занять через хворобу;

2) щомісячних вимірювань параметрів фізичного розвитку, рухової активності, функціональних можливостей серцево-судинної та дихальної систем, постави (методика проф. О. Дубогай);

3) рівня фізичної підготовленості (державні тести, які проводяться два рази на рік)» [28].

Зібраний банк даних надає вчителю фізичної культури детальну інформацію про фізичний розвиток, стан здоров'я, рівень рухової активності та фізичну підготовку кожного учня. Ці відомості дозволяють педагогу індивідуально підходити до організації занять і коригувати програму фізичного виховання відповідно до потреб учнів. Завдяки такому підходу вчитель може забезпечити оптимальні умови для фізичного розвитку та підтримки здоров'я школярів.

Отже, моніторинг стану здоров'я школяра в системі фізичного виховання початкової школи є важливою частиною процесу виховання і розвитку дітей. Ця система включає безперервний збір, обробку та аналіз даних про фізичний розвиток і здоров'я учнів з метою їх подальшого вдосконалення та підтримки.

Моніторинг дає змогу вчасно виявити можливі проблеми зі здоров'ям, вжити коригувальних заходів та відстежувати прогрес у фізичному розвитку дитини.

У межах моніторингу враховуються різні аспекти здоров'я: фізичний стан, соматичне здоров'я, психічний баланс і соціальна адаптація школярів. На основі отриманих результатів вчителі та медичний персонал можуть індивідуалізувати фізичне навантаження для кожного учня, розробляти корекційні програми для усунення виявлених проблем або для подальшого розвитку сильних сторін дитини.

Ця система не лише допомагає у підтриманні фізичного здоров'я учнів, а й формує свідоме ставлення до свого здоров'я, мотивацію до активного і здорового способу життя.

1.3 Фізкультурна освітня галузь – Нова українська школа

Фізичне виховання в школах України є цілеспрямованим соціально-педагогічним процесом, який має на меті зміцнення здоров'я, розвиток рухових навичок і досягнення фізичної досконалості серед учнівської молоді [29; 30]. Головною формою організації фізичної активності в школі є урок, і для багатьох дітей це єдина можливість отримати систематичне фізичне виховання. Ці уроки мають важливу роль, оскільки впливають не лише на покращення здоров'я, але й на формування життєво необхідних цінностей, рухових умінь і навичок. Вони також підвищують рівень фізичної активності та підготовленості учнів, готуючи їх до навчальних і повсякденних викликів.

Одним із ефективних шляхів вирішення проблем шкільної фізкультурної освіти в Україні є вивчення багаторічного досвіду українських і зарубіжних науковців і вчителів щодо організації фізичного виховання. Цей досвід може стати основою для цілеспрямованого використання резервних можливостей учнів, особливо під час дистанційного та змішаного навчання. Упровадження

цих напрацювань дозволить забезпечити кращу адаптацію фізичної активності школярів в умовах нових освітніх форматів.

Реформа української освіти та створення Нової української школи (НУШ) супроводжуються суттєвими змінами в усіх аспектах навчального процесу. Це реформування відповідає на зростаючий суспільний запит на виховання соціально активних, творчих особистостей, здатних до самостійного прийняття рішень. Окрім цього, значна увага приділяється формуванню відповідальності за власні дії та їх реалізацію.

Реформа «Нова українська школа» спрямована на докорінну зміну відношення до освітнього процесу з боку учнів, вчителів та батьків. Вона впроваджує нові підходи до навчання та виховання, що формують більш сучасне та інтерактивне середовище для здобувачів освіти. За даними Міністерства освіти і науки України, ця реформа має перетворити школи на місця нових можливостей, де панують позитивні відносини і взаєморозуміння між усіма учасниками освітнього процесу.

Основними засадами освітнього процесу в Новій українській школі є співпраця між учнем і вчителем, що реалізується через принципи дитиноцентризму та педагогіки партнерства. Ці принципи передбачають, що у центрі навчання знаходиться дитина з урахуванням її індивідуальних особливостей, інтересів та мотивації. Такий підхід робить освітній процес більш персоналізованим, орієнтованим на потреби кожного учня і створює умови для ефективного навчання та всебічного розвитку.

Одним із ключових аспектів освіти в Новій українській школі є розвиток у дітей критичного мислення, самоповаги та впевненості в собі. Школа спрямована на формування учнів, які творчо підходять до здобуття знань, замість простої репродукції інформації, що допомагає їм стати активними учасниками навчального процесу.

Основним інструментом навчання є ситуативні завдання, які підбираються відповідно до теми, змісту уроку, його етапу та рівня підготовленості учнів. Такий підхід дозволяє адаптувати матеріал до конкретних умов і потреб класу.

Для проведення уроків рекомендується використовувати комунікативно-діяльнісний підхід, який сприяє інтерактивній взаємодії та засвоєнню як теоретичних, так і практичних знань і навичок. Окрім цього, він допомагає учням розвивати здатність орієнтуватися в різних видах діяльності, що розширює їхні можливості в навчанні та житті.

У навчальному процесі значно зростає використання ігрових методів, оскільки гра є основним способом навчання для дітей. Через ігрові моменти на уроках учні вчаться спілкуватися, приймати рішення та розв'язувати спірні питання. Гра допомагає дітям опанувати вміння вигравати, програвати, знаходити спільну мову та конструктивно вирішувати конфлікти. Роль вчителя у цьому процесі надзвичайно важлива, адже саме він моделює певні ситуації, пояснює, показує і спрямовує учнів до пошуку вирішень. Таким чином, учні навчаються не тільки через спостереження, а й активно долучаються до процесу пошуку рішень.

Державний стандарт початкової освіти (2018) подає визначення мети фізкультурної освіти: «формування соціальної та інших ключових компетентностей, стійкої мотивації здобувачів освіти до занять фізичною культурою та спортом для забезпечення гармонійного фізичного розвитку, підвищення функціональних можливостей організму, удосконалення життєво необхідних рухових умінь і навичок» [11].

Сучасні діти ведуть малорухливий спосіб життя, менше беруть участь у рухливих іграх через залежність від гаджетів, а також через зменшення кількості доступних місць для таких ігор. Батьки та педагоги дедалі більше турбуються про те, де, коли та як створити можливості для активної й творчої гри дітей. Для підтримання інтересу до таких ігор, діти повинні з ними ознайомитися, і роль педагога полягає в тому, щоб допомогти їм у цьому. Тому фізична культура стає важливою складовою всебічного гармонійного розвитку дитини. Вона також сприяє зміцненню сімейних стосунків через спільні активності.

Метою навчання фізичної культури в молодших класах є забезпечення всебічного фізичного розвитку учнів через різноманітні фізичні вправи та ігрову

діяльність. Це включає формування ключових компетентностей у сфері фізичної культури, а також позитивного ставлення до спорту та оздоровчих занять. Окрім того, навчання спрямоване на виховання фізично загартованих та патріотичних громадян України, які цінують важливість активного способу життя.

Розроблена модель фізичного виховання в рамках концепції НУШ повністю відповідає європейським стандартам якості освіти в цій галузі. Вона є однією з рекомендованих складових Глобального плану ВООЗ щодо підвищення рівня фізичної активності серед населення на 2018–2030 роки. Уніфікована модель охоплює різні етапи розвитку дитячого організму, враховуючи функціональні можливості систем організму учнів. Вона також пропонує сучасні підходи до процесу фізичного виховання, які сприяють покращенню здоров'я та фізичної підготовленості дітей. Крім того, модель передбачає використання нових методів і засобів для залучення учнів до активної участі в фізичній культурі [10].

У межах концепції НУШ акцент робиться на зміцненні та збереженні здоров'я дітей шкільного віку, що передбачає їх всебічний розвиток, у тому числі фізичний. Для підвищення ефективності фізичного виховання програми фізичної культури розробляються з урахуванням вікових особливостей і можливостей дітей. Це дозволяє адаптувати навчальний процес до потреб учнів, забезпечуючи їх активність та здоров'я.

Навчальний процес у межах концепції НУШ спрямований на розвиток природних здібностей, інтересів і талантів учнів. Він також передбачає формування компетентностей, які потрібні для соціалізації та активної участі в житті суспільства.

Однією з ключових складових освітньої моделі НУШ є фізичне виховання, яке націлене на підвищення рівня фізичної активності дітей шкільного віку. Концепція НУШ передбачає впровадження нових методів і підходів до фізичного виховання в закладах загальної середньої освіти. У рамках цієї моделі фізичне виховання стало важливим елементом навчального процесу, що акцентує увагу на розвитку фізичних здібностей учнів. Основна ідея полягає в

тому, щоб фізичне виховання не лише входило до загальної освітньої програми, а стало окремим напрямом, який сприяє вихованню здорового способу життя у дітей.

У межах концепції НУШ особлива увага приділяється розвитку фізичної культури та спорту серед учнів. Це викликано тим, що фізична активність має істотний вплив на здоров'я дітей та їх загальний розвиток. Одним із ключових завдань фізичної культури в НУШ є виховання у дітей здорового способу життя. Важливо також сформувати у школярів стійку потребу у фізичній активності. Як результат, це призводить до значного збільшення обсягу фізичної активності серед населення в цілому.

У межах концепції НУШ предмет «Фізична культура» впроваджується відповідно до вимог модельної навчальної програми. Ця програма реалізує ключові компетентності, ціннісні орієнтири, наскрізні вміння учнів через фізичне виховання. Вона організована за модульною системою і включає інваріантний модуль, який є обов'язковим й охоплює теоретико-методичні знання і загальну фізичну підготовку, а також 60 варіативних модулів. Важливим аспектом є зміст варіативної частини, яка формується школою самостійно.

Заклад освіти повинен обрати від 12 до 16 варіативних модулів з рекомендованого списку. Кожна програма цих модулів повинна містити методичні рекомендації для забезпечення наскрізного розвитку фізичних якостей під час її вивчення. Велика кількість запропонованих модулів навчальної програми ставить перед освітніми закладами питання про те, як якісно сформувати зміст варіативної частини уроку. Це рішення повинно ухвалюватися навчальним закладом самостійно. Програма кожного модуля повинна включати методичні рекомендації щодо засобів удосконалення фізичних здібностей під час його вивчення. Перевагою цієї програми є те, що вона логічно продовжує попередню навчальну програму, базуючись на принципі варіативності та розділяючи зміст на інваріантну й варіативну частини. Це, у свою чергу, полегшує сприйняття програми в освітньому процесі для вчителів.

Модельна навчальна програма з фізичної культури включає 60 варіативних модулів. Значна частина з них є новими в контексті фізичного виховання і вимагає додаткового навчання вчителів, а також оновлення застарілої матеріально-технічної бази шкіл. Це, у свою чергу, створює труднощі для ефективного впровадження концепції НУШ у фізичне виховання.

На початку кожної чверті учні мають можливість обрати 3–4 модулі з запропонованого списку, при цьому кожного разу вони повинні вибирати нові. Наприкінці навчального періоду, для закріплення і вдосконалення отриманих знань і навичок, в школі організовуються різні спортивні заходи, такі як змагання, ігри, челенджі та квести. Ці заходи не лише сприяють активному відпочинку, але й допомагають учням застосувати свої навички на практиці. Важливо залучати батьків до участі в таких заходах, щоб вони могли стати активними глядачами або учасниками, що створює додаткову мотивацію для дітей.

Згідно з новою навчальною програмою, контрольні нормативи не будуть вводитися. Натомість передбачено проведення тестування для оцінки рівня розвитку фізичних якостей учнів. Це тестування дозволяє відстежувати динаміку розвитку, а також перевіряти, чи правильно та змістовно підібрано навчальний та методичний матеріал для обраних варіативних модулів. Щоб отримати точні результати та оцінити прогрес учнів, рекомендується проводити такі тестування 3-4 рази протягом навчального року.

Учителі відіграють ключову роль у успішності занять фізичною культурою. Однак їм часто складно знайти ефективну модель викладання, яка забезпечує баланс між спортивною підготовкою та розвагами, такими як рухливі ігри. На думку О. Аксьонової, «багато вчителів не готові вдосконалювати свої педагогічні навички і продовжують користуватися застарілими методиками, які не сприяють розвитку дитячої ініціативи. Це призводить до створення штучних бар'єрів, використання стресових методів, які не розкривають потенціал дітей. Уроки фізичної культури часто не включають кардіотренування, не тренується витривалість, а в молодшій школі рідко застосовується ігровий метод, внаслідок

чого учні виконують стереотипні і примітивні вправи під керівництвом вчителя» [2, с. 29–34].

Учителю фізичної культури важливо адаптувати практичні завдання для учнів, враховуючи їх стан здоров'я, що визначається медичними групами, а також природні особливості, такі як спадкові фізичні можливості та вікові характеристики. Крім того, потрібно враховувати фізіологічні конституційні типи дітей, згідно з класифікацією В. Стефко й А. Островського, яка включає торакальний, астеноїдний, м'язовий, абдомінальний, дигестивний і невизначений типи. Важливо, щоб особистісний розвиток дітей здійснювався через набуття ними рухового досвіду та компетентностей. Це включає життєві навички, практичні вміння, самостійність, допитливість, наскрізні знання, світоглядні орієнтири, а також емоційно-вольові й фізичні якості.

Розвиток базових і спеціальних компетентностей учителів фізичної культури є важливим елементом успішного фізичного виховання дітей. Це включає історично-педагогічні, професійно-педагогічні, психолого-педагогічні, мовно-комунікативні, анатоμο-фізіологічні, соціально-громадянські, загальнокультурні та комунікаційні компетентності. Педагог повинен дотримуватися правил і норм комунікації, які базуються на принципах партнерства.

