



Міністерство освіти і науки України



Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди
Комунальний вищий навчальний заклад «Харківська академія неперервної освіти»

**ДІАГНОСТИКА ТА ЗАПОБІГАННЯ ОСВІТНІХ ВТРАТ УЧНІВ ЗАКЛАДІВ
ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ У ФІЗКУЛЬТУРНІЙ ГАЛУЗІ**

: збірка тез доповідей за результатами круглого столу «Подолання освітніх розривів та освітніх втрат – головна умова покращення якості освітнього процесу з фізичної культури в ЗЗСО у 2023/24 навчальному році», 18 жовтня 2023 року

Харків–2023

УДК 372.8

Редакційна колегія:

Кривенцова Ірина, к.пед.наук, доцент, завідувачка кафедри теорії, методики і практики фізичного виховання ХНПУ імені Г.С.Сковороди.

Несен Олена, к.фіз.вих., доцент кафедри теорії, методики і практики фізичного виховання ХНПУ імені Г.С.Сковороди.

Байназарова Олена, т.в.о. завідувача кафедри виховання й розвитку особистості КВНЗ «Харківська академія неперервної освіти», магістр державного управління, менеджер освіти, тренер НУШ, тренер з інфомедійної грамотності, тренер з ефективного управління ЗЗСО.

Волкова Ірина, старша викладачка кафедри виховання й розвитку особистості КВНЗ «Харківська академія неперервної освіти», магістр з педагогіки вищої школи, тренерка НУШ, Відмінник освіти України.

Шестерова Людмила, завідувачка кафедри теорії та методики фізичного виховання КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради, к. фіз.вих, професор, МСМК з легкої атлетики, Відмінник освіти України.

Діагностика та запобігання освітніх втрат учнів закладів загальної середньої освіти у фізкультурній галузі: збірка тез доповідей за результатами круглого столу «Подолання освітніх розривів та освітніх втрат – головна умова покращення якості освітнього процесу з фізичної культури в ЗЗСО у 2023/24 навчальному році», 18 жовтня 2023 року, Харків : ХНПУ імені Г.С. Сковороди, 2023. 53 с.

Затверджено редакційно-видавничою радою Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди

Протокол № 10 від 18.10.2023 р.

© Харківський національний педагогічний університет імені Г. С. Сковороди, 2023

© Комунальний вищий навчальний заклад «Харківська академія неперервної освіти», 2023

Передмова

Ми раді вітати шановних колег, учасників Круглого столу!

Від імені ректорату Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди, факультету фізичного виховання і спорту і звісно кафедри теорії, методики і практики фізичного виховання, дозвольте подякувати всім вам за те, що маєте активну позицію щодо впровадження цінностей фізичної культури та подолання жахливих викликів сучасності, і перед усім викликів в освіті та безпосередньо фізкультурній освіті.

Ми будемо рухатися разом з вами, бо викладачі вищої школи спеціалізованих закладів вищої фізкультурної освіти та вчителі фізичної культури, тільки разом розвиваються і навчаються, бо саме наш фах, фах вчителя фізичної культури не є сталим явищем. Ми як ніхто інший розуміємо, що саморозвиток і самовдосконалення сьогодні займають провідне місце у нашому житті. Вчитель фізичної культури завжди, і у будь-якому віці має ідеально показати як виконувати вправи, вміти зацікавити дитину, вмотивувати її до щоденних занять фізичними вправами і спортом.

Спілкування через екрани монітору з нашими учнями, вже більше трьох років, не завжди сприяють реалізації наших глобальних завдань у повній мірі. Це викликає складності у вчителів і викладачів, бо з'являються види і способи роботи, технології навчання, які раніше, як нам здавалося, не були такими важливими. Проте, вже станом на сьогодні ми оволоділи роботою на платформах дистанційного навчання, у кожного з нас є певний досвід. І мета нашого зібрання, поділитися набутими знаннями з метою оптимізувати навчальний процес з фізичного виховання.

Бажаю учасникам Круглого столу плідної роботи і цікавих та корисних доповідей.

Ірина КРИВЕНЦОВА

*Завідувач кафедрою
теорії, методики і практики фізичного виховання
ХНПУ імені Г.С.Сковороди*

Наші доповідачі:

Ірина Волкова, старша викладачка кафедри виховання й розвитку особистості КВНЗ «Харківська академія неперервної освіти», магістр з педагогіки вищої школи, тренерка НУШ, Відмінник освіти України. - ***Освітні втрати та розриви: поняття, причини, наслідки й шляхи подолання в організації освітнього процесу з фізичної культури в ЗЗСО.***

Людмила Шестерова, завідувачка кафедри теорії та методики фізичного виховання КЗ - «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» Харківської обласної ради, к. фіз.вих, професор, МСМК з легкої атлетики, Відмінник освіти України. - ***Зміни підходів до навчання у фізкультурній галузі в контексті подолання освітніх втрат.***

Ірина Кривенцова, завідувач кафедри теорії, методики і практики фізичного виховання ХНПУ імені Г.С. Сковороди, к.пед.н., доцент. - ***Запобігання освітніх втрат з досвіду викладання фізичного виховання на дистанційній платформі.***

Олена Байназарова, т.в.о. завідувача кафедри виховання й розвитку особистості КВНЗ «Харківська академія неперервної освіти», магістр державного управління, менеджер освіти, тренер НУШ, тренер з інфомедійної грамотності, тренер з ефективного управління ЗЗСО. - ***Розробка завдань тестового типу: основні принципи та вимоги.***

Олена Несен, доцент кафедри теорії, методики і практики фізичного виховання ХНПУ імені Г.С. Сковороди, к.фіз.вих. - ***Діагностика освітніх втрат інваріантної складової модельної (навчальної) програми «Фізична культура».***

Євгенія Стрельникова, старший викладач кафедри теорії, методики і практики фізичного виховання ХНПУ імені Г.С.Сковороди, тренер волейбольної жіночої команди вищої ліги «ХНПУ - Харків'янка». - *Діагностика технічної підготовленості учнів на уроках фізичної культури: модуль «Волейбол».*

Ольга Лобаньова, методист Центру громадянського виховання КВНЗ «Харківська академія неперервної освіти», суддя Національної категорії з волейболу та волейболу пляжному. - *Розвиток спеціальних фізичних якостей на інтегрованих уроках у дистанційному форматі: модуль «Волейбол».*

Надія Шип, старший викладач кафедри теорії, методики і практики фізичного виховання ХНПУ імені Г.С.Сковороди, майстер спорту зі спортивного орієнтування, тренер. - *Контроль фізичної та технічної підготовленості на уроках фізичної культури зі спортивного орієнтування.*

Андрій Козлов, старший викладач кафедри теорії, методики і практики фізичного виховання ХНПУ імені Г.С.Сковороди. - *Шляхи запобігання освітніх втрат учнів 1-6 класів з фізичної культури через організацію співпраці з батьками.*

Ірина Волкова

ОСВІТНІ ВТРАТИ ТА РОЗРИВИ: ПОНЯТТЯ, ПРИЧИНИ, НАСЛІДКИ Й ШЛЯХИ ПОДОЛАННЯ В ОРГАНІЗАЦІЇ ОСВІТНЬОГО ПРОЦЕСУ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ В ЗЗСО

У Законі України «Про освіту» визначена мета повної загальної середньої освіти як «всебічний розвиток, виховання і соціалізація особистості, яка здатна до життя в суспільстві та цивілізованій взаємодії з природою, має прагнення до самовдосконалення і навчання впродовж життя, готова до свідомого життєвого вибору та самореалізації, відповідальності, трудової діяльності та громадянської активності» [2].

Нова українська школа вибудовує освітній процес в закладах загальної середньої освіти з врахуванням здібностей, потреб та інтересів кожної дитини, забезпечуючи рівність, справедливість та якість освіти [4]. Так Державний стандарт базової середньої освіти (2022) наголошує, що метою базової середньої освіти є розвиток природних здібностей, інтересів, обдарувань учнів, формування компетентностей, необхідних для їх соціалізації та громадянської активності, свідомого вибору подальшого життєвого шляху та самореалізації, продовження навчання на рівні профільної освіти або здобуття професії, виховання відповідального, шанобливого ставлення до родини, суспільства, навколишнього природного середовища, національних та культурних цінностей українського народу [1].