Під час навчання вчителю слід враховувати сенситивні періоди у фізичному навантаженні, а також психічний розвиток, інтелектуальні та фізичні можливості учнів. Тому на уроках важливо звертати увагу на розвиток продуктивних видів мислення, таких як критичне, аналітичне та логічно-дискурсивне. Крім того, необхідно формувати ключові та предметні компетентності, забезпечуючи послідовно-логічне засвоєння навчального матеріалу через власні вольові рішення дітей. Вольові рішення грають важливу роль у формуванні якісного мислення, що допоможе учням виробити стійкі та усвідомлені дії. Це, у свою чергу, дозволить їм ефективно керувати своїми рухами та вміннями під час їх реалізації.

Парадигма навчання НУШ базується на принципах дитиноцентризму, безпеки, емпатії, доступності та гендерної рівності. Важливо пропонувати учням початкових класів види діяльності, які відповідають їх природним інтересам, поступово переходячи від ігрових форм до навчальних. Це передбачає фокус на корисних освітніх, оздоровчих та пізнавально-розвивальних завданнях, які викликають позитивні емоції у дітей і сприяють формуванню активної участі в психомоторній діяльності.

За необхідності вчитель може створювати індивідуальні програми для учнів, в яких окреслює освітньо-оздоровчу траєкторію їх фізичного розвитку. Він також має визначити темп навчання, заохочувати учнів і спрямовувати їх на досягнення особистих цілей.

Активізація та зацікавленість учнів початкових класів на уроках фізичної культури можуть бути досягнуті через активну діяльність вчителів методичного об'єднання фізичного виховання закладу загальної середньої освіти. Ці вчителі повинні розробляти індивідуальні або співавторські навчальні програми, орієнтуючись на запити здобувачів освіти.

Серед численних засобів фізичного виховання важливу роль відіграють рухливі ігри, які сприяють досягненню навчально-оздоровчих цілей. Використання ігрових технологій у молодшій школі дозволяє організувати захопливі й змістовні уроки, що допомагає уникнути одноманітності. Це також підвищує ефективність навчального процесу та стимулює учнів до самостійних занять фізичними вправами.

Ми підтримуємо думку педагогів про те, що рухливі ігри, які є основною формою діяльності на уроках фізичної культури в молодшій школі, слід проводити з додатковим інтелектуальним навантаженням. Це дозволяє не лише активно провести урок, а й сприяти розумовому розвитку дітей. Наприклад, з учнями першого класу можна організувати гру «Перейди по камінчику через річку». Для цього вчитель розставляє кілька обручів на невеликій відстані, а учні виконують завдання, роблячи маленькі кроки від одного обруча до іншого, при цьому називаючи слова та ділячи їх на склади (наприклад, бе-ре-за, ко-за, со-ва,).

Ця гра сприяє як активній діяльності учнів, так і розвитку їх мовлення для кращого засвоєння грамоти [8, с. 23–29].

Для успішного здійснення навчально-виховного процесу з фізичної культури важливо дотримуватися основних дидактичних принципів навчання, таких як наочність, систематичність і послідовність, свідомість й активність, доступність та індивідуалізація, а також міцність і науковість. Творче застосування цих принципів на уроках фізичної культури потребує використання відповідних методів навчання. Ураховуючи психологічні особливості молодших школярів, уроки фізичної культури мають викликати позитивні емоції у дітей. Для досягнення цієї мети доцільно творчо впроваджувати ігрові методи, музичний супровід і сучасні комп'ютерні технології.

Концептуальні засади НУШ, яка вже перейшла на етап базової освіти, значно розширюють можливості для учнівських активностей на уроках фізичної культури. У цій концепції фізична культура отримує окреме місце, що підкреслює її важливість у загальному розвитку учнів. Основна мета полягає в інтеграції ключових цінностей фізичної культури в ширший контекст культури особистості. Це передбачає створення сучасного фізичного та психосоціального середовища в навчальних закладах. У результаті, акцент робиться на формуванні ключових компетентностей, необхідних для випускників української школи.

Отже, фізкультурна освіта в концепції НУШ займає важливе місце в загальному освітньому процесі та має на меті всебічний розвиток учнів. Основні принципи, на яких базується фізкультурна освіта в НУШ, включають:

– *Дитиноцентризм*: Фізкультурна освіта орієнтується на потреби та інтереси учнів. Це означає, що активності та методи навчання мають бути цікавими та зрозумілими для дітей, що сприяє їх залученню в процес навчання.

– *Цінність фізичної активності*: Концепція підкреслює важливість фізичної активності не лише для фізичного, а й для психічного та соціального розвитку учнів. Фізична культура сприяє формуванню здорового способу життя та активної життєвої позиції.

– *Компетентнісний підхід*: У навчальному процесі акцентується на розвитку ключових компетентностей, які учні повинні здобути через заняття фізичною культурою. Це включає навички командної роботи, відповідальності, лідерства, а також здатність до критичного мислення.

– *Інтеграція з іншими навчальними предметами*: Фізкультурна освіта не існує ізольовано, вона інтегрується з іншими предметами та дисциплінами, що допомагає учням зрозуміти важливість фізичної активності в повсякденному житті.

– *Інноваційні методи та технології*: Уроки фізичної культури в НУШ передбачають використання сучасних технологій, інтерактивних методів навчання, ігрових та діяльнісних підходів. Це робить заняття більш цікавими та ефективними.

– *Оцінювання*: У концепції НУШ акцентується на формувальному оцінюванні, що дозволяє вчителям аналізувати прогрес учнів і надавати їм зворотний зв'язок щодо їх розвитку в галузі фізичної культури.

Фізкультурна освіта в НУШ спрямована на формування фізично активної, здорової та соціально відповідальної особистості, готової до активної участі в суспільному житті.

РОЗДІЛ 2

МЕТОДИ ТА ОРГАНІЗАЦІЯ ДОСЛІДЖЕННЯ

2.1 Методи дослідження

Для вирішення поставлених вище завдань були використані наступні методи:

1. Аналіз та вивчення науково-методичної літератури.
2. Педагогічне спостереження.
3. Педагогічний експеримент.
4. Методи математичної статистики.

Аналіз та вивчення науково-методичної літератури. Джерела, що були використані для реалізації завдань дослідження були розділені нами на 4 групи. Перша об'єднала праці щодо проблем формування здорового способу життя: навчальні посібники (Т. Андріученко, О. Вакуленко, В. Волков, Н. Дзюба, В. Коляда, Н. Комарова, І. Пеша, Н. Тілікіна); проблеми фізичного розвитку школярів (А. Сітовський, А. Сухарев, В. Чижик), його анатомо-фізіологічних основ (В. Антонік, І. Антонік, В. Андріанов, А. Баранов Л. Щеплягіна); підручники та посібники щодо диференціації фізичного виховання (В. Бардов, В. Боднар); різноманітні аспекти рухової активності (Т. Круцевич, О. Марченко, М. Саїнчук, О. Холодова), зокрема методики її вимірювання (Є. Приступа, І. Ріпак, В. Соколовський), шляхи вирішення проблем фізичної культури в навчальних закладах тощо (І. Донець, М. Костюченко, В. Рябченко, І. Ткаченко).

Друга скомпонувала нормативні документи в контексті впровадження змін НУШ – основи стандарту освіти (Л. Гриневич, М. Товкало), безпосередньо «Державний стандарт», «Інструктивно-методичні рекомендації щодо викладання навчальних предметів у закладах загальної середньої освіти у 2023/2024 навчальному році освітня галузь «Фізична культура», порадики для вчителів (Н. Бібік); статті на тему ключових компетентностей у фізичному вихованні

школярів (Н. Москаленко, Н. Сороколіт, І. Турчик) та підготовці учителів фізичної культури до викликів реформи (Н. Сороколіт).

Третя, велика група представила низку навчальних посібників присвячених аспектам моніторингу «Здорова школа» (О. Шиян, Ю. Павлова, Л. Кудрик, О. Микитюк), «Моніторинг якості освіти», спецвипуск управління освітою (О. Лесіна, Т. Лукіна, В. Темчук); статей, присвячених моніторингу фізичного стану школярів (О. Ануфрієва, В. Кашуба, О. Андреева, К. Сергієнко, Н. Гончарова), формувальному оцінюванню навчальних досягнень учнів (Л. Кабан, А. Кобзун)

І остання, четверта група, синтезувала наукові статті за тематичним напрямком використання різноманітних технологій у фізичному вихованні – впровадження здоров'язберігаючих технологій у освітній процес (О. Дубогай, Ю. Півненко); інтеграції фізичного, психічного та духовного розвитку школяра засобами фізичної культури (І. Іваній); підходи щодо підвищення рухової активності школярів (Ю Михайленко, Н. Москаленко, Н. Решетилова); використання рухливих ігор як засобу інтенсифікації розвитку просторового орієнтування (І. Бобренко); практичні розробки – конспекти, комплекси вправ, рекомендації по використанню нестандартного обладнання в урочній та позаурочній форми тощо (О. Назарова, С. Тепла, Л. Хільченко).

2. Педагогічне спостереження. Шляхом спостереження були визначені:

- ставлення до уроків, відвідування, участь, підготовленість до уроку (% в оцінці рівня навчальних досягнень – 10%);
- навички і вміння, визначені навчальною програмою, вміння застосовувати їх в ігрових ситуаціях (20%);
- знання та їх застосування на практиці (основні поняття, визначені програмою, правила ігор, розуміння процесів, що відбуваються в організмі під час виконання вправ тощо) (15%);
- поведінка: соціальна поведінка, відвідування спортивної секції, участь у змаганнях, дотримання правил безпечної поведінки і збереження здоров'я на уроках та у позаурочних заходах (15%).

3. Педагогічний експеримент. Моніторингове дослідження спрямоване на вивчення гармонійного розвитку особистості учнів початкової школи базувалось на:

- аналізі стану здоров'я учнів за медичними картками, пропусків занять через хворобу;
- антропометричних показниках (довжина та вага тіла);
- вимірювань параметрів рухової активності [16, с. 35–41];
- визначенні рівня фізичної підготовленості [14, с. 218–222].

Вимірювання зростання (довжини тіла). Для вимірювання росту стоячи, досліджуваний стає босоніж на майданчик ростоміра, торкаючись його вертикальної планки п'ятами, сідницями і межлопаточної областю. Результат відзначають по світлій шкалою з точністю до 0,5 см [47, С.124].

Вимірювання ваги тіла. Вага визначається за допомогою медичних ваг з точністю до 50 м. Стояти слід строго в середині майданчика ваг. Вага, на відміну від зростання, є менш стабільним показником і може змінюватися в залежності від багатьох факторів. Добове коливання ваги, наприклад, може становити від 1 до 1,5 кг [40, с. 63-67].

Для визначення рухової активності були використані метод акселерометрії (визначення кількості рухів) [25, с. 56-61; 38, с. 10–13]. Акселерометрія – це методика, котра дозволяє напряду вимірювати РА, визначаючи кількість локомоцій, під час яких відбувається прискорення загального центра мас тіла людини та окремих його ланок. Фіксація показників була здійснена шляхом фіксації даних смарт годинником та додатком «Здоров'я» на мобільних телефонах.

Гігієнічні норми РА дітей молодшого шкільного віку (тривалість, в хвилинах в день) визначили нормою для учнів 1 класу 105-170 хв щодня, тобто діапазон від 1 год 45 хв до 3 год і 10 хв (див. таб. 2.1) [4].

Оптимальною щоденною тривалістю загальної РА з оздоровчою метою для дітей молодшого шкільного віку можна вважати 4,5-5,5 годин, з них на відкритому повітрі не менше 1,5-2,0 години на добу.

Таблиця 2.1

Норми РА дітей молодшого шкільного віку

Вид рухової активності	Тривалість занять, хв/д		
	6-7 років	8-10 років	11 років
Ранкова гімнастика	10	10	10-15
Гімнастика до уроків	10	10	10
Фізкультпаузи на уроках	10	10	10
Рухливі ігри на перервах	–	–	20
Урок фізкультури (2-3 рази на тиждень)	35	45	45
Динамічна перерва	25	25	25
Гімнастика після денного сну	10	–	–
Ігри на прогулянках, спортивні розваги	60	60	60
Індивідуальні заняття	10	20	20
Заняття в спортивних секціях	–	60	60
Загальна тривалість	105-170	115-220	110-235

Прикладами видів рухової активності з навантаженнями помірної інтенсивності є: рухливі ігри, активне пересування до школи (пішки, на велосипеді), ролики, боулінг, танці, плавання, фітнес, аеробіка, айкідо, боротьба, велоспорт, пішохідний туризм, силові вправи. Прикладами видів рухової активності з навантаженнями високої інтенсивності є: футбол, паркур, акробатичні та спортивні танці, академічна гребля, баскетбол, бокс, волейбол, гандбол, дзюдо, легка та важка атлетика, фехтування [4, с. 6].

З метою визначення рівня фізичної підготовленості учнів та її динаміки було проведено тестування рівня розвитку основних фізичних якостей (див. таб. 2.2):

Таблиця 2.2

Орієнтовні навчальні нормативи і вимоги для учнів 2 класу

Зміст навчального матеріалу	Рівень навчальних досягнень учнів							
	початковий		середній		достатній		високий	
	д	хл	д	хл	д	хл	д	хл
Біг 30 м	7,3	7,1	7,1	6,9	7,0	6,8	Результат, вищий за достатній	
Чергування ходьби та бігу до 1000 м (м)	700	800	800	900	900	1000	Результат, вищий за достатній	
нахил тулуба вперед з положення сидячи	2	0	3	1	4	2	Результат, вищий за достатній	
Підтягування у висі та у висі лежачи	3	5	6	8	8	11	Результат, вищий за достатній	
«Човниковий біг» 4х9 м (с)	14,9	14,5	14,5	14,0	14,0	13,5	Результат, вищий за достатній	

- швидкості – біг до 30 м;
- витривалості – змішане пересування;
- гнучкості – нахил тулуба вперед з положення сидячи;
- сили – підтягування у висі та у висі лежачи;
- спритності – «човниковий» біг 4 x 9 м з перенесенням предмета;

Проте, ці показники разом із особистим прогресом учня у показниках фізичної підготовленості «важать» відповідно кожний 20% з загальних 100% [44].

Результати, досягнуті учнями протягом навчального року під час визначення їхніх резервних можливостей не оцінюються. Вони є орієнтирами для подальшої корекції роботи учнів для вдосконалення рівня власної фізичної підготовленості й дають учителю можливість вносити корективи з метою ефективного використання різних форм і методів навчання.

Крім того, був здійснений описовий моніторинг формування здоров'язбережувального середовища в самому закладі освіти шляхом опитування заступника директора з навчально-виховної роботи у початкових класах. Питання опитувальника представлені у додатках.

4. Методи математичної статистики. Статистична обробка проводилася за допомогою методів, описаних у спеціальній літературі. Розрахунки виконувались за такими формулами:

Обчислення середньої арифметичної величини:

$$X = \frac{\sum X_i}{n},$$

де: X – середня арифметична величина;

Σ – знак суми;

X_i – варіант (значення показника);

n – число варіантів.

Обчислення середньоквадратичного відхилення:

$$\delta = \frac{\sqrt{\sum (X - M)^2}}{n-1},$$

де δ – середньоквадратичне відхилення;

Обчислення середньої помилки середнього арифметичного:

$$m = \pm \frac{\delta}{\sqrt{n}},$$

де: m – середня помилка середнього арифметичного.

Обчислення t -критерію Стюдента:

$$t = \frac{M_1 - M_2}{\sqrt{m_1^2 + m_2^2}}$$

$p \geq 0,05$ – відмінності статистично недостовірні;

$p \leq 0,05$ – відмінності статистично достовірні [8, с. 37-39].

2.2 Організація дослідження

У дослідженні взяло участь 32 учні 2 класу Чернівецького багатoproфільного ліцею №4, вчителі фізичної культури та керівники закладу – заступник директора з навчально-виховної роботи у початкових класах Ірина Боднар, медична сестра – Ганна Галюк (Україна, Чернівецька область, м. Чернівці, вул. Небесної Сотні, 18 А). Експеримент проводився з січня 2024 по жовтень 2024 рр.

Першим етапом (грудень 2023 – лютий 2024 рр.) став період теоретичного аналізу науково-методичної літератури та узагальнення отриманого матеріалу. Саме в цей період був здійснений вибір моніторингової методики, переліку тестів, сформований вступ роботи, виокремленні мета, завдання дослідження, розпочалась робота над науковою статтею тощо.

Крім того, на першому етапі був проведений підбір учасників експерименту.

На другому етапі дослідження (березень – серпень 2024 р.) проведено аналіз стану здоров'я учнів за медичними картками, пропусків занять через хворобу; здійснено вимірювання параметрів фізичного розвитку, рухової активності; здійснено обробку отриманих даних із використанням методів математичної статистики [16, с. 35–41].

На третьому етапі дослідження (вересень-листопад 2024 р.) зроблені висновки актуальні проблеми педагогічного моніторингу ефективності фізичного виховання учнів початкової школи, розроблені рекомендації щодо оптимізації організації фізкультурно-оздоровчої діяльності в закладі загальної середньої освіти. Результати дослідження було оформлено та оприлюднено на попередньому та основному захисті магістерської роботи.

РОЗДІЛ 3

ОБҐРУНТУВАННЯ ТА ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА ПЕРЕВІРКА ЕФЕКТИВНОСТІ ОСОБИСТІСНО ОРІЄНТОВАНОЇ ТЕХНОЛОГІЇ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ УЧНІВ ПОЧАТКОВОЇ ШКОЛИ

3.1 Характеристика особистісно орієнтованої технології фізичного виховання учнів початкової школи

Традиційно освітній процес досліджувався як навчально-виховний, основними складовими якого є навчання і виховання. Вважалося, що дитина розвивається тільки під впливом спеціально організованих педагогічних впливів. Особистісно орієнтоване навчання і виховання є основою створення в навчальному закладі освітньо-виховного середовища, організації педагогічно доцільного вербального та невербального спілкування та високої педагогічної майстерності викладацького колективу.

Освітнє середовище є соціальний простір, в якому здійснюється навчальна діяльність людини, спілкування з оточуючими, взаємодія та рефлексія. Природо відповідне навчальне середовище – це довкілля людини, навчальне приміщення, його науково-методично обґрунтоване обладнання, яке створює психологічні умови для сприйняття навчального матеріалу.

Психологічний клімат в умовах навчально-освітнього середовища повинен бути орієнтований на високі моральні цінності, якими є знання, наполеглива праця, успіхи в науковій роботі, інтерес до досягнень у галузі науки, літератури, мистецтва. У такому середовищі цінуються прояви порядності, моралі і засуджуються брехня, девіантна поведінка та ін. У процесі вербального спілкування здійснюється обмін думками, почуттями, задовольняються потреби особистості в підтримці, співчутті, дружбі.

Спілкування – необхідна умова формування, існування і розвитку людини. Невербальне спілкування заповнює кожний акт педагогічної діяльності вчителя,

надаючи їй характерності та виразності. Зовнішність вчителя транслює невербальні сигнали засобами міміки, жестів, тілесних рухів. Невербальна комунікація є тим експресивним фоном, на якому розгортаються основні події педагогічного процесу (А. Ткаченко).

Особистісно орієнтований підхід визначає зміни характеру об'єкта і процесу навчання, а також основної схеми взаємодії вчителя, викладача і учня, студента. Замість схеми взаємодії вчитель → учень, де вчитель, викладач – суб'єкт педагогічного впливу і керування, а учень – об'єкт впливу, повинна знайти місце схема суб'єкт – суб'єктного рівно партнерського навчального співробітництва вчителя і учнів, у сумісному дидактично організованому викладачем розв'язанні навчальних задач.

Таблиця 3.1

Особистісно орієнтований підхід до навчання (за Л.О. Малько)

Основні показники	Особистісно орієнтований підхід
1. Настанова щодо учня	Учень – суб'єкт педагогічної взаємодії; інтерес до пізнання й розуміння унікальних особливостей, схильностей і інтересів дитини; готовність допомагати самореалізації її можливостей. Учитель бачить в учнях особистості, шанує їхні думки, почуття, право на свободу вибору, визначає їхню неповторність, незамінність, рівність, право на співтворчість.
2. Мета	Розвиток дитини як активної, самостійної особистості, її інтересів, здібностей, моральних почуттів, уміння жити у світі, що змінюється. Особистісна захопленість учителя і учня, їх індивідуальна своєрідність. Створення умов для самовираження особистості, спрямованості на формування у школярів гуманного мислення.
3. Контакт при взаємодії вчителя з учнем	Двобічний, емоційний зв'язок, що створює загальне поле взаємодії спілкування. Взаємодія базується на довірі, відвертості, відсутності страху. Конфлікти, що виникають, долаються творчо, розв'язуються на культурному рівні.
4. Засоби	Діалог, проблемне навчання, моделювання ситуацій успіху, заохочення, авансування, схвалення, “я” – повідомлення.
5. Процес	Гнучкий, що враховує дійсність і орієнтується на зону найближчого розвитку.
6. Результат	Сприятливий психологічний клімат, самостійність, творчість, позитивні внутрішні мотиви навчання, прагнення до саморозвитку.

Особистісно орієнтований підхід стверджує, що в центрі навчання знаходиться учень, його мотиви, цілі, неповторний психологічний склад.

Виходячи з інтересів учня рівня його знань і умінь вчитель визначає мету знань і коригує освітній процес, керуючись розвитком особистості учня.

Наприклад, мета заняття може бути поставлена так: «Ми ознайомились із різними видами спорту / фізичної активності, наприклад 4 види. Сьогодні кожен з вас може обрати один із них і позайматись на уроці саме ним». При цьому всі методичні засоби (організація навчального матеріалу, прийоми, засоби, вправи) заломлюються через призму особистості учня, його мотивів, потреб, здібностей, інтелекту; адресовані до учня, студента питання, завдання повинні стимулювати їх особистісну інтелектуальну активність без зайвого фіксування помилок, промахів, невдач. Тим самим формулюється подальший розвиток пізнавальних процесів учня, особистісних якостей, діяльнісних характеристик. Особистісно орієнтований підхід передбачає організацію процесу навчання як організацію навчальної діяльності учнів і переорієнтацією цього процесу на постановку і розв'язання навчальних задач самими учнями.

Розглянемо принципи особистісно орієнтованих технологій навчання.

Принцип суб'єктності. Навчання здійснюється переважно у діалогічних формах комунікативної взаємодії з учнем.

Принцип діагностики передбачає побудову і корекцію освітнього процесу на основі оцінювання рівнів розвитку можливостей учнів і учнівських колективів, з якими вчитель вступає у взаємодію.

Принцип оптимальності. Оптимальною творчою педагогічною взаємодією вчителя і учня вважаємо таку, яка забезпечує не тільки успішне засвоєння знань, умінь і навичок, а позитивну динаміку розвитку можливостей учнів у конкретних умовах педагогічної праці вчителя. Принцип оптимальності передбачає роботу вчителя з відбору таких дидактичних засобів, які відповідають рівню розвитку творчих можливостей більшості учнів, ураховують рівень розвитку творчих можливостей меншості, а тому сприяють розвитку можливостей усіх.

Принцип взаємозалежності відображає взаємообумовленість творчого особистісного розвитку суб'єктів взаємодії в системі «вчитель – учень», відбиває взаємозалежність і взаємообумовленість діяльності вчителя і учнів.

Принцип фасилітації передбачає розуміння формування особистості учня у освітньому процесі як процес полегшення, сприяння навчальній діяльності учня, стимулювання його творчої активності. Це пов'язане з необхідністю створення на уроці і в позаурочній діяльності учнів творчої атмосфери (співдружності, співробітництва), яка б сприяла розвитку мотивації, надихала учнів на творчість.

Принцип креативності відображає необхідність виявлення можливостей змісту навчального матеріалу для посилення його орієнтації на формування творчої особистості учня. При плануванні та організації взаємодії вчителя і учня в процесі навчання зміст навчального матеріалу повинен максимально використовуватися для розвитку мотивів, характерологічних особливостей, творчих умінь і психічних процесів, які мають провідне значення для творчої діяльності і забезпечувати насамперед розвиток дивергентного мислення, умінь генерувати нові ідеї, знаходити нетрадиційні шляхи вирішення проблемних завдань. Реалізація принципу в практичній діяльності сприяє аналізу змісту навчального матеріалу з метою його креативного посилення, застосування навчальних і навчально-творчих задач, методів і прийомів стимулювання творчої активності учнів, використання завдань психологічної діагностики для розвитку творчих здібностей особистості.

Принцип варіативності виражає необхідність подолання одноманітності змісту, форм, методів навчання. Різноманітність – одна із умов життя. Для ефективності взаємодії в системі «вчитель – учень» принцип варіативності має регулятивне значення, визначає мету та стратегію проектування педагогічної взаємодії.

Принцип самоорганізації відображає особливості управління процесом формування творчої особистості учня, які зумовлені особливостями управління нелінійними системами і орієнтують вчителя на внутрішній вплив, на узгодження розвитку учнів із власними тенденціями розвитку, а також на

необхідність «збуджувати» та ініціювати творчу активність, при цьому управління повинно бути непомітним, мінімальним у своєму зовнішньому впливі і здійснюватися опосередкованими методами. Саме в цьому випадку можна говорити не про управління, а про процеси самоуправління.

Тобто, нами було запропоновано чотири формати фізичної активності / спорту – алтимат фризбі, футбол, естафети та колове тренування. Протягом 2 місяців (24 уроки) по 6 уроків було приділено кожному з них. В форматах естафет та коловому тренуванні елементи алтимат фризбі (кидки на дальність, на точність, жонгливання) і футболу (набивання однією ногою на місці, забивання в ворота на точність) використовувались і як завдання на станції. Приклади конспектів уроків представлені в Додатках Б.

В наступний місяць на третьому уроці фізичної культури учням було запропоновано обрати для себе вид діяльності і обговорити з учителем план подальшої роботи. Крім того, було запропоновано здійснити пошуковий проєкт щодо історії даних видів спорту, методик тощо. Приклад проєкту представлено в Додатках В.

Четвертий місяць характеризувався проведенням змагань в класі із запропонованих видів як персональні – чемпіонат класу по жонгливанню м'ячом, по точності забивання ворота (футбол), по дальності і точності кидка (алтимат), швидкості проходження 1 кола, 4 кіл (колове тренування); парні – точність передач (10) на місці, в русі тощо; командні – естафети з використанням координаційної драбинки, м'ячів різних розмірів та ваги, фризбі; елементи ігри. Таких заходів як у форматі урочному (3 урок), так і позаурочному було проведено 8.

Наведемо як приклад сценарій чемпіонату класу по жонгливанню м'ячом.

Мета заходу:

- Популяризація футболу серед учнів.
- Формування мотивації до фізичної активності.
- Розвиток координації, спритності та технічних навичок.
- Створення дружньої спортивної атмосфери.

1. Відкриття заходу:

Ведучий (учитель фізкультури): «Доброго дня, шановні учасники та вболівальники! Сьогодні ми зібралися на чемпіонат класу з жонглювання м'ячем. Це не лише можливість показати свої вміння, а й чудовий спосіб розвивати координацію, техніку і любов до спорту. Бажаємо всім учасникам успіху та гарного настрою!»

2. Вступне слово учня/гостя для мотиваційного виступу про значення спорту в житті.

3. Оголошення правил:

Жонглювання виконується ногами, стегнами або головою (руки заборонені).

Кожен учасник має три спроби.

Підраховується кількість торкань м'яча без падіння на землю.

Виграє той, хто зробить найбільше торкань.

4. Проведення змагань:

Кожен учасник виходить на середину майданчика по черзі.