Однак сьогодні освітня система нашої країни відчуває ряд випробувань. Згубний вплив пандемії COVID-19 був посилений повномасштабним вторгненням росії. За об'єктивним аналізом дослідників, це проявляється у значних навчальних втратах усіх здобувачів освіти, зокрема учнівства закладів загальної середньої освіти.

Експерти в галузі освіти наголошують на таких негативних наслідках освітніх втрат та освітніх розривів, зокрема:

- *освітні втрати можуть спричинити значний негативний вплив як на розвиток особистості (зокрема через втрату можливостей для розкриття її потенціалу), так і на добробут цілих суспільств у майбутньому;*
- *освітні втрати поглиблюють нерівність в освіті через збільшення вже наявних навчальних розривів (наприклад, між успішністю учнів з родин з низьким і високим рівнем доходу, із сільських і міських шкіл тощо);*
- *освітні втрати можуть призвести до серйозних економічних наслідків у майбутньому, зокрема до зниження валового внутрішнього продукту;*
- *освітні втрати в країнах із нижчими доходами потенційно мають більший масштаб порівняно з багатшими країнами [7].*

Підтримуємо думку тих, хто вважає, що в Україні потрібна докорінна реформа, яка зупинить негативні тенденції, яка перетворить українську школу на важіль соціальної рівності та згуртованості, економічного розвитку і конкурентоспроможності. Подолання навчальних втрат має стати пріоритетом розвитку освіти України.

На підставі державних документів і наукових джерел наведемо основні терміни та їх визначення. За думкою фахівців Українського центру оцінювання якості освіти у широкому сенсі освітні втрати означають втрату можливостей для всебічного розвитку учнів – інтелектуального, соціального, емоційного, психологічного тощо [5, 6].

У межах родового поняття «освітні втрати» умовно виділити три взаємопов'язані компоненти [5, 6]:

- *навчальні втрати (у розумінні втрати знань, умінь, навичок, ставлень тощо);*

- *виховні втрати;*
- *зниження темпу розвитку особистості.*

Навчальні втрати можна визначити як будь-яку втрату знань, умінь, навичок та/або уповільнення чи переривання академічного прогресу через паузи в навчанні конкретного учня. Ці втрати виникають як наслідок тривалих пропусків занять (наприклад, через проблеми зі здоров'ям), неефективного викладання, значних незапланованих перерв в навчанні, пов'язаних із соціальними кризами, війнами, природними катаклізмами тощо [5, 6, 7].

Терміном «навчальні розриви» позначається значна та стійка різниця в академічній успішності між різними групами (категоріями) учнівства.

- *з родин із вищими та нижчими доходами;*
- *із сільської й міської місцевості;*
- *хлопцями і дівчатами;*
- *тими, хто мали доступ до комп'ютерів/інтернету і не мали його;*
- *тими, які проживали в зоні активних бойових дій/ на тимчасово окупованих територіях, чи ні тощо.*

Так, за думкою фахівців Українського центру оцінювання якості освіти заходи, які можна розглядати як потенційні для подолання навчальних втрат в Україні, є такі:

- *другорічництво;*
- *навчання під час канікул / тьюторинг;*
- *репетиторство за державний кошт;*
- *створення інтеграційних класів;*
- *перегляд та адаптація освітніх програм;*
- *розроблення додаткового контенту з ключових навчальних тем;*
- *розроблення додаткового якісного освітнього контенту, акцентованого на темах, що потребують надолуження;*

- *методична підготовка вчителів до роботи з учнями, які мають навчальні втрати;*
- *посилення шкільної автономії та взаємодії й співпраці вчительства [5, 6].*

Визначення наслідків, спричинених навчальними втратами, для розвитку індивіда й суспільством загалом у ближній і довгостроковій перспективі передбачає передусім наявність об'єктивних даних щодо того, що саме було втрачено / недоотримано. Для цього треба мати певні дані щодо рівня навчальної успішності учнівства «на вході» (наприклад, інформацію про те, що учні знали та вміли на відповідному рівні освіти до моменту зупинки навчання через, наприклад, пандемію COVID-19) та порівнювані з ними дані «на виході» (відповідно, наприклад, інформацію про те, яка ситуація зі знаннями та навичками учнівства на тому самому рівні освіти після певного періоду зупинки навчання внаслідок пандемії COVID-19) [5, 6] .

Як свідчить аналіз літератури з теми, саме «вхідні» дані виявилися найбільшою проблемою для багатьох освітніх систем, які стикнулися з пандемією, включно і фізичної культури.

При цьому важливо впровадити не точкові вимірювання учнівської успішності, а справді дієву систему освітніх вимірювань, спроможну давати уявлення щодо глибини навчальних втрат учнівства. Побудова такої системи можлива за наявності двох компонентів: а) чіткого уявлення про стандарти, яких мають досягати учні на різних рівнях / етапах навчання та б) наявність стандартизованих інструментів для оцінювання успішності учнівства. Перший компонент дасть змогу виявити ті теми, які учні недовчили та на які варто звернути найбільшу увагу. Другий компонент – стандартизовані інструменти – запорука якості та порівнюваності результатів освітніх вимірювань. Розробка та/чи вдосконалення цих двох

компонентів є надважливим завданням, яке варто реалізувати найближчим часом [5, 7].

Сьогодні у закладах загальної середньої освіти ведеться робота щодо розробки та запровадження програм з надолуження освітніх втрат в українському контексті, які за визначенням, прийнятим робочою групою під час заходу 7 червня 2023 року, присвяченого розробленню рамки для впровадження програм з надолуження освітніх втрат в Україні, — це комплекс заходів для здобувачів загальної середньої освіти, спрямований на визначення прогалин у навчанні та їх компенсацію, а також на адаптацію, пріоритезацію предметів (знань та компетентностей), надання психологічної та соціально-емоційної підтримки [8].

Наведемо основні заходи, як надані закладам загальної середньої освіти та вчителям у Рекомендаціях слухань у Комітеті Верховної Ради України з питань освіти, науки та інновацій на тему «Освітні втрати й освітні розриви на рівні загальної середньої освіти: вимірювання та механізми подолання» [7].

- Забезпечити моніторинг результатів навчання здобувачів освіти з використанням діагностичного інструментарію.
- Здійснювати адаптивне гнучке планування, яке б передбачало перерозподіл навчального часу між темами, або розробляти власні навчальні програми коригуючи зміст та результати навчання з урахуванням виявлених освітніх втрат із предмету, розробки завдань різних рівнів складності.
- Продовжити працювати над створенням методичної системи підтримки індивідуальної освітньої траєкторії учнів шляхом проведення індивідуальних занять факультативів відповідно до навчального плану та/або за запитами учнів, консультацій з учнями для усунення прогалин у заняттях.

- Використовувати години варіативної складової шляхом запровадження індивідуальних та групових консультацій для здобувачів освіти.

Робота триває. Зазначені нижче джерела допоможуть більш детально ознайомитися з даного напрямку.

Література:

1. Державний стандарт базової середньої освіти, затверджений постановою Кабінету Міністрів України від 30 вересня 2020 р. №898. URL: <https://www.kmu.gov.ua/npas/pro-deyaki-pitannya-derzhavnih-standartiv-povnoyi-zagalnoyi-serednoyi-osviti-i300920-898>

2. Закон України «Про освіту». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>

3. Закон України «Про повну загальну середню освіту». URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#Text>

4. Концептуальні засади реформування середньої школи «Нова українська школа». URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/nova-ukrainska-shkola-compressed.pdf>

5. Навчальні втрати: причини, наслідки й шляхи подолання / Ганна Бичко, Василь Терещенко, наукове редагування Тетяни Вакуленко, Український центр оцінювання якості освіти, 2023. URL: <https://osvita.ua/school/88921/#:~:text=%D0%A3%20%D1%88%D0%B8%D1%80%D0%BE%D0%BA%D0%BE%D0%BC%D1%83%20%D1%81%D0%B5%D0%BD%D1%81%D1%96%20%D0%BE%D1%81%D0%B2%D1%96%D1%82%D0%BD%D1%96%20%D0%B2%D1%82%D1%80%D0%B0%D1%82%D0%B8,%D1%81%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%2C%20%D0%B5%D0%BC%D0%BE%D1%86%D1%96%D0%B9%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%2C%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%87%D0%BD%D0%BE%D0%B3%D0%BE%20%D1%82%D0%BE%D1%89%D0%BE>.