Суддя (вчитель або старший учень) фіксує кількість торкань.

Підтримуйте спортивну атмосферу, заохочуйте учасників оплесками.

4. Фінальний етап:

У разі рівного результату кількох учасників організуйте додатковий тур для визначення переможця.

5. Нагородження:

Ведучий: «Час дізнатися імена наших чемпіонів! Сьогодні кожен із вас – переможець, адже спорт – це розвиток, здоров'я і задоволення».

Грамоти, медалі або символічні призи для переможця (найбільша кількість торкань) та учнів, що зайняли друге і третє місце.

Спеціальні номінації («За старанність», «Воля до перемоги», «Найкреативніше виконання»).

6. Закриття:

Подяка учасникам і вболівальникам: «Дякуємо всім за активну участь і підтримку! Спорт – це сила, і ви сьогодні довели, що у нашому класі є справжні таланти. До нових зустрічей на спортивних майданчиках!»

7. Спільне фото, фотосесія учасників та переможців із нагородами.

Нами розроблені рекомендації вчителям, спортивному активу школи, батькам тощо щодо алгоритму проведення, зокрема підготовки заходу та роботи після його завершення. Так, результат залежить від ефективного підготовчого етапу. Необхідно визначити дату та місце проведення чемпіонату (наприклад, спортивний зал, футбольний майданчик), узгодити їх з іншими вчителями, керівництвом школи. Підготувати необхідне обладнання: футбольні м'ячі, секундоміри, таблички для оцінок. Повідомити перспективних учасників про чемпіонат заздалегідь, запросити вболівальників (учнів, учителів, батьків). Варто організувати реєстрацію учасників – у виді заявки, заповнення гугл форми тощо. За потреби – розділити учасників на групи за віком або навичками.

Для висвітлення заходу, його популяризації необхідно опублікувати фото та короткий звіт про чемпіонат у класному куточку, шкільних соцмережах, щоб надихнути інших долучатися до спорту.

Повні сценарії та конспекти представлено в додатках Г.

3.2 Результати дослідження та обговорення результатів

Шляхом спостереження були визначено, що із 32 учнів, учасників експерименту, 16 (50%) учнів завжди готові до уроків, систематично їх відвідують, демонструють позитивне ставлення до уроку фізичної культури – хлопці і дівчата зацікавлені в уроках, люблять рухливі активності, командні ігри та спорт, розуміють користь фізичних навантажень для здоров'я і сприймають уроки як важливу частину шкільного життя.

6 учасників експерименту (18,8%) продемонстрували нейтральне ставлення – без особливого інтересу чи відрази. Вони виконують завдання, але не завжди виявляють зацікавленість чи прагнення вдосконалюватися.

Цікаво, що 5 учнів (15,5%) проявили негативне ставлення до уроків фізичної культури, оскільки відчувають дискомфорт під час занять. І ще 5 учнів (15,5%) – ситуативне ставлення, тобто їх ставлення до уроків фізичної культури залежить від конкретних видів діяльності. Наприклад, учні можуть любити командні ігри (як-от футбол чи волейбол), але не проявляти інтересу до бігу чи гімнастики (див. Рис. 3.2).

Щодо показників відвідування спортивних секції, участі у змаганнях, дотримання правил безпечної поведінки і збереження здоров'я на уроках та у позаурочних заходах були зафіксовані наступні дані.



Рис. 3.2 Кількість учнів, що продемонстрували те чи інше ставлення до уроків фізичної культури

18 (55,8%) учнів даного класу відвідують спортивні секції, приймають участь у змаганнях, як шкільних, так і власного спортивного клубу або ДЮСШ. 6 учасників експерименту (18,7%) відвідують гуртки танцювального напрямку, а 8 (24,8%) – не займаються в секціях та гуртках, але із задоволенням братимуть участь у заходах фізкультурно-спортивного спрямування у поза урочний час.

Моніторингове дослідження спрямоване на вивчення гармонійного розвитку особистості учнів початкової школи, що базувалось на аналізі стану здоров'я учнів за медичними картками, пропусків занять через хворобу дозволило пов'язати негативне ставлення до уроків із пропусками через хворобу.

Саме ті 5 учнів (15,5%), які проявили негативне ставлення до уроків виявились «часто хворіючими дітьми», при чому у більшості випадків (4 із 5) – це гострі респіраторні захворювання. Кількість днів, що були відмічені як хвороба у медичних картках, становила від 30 до 45 днів на рік для 3 школярів (9,3%) та більше 45 днів – 2 (6,2%).

Крім того, 20 (62,4%) учнів даного класу хворіли протягом навчального року 21 день, 2 (6,2%) – менше 14 днів та 5 учнів (15,5%) – менше 10 днів на рік (див. Рис. 3.3).

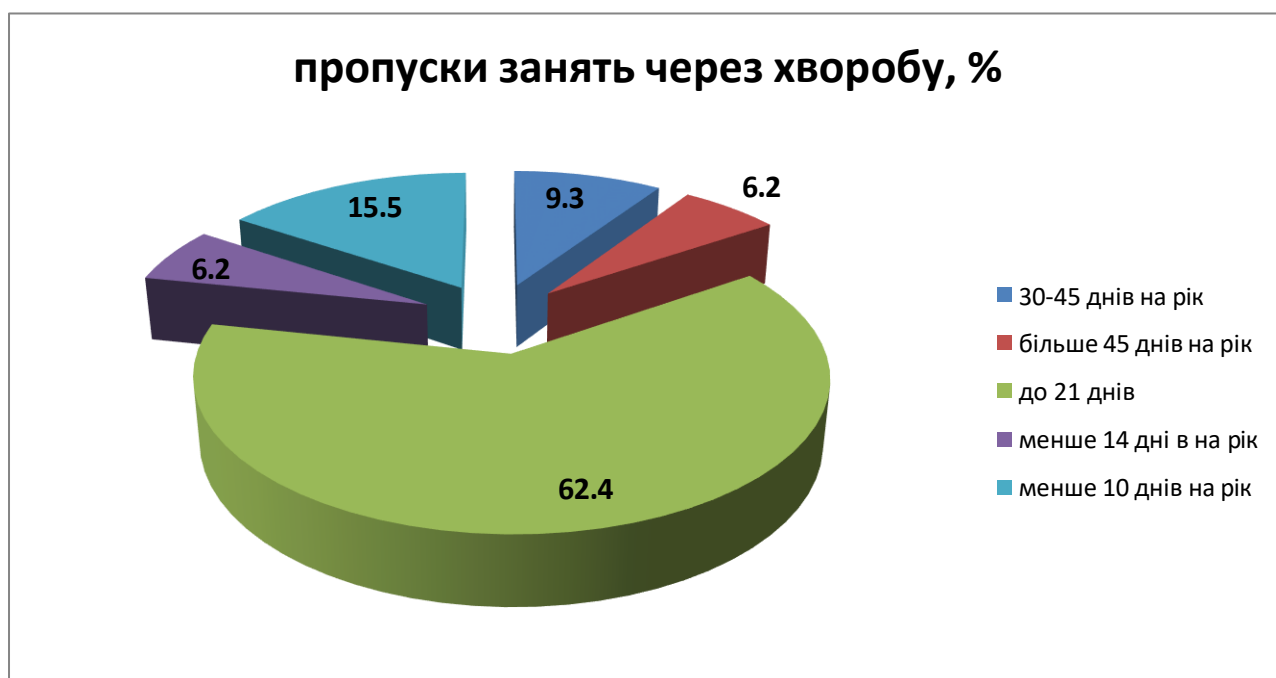


Рис. 3.3 Показники стану здоров'я учнів за медичними картками (пропуски занять через хворобу, кіл-ть днів)

Вимірювання показників антропометрії було здійснено двічі – до та в кінці експерименту. Нами було зафіксовано довжину та вагу тіла учасників. Протоколи вимірювань представлені в Додатку Б. Довжина та маса тіла дітей протягом дослідження поступово збільшувалась.

Таблиця 3. 2

Протокол вимірювання показників антропометрії до та після експерименту

№ учасника	Довжина тіла, см		Маса тіла, кг	
	До експерименту	Після експерименту	До експерименту	Після експерименту
1	119,5	124,5	19,5	21,5
2	123,5	129	20,5	23,0
3	130	134	29,5	31,5
4	126,5	130	28,5	31,0
5	133	137	31,5	33
6	120,5	124	20,0	22,5
7	121	125,5	22,5	25,0
8	128	131,5	27,5	30,0
9	121	125,5	22,5	25,0
10	128	131,5	27,5	30,0
11 д	119	124,5	20,5	22,0
12 д	132	136,0	27,5	29,0
13 д	127	131,5	24,5	26,0
14 д	119	124,5	20,5	22,0
15 д	132	136,0	27,5	29,0
16 д	127	131,5	24,5	26,0
17 д	133	137	27,5	28,5
18 д	132	136,0	27,5	29,0
19 д	127	131,5	24,5	26,0
20 д	133	137	27,5	28,5
21 д	132	136,0	27,5	29,0
22 д	127	131,5	24,5	26,0
23 д	133	137	27,5	28,5
24 д	132	136,0	27,5	29,0
25 д	130	136	28,5	31,0
26	120,5	124	20,0	22,5
27	121	125,5	22,5	25,0
28	128	131,5	27,5	30,0
29	121	125,5	22,5	25,0
30	128	131,5	27,5	30,0
31	130	136	28,5	31,0
32	130	136	28,5	31,0
	127± 2,3	131,4± 0,6	25,4±1,6	27,4±2,1

Різниця у довжині тіла дітей після експерименту склала 4,4 см (вихідні результати – $127,0 \pm 2,3$ см, кінцеві – $131,4 \pm 0,6$ см).

Збільшення у ваговому показникові дорівнює 2,0 кг порівняно з вихідними даними – вихідні результати – $25,4 \pm 1,6$ кг, кінцеві – $27,4 \pm 2,1$ кг (див. Рис.3.4).

В процесі експерименту учасники були поділені на 2 групи – контрольну та експериментальну, по 16 учнів у кожній (10 хлопців + 6 дівчат). Для визначення рухової активності були використані метод акселерометрії (визначення кількості рухів). Фіксація показників була здійснена шляхом фіксації даних смарт годинником та додатком «Здоров'я» на мобільних телефонах.

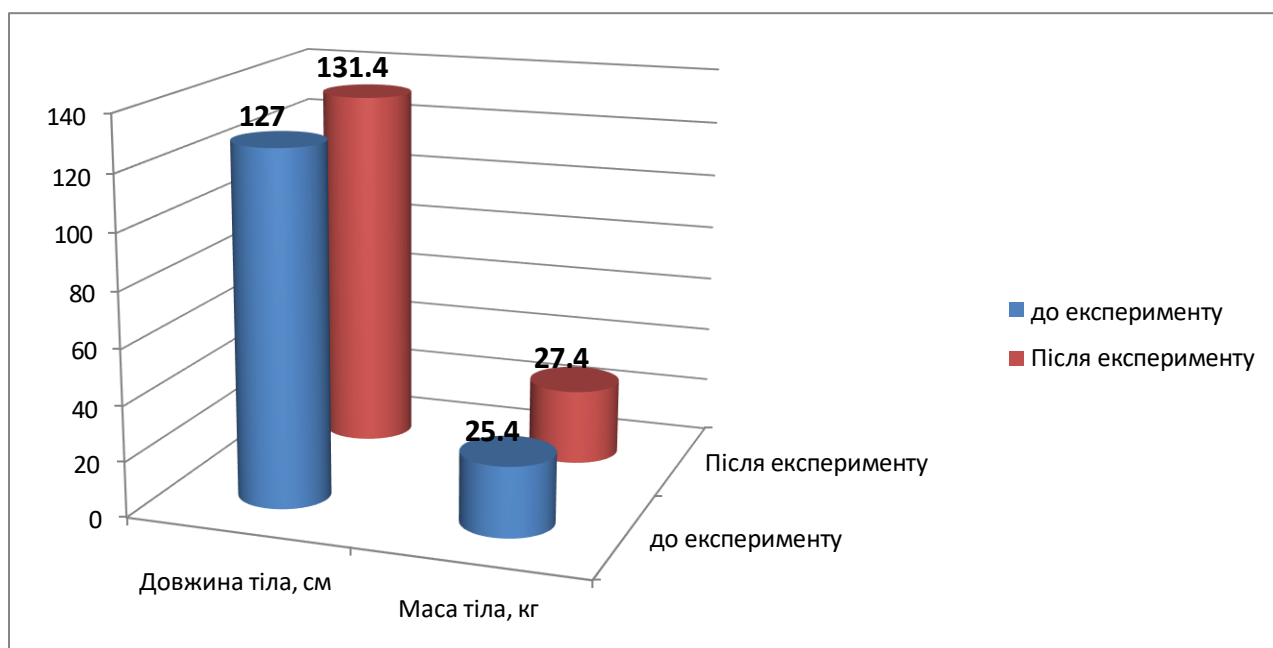


Рис.3.4 Середні показники довжини та маси тіла до та після експерименту

Так, учасники КГ та ЕГ до початку експерименту показали наступні результати – $112,06 \pm 3,54$ та $123,06 \pm 3,54$ хвилин, тобто лише ЕГ виконала по нижній межі норму рухової активності дітей, учнів початкової школи – 115-220 хвилин на добу.

Гігієнічні норми РА дітей молодшого шкільного віку (тривалість, в хвилинах в день) визначили нормою для учнів 1 класу 115-220 хв щодня, тобто діапазон від 1 год 55 хв до 3 год і 400 хв [4].

Отже, рухова активність зросла суттєво, з $123,06 \pm 3,54$ до $141,6 \pm 8,4$, на 18 хвилин в середньому щодня – 2 години 20 хвилин. Проте, все одно залишилась у нижньому регістрі тривалості.

Таблиця 3.3

**Тривалість денної рухової активності учасників КГ та ЕГ
до та після експерименту, хв**

№ у час ник а	Денна рухова активність, хв		Денна рухова активність, хв	
	КГ		ЕГ	
	До експерименту	Після експерименту	До експерименту	Після експерименту
	80	112	17 д	125
2	85	120	18 д	110
3	110	140	19 д	170
4	160	180	20 д	170
5	112	125	21 д	150
6	110	125	22 д	160
7	126	145	23 д	100
8	125	145	24 д	140
9	140	160	25 д	120
10	70	100	26	1305
11 д	90	110	27	135
12 д	110	120	28	120
13 д	125	135	29	95
14 д	115	135	30	85
15 д	110	130	31	160
16 д	125	150	32	200
	112,06±3,54	133,2±2,8	123,06±3,54	141,6±8,4

Оптимальною щоденною тривалістю загальної РА з оздоровчою метою для дітей молодшого шкільного віку можна вважати 4,5-5,5 годин, з них на відкритому повітрі не менше 1,5-2,0 години на добу.

Прикладами видів рухової активності з навантаженнями помірної інтенсивності є: рухливі ігри, активне пересування до школи (пішки, на велосипеді), ролики, боулінг, танці, плавання, фітнес, аеробіка, айкідо, боротьба, велоспорт, пішохідний туризм, силові вправи.

Прикладами видів рухової активності з навантаженнями високої інтенсивності є: футбол, паркур, акробатичні та спортивні танці, академічна гребля, баскетбол, бокс, волейбол, гандбол, дзюдо, легка та важка атлетика, фехтування [4, с. 6].

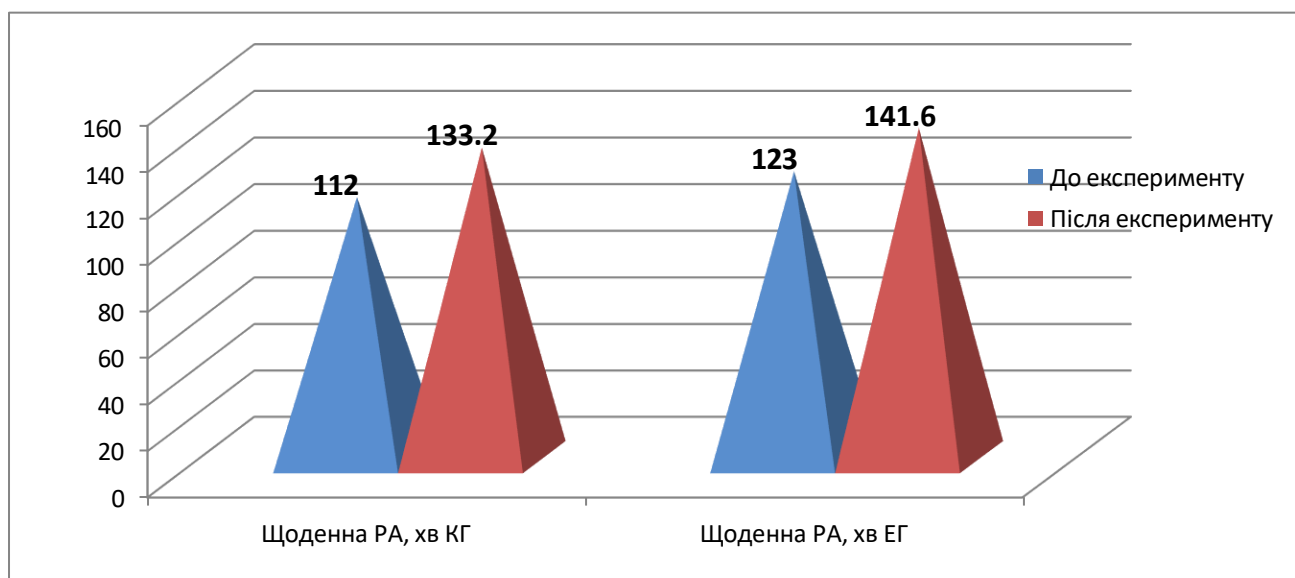


Рис.3.5 Тривалість щоденної рухової активності КГ та ЕГ до та після експерименту, хв

З метою визначення рівня фізичної підготовленості учнів та її динаміки було проведено тестування рівня розвитку основних фізичних якостей:

- швидкості – біг 30 м;
- витривалості – змішане пересування;
- гнучкості – нахил тулуба вперед з положення сидячи;
- сили – підтягування у висі та у висі лежачи;
- спритності – «човниковий» біг 4 x 9 м з перенесенням предмета;

Таблиця 3.4

Показники рівня фізичної підготовленості КГ та ЕГ до та після експерименту (біг 30 м, змішане пересування)

№	біг 30 м		№	біг 30 м		№	змішане пересування		№	змішане пересування	
	КГ			ЕГ			КГ			ЕГ	
	До	Після		До	Після		До	Після			
1	7,3	7,0	17 д	7,0	7,0	1	700	800	17 д	700	800
2	6,8	6,7	18 д	7,3	7,1	2	800	900	18 д	700	800
3	6,8	6,7	19 д	7,0	7,0	3	800	900	19 д	750	800
4	7,2	7,1	20 д	7,0	7,0	4	800	900	20 д	750	800
5	6,8	6,8	21 д	7,1	7,0	5	800	850	21 д	750	800

Продовження таблиці 3.4

6	6,9	6,8	22 д	7,0	7,0	6	800	900	22 д	700	850
7	6,9	6,8	23 д	7,3	7,1	7	800	900	23 д	700	800
8	6,9	6,8	24 д	7,1	7,0	8	800	850	24 д	700	800
9	7,1	6,9	25 д	7,1	7,0	9	800	850	25 д	700	800
10	6,8	6,7	26	7,1	6,9	10д	850	900	26	800	900
11 д	6,7	6,7	27	6,9	6,8	11д	700	800	27	750	900
12 д	6,8	6,7	28	6,9	6,8	12д	700	800	28	750	900
13 д	7,3	7,1	29	6,9	6,8	13д	700	800	29	800	900
14 д	7,0	6,9	30	6,9	6,8	14д	750	800	30	800	900
15 д	6,9	6,9	31	7,2	6,9	15д	700	800	31	750	900
16 д	7,0	6,9	32	6,8	6,7	16д	750	800	32	750	900
	7,2±0,11	7,1±1,9		7,0±1,11,	6,88±0,12		755±1,9	808,4 ±1,6		753,1 ±2,9	848,4 ±1,6

Так, у вправі «біг 30 м» (навчальний матеріал) до експерименту, 8 учасників (25%) показали початковий рівень навчальних досягнень, з них – 3 дівчини. 5 (15,6%) дівчат та 7 (22%) хлопців заслужили на середній рівень, 10 учасників (31,2%) – достатній рівень, а 2 (6,2%) – продемонстрували високий рівень навчальних досягнень.

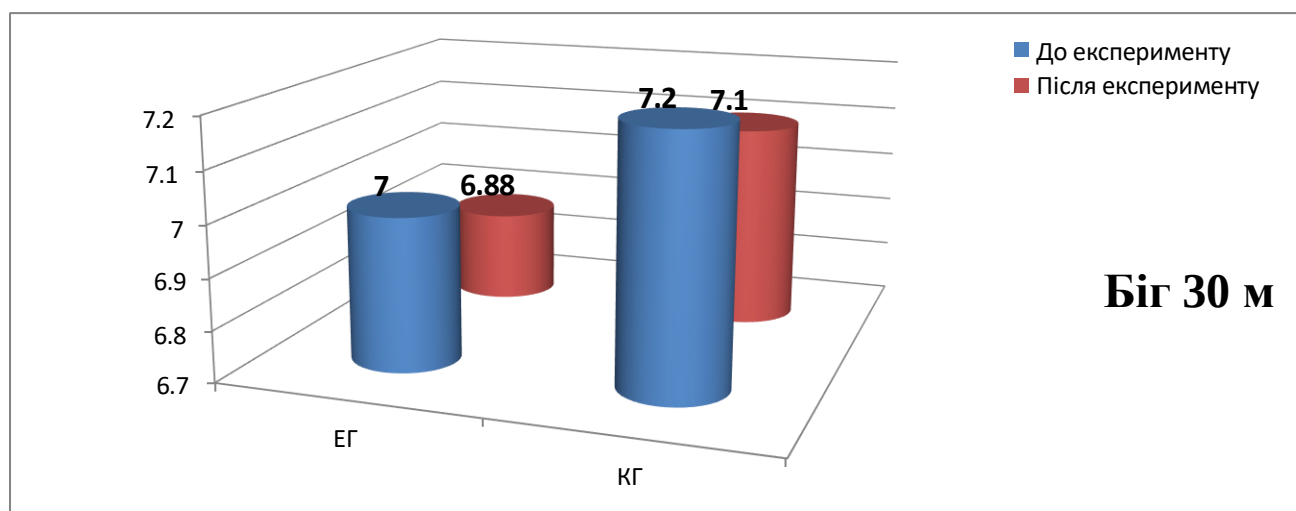


Рис. 3.6 Середні показники КГ та ЕГ з бігу на 30 м, сек до та після експерименту

Після експерименту 1 учень (3,1%) показав початковий рівень, 8 учнів (25%) – середній, 13 (40,6%) достатній та 9 (28,0%) високий рівні навчальних досягнень.

Отже, середній показник учасників КГ до експерименту складав $7,2 \pm 0,11$, а після – $7,1 \pm 1,9$, тобто прогрес присутній. А в ЕГ $7,0 \pm 1,11$, а після – $6,88 \pm 0,12$, відповідно час пробігання 30 м зменшився на 0,12 сек (див. Рис. 3.6).

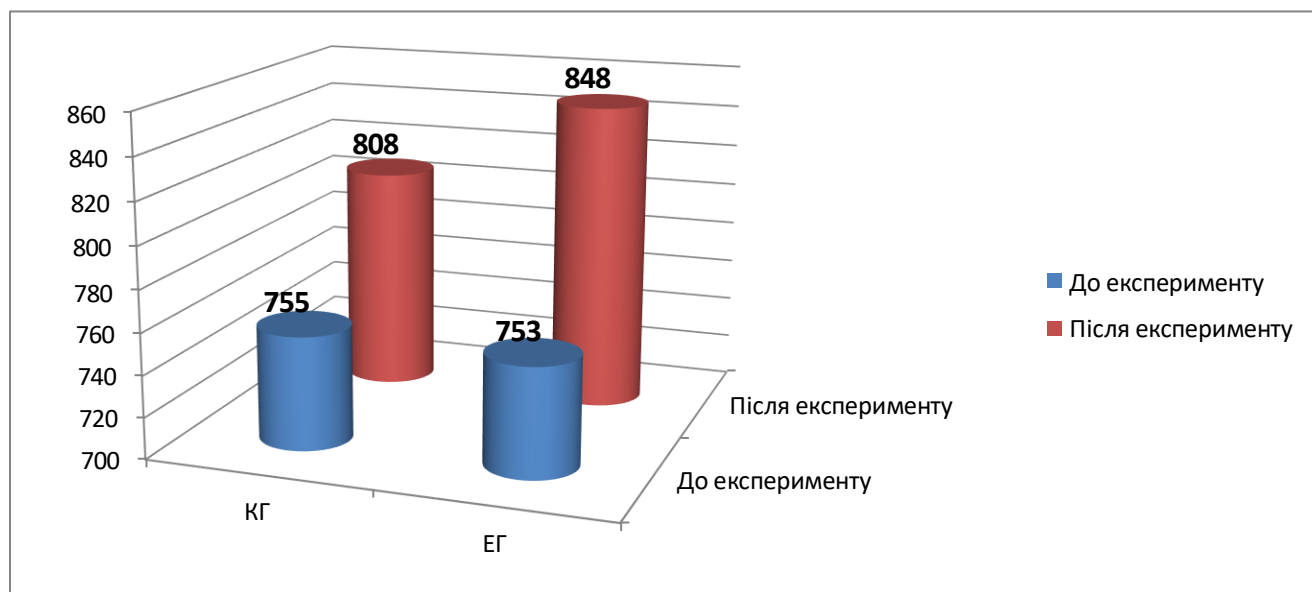


Рис. 3.7 Середні показники КГ та ЕГ, вправа – «Чергування ходьби та бігу до 1000 м (м)» до та після експерименту

У вправі «Чергування ходьби та бігу до 1000 м (м)» учасники і КГ і ЕГ показали лише початковий та середній рівень. Проте, учасники ЕГ продемонстрували більший потенціал – $753,1 \pm 2,9$ м на до експерименту та $848,4 \pm 1,6$ в його кінці.

Рівень навчальних досягнень учнів у визначенні рівня гнучкості і в КГ, і в ЕГ групі сягнув початкового рівня у хлопців – 0 см і середнього рівня у дівчат – 2 см. Зміст запропонованих видів фізичної активності не робив акцент на розвиток гнучкості, проте учасники КГ та ЕГ показали приріст в см. Так, все хлопці, учасники експерименту, в його кінці показали середній рівень досягнень, а дівчата, відповідно 2 учасниці КГ (33,3%) та 4 учасниці ЕГ (66,66%) досягли достатнього рівня – 4 см і більше.