6. Навчальні втрати: причини, наслідки й шляхи подолання. // Ганна Бичко, Василь Терещенко, наукове редагування Тетяни Вакуленко/ Український центр оцінювання якості освіти, 2023. URL: https://testportal.gov.ua/wp-content/uploads/2023/04/Learning-losses_Ukraine.pdf

7. Рекомендації слухань у Комітеті Верховної Ради України з питань освіти, науки та інновацій на тему «Освітні втрати й освітні розриви на рівні загальної середньої освіти: вимірювання та механізми подолання». Затверджено Рішенням Комітету Верховної Ради України

з питань, освіти та інновацій. Протокол № 122 від 07.06.2023. URL <https://kno.rada.gov.ua/print/76132.html>

8. Рекомендації щодо організації програм з надолуження освітніх втрат

.URL:<https://mon.gov.ua/storage/app/media/news/2023/07/31/Unicef.Immidiate.actions.frame.proofreading.ua.1-31.07.2023.pdf>

Людмила Шестерова

ЗМІНИ ПІДХОДІВ ДО НАВЧАННЯ У ФІЗКУЛЬТУРНІЙ ГАЛУЗІ В КОНТЕКСТІ ПОДАЛАННЯ ОСВІТНІХ ВТРАТ

В Україні втрати в навчанні учнівства пов'язані не лише з карантином 2020-2021 років, а й із повномасштабною війною. Починаючи від 24 лютого 2022 року чимало українських учнів не мають змоги повернутися до традиційного навчання в закладах освіти.

Проте навіть у відносно безпечних регіонах навчання учнів в очному чи змішаному форматі постійно переривається через повітряні тривоги, вимкнення світла тощо. Війна в Україні значно ускладнила доступ учнівства до освіти та сильно впливає на її якість. Загалом можна виділити низку проблем, що позначаються на результатах навчання в умовах війни:

- 1. Проживання на тимчасово окупованих територіях.*
- 2. Проживання в зоні активних бойових дій.*
- 3. Зміна місця проживання.*
- 4. Руйнування закладів освіти.*
- 5. Повітряні тривоги.*
- 6. Відімкнення електроенергії.*

Поки що неможливо точно визначити, як кожен із цих чинників впливає на якість освіти та до яких навчальних втрат він призведе. Однак деякі аналогії, хай і відносні, в історії можна знайти. Так, дослідники, які вивчали наслідки Другої світової війни та війни у В'єтнамі, вказують на те,

що бойові дії, міграція та інші фактори, пов'язані з війною, негативно позначаються як на самій людині, так і на розвитку суспільства.

Наприклад, наводяться докази того, що війна, пережита в дитинстві, мала негативний вплив на психічне та фізичне здоров'я вже дорослих людей, а також позначилася на їхньому заробітку. Інші вчені досліджували втрати людського капіталу внаслідок Другої світової війни, зокрема шкоду, якої зазнали діти шкільного віку. Вони дійшли висновку, що такі діти, через перерви в навчанні отримували менший заробіток навіть через 40 років після її закінчення.

Загалом усі дослідники сходяться в тому, що уряди країн, постраждалих від війни, повинні зосередитися на налагоджуванні комплексної підтримки дітей в умовах війни, зокрема забезпеченні їх необхідними ресурсами та інфраструктурою, побудові системи психологічної підтримки тощо.

Для нашої держави це питання стоїть особливо гостра. Комітет Верховної Ради України з питань освіти, науки та інновацій 11 травня 2023 року провів слухання на тему «Освітні втрати й освітні розриви на рівні загальної середньої освіти: вимірювання та механізми подолання». У [рекомендаціях](#) за результатами цих слухань ідеться: «На сьогодні держава не володіє повною та достовірною інформацією щодо реального впливу як карантину, спричиненого пандемією, так і війни в Україні на рівень досягнення українськими школярами результатів навчання, визначених державними стандартами загальної середньої освіти. В Україні відсутні усталені процедури для дослідження рівня освітніх втрат і освітніх розривів на рівні загальної середньої освіти, а також не розроблено механізмів їх подолання. Через це держава не може приймати адекватних рішень у галузі освіти для компенсації та надолуження втраченого/недоотриманого». Учасники комітетських слухань запропонували розробити Національну

програму подолання освітніх втрат та освітніх розривів на рівні загальної середньої освіти, спричинених пандемією COVID-19 та повномасштабною війною в Україні, на період 2023–2030 років.

При розробленні такої програми важливо врахувати міжнародний досвід подолання освітніх втрат, а також зосередитися на впровадженні унікальних для нашої країни рішень, пов'язаних із необхідністю реагувати на проблеми в освіті, зумовлені війною.

Серед заходів, які можна розглядати як потенційні для подолання навчальних втрат в Україні, є такі:

- *другорічництво;*
- *навчання під час канікул;*
- *репетиторство за державний кошт;*
- *створення інтеграційних класів;*
- *перегляд та адаптація освітніх програм;*
- *розроблення додаткового контенту з ключових навчальних тем;*
- *розроблення додаткового якісного освітнього контенту, акцентованого на темах, що потребують надолуження;*
- *методична підготовка вчителів до роботи з учнями, які мають навчальні втрати;*
- *посилення шкільної автономії та взаємодії й співпраці вчительства.*

Всі ці заходи потребують великих фінансових витрат, про що свідчить досвід подолання освітніх втрат в різних країнах світу. В Україні на сьогодні таких коштів немає.

Досвід США

Так, 11 березня 2021 року Президент Байден [підписав](#) закон про Американський план порятунку, безпрецедентний пакет заходів екстреної допомоги національній освітній системі на суму 1,9 трильйона доларів. Оцінюючи через рік результати реалізації Плану щодо боротьби з освітніми

втратами, у Білому домі [вказали](#), що штати та шкільні округи мають необхідні ресурси і зобов'язані подолати вплив пандемії на навчання учнів через такі заходи: набір, утримання та розширення професійного розвитку педагогічного персоналу; навчання під час літніх канікул; тьюторинг; наймання консультантів та збільшення підтримки для учнів; розвиток громадських шкіл; зміцнення педагогічних колективів.

[Припускають](#), що вжиті урядом заходи щодо мінімізації освітніх втрат в американських школах не дадуть жодного дієвого результату, зокрема через те, що результати учнів, зафіксовані Національним оцінюванням прогресу освіти продовжують [залишатися](#) на рекордно низькому рівні. Причиною негативних результатів вважається те, що заходи з подолання освітніх втрат, є недостатніми і такими, що не враховують навчального темпу учнів і того, наскільки цей темп змінився. Тому шлях для ефективного подолання втрат у знаннях полягає не у збільшенні навчального часу, репетиторстві чи наставництві, а в підходах до навчання.

Досвід Німеччини

Німецький Федеральний уряд ініціював національну [програму](#) «Наздоганяємо після Корони» із загальним обсягом фінансування 2 млрд євро. Ці кошти надавалися урядам федеральних земель для фінансування та імплементації компенсаційних заходів, спрямованих на зниження рівня втрат у знаннях. Підтримка [спрямовувалася](#) на організацію індивідуальних уроків та занять у малих навчальних групах під час літніх канікул і на початку нового 2021/2022 навчального року, з особливою увагою на учнів із сімей мігрантів.

Опитування німецьких вчителів щодо компенсаційних заходів, [свідчить](#), що найпомітнішу роль в успішній реалізації поставлених завдань щодо зменшення освітніх втрат відіграли наявна інклюзивна культура і стає партнерство з батьками у школі. Для побудови та підтримки такої

культури потрібно здійснювати наступні заходи: підтримувати соціальні можливості шкіл, запобігати появі стресу у вчителів, сприяти колективній ефективності вчителів, запроваджувати партнерства між школою та батьками, подолати нестачу вчителів.

Компенсаційні заходи, такі як продовження навчального року, організація літніх шкіл, [використовувалися](#) і в **Австрії**. Проте, як показали батьківські опитування, участь дітей у цих заходах залежала від батьків та їхнього суб'єктивного ставлення до дистанційного навчання. Також додатково мав вплив соціоекономічний статус батьків, і з'ясувалося, що діти з низьким рівнем доходів не відвідували таких заходів, хоча вони спрямовувалися насамперед на них.

До компенсаційних заходів критично [ставляться](#) італійські дослідники. Вони дійшли висновку, що подовження навчального року на два тижні призвело лише до помірних покращень, тоді як подовження тривалості шкільного дня та літні програми значно зменшили втрати в навчанні.

Кардинально протилежною є ситуація з подоланням освітніх втрат у **Данії**. Уряд країни виділив 35 млн євро для організації додаткових занять та покращення учнівського самопочуття (student well-being). Крім того, в країні ще до поширення коронавірусу освітня технологічна інфраструктура була розвинена на досить високому рівні, і Данія залишається однією з найкращих серед європейських країн за рівнем цифрових навичок населення. Також [дослідники не знайшли](#) підтвердження впливу соціально-економічного статусу сім'ї учня на його успішність.

Тобто в світі наразі немає єдиного розробленого підходу щодо зменшення та подолання освітніх втрат. Уряди країн під час пандемії створювали фонди швидкого реагування та запроваджували екстрені заходи, що мали зменшити вплив пандемії на освітню галузь. Однак

результати останніх тестувань та опитувань показують, що ці рішення не завжди приводять до успішного результату. Тому аналітики і науковці пропонують додаткові рішення, на які урядовцям необхідно звернути увагу при коригуванні політик.

Важко спрогнозувати, який інструмент компенсації освітніх втрат виявиться дієвим в українських умовах, адже реальний рівень таких втрат в учнів наразі не відомий. Тому, як пропонують фахівці УЦОЯО (Український Центр оцінювання якості освіти), першочерговим завданням є започаткування проведення якісної діагностики успішності учнів на різних рівнях. Із цим не варто зволікати, адже навчальні втрати мають кумулятивний характер і лише поглиблюватимуться з кожним роком, якщо не вживати заходів. Дослідження щодо освітніх втрат як в Україні, так і в світі, частіше за все стосуються математики та мовних дисциплін, зокрема в Україні української мови. Щодо освітніх втрат в фізкультурній галузі дослідження майже не проводилися, а вони, на наш погляд, величезні.

З огляду на це **пропонуємо** нижче наведені **підходи подолання освітніх втрат в фізкультурній галузі**:

1) зміна підходів до навчання

За новими стандартами базової середньої освіти фізична культура спрямована на формування гармонійного фізичного розвитку особистості та розширення рухового досвіду учнів. Стандарт враховує права дитини, її здібності, потреби та інтереси – тобто діє за «принципом дитиноцентризму». Традиційна методика проведення уроку регламентує: кількість повторень, темп, частоту, амплітуду рухів, техніку виконання вправ та нормативи тощо. У результаті немає орієнтації на особистість дитини. Це свідчить про необхідність змінити підхід до навчання та дати можливість дітям проявити себе: запропонувати власні варіанти вправ або виконання вправ, запропонованих вчителем; сформувати особисте

ставлення до руху, бути активним учасником процесу, а не просто відтворювати те, що вважає за необхідне вчитель.

2) професійний розвиток педагога

В сучасних умовах фізична культура викладається в багатьох формах – онлайн, офлайн, змішаній, індивідуальній та екстернатом. Вчителі не повинні чекати відновлення нормальної роботи школи, забезпечення уроків спортивним інвентарем та обладнанням. Вони мають працювати креативно та відбирати для навчання ті модулі, до яких у них і в дітей є наявності інвентар. Такими модулями можуть стати модулі з різних видів фітнесу, які не потребують багато простору та грошових витрат для придбання інвентарю.

Можливість проведення уроків онлайн стає сильною стороною сучасного педагога. Посилання на YouTube, уроки у Viber (наприклад, такий досвід мають вчителі деяких шкіл м. Харків, випускники КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» ХОР) – це краще ніж нічого, таким чином можна позбавити дітей стресу, тривожності і долучити до фізичної активності.

3) надання ініціативи дітям в організації самостійних занять

Це новий підхід до фізкультурно-оздоровчої діяльності з метою охоплення 100% учнів різними формами занять фізичними вправами. Він стає можливим, якщо ініціативу будуть проявляти самі діти, а дорослі тільки сприяти їх самостійним заняттям та можливостям проявляти себе разом з друзями. Таким чином учні стають помічниками вчителів, а постійне їх залучення до фізичної активності поступово сформує звичку до занять фізичними вправами.

4) залучення учнів до цікавих проектів

На сайті Інституту модернізації змісту освіти є багато записів семінарів та тренінгових програм для вчителів фізичної культури, що

сприяє запровадженню інноваційних варіативних модулів. Спільно з громадською організацією «Рух Олександра Педана Junior» створено проекти «Будь активним заради миру!», «Перемагаємо разом» (наприклад, здобувач освіти КЗ «Харківська гуманітарно-педагогічна академія» ХОР працює в одній із шкіл Донецької області, де успішно впроваджує проект «Перемагаємо разом»). Учасники проектів вже змінилися і розуміють, що за допомогою однодумців можна об'єднатися і провести цікаві уроки фізичної культури в онлайн режимі.

5) правильна розробка календарно-тематичних планів

Під час планування повинні враховуватися бажання школярів щодо варіативних модулів, які вони будуть вивчати, сезонність добірки вправ, врахування онлайн навчання та воєнного стану.

У процесі навчання школярі можуть вільно змінювати обраний варіативний модуль, до того ж модулі кожної чверті мають змінюватися. Це підвищує мотивацію до уроків фізичної культури. Такий підхід запускає процеси самореалізації, особистісного зростання через вільний вибір, дозволяє підвищити моторну щільність уроку.

б) подовження тривалості шкільного дня

Щоденні уроки фізичної культури дадуть змогу подолати освітні втрати в фізкультурній галузі, відволікти учнів від гаджетів, підвищити їх рухову активність і, як наслідок, покращити стан здоров'я.

За час тривалості карантину та воєнного стану діти зовсім змінилися. Вони хочуть бути присутніми на уроках. Їм не вистачає соціалізації, спілкування між своїми однолітками та навіть з вчителями.

Зміни необхідні!

Зараз мова йде про здоров'я і виживання нашої нації.

Ірина Кривенцова

ЗАПОБІГАННЯ ОСВІТНІХ ВТРАТ З ДОСВІДУ ВИКЛАДАННЯ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ НА ДИСТАНЦІЙНІЙ ПЛАТФОРМІ

Фізична культура має на меті - гармонійний фізичний розвиток особистості, підвищення функціональних можливостей організму, вдосконалення життєво-необхідних рухових умінь та навичок, розширення рухового досвіду через формування стійкої мотивації до занять фізичними вправами і спортом. Здорове покоління є запорукою сильної нації.

За результатами щорічного анкетування наших першокурсників щодо залучення вчорашніх школярів до фізкультурно-спортивної діяльності і за тестуванням їхньої фізичної підготовленості, нажаль, ми маємо стабільну тенденцію до різкого зменшення кількості здобувачів освіти, які мають спортивні звання та розряди, які регулярно займаються фізичними вправами і спортом, які мають високий та достатній рівень фізичної підготовленості.

І тому є об'єктивні та суб'єктивні причини. Існує знецінення соціального статусу та престижу фізичної культури і спорту у суспільстві, і відповідно, відбувається зниження мотивації до систематичних занять фізичними вправами і спортом у наших здобувачів. Звісно, матеріальна база застаріває, спортивне обладнання та інвентар зношуються, у закладів освіти постійно відчувається брак коштів і доволі часто, такі матеріальні проблеми фізичної культури не є пріоритетними для школи. Фізична культура та фізичне виховання у більшості закладів освіти нажаль не є пріоритетною дисципліною, а у більшості педагогічних кадрів ще досі не сформоване розуміння важливості фізичної культури задля здоров'я та покращення якості життя. І не кожен вчитель фізичної культури буде прикладати значні зусилля щоб подолати таке ставлення.

Деякі школярі, особливо у період пандемії та повномасштабної війни, часто уникають уроки фізичної культури, особливо коли вони відбуваються online. І тільки там де керівництво закладу освіти разом з вчителем фізичної культури докладають зусилля у напрямку виправлення і покращення цієї ситуації є гарні результати.