У вправі «Підтягування у висі та у висі лежачи» результати КГ засвідчили, що рівень навчальних досягнень зріс, але так і залишився в початковому діапазоні – дівчата ($n=6$) продемонстрували $3,2 \pm 1,0$ разів на початку експерименту й $5,5 \pm 1,5$ разів після його закінчення. Хлопці КГ ($n=10$) на початку впровадження особистісно орієнтованого підходу показали початковий рівень – середній показник по групі $5,0 \pm 1,0$ разів. Не дивлячись на те, що 4 (25%) учасника перейшли на середній рівень, середній показник по групі $6,3 \pm 0,7$, що відповідає початковому рівню (див. Таб. 3.5 та Рис.3.8)

Таблиця 3.5

Середні показники рівня фізичної підготовленості КГ та ЕГ до та після експерименту («Підтягування у висі та у висі лежачи, разів» та човниковий біг 4x9 м, с)

Зміст навчального матеріалу	КГ		КГ		ЕГ		ЕГ	
	до		після		до		після	
	Д	ХЛ	Д	ХЛ	Д	ХЛ	Д	ХЛ
Підтягування у висі та у висі лежачи, разів	$3,2 \pm 1,0$	$5,0 \pm 1,0$	$5,5 \pm 1,5$	$6,3 \pm 0,7$	$3,7 \pm 1,3$	$5,0 \pm 1,0$	$6,6 \pm 0,4$	$8,8 \pm 1,2$
«Човниковий біг» 4x9 м (с)	$14,8 \pm 1,0$	$14,3 \pm 1,1$	$14,6 \pm 1,0$	$14,0 \pm 1,0$	$14,7 \pm 1,3$	$14,2 \pm 1,1$	$14,0 \pm 1,0$	$13,5 \pm 1,5$

Експериментальна група на початку експерименту також демонструвала початковий рівень – середній показник дівчат ($n=6$) становив $3,7 \pm 1,3$, а після його завершення середній показник виріс до середнього рівня $6,6 \pm 0,4$.

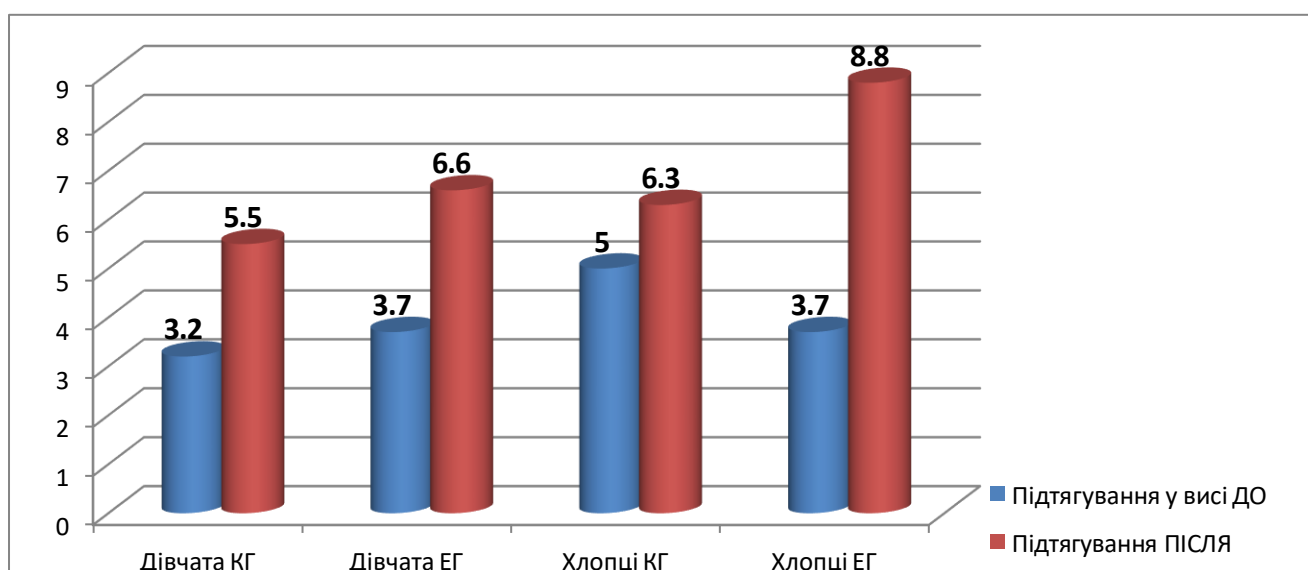


Рис.3.8 Середній показник КГ та ЕГ до та після експерименту (підтягування)

Приріст середнього показника хлопців ЕГ з $5,0 \pm 1,0$ зріс до $8,8 \pm 1,2$ (див. Таб. 3.5 та Рис.3.8).

За тестом «човниковий біг» спостерігалась динаміка зниження показників, про що свідчить різниця між першим і другим дослідженнями»: початкові результати КГ – $14,8 \pm 1,0$ с, кінцеві – $14,6 \pm 1,0$ с (дівчата) та $14,3 \pm 1,1$ й . $14,0 \pm 1,0$ (хлопці).

В експериментальній групі приріст в результатах і в дівчаті в хлопців становив 0,7 с, що для цього виду вправ досить суттєво. Так, дівчата стали пробігати швидше – з 14,7 до 14,0. Відповідно, хлопці – з 14,2 до 13,5 (див. рис. 3.9).

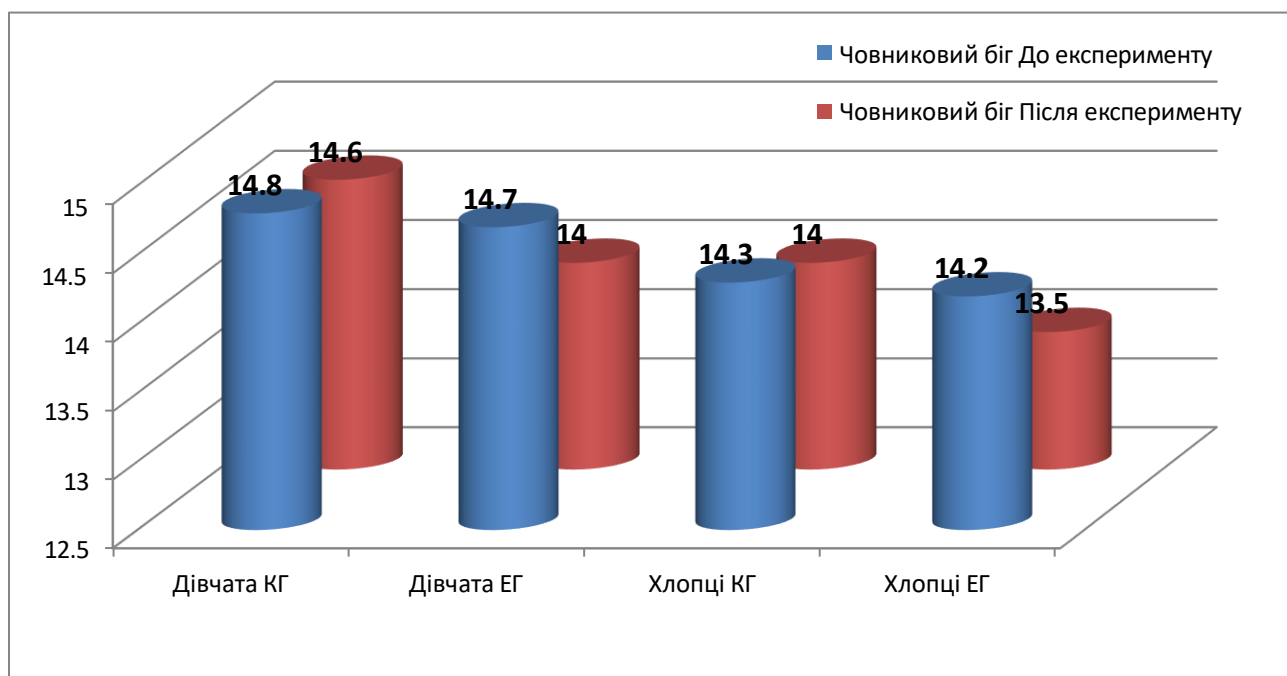


Рис. 3.9 Середні показники рівня розвитку фізичної підготовленості дітей (човниковий біг) до та після експерименту

Проте, ці показники разом із особистим прогресом учня у показниках фізичної підготовленості «важать» відповідно кожний 20% з загальних 100% [44].

Результати, досягнуті учнями протягом навчального року під час визначення їхніх резервних можливостей не оцінюються. Вони є орієнтирами для подальшої корекції роботи учнів для вдосконалення рівня власної фізичної

підготовленості й дають учителю можливість вносити корективи з метою ефективного використання різних форм і методів навчання.

ВИСНОВКИ

У ході дослідження на тему «Актуальні проблеми педагогічного моніторингу ефективності фізичного виховання учнів початкової школи» було досягнуто мети та вирішено поставлені завдання. Аналіз отриманих результатів дозволяє зробити наступні висновки:

Проблема педагогічного моніторингу у фізичному вихованні є надзвичайно актуальною, оскільки ефективність цього процесу значною мірою визначає фізичний розвиток і здоров'я учнів початкової школи. У сучасних умовах недостатня увага до моніторингу фізичної активності школярів призводить до погіршення їхнього здоров'я та зниження інтересу до фізичної культури.

У ході дослідження було проаналізовано сутність і структуру педагогічного моніторингу, який включає систематичне спостереження, оцінювання та корекцію освітнього процесу. Встановлено, що моніторинг у системі фізичного виховання має багатокomпонентну структуру, яка охоплює такі аспекти, як:

- стан здоров'я школярів;
- рівень їхньої фізичної підготовленості;
- ставлення учнів до фізичної культури;
- участь у заняттях і виконання фізичних вправ.

З'ясовано, що важливим компонентом моніторингу є аналіз впливу фізичного виховання на формування мотивації до здорового способу життя. Залучення учнів до активної участі у фізичних вправах можливе за умови інтеграції інноваційних методів навчання, таких як ігрові форми, використання фітнес-технологій і тематичних занять.

Виявлено, що основними проблемами педагогічного моніторингу є:

- відсутність чітких критеріїв оцінювання ефективності фізичного виховання;

- недостатнє технічне забезпечення процесу моніторингу в початкових школах;
- низький рівень підготовки педагогів до здійснення моніторингу стану здоров'я та фізичної підготовленості учнів.

Експериментальним шляхом підтверджено, що впровадження системного підходу до моніторингу, зокрема використання анкетування, антропометричних вимірювань і тестування фізичних здібностей, дозволяє підвищити ефективність фізичного виховання.

Результати дослідження підкреслюють важливість створення здоров'язбережувального середовища в закладах освіти, яке включає:

- інтеграцію фізичних вправ у розклад активних перерв;
- створення умов для рухової активності під час навчального процесу;
- формування позитивного ставлення до фізичної культури серед учнів і педагогів.

Практичні рекомендації, розроблені в межах роботи, спрямовані на вдосконалення педагогічного моніторингу, можуть бути використані для підвищення якості фізичного виховання в початковій школі.

Таким чином, педагогічний моніторинг є дієвим інструментом покращення ефективності фізичного виховання. Його правильна організація сприятиме збереженню та зміцненню здоров'я учнів, формуванню в них стійкої мотивації до занять фізичною культурою та здорового способу життя.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адаптивна фізична культура: навч.-метод. посіб. Старобільськ, 2015. 153 с.
2. Аксьонова О. Нова фізична культура або школа розумного руху. *Теорія та методика фізичного виховання*. 2010. № 12. С. 29–34.
3. Андріученко Т. Формування здорового способу життя. Навчально-методичні рекомендації / Авт. колект. Т. Андріученко, О. Вакуленко, В. Волков, Н. Дзюба, В. Коляда, Н. Комарова, І. Пєша, Н. Тілікіна (кер. авт. колект. О. Вакуленко). К.: ДУ «Державний інститут сімейної та молодіжної політики», 2018. 100 с.
4. Антонік В. І., Антонік І. П., Андріанов В. Є. Анатомія, фізіологія дітей з основами гігієни та фізичної культури. Навчальний посібник. К : Професіонал, 2020. 336 с.
5. Ануфрієва О. Оцінка рівня всебічного розвитку особистості молодшого школяра. *Початкова школа*. 1999. №8. С. 41–43.
6. Баранов А., Щеплягіна Л.. Фізіологія фізичного розвитку школярів: [теоретичні і практичні питання]. Тернопіль : Наукова книга–Богдан, 2006. 432 с.
7. Бардов В. Фізичний розвиток школярів : підруч. Тернопіль : Джура, 2007. С. 98–102.
8. Бобренко І. В. Рухливі ігри як засіб інтенсифікації розвитку просторового орієнтування старших дошкільників з обмеженими розумовими можливостями. *Освіта осіб з особливими потребами: шляхи розбудови: наук.-метод. зб.* Вип. 4. Ч. 2. К.: Актуальна освіта, 2013. С. 23–29.
9. Боднар І. Диференційоване фізичне виховання : навч. посіб. Львів : ЛДУФК, 2017. 200 с.
10. Гриневич Л. Нова українська школа : основи стандарту освіти. 2016. 64 с.
11. Державний стандарт початкової освіти. URL: <https://cutt.ly/e0JcPAM>

12. Дубогай О. Д., Пангелов Б. П., Фролова Н. О., Горбенко М. І. Інтеграція пізнавальної і рухової діяльності в системі навчання і виховання школярів. Київ : Оріяни, 2001. 152 с.

13. Дубогай О. Д. Навчання в русі: Здоров'язберігаючі педагогічні технології в початковій школі. К.: Шкільний світ, 2005. 110 с.

14. Дубогай О. Д., Іваній І. В. Технологічні особливості відношення молодших школярів до фізичної культури. *Фіз. виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. Луцьк: Вид-во «Волин. обл. друк.», 2005. С. 218–222.

15. Здорова школа: аспекти моніторингу: навч. посіб. / Шиян О., Павлова Ю., Кудрик Л., Сороколіт Н., Микитюк О. Л. : Кольорове небо, 2013. 122 с.

16. Іваній І. В. Технологія інтеграції фізичного, психічного та духовного розвитку молодшого школяра засобами фізичної культури. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фіз. виховання і спорту*: Наук. моногр. / За ред. С. С. Єрмакова. Х.: ХДАДМ (ХХІІІ), 2007. № 2. С. 35–41.