Щодо досвіду роботи кафедри теорії, методики і практики фізичного виховання ХНПУ імені Г.С.Сковороди в цьому напрямі. Наші заняття відбуваються у синхронному та асинхронному форматах. Ми користуємося відео-конференціями Meet та Zoom для проведення синхронних занять. В асинхронному режимі працюємо на платформі дистанційної освіти. Наш університет застосовує платформу Мудл.

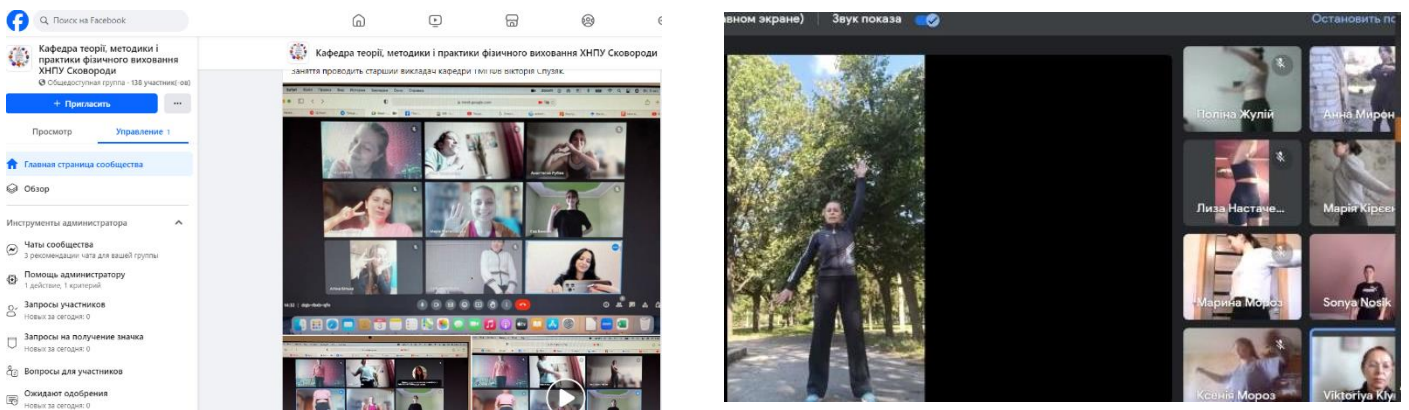


Рис. 1. Організація онлайн синхронних занять фізичним вихованням через платформи відеоконференцій Meet та Zoom.

Розроблено та оновлено програми з фізичного виховання з урахуванням потреб та можливостей викладання фізичного виховання саме на дистанційних платформах.

Заняття систематизовані таким чином, що кожного тижня, по черзі ми відкриваємо окремі теми та завдання для здобувачів, намагаючись враховувати і специфіку факультетів де вони навчаються.

Викладачі працюють творчо та креативно, розробляючи і готуючи відео-контент з безпосереднім-особистим виконанням комплексів вправ та методичними рекомендаціями, як саме, як вірно і взагалі навіщо виконувати ці вправи.



Рис.2. Підготовлений відеоконтент викладачами кафедри

На дистанційній платформі здобувачі освіти виконують тести, навчаються і одночасно отримують позитивні емоції від інтерактивних ігор, які створюють наші викладачі за допомогою ігрової платформи Learning Apps.

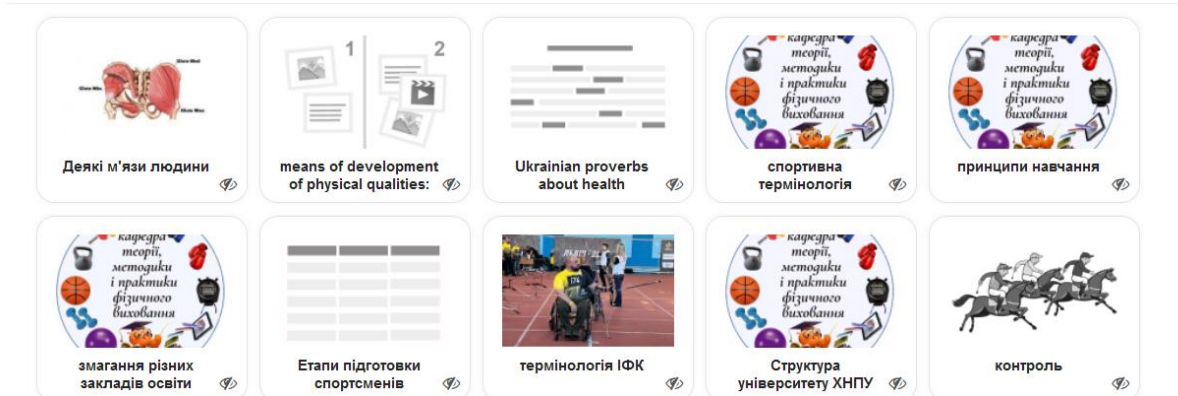


Рис. 3. Приклади ігрових механік для занять зі здобувачами

Ми намагаємося спрямувати наших здобувачів на творчу роботу з фізичного виховання, створити позитивну атмосферу у нашому спілкуванні. Наші здобувачі беруть участь у фізкультурних челенджах та флешмобах, навчаються розробляти фізкультурні паузи та хвилинки відповідно до профілю їхнього факультету та предмету який вони будуть викладати. Викладачі кафедри пропонують творчі завдання: написання есе,

створення презентацій та відео або фото колажів тощо. І звісно, що за всією «самостійною» роботою стоїть викладач, який надає чіткі рекомендації та методичну допомогу.

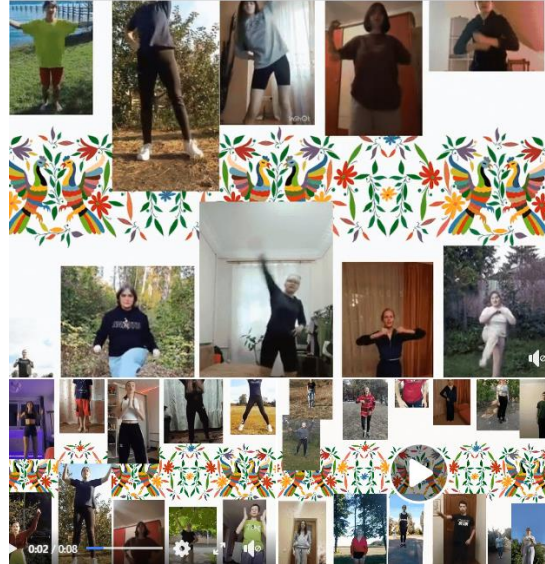


Рис.4. Участь здобувачів вищої освіти ХНПУ імені Г.С.Сковороди у фізкультурних челенджах

В нашому університеті, на вимогу Міністерства освіти і науки України, навчальна дисципліна Фізичне виховання була винесена за рамки навчальних планів. І тому, кожного року ми не знаємо, чи дозволить адміністрація здійснювати організацію цього процесу. Поки що, дякуємо нашому ректорату, фізичне виховання є у сітці розкладів академічних груп 1-2 року навчання бакалаврського рівня вищої освіти.

Які проблеми ми побачили у роботі зі студентами на дистанційному навчанні? Які питання виникали і як ми їх намагаємося долати?

1. Як користуватися можливостями дистанційної платформи, яка інформація є на сторінці курсу, як відкривати посилання та методичні рекомендації викладачів, як завантажувати виконані роботи у файлах та за

посиланням і відправляти на перевірку тощо. І тому, ми створили навчальний відеоролик з відповідними рекомендаціями.

2. У здобувачів можуть виникати складності з інтернет зв'язком, або існує різниця в часі країн де вони знаходяться. Ми не занижуємо оцінки за роботу, а заохочуємо до виконання завдань з фізичного виховання у зручний час і дозволяємо відправити їхні роботи на перевірку навіть на особисті поштові скрині та месенджери викладачів.

3. Існує і ще така проблема - багато здобувачів не мають бази рухових умінь та навичок. І це найскладніше питання над вирішенням якого ми постійно працюємо.

Контрольні тести рівня фізичної підготовленості мають впроваджуватися і при дистанційному навчанні. Саме тому, викладачами кафедри розробляються прості для оцінювання (перевірки та контролю за виконанням) тести; описується методика їхнього виконання; виконується відео-зйомка «ідеального» виконання (викладачем або здобувачем освіти) з розміщенням цього відео на Google диску кафедри; розробляється та перевіряється інформативність способів оцінювання; і після цього впроваджуємо ці тести на певних заняттях.

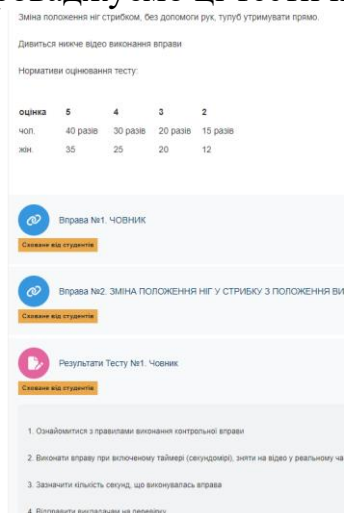


Рис. 5. Організація контрольного тестування фізичної підготовленості на дистанційній платформі Moodle

Педагогічна діяльність дорівнює процесу творчості, а сам вчитель дорівнює творчому явищу. Підготовка вчителя, формування сукупності

його знань, вмінь, навичок, особливостей поведінки, культури спілкування, професійні компетентності, включаючи і самоосвіту, самовдосконалення (що особливо важливим є для вчителів фізичної культури) також мають набути пріоритетне значення для країни, тому що від особистості вчителя залежить те, яким є і яким буде суспільство, які цінності та ідеали будуть сповідувати майбутні покоління, які знання і вміння для розвитку прогресу отримують громадяни.

Викладачі нашої кафедри намагаються рухатися разом з вчителями, нашими студентами, спортсменами. І як кажуть «у здоровому тілі здоровий дух», а українці мають цей дух і потрібно щоб це ніколи не припинилось. У нас також є свій фронт, освітянський фронт і ми маємо його тримати.

Олена Байназарова



Комп'ютерний вищий навчальний заклад
«ХАРКІВСЬКА АКАДЕМІЯ НЕПЕРЕРВНОЇ ОСВІТИ»

Розробка завдань тестового типу: основні принципи та вимоги

*Олена Байназарова, т.в.о. завідувача кафедри виховання й розвитку особистості
КВНЗ «Харківська академія неперервної освіти», магістр державного управління,
менеджер освіти, тренер НУШ, тренер з інфомедійної грамотності,
тренер з ефективного управління ЗЗСО*

Основні поняття

✓Тестування (testing) як метод – це процес вимірювання кількісних показників за допомогою тесту

✓Тест (test) – це сукупність тестових завдань, підібраних за певними правилами для вимірювання певного кількісного показника

Правила написання умови

Умова -
це стимул для відповіді, яка описує певну проблему і ставить завдання перед екзаменованим

Невдало	Краще
Стрічка – це...	З якою метою використовується стрічка в художній гімнастиці?

Невдало	Краще
Визначте, що НЕ належить до переваг формату А	Вкажіть недолік формату А
Основним поняттям аксіологічного аналізу НЕ є поняття “цінності”. <i>Правильна відповідь: ні</i> [правильність відповіді спірна]	Основним поняттям аксіологічного аналізу є поняття “цінності”. <i>Правильна відповідь: так</i>

Невдало	Краще
Хто є найвидатнішою людиною у світі?	Хто, за рейтингом журналу People, є найвидатнішою людиною у світі?

Правила написання варіантів відповідей

Доцільно створювати щонайменше 4-5 варіантів відповідей.

Приклад

При завданні на встановлення наслідків конкретної ситуації може бути чотири типи відповідей за ступенем правильності наслідку та його зв'язку з наведеною конкретною ситуацією:

- 1) реальний наслідок, пов'язаний з конкретною ситуацією (правильна відповідь);*
- 2) реальний наслідок, не пов'язаний з ситуацією;*
- 3) нереальний або неправильно описаний наслідок, пов'язаний з конкретною ситуацією;*
- 4) нереальний або неправильно описаний наслідок, не пов'язаний з конкретною ситуацією.*

Формат тесту	Тестове завдання	Рівень когнітивних цілей
А	Що відноситься до ключових компетентностей? А критичне мислення Б підприємливість та фінансова грамотність В здатність логічно обґрунтовувати позицію Г здатність співпрацювати в команді	Знання

Формат тесту	Тестові завдання	Рівень когнітивних цілей
X	Визначити серед поданих прикладів ті, які відносяться до ключових компетентностей А уміння читати і розуміти прочитане Б уміння навчатися впродовж життя В екологічна грамотність і здорове життя Г уміння конструктивно керувати емоціями Д обізнаність та самовираження у сфері культури Е уміння висловлювати думку усно і письмово	Знання

Правильні відповіді – Б, В, Д

Формат тесту	Тестові завдання	Рівень когнітивних цілей
N	Вкажіть, які три з наведених прикладів характеризують ключову компетентність - соціальні і громадянські компетентності: А уміння генерувати нові ідеї й ініціативи Б уміння працювати з іншими на результат В уміння будувати моделі для вирішення проблем Г уміння посередницької діяльності та міжкультурного спілкування Д уміння попереджати і розв'язувати конфлікти Е уміння досягати компромісів Є уміння розумно та раціонально користуватися природними ресурсами	Розуміння

Правильні відповіді – Б, Д, Е

Формат тесту	Тестові завдання	Рівень когнітивних цілей
B	Установіть відповідність між назвам ключових компетентностей та їх характеристиками	Розуміння
	Ключова компетентність	Характеристика
	1 Компетентності в природничих науках і технологіях	А Розуміння етики роботи з інформацією (авторське право, інтелектуальна власність тощо)
	2 Інформаційно-цифрова компетентність	Б Уміння генерувати нові ідеї й ініціативи та втілювати їх у життя з метою підвищення як власного соціального статусу та добробуту, так і розвитку суспільства і держави
	3 Соціальні і громадянські компетентності	В Уміння розумно та раціонально користуватися природними ресурсами в рамках сталого розвитку
	4 Екологічна грамотність і здорове життя	Г Уміння застосовувати науковий метод, спостерігати, аналізувати, формулювати гіпотези, збирати дані, проводити експерименти, аналізувати результати Д Уміння працювати з іншими на результат, попереджати і розв'язувати конфлікти, досягати компромісів

Правильні відповіді 1-Г, 2-А, 3-Д, 4-В

Олена Несен

ПРО ШЛЯХИ ДІАГНОСТИКИ ОСВІТНІХ ВТРАТ УЧНІВ (ПРАКТИЧНІ ПРИКЛАДИ ДІАГНОСТУВАННЯ ОСВІТНІХ ВТРАТ ІНВАРІАНТНОЇ СКЛАДОВОЇ)

Діагностика теоретичних знань учнів з фізичної культури

Для того щоб визначити освітні втрати в теоретичному блоці, необхідно проаналізувати, висвітлення яких тем було заплановано.

Здійснити це можливо у гул формах, де одразу варто підкреслити учням діагностичну мету цього опитування, наголосити, що це не перевірка їх знань і за це оцінка не виставляється, можливо зробити таке опитування анонімним і вказати це для учнів. Для того щоб вони не бігли за допомогою до дорослих, а відповідали добросовісно.

Загальні рекомендації для складання діагностичного опитування.

1. Для кожного класу варто робити окремі гул форми, для паралелі класів з однаковими запитаннями. Однак у кожного класу має бути своє посилення. Так вчителям буде простіше визначити конкретні прогалини у знаннях учнів певного класу, оскільки розклад занять у кожного класу свій, і в одному певна інформація можливо детально була розглянута, а в іншому, в наслідок різних причин скорочено, або ж ця тема випала зовсім.

2. Кількість таких питань не варто робити великою, це мають бути 10-15 питань, які би охоплювали більшість із запланованих тем минулого року. Багато хто з нас, дорослих не люблять довгих опитувань, а діти то й подавно. До того ж кожне опитування у більшості з учнів асоціюється з оцінюванням, тобто очікуванням оцінки, намаганням знайти правильну відповідь, що викликає додаткову емоційну напругу. Тому поки вони пам'ятатимуть, що оцінки за це не буде, більше шансів, що вони відповідатимуть правдиво, без допомоги дорослих. Саме тому не варто затягувати таке діагностичне опитування, роблячи його тривалим.