17. Інструктивно-методичні рекомендації щодо викладання навчальних предметів у закладах загальної середньої освіти у 2023/2024 навчальному році освітня галузь «Фізична культура». <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/metodichni%20recomendazii/2023/09/12/IMR-2023-2024-Fizychna.kultura.12.09.2023.pdf>

18. Кабан Л.В. Формувальне оцінювання навчальних досягнень учнів у новій українській школі. *Народна освіта [електронне наукове фахове видання]*. Випуск №1(31), 2017. Режим доступу : https://www.narodnaosvita.kiev.ua/?page_id=4471.

19. Кашуба В. М., Андреева О. І., Сергієнко К. М., Гончарова Н. В. Проектування системи моніторингу фізичного стану школярів на основі використання інформаційних технологій. *Теорія та методика фіз. виховання і спорту*. 2006. № 3. С. 61–67.

20. Кобзун А. В. Моніторинг навчальних досягнень з фізичної культури.
<https://vseosvita.ua/library/monitoring-navcalnih-dosagnen-z-fizicnoi-kulturi-138606.html>
21. Костюченко М., Ткаченко І., Рябченко В., Донець І. Проблеми фізичної культури в навчальних закладах і їхнє рішення. *Науковий часопис Українського державного університету імені Михайла Драгоманова*. 2021. Серія 15, (3(133)), С. 65-68.
22. Круцевич Т.Ю., Марченко О.Ю.. Гендерні відмінності ієрархічної структури ціннісних орієнтацій школярів різних вікових груп. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві*. 2018;3(43):144.
23. Круцевич Т., Марченко О., Холодова О. Вплив занять фізичною культурою і спортом на прояв емпатії у хлопців і дівчат 5-11-х класів. *Спортивний вісник Придніпров'я Науково-практичний журнал*. № 2. 2021. С.61-74. <http://infiz.dp.ua/misc-documents/2021-02/2021-02-07.pdf>
24. Кузьмінська О. Портфоліо як одна з форм оцінювання досягнень та саморефлексії ліцеїстів. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. Сер. 2. *Комп'ютерно-орієнтовані системи навчання*. 2006. №4 (11). С. 44-50. Вилучено із : <https://sj.npu.edu.ua/index.php/kosn/article/view/596>.
25. Куриш Н. О. Методи вимірювання рухової активності у дослідженнях, пов'язаних з визначенням якості життя осіб похилого віку. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*: зб. наук. пр. Харків, 2012. № 2. С. 56-61.
26. Лукіна Т. Моніторинг якості освіти. Теорія і практика. К. : Шкільний світ, 2006. 128 с.
27. Моніторинг в освіті. Спецвипуск. Управління освітою. К.: Шкільний світ, 2005. № 20.
28. Моніторинг якості освіти: методи, форми, організаційне забезпечення: посіб. для методистів, директорів, заступників директорів загальноосвіт. навч. закладів. *Південноукраїнський регіональний ін-т післядип. освіти пед. кадрів*. Херсон, 2001. 50 с.

29. Москаленко Н., Єлісєєва Д. Вплив самостійних занять фізичним вихованням на фізичний стан старшокласників. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2017;(1). С. 197-202.

30. Москаленко Н.В, Решетилова В., Михайленко Ю. Сучасні підходи щодо підвищення рухової активності дітей шкільного віку. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2018. (1). 203.

31. Москаленко Н.В., Сороколіт Н.С., Турчик І.Х. Ключові компетентності у фізичному вихованні школярів в рамках реформи «Нова українська школа». *Наук. часопис ім. М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)* : зб. наук. пр. Київ. 2020. 3К(123)20. С. 364–371.

32. Нова українська школа: основи Стандарту освіти. за заг. Ред. М. Товкало. Львів, 2016. 64 с.

33. Нова українська школа: poradnik dla vchytel'ia / za red. N. M. Bibik. Київ: Літера, 2018. 160 с.

34. Освітні технології: навч.-метод. посіб. / О. М. Пєхота, А. З. Кіктенко, О. М. Любарська та ін. Київ : А.С.К., 2001. 256 с.

35. Освітня галузь «Фізична культура»: поради, документи, досвід роботи. <https://imzo.gov.ua/osvitnia-haluzfizychna-kul-tura-porady-dokumenty-dosvid-roboty/>

36. Півненко Ю. В. Об'єктивні підходи до оцінювання ефективності діяльності навчальних закладів – шкіл сприяння здоров'ю. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт)*. 2015. Вип. 3(1). С. 288-292.

37. Півненко Ю. М. Психолого-педагогічні умови впровадження здоров'язберігаючих технологій у освітній процес початкової школи. *Теорія і методика фіз. виховання*. 2007. № 5. С. 31–34.

38. Приступа Є. Н., Ріпак І. М., Соколовський В. М. Методика кількісних вимірів рухової активності людини. *Педагогіка, психологія та*

медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. пр. Харків, 1999. № 7. С. 10–13.

39. Саїнчук М.М., Саїнчук М. С. Потреба суспільства в фізично досконалій особистості і бачення її старшокласниками. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2012. № 1. С. 97–100.

40. Сітовський А. М., Чижик В. В. Взаємозв'язок фізичного розвитку та фізичної працездатності дівчат-підлітків з біологічним віком. *Молода спортивна наука України*.: у 3-х т. Львів, 2003. Вип. 7, Т. 2. С. 63–67.

41. Сороколіт Н.С. Готовність учителів фізичної культури до реалізації основних положень Нової української школи у фізичному вихованні. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2021. № 2. С. 137–146.

42. Сухарев А. Стан фізичного розвитку школяра і фактори його формування. *Початкова школа*. 2002. № 5. С. 70–72.

43. Темчук В.П., Лесіна О.В. Моніторинг якості початкової освіти: регіональний аспект. Вінниця, 2007. 146 с.

44. Тепла С. Фізична культура. 1-4 класи. <https://vseosvita.ua/library/fizicna-kultura-1-4-klasi-zagalnoosvitnih-navcalnih-zakladiv-285803.html>

45. Khilchenko, L.N. The internal system for assessing the quality of education at the university: a spirit of the times or an urgent need. *Modern scientific research and innovation*. 2014. № 11-3 (43), p. 131–136.

46. Allensworth D., Kolbe L. The comprehensive school health program : Exploring an expanded concept . *School Health*. 1987. № 57.С. 409–473.

47. Sallis J. Physical education's role in public health. 1991. V.62. №2. P. 124-137.

48. Manko V.M. Didactic think about the form of students' professional and educational interest to special disciplines. *Socialization of specialties : zb. sciences. ave. NPU imenya M.P. Dragomanova. K.: Logos*. 2000. №2. p. 153-161.

49. Nazarova O.L. New information technologies in quality management of the educational process in college. *Informatics and education*. 2013. № 11. S. 79-84.

50. Hotchenko I. A. Creative and individuality of confusion: theoretical information and information in the organization of control over personal achievements. *Science hour writing of the National Pedagogical University of M.P. Dragomanova*. Series 16. Creative specialty of a teacher: problems of theory and practice. Kiev, 2014. № 24. S. 78-80.

ДОДАТКИ

Додаток А

Віталій Рябий

Науковий керівник – доц. Дарійчук С.В.

Актуальні проблеми моніторингу здоров'язбережувальної роботи в закладі освіти

Термін «моніторинг» (латин. *Monitor* – той, що спостерігає, запобігає) розглядається в більшості наукових праць як метод дослідження реальності за допомогою подання та обробки своєчасної та якісної інформації. Загалом під моніторингом розуміють систему спостережень за станом якогось явища або процесу. Необхідно зазначити, що моніторинг суттєво відрізняється від діагностики або оцінювання, а сам тривалістю, безперервністю та багаторівневістю [2].

Залежно від способів збору інформації виділяють чотири види моніторингів: до першого належать такі, що передбачають опис об'єкту без будь-яких вимірювань із використанням технології структуризації результатів, побудови схеми і збору інформації, наприклад, моніторинг ЗМП. До другого такі, під час яких здійснюють вимірювання параметрів, наприклад, рівня фізичного здоров'я. Третій проводиться з використанням системи загальноприйнятих критеріїв або індикаторів, наприклад, серцевої діяльності. Четвертий вид реалізується під час наукових досліджень за системою показників, наприклад, санітарно-гігієнічний, соціально-політичний, якості та способу життя населення.

Розглянемо складові моніторингу здоров'язбережувальної роботи в сучасному закладі освіти. Відповідно до запропонованого підходу виокремлено 3 блоки моніторингу та їх індикатори: 1) стан здоров'я учнів, 2) характеристику освітнього середовища школи; 3) спосіб життя школярів.

Розглянемо індикатори, згідно яких можемо ефективно моніторити фізкультурно-оздоровчу роботу з учнями. Отже, для визначення стану здоров'я можна аналізувати медичні дані: розподіл за групами здоров'я, розподіл хронічних захворювань, визначення динаміки і структури гострої захворюваності.

Рівень фізичного розвитку є важливим показником стану здоров'я дитини: на нього впливають психічні та фізичні пере-

вантаження, харчування та інші чинники способу життя. Фізична підготовленість учнів є наслідком їх рухової активності.

Задля характеристику освітнього середовища школи передбачається аналіз: факторів інфраструктури (стан будівель, можливості для повноцінного харчування, наявність відповідних приміщень та обладнання); характеристики навчального процесу (режим навчальних занять, обсяг і структура навчання, інновації у навчанні, оптимальність тижневого навантаження).

Кадровий потенціал закладу можемо моніторити згідно наступних індикаторів або показників: наявність фахівців із врахуванням кількості учнів (вчителів фізичної культури, медичних працівників тощо); рівня особистісної та фахової підготовки педагогів (усвідомлення необхідності власної педагогічної діяльності щодо забезпечення здоров'я школярів, розуміння суті, володіння знаннями про формування та збереження здоров'я, застосування їх на практиці тощо). Важливим є визначення наявності різноманітних форм рухової активності школярів протягом навчального дня і поза уроками (секції, самостійні заняття, участь у змаганнях).

Спосіб життя учнів можна охарактеризувати за допомогою: соціальних або побутових характеристик – освітній рівень батьків, побутові умови, наявність КІТ, харчування учнів, зокрема особливостей харчування у школі; рекреаційно-відпочинкової структури – список хоббі протягом дня).

Крім того, контроль за ризиком виникнення шкідливих звичок здійснюється за рахунок моніторингу а) поширеності шкідливих звичок у соціальному оточенні, наприклад, кількість учасників із найближчого оточення, які вживають психоактивні речовини; б) готовності до здорового способу життя, яка визначається за рівнем сформованості життєвих навичок [2].

Список літератури

1. Шиян О., Павлова Ю., Кудрик Л., Сороколів Н., Микитюк О. Здоров'я школи: аспекти моніторингу : навч. посіб. Л. : Кольорове небо, 2013. 122 с.
2. Branca F., Nikogosian H., Lobstein T. The challenge of obesity in the WHO European Region and the strategies for response. WHO, 2009.

Додаток Б

Додаток Б.1 Конспект уроку з фізичної культури (футбол)

Тема уроку: Розвиток техніки ведення м'яча, передачі і зупинки.

Мета: ознайомити учнів із базовими технічними прийомами ведення, передачі та зупинки м'яча; розвивати спритність, координацію рухів та увагу; формувати інтерес до занять футболом та фізичною культурою.

Завдання уроку:

- Навчити базовим технікам ведення м'яча ногами.
- Ознайомити з технікою передачі м'яча внутрішньою стороною стопи.
- Розвивати навички зупинки м'яча підошвою.
- Розвивати фізичні якості: швидкість, координацію, витривалість.

Обладнання:

Футбольні м'ячі (на кожного учня).

Ігрові фішки або обручі для вправ.

Конуси для розмітки (10–15 штук).

Секундомір.

Структура уроку:

1. Підготовча частина (10–15 хв)

Шикування учнів. Привітання. Оголошення теми і завдань уроку. Перевірка готовності учнів до уроку (форма, м'ячі).

Біг по колу (1 хвилина):

Біг із високим підніманням стегна

Біг із закиданням гомілки назад.

Комплекс ЗРВ без м'яча:

Вправи з м'ячем:

Котити м'яч навколо себе ногою.

Перекочування м'яча від однієї стопи до іншої.

2. Основна частина (25 хвилин)

1. Техніка ведення м'яча (7 хвилин):

Пояснення: ведення м'яча виконується короткими поштовхами внутрішньою та зовнішньою стороною стопи.

Вправа: кожен учень веде м'яч до конуса і назад, уникаючи зіткнень із іншими.

Гра: «Змійка» – учні ведуть м'яч по прямій між конусами.

2. Передача м'яча внутрішньою стороною стопи (8 хвилин):

Пояснення: під час передачі стопа повинна бути перпендикулярною до м'яча.

Вправа: передача м'яча в парах на відстані 5–7 метрів.

Гра: «Передай м'яч» – передача м'яча по колу, завдання – не втратити контроль над м'ячем.

3. Зупинка м'яча підошвою (5 хвилин):

Пояснення: м'яч зупиняється плавним натисканням підошви ноги.

Вправа: учні зупиняють м'яч, який котиться їм назустріч, і повертають його назад.

Гра: «Зупини і вперед!» – зупинка м'яча, ведення його до конуса і повернення назад.

Міні-гра у футбол (5 хвилин):

Розділити учнів на дві команди. Виконати гру без жорстких правил, акцентуючи увагу на веденні м'яча і передачах.

3. Заключна частина (5–7 хвилин)

Вправи на відновлення дихання.

Обговорення: «Що вам найбільше сподобалося на уроці?»

«Чому важливо навчитися правильно передавати і зупиняти м'яч?»

Очікувані результати:

- Учні ознайомляться з базовими футбольними навичками.
- Покращать координацію та контроль м'яча.
- Отримують позитивні емоції від уроку.