3. Варто обмежити кількість надсилань відповідей до одного. Якщо дитина одразу не згадала відповідь на питання, а згадала її пізніше – отже інформація не достатньо нею засвоєна.

4. Якщо більше 50% учнів на певне питання відповіли неправильно – отже це саме та тема яку варто надати повторно, поєднуючи її зі схожею темою у цьому навчальному році.

Приклади таких діагностичних опитувань можна копіювати на власний диск, вносити корективи та використовувати зі своїми учнями -
<https://docs.google.com/forms/d/1qbRZ-ySH69967gdIF151SPqbmZXNdWj63IjGvx7Xx3s/edit>
https://docs.google.com/forms/d/1q01S7_FfwbYtDaw_FxLYUnVWv0taWm2oUhtjYcNkQk/edit

Наприклад, подібне опитування виявило, що учні 5 класу не знають що таке ЧСС, або плоскостопість та які вправи запобігають її появі. Отже ці питання можна розглянути як складові у теоретичних темах 6 класу, таких як «Основи здорового способу життя», «Вчимося відчувати власне тіло, емоції, відчуття здоров'я та задоволення після фізичної активності» або «Вплив різних фізичних навантажень на організм людини» які рекомендовані модельною навчальною програмою, як теоретико-методичні знання для 6 класу.

Слід зауважити, що з учнями, якими ви не працювали минулого року доцільним буде зробити таке загальне опитування, базуючись на більшості тем навчальної програми для певного класу.

Необхідно зауважити, що починаючи з 6 класу, учні вже мали вивчати певні види спорту, які вчителя з ними обрали у якості варіативних. Тому варто відвести кілька питань на правила тих видів, що були обрані.

Пропонуємо не менше 30% питань присвячувати саме правилам. Однак їх кількість не має бути більше 60%, оскільки в такому разі вчителя не отримають достатньої інформації для аналізу інших тем, які мали би бути засвоєні учнями.

Діагностика загальної фізичної підготовленості з огляду на дистанційну форму проведення уроків.

Навчальна програма фізичної культури як для 5-6 класів так і старше рекомендує наступні тести для формувального оцінювання динаміки фізичної підготовленості учнів/учениць.

- ✓ Швидкість: біг 30, 60 м (с), в залежності від віку;
- ✓ Витривалість: рівномірний біг без урахування часу (м) або біг 1500 метрів, в залежності від віку;
- ✓ Гнучкість: нахил тулуба вперед із положення сидячи (см);
- ✓ Сила: згинання та розгинання рук в упорі лежачи (кількість разів), тут ще в старших класах додається підтягування у висі хлопці та висі лежачі дівчата;
- ✓ Спритність: човниковий біг 4×9 м (с);
- ✓ Швидкісно-силові: стрибок у довжину з місця, з розбігу (см);
- ✓ Метання малого м'яча на дальність (м);

Підіймання тулуба в сід за 30 або 60 с (кількість разів) в залежності від віку.

Однак, зважаючи на сьогоденні реалії організації навчального процесу в харківській області, а саме зважаючи на дистанційну форму проведення занять, ми розуміємо, що реально з наведених тестів на мою думку, вчителя можуть пропонувати лише тести на гнучкість: це нахил тулуба вперед з положення сидячи, тест на силу: згинання та розгинання рук в упорі лежачи та тест на визначення швидкісно-силових здібностей в частині підіймання тулуба в сід з положення лежачи. Це ті тести, які можна провести вдома та результати яких можна хоч приблизно порівняти із тими, що були проведені при офлайн навчанні.

Тести для визначення таких проявів фізичних якостей як швидкість, витривалість, спритність та швидкісно-силові прояви м'язів верхніх та

нижніх кінцівок які запропоновані навчальної програмою для діагностики змін фізичної підготовленості учнів провести в умовах дистанційної форми навчання м'яко кажучи складно а деякі і неможливо.

Тому пропонуємо вам варіанти заміни цих тестових вправ на ті, які можна виконати вдома. Варто зауважити, що заміна яку ми пропонуємо, базується на проведенні попередніх досліджень зі встановленням кореляційних зв'язків між результатами тестів.

Слід відмітити, що якщо тести до цього моменту не проводилися, напевно ви і не можете визначити саме зміни, які відбулися у учнів. Але все ж таки вважаю за необхідне зараз хоча б спробувати почати проводити таке тестування показників фізичної підготовленості учнів у дистанційному форматі.

Отже, для визначення **витривалості** https://youtu.be/bD5x_mKCJWU

Для учнів старших класів можна використовувати б'єорпі у варіанті - з в.п. о.с. – упор присівши, стрибком прийти в положення упор лежачи, стрибком – упор присівши та вистрибування вгору.

Для учнів середніх класів ця вправа не показала достовірних кореляційних зв'язків, а от у простішому варіанті – з в.п. о.с. – упор присівши, кроками правою та лівою ногами назад почергово прийти в положення упор лежачи, згинаючи руки у ліктях – положення лежачи на животі, і зворотним ходом повернутися у в.п. – вони були достовірними.

Вправу виконувати на кількість разів за 30 секунд.

Тест на **швидкість** <https://youtu.be/bqfq1GVmcKg> - з в.п. стійка ноги нарізно, руки зігнуті. За сигналом починати бігти на місці. Вправа виконується 5 секунд, підраховується кількість кроків однією з ніг (правою/лівою).

Для визначення **швидкісно-силових проявів м'язів нижніх кінцівок** можна як варіант замінити стрибок у довжину стрибком вгору. Маючи

вертикальну поверхню дитина зможе провести цей тест самостійно вдома: на вертикальну поверхню (стіну) вішається паперова стрічка, з сантиметровою розміткою. З в.п. обличчям до стіни, на відстані однієї стопи, дитина крейдою мастить пальці руки (мочки пальців) та помічає початкову відмітку на паперовій стрічці (випрямляє руки, торкаючись паперу). Потім виконує стрибок вгору та другий раз торкається паперової стрічки. Різниця між першою та другою крейдовою відміткою на папері і буде вказувати на результат стрибка вгору.

З тестом на визначення **швидкісно-силових здібностей м'язів верхньої кінцівки** складніше.... Кидати або метати на дальність у домашніх умовах можемо запропонувати хіба що надувну кульку, але при цьому результат буде дуже залежати від форми кульки та ступеню її надуву.

Тому пропонуємо варіант заміни кидкової вправи на іншу. <https://youtu.be/9vsyQW7DuBU> Наприклад: з в.п. упор лежачи перестрибування руками через лінію вперед та назад. Вправу виконувати 5 секунд, підраховувати кількість перестрибувань.

Однак ця вправа може використовуватися лише з учнями старших класів, бо середні класи на показали достовірних кореляційних зв'язків між результатами цих випробувань.

Питання тестування вибухової сили м'язів верхнього плечового поясу учнів середніх класів наразі залишається не вирішеним.

Останнім розглянемо **спритність** <https://youtu.be/lZTeM3BEt6o> З огляду на те, що запропонований тест човниковий біг 4x9 метрів передбачає зміну напрямку руху та зміни висоти перебування окремих ланок тіла відносно підлоги, то перевірялися зв'язки між результатами проби Яроцького, який дозволяє визначити поріг чутливості вестибулярного аналізатора та човникового бігу, як рекомендує програма. Кореляційні зв'язки дійсно були встановлені. При чому у учнів середньої школи вони

вищі ніж у старшокласників, хоча і там і там достовірні. Тож... проведення тесту: вправа виконується з вихідного положення стоячи з заплющеними очима, руки на поясі. Учасник тестування за командою «Можна!» починає безперервно обертати головою в одну сторону у темпі 2 рухи за секунду до втрати рівноваги або зупинки секундоміра. Результатом тестування є час від початку обертань до втрати рівноваги.

Наступне питання - **яким чином нам вести саме облік цих результатів?**

Пропонуємо кілька варіантів:

1. Заповнення підготовлених google таблиць самостійно учнями
2. Долучити до процесу обліку батьків
3. Облік вчителем
4. Облік через гугл форми

1 варіант (рис. 6) – він більше підійде для більш дорослих учнів, напевно починаючи з 7 класу – це заповнення підготовлених Google таблиць де для кожного учня створена окрема сторінка з таблицею, в яку він вносить результати виконання вправ в ті дні, які є у вас контрольними днями. Можна вже підготувати таблицю з внесеними датами вимірювань, або ж на уроці нагадувати, що сьогодні необхідно зробити та внести результати в таблицю. Цю таблицю зручно буде для кожного класу розташовувати на тій дистанційній платформі, на якій ви працюєте.