Додаток Б.2 Конспект уроку фізичної культури (алтимат фрізбі)

1. Підготовча частина (10–15 хвилин)

Шикування учнів. Привітання: «Доброго дня, діти! Сьогодні у нас урок присвячений новій цікавій грі – алтимат фрізбі. Ми навчимося кидати диск, ловити його і навіть спробуємо зіграти справжній матч». Оголошення теми і завдань уроку.

Перевірка готовності до уроку: запитати, чи всі знайомі з диском фрізбі. Переконалися, що в кожній групі є диск.

Біг по колу:

Біг із різною інтенсивністю.

Біг із високим підніманням колін.

Біг змійкою між конусами.

Комплекс ЗРВ без предметів

Вправи з диском:

Передача диска по колу один одному.

Перекичування диска по землі.

2. Основна частина (25 хвилин)

1. Вивчення техніки кидка (10 хвилин):

Пояснення: Диск тримають пальцями по нижньому краю. Під час кидка рух починається від плеча, диск випускається плавно з невеликим обертанням.

Робота в парах (відстань 3–4 м)

Кидки в парах

Завдання: кидати диск один одному, намагаючись, щоб він летів рівно.

Ловля диска двома руками (5 хвилин):

Пояснення: диск ловиться обома руками: одна рука зверху, друга знизу. Якщо диск летить низько – ловимо обома руками знизу.

Завдання: виконати 10 вдалих ловель.

Естафета з диском (5 хвилин): у кожної команди диск.

Завдання: пробігти до конуса з диском, оббігти його і повернутися, передавши диск наступному гравцю. Перемагає команда, яка швидше завершить естафету.

Міні-гра (5 хвилин): спрощена версія алтимат фрізбі. Поле розмічено конусами.

Завдання – передавати диск у своїй команді, не даючи його перехопити суперникам.

3. Заключна частина (5–7 хвилин)

Обговорення уроку: «Що нового ви сьогодні дізналися?» «Що вам найбільше сподобалося?»

Вправи на відновлення дихання

Очікувані результати:

- Учні ознайомляться з правилами та техніками гри в алтимат фрізбі.
- Покращать координацію рухів, спритність і навички командної роботи.
- Отримують позитивні емоції від занять спортом.

Додаток Б.3 Конспект уроку фізичної культури (рухливі ігри та естафети)

Мета: розвиток координації, спритності, швидкості та витривалості; формування навичок командної роботи; забезпечення позитивного емоційного настрою через рухливі ігри.

Завдання уроку:

- Розвивати фізичні якості учнів за допомогою ігор та естафет.
- Вдосконалювати навички взаємодії та командної гри.
- Сприяти покращенню загального фізичного стану через активну рухову діяльність.

Обладнання:

Конуси або фішки для розмітки.

Обручі (5–6 штук).

М'ячі різного розміру (2–4 штуки).

Скакалки.

Структура уроку:

1. Підготовча частина (10–15 хвилин)

Шикування, привітання. Перевірка готовності до уроку. Оголошення теми уроку: «Сьогодні ми проведемо урок із цікавими рухливими іграми та

естафетами. Ви будете бігати, стрибати, працювати в командах і, звичайно ж, отримувати задоволення від фізичної активності». Перевірка інвентарю.

Біг по колу

Біг із високим підніманням колін.

Біг із закиданням гомілки.

Біг у легкому темпі змієюю між фішками.

Комплекс ЗРВ

2. Основна частина (25 хвилин)

1. Рухлива гра «Квач» (5 хвилин):

Один учень – «квач», його завдання – торкнутися когось із гравців. Той, до кого доторкнулись стає новим «квачем».

Ускладнення: діти повинні бігати лише певним маршрутом або між фішками.

2. Естафета «Смуга перешкод» (10 хвилин):

Команди по 5–6 учнів.

Завдання:

- Біг до конуса і назад.
- Перестрибування через обручі.
- Пролізання крізь обруч.
- Передача м'яча до наступного учасника.

Перемагає команда, яка швидше завершить всі завдання.

3. Гра «Мисливці і качки» (5 хвилин):

У центрі майданчика ставлять м'ячі («качки»). «Мисливці» (команди) по черзі кидають м'ячами, намагаючись збити «качок». Перемагає команда, яка зіб'є більше м'ячів.

4. Естафета «Перенеси предмет» (5 хвилин):

Учні переносять предмети (м'ячі, кеглі тощо) на відстань, використовуючи ложку, головою або руками з обмеженням. Завдання виконується по черзі. Виграє команда, яка швидше перенесе всі предмети.

3. Заключна частина (5–7 хвилин)

Вправи на відновлення дихання:

Обговорення: «Що вам найбільше сподобалося сьогодні на уроці?» «Як ви вважаєте, чому важливо бути активним?»

Підбиття підсумків:

Очікувані результати:

- Учні вдосконалять фізичні якості, такі як швидкість, координація та спритність.
- Підвищать навички командної роботи.
- Отримують позитивний емоційний заряд від уроку.

Додаток Б.4 Конспект уроку фізичної культури (колове тренування)

Мета: розвиток фізичних якостей: швидкості, спритності, витривалості та сили; формування навичок правильної техніки виконання основних вправ; створення позитивного емоційного настрою через рухову активність.

Завдання уроку:

- Ознайомити учнів із форматом колового тренування.
- Розвивати загальну фізичну підготовленість за допомогою різноманітних вправ.
- Підвищувати мотивацію до фізичної активності через ігрові елементи.

Обладнання:

Конуси (6–8 штук).

М'ячі різного розміру (4–6 штук).

Обручі (4–6 штук).

Фішки або маркери для розмітки.

Скалки (4–6 штук).

1. Підготовча частина (10–15 хвилин)

Шукування учнів, привітання. Перевірка готовності до уроку. Оголошення теми уроку. Роз'яснення правил техніки безпеки.

Біг по колу:

Різновиди бігу.

Біг із високим підніманням колін.

Біг змійкою між фішками.

Загальнорозвивальні вправи:

Кругові рухи руками (вперед і назад).

Присідання з піднятими руками.

Нахили тулуба вперед і в сторони.

Стрибки на місці.

КЗРВ

2. Основна частина (25 хвилин)

Пояснення формату тренування: майданчик поділено на 5–6 станцій. На кожній станції виконується певна вправа протягом 30–40 секунд. Після сигналу діти переходять на наступну станцію. Виконуються 2–3 кола залежно від темпу учнів.

Станції колового тренування:

Станція «Стрибки через обручі»: стрибки з обруча в обруч, викладені на підлозі.

Станція «Перекази м'яч». Завдання: перекидати м'яч від однієї позначки до іншої за допомогою рук або ніг.

Станція «Скалка». Виконати стрибки через скалку (кількість за вибором учня).

Станція «Біг між фішками». Біг змійкою між фішками або конусами на швидкість.

Станція «Планка»: утримання позиції «планка» на ліктях або долонях протягом 30 секунд.

Станція «Кидки м'яча»: кидки м'яч у ціль (наприклад, обруч або кошик).

3. Заключна частина (5–7 хвилин)

Вправи на відновлення дихання:

Обговорення уроку: «Що вам сподобалося найбільше?» «Яка станція була для вас найцікавішою?»

Очікувані результати:

Учні вдосконалять свої фізичні якості.

Навчатися виконувати вправи з правильною технікою.

Отримають задоволення від командної роботи і фізичної активності.

Додаток В**Додаток В.1 Сценарій проведення пошукового проєкту щодо вивчення історії алтимат фрізбі**

Пошуковий проєкт на тему: «Історія алтимат фрізбі»

Цільова аудиторія: учні 2 класу

Тривалість: 1–2 уроки (або позакласний захід)

Мета проєкту:

Ознайомити учнів із історією виникнення та розвитку гри алтимат фрізбі.

Розвинути інтерес до активних ігор і спорту.

Сприяти формуванню навичок командної роботи, творчості та креативності.

Завдання проєкту:

- Дізнатися, що таке алтимат фрізбі і як виникла ця гра.
- Вивчити цікаві факти про розвиток гри у світі.
- Продемонструвати основні правила гри через практичну частину.
- Розробити презентацію або стенд із результатами проєкту.

Етапи реалізації проєкту:**1. Підготовчий етап**

Вступна бесіда з учнями:

Пояснити, що таке алтимат фрізбі: командна гра з літаючим диском.

Запитати в учнів, чи чули вони про цю гру, чи грали самі.

Розподіл завдань серед учнів:

Група 1: Дослідження історії гри.

Група 2: Цікаві факти про фрізбі (рекорди, світові змагання).

Група 3: Малювання або створення постера про гру.

Група 4: Практичне ознайомлення з правилами гри.

Підготовка матеріалів:

Вчитель готує фото, відео та інформаційні ресурси про алтимат фрізбі.

Забезпечити учнів дисками для практичної частини.

2. Основна частина

Презентація результатів дослідження:

Група 1 розповідає історію гри (наприклад, як вона виникла у США у 1968 році, як студенти використовували диски для розваг).

Група 2 представляє цікаві факти (рекорди, популярність гри у світі, місця проведення змагань).

Створення постера:

Група 3 малює великий плакат із ключовими моментами історії гри, її правилами, малюнками фрізбі.

Практичне заняття:

Група 4 під керівництвом учителя демонструє основні правила гри.

Провести короткий матч між учнями, пояснюючи основні дії: кидки, ловлю диска, взаємодію в команді.

3. Заключний етап

Обговорення:

Що нового дізналися учні про гру?

Що їм сподобалося найбільше?

Презентація результатів:

Вивісити постер у класі або на загальношкільному стенді.

Показати відео та фото, зроблені під час практичної частини.

Підсумок:

Пояснити, чому важливо займатися активними іграми, як алтимат фрізбі, для здоров'я та командної роботи.

Очікувані результати:

Учні отримають базові знання про історію алтимат фрізбі.

Навчатися працювати в команді та презентувати результати досліджень.

Отримають перший досвід гри у фрізбі.

Необхідні матеріали:

- Літаючі диски (фрізбі).
- Відео або фото про алтимат фрізбі.
- Аркуші паперу, маркери, фарби для створення постера.

Цей проєкт допоможе другокласникам не лише дізнатися нове, а й розвинути інтерес до фізичної активності у цікавій ігровій формі!

Додаток Г.1

Сценарій масового фізкультурно-спортивного заходу по швидкості проходження 1 кола в коловому тренуванні

Цільова аудиторія: учні 2 класу

Тривалість: 45–60 хвилин

Мета заходу:

Формування інтересу до фізичної активності через ігрову форму.

Розвиток швидкості, спритності та витривалості.

Зміцнення командного духу та взаємодії між учнями.

Необхідний інвентар:

Конуси (10–12 штук).

Скакалки (5–6 штук).

Обручі (5–6 штук).

Таймер або секундомір.

М'ячі різного розміру (5–6 штук).

Таблиця для запису результатів.

Підготовчий етап:

Розмітка майданчика:

Створити 6–8 станцій, розташованих по колу.

На кожній станції визначити завдання (опис завдань у розділі "Станції").

Розподіл учасників:

Поділити учнів на команди по 5–6 осіб (залежно від кількості учасників).

Призначити кожній команді номер або назву.

Пояснення правил:

Кожна команда стартує з різних станцій.

Завдання – якнайшвидше виконати завдання на кожній станції та завершити одне коло.

Результат кожної команди фіксується у таблиці.

Станції (опис завдань):

Станція «Спритний біг». Учні повинні пробігти змійкою між конусами до фінішу.

Станція «Стрибки в обручах». Розкласти обручі по землі в ряд. Діти стрибають у кожен обруч по черзі.

Станція «Передача м'яча». Учні мають передати м'яч над головою до останнього учасника в команді. Останній повертається до початку з м'ячем.

Станція «Стрибки через скакалку». Кожен учасник виконує 10 стрибків через скакалку.

Станція «Кидки в ціль». Діти по черзі кидають м'яч у відро або коробку, доки кожен учасник не виконає завдання.

Станція «Переноси предметів». Кожен учасник переносить невеликий м'яч або інший предмет на визначену дистанцію (наприклад, у ложці).

Станція «Біг з перешкодами». Діти долають невелику дистанцію, перестрибуючи через низькі бар'єри або оббігаючи їх.

Станція «Фінішна пряма». Команда разом біжить до фінішної лінії, тримаючись за руки.

Хід заходу:

1. Відкриття (5–7 хвилин)

Привітання (вчитель): «Доброго дня, дорогі учні! Сьогодні ми проведемо захопливий спортивний захід, де кожен з вас зможе показати свою спритність, швидкість і вміння працювати в команді. Нехай переможе найшвидший і найзлагодженіший!»

Легка розминка у формі гри або танцювальних рухів під веселу музику.

2. Основна частина (30–40 хвилин)

Команди займають свої стартові станції.

По сигналу вчителя або свистку команди починають виконувати завдання.

Після завершення завдання на станції команда переходить до наступної за годинниковою стрілкою.

Судді (учитель або помічники) стежать за правильністю виконання завдань і фіксують час проходження кола.

3. Заключна частина (10–15 хвилин)

Підбиття підсумків:

Ведучий оголошує час кожної команди.

Визначення переможців:

- Найшвидша команда.
- Команда з найкращою технікою виконання.
- Команда з найбільшим командним духом.

Нагородження:

Вручення грамот, медалей або символічних призів.

Закриття:

Вчитель: «Дякуємо всім за участь! Ви сьогодні чудово попрацювали, і кожен з вас показав справжній спортивний дух. Не забувайте, що фізична активність – це шлях до здоров'я та гарного настрою!»

Очікувані результати:

- Активне залучення учнів до спортивного заходу.
- Покращення координації, витривалості та спритності.
- Формування позитивного ставлення до командної роботи та фізичних вправ.

Кваліфікаційна робота містить результати власних досліджень. Використання ідей, результатів і текстів наукових досліджень інших авторів мають посилання на відповідне джерело.

_____ Віталій РЯБИЙ