	вересень	грудень	лютий	квітень	травень
нахил тулубу вперед, см					
стрибок вгору, см					
піднімання тулубу в сід, рази					
проба Якобського, с					
перестрибування руками, рази					
б'єорпі, рази					

	10.09	25.12	25.02	26.04	28.05
нахил тулубу вперед, см					
стрибок вгору, см					
піднімання тулубу в сід, рази					
проба Якобського, с					
перестрибування руками, рази					
б'єорпі, рази					

Рис. 6. Варіанти підготовлених Google таблиць для заповнення результатів тестування фізичної підготовленості учнів.

Проводити вимірювання та записувати у відповідні місця учні мають самостійно. Можна при цьому варто акцентувати увагу, що це є один з варіантів досліджувальної діяльності – спостереження за змінами фізичної підготовленості. Періодично в такому разі підводити підсумки: робити проміжні та підсумкові висновки.

https://docs.google.com/spreadsheets/d/11Qcm6rEZTTZqJMRsqQvVLv6LpMPjkyNI6-0_uMI3Rtk/edit#gid=0 – **приклад оформлення подібних таблиць**

З молодшею школою можна або залучити батьків до ведення таких журналів, або ж на певних уроках проводити такі тестування під час онлайн зустрічей та записувати результати самостійно в тому вигляді, який вам більш до вподоби. Щоправда при проведенні онлайн тестування щільність уроку буде низькою – через необхідність постійних перерв для запису та пояснення.

Як вихід можна запропонувати якісь вправ дітям до виконання, поки конкретний учень буде виконувати тестову вправу. Але в такому разі запропоновані вправи не мають перевтомлювати учнів до моменту, коли вони вже будуть виконувати тест.

Ще варіант обліку через заповнення відповідних питань у гугл формі.
https://docs.google.com/forms/d/1aZ34sILXID_TFy4h-ErgKim444SJyOfae9xfCnWOAeg/edit – **приклад бланку гугл форми** можна копіювати на власний диск, вносити корективи та використовувати зі своїми учнями.

І якщо при першому варіанті обліку, результати кожного учня в класі можуть побачити інші учні, то заповнюючи гугл форму, результати виконання тестів буде бачити лише вчитель, і він вже сам вирішує кому і що показувати.

Ви самі маєте обирати той варіант, що буде вам ближче по духу, по розумінню, зручності обробки і таке інше.

облік результатів тестування фізичної підготовленості учнів

Описание

Электронная почта *

Допустимый адрес электронной почты

С помощью этой формы выполняется сбор адресов электронной почты. [Изменить настройки](#)

Вкажіть своє ім'я та прізвище

Краткий ответ

Введіть свій результат стрибку вгору з місця. *

Краткий ответ

Введіть свій результат при виконанні нахилу вперед з положення сидячі *

Краткий ответ

Рис. 7 Приклад оформлення гугл форми для збору результатів тестових вправ з визначення фізичної підготовленості учнів

Увага! Не заповнюйте наведені форми та таблиці (ви не матимете доступу до результатів) – вони представлені для прикладу оформлення ваших власних. Їх можна скопіювати та в подальшому використовувати з власних хмарних сховищ.

Євгенія Стрельникова

ДІАГНОСТИКА ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ТА ШЛЯХИ ЗАПОБІГАННЯ ОСВІТНІХ ВТРАТ НА УРОКАХ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ ВРІАТИВНОГО МОДУЛЮ ВОЛЕЙБОЛ

У вирішенні проблеми діагностування та запобігання освітнім втратам у фізичній культурі дуже важлива мотивація того, хто займається та креативність того, хто навчає. Головний слоган з боку учня: «Маю бажання та довіру до вчителя!» Слоган вчителя : «Хочу, можу, навчу!».

Вивчення навчального матеріалу та тестування його засвоєння з ігрових видів в дистанційному форматі є досить складною задачею.

В навчальній програмі з фізичної культури для закладів загальної середньої освіти, варіативного модулю волейбол, в першу чергу, серед технічних елементів засвоюються передачі м'яча зверху та знизу двома руками, в також подача.

Пропоную блок тестів з технічної підготовленості, які учні можуть виконувати в домашніх умовах з використанням наявних м'ячів чи повітряної кулі. Ці тести дадуть педагогу можливість оцінити засвоєння матеріалу з техніки основних елементів гри у волейбол та не нанесуть втрат у побуті.

Тестування з технічних прийомів гри в волейбол у дистанційному форматі

1. Виконання передачі зверху над собою в положенні сидячі. Сидячі на стільці ЗІ СПИНКОЮ, виконується передача м'яча зверху двома руками над собою. В якості м'яча використовується повітряна кулька чи малий фітбол. Оцінюємо кількість правильно виконаних передач з 3х спроб.

https://youtu.be/Pm7vnGp9v_Y

2. Виконання передачі над собою знизу в положенні стоячі на одному коліні. Вихідне положення – стоячі на одному з колін виконується передача знизу над собою двома руками. В якості м'яча використовується повітряна кулька чи малий фітбол. Оцінюємо кількість правильно виконаних передач з 3х спроб. https://youtube.com/shorts/-_yKX3Zpi1s

3. Виконання кидка у ціль. На стіну прикріпити аркуш паперу в формі квадрату розміром 45x45см на висоті 2 - 2,5м. З відстані 3 - 4м потрапити в квадрат, виконуючи кидок, який імітує техніку виконання подачі. Використовуємо поролоновий чи тенісний м'яч. Оцінюємо правильність виконання з 5 спроб. https://youtu.be/y_Bz0V9zJ7o

4. Виконання кидка у ціль. На стіну прикріпити аркуш паперу в формі квадрату розміром 45х45см на висоті 1м. З відстані 3м потрапити в квадрат, виконуючи кидок, який імітує техніку виконання нападаючого удару. Використовуємо поролоновий чи тенісний м'яч. Оцінюємо правильність виконання з 5 спроб. <https://youtu.be/AZ6zwWGrcQE>

В залежності від року навчання вчитель може додавати кількість разів правильного виконання елемента.

Наприклад, для 5-х класів кількість правильно виконаних передач в першому тесті може бути 3 – 4 рази, а для 10 класу кількість зростає до 10 разів.

Наголошую на тому, що волейбол є одним з ігрових видів спорту, в якому виконання технічного елемента оцінюється арбітром та карається помилка в його виконанні втраченим очком у грі.

Далі надані рекомендовані комплекси вправ, які дадуть змогу компенсувати втрати в засвоєні елементів гри у волейбол, виходячи з вимог дистанційного формату навчання (табл.1).

Таблиця 1.

КОМПЛЕКС ВПРАВ З ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ В ВОЛЕЙБОЛІ

Опис вправи	дозування	ОМВ
Підкидання м'ячика для настільного тенісу чи будь-якого невеликого м'ячика з ловлею у кошик, який зроблений з паперу чи паперовий стаканчик, що тримається двома руками над лобом	4 серії х 8 разів	Слідкувати, щоб локті не були широко розсунуті в боки
Виконання передачі зверху будь-якого м'яча чи повітряної кулі однією рукою в стіну	4серії х 12 разів	Виконується кожною рукою
Виконання передачі зверху будь-якого м'яча чи повітряної кулі над собою двома руками з оплеском	4 серії х 8 разів	Хлопок в долоні виконується після кожної передачі. можна додавати кількість оплесків та напрямок їх виконання (попереду чи позаду тулуба).

Виконання передачі знизу в стіну в положенні стоячі на колінах. В якості м'яча використовується повітряна кулька чи малий фітбол	4 серії x 12 разів	Слідкувати, щоб ліктьовий суглоб був випрямлений, лікті не розходилися в боки.
Виконання передачі в стіну однією рукою знизу в положенні стоячі на одному коліні.	4 серії x 8 разів	Виконується кожною рукою. Слідкувати, щоб ліктьовий суглоб був випрямлений. В якості м'яча використовується повітряна кулька чи малий фітбол.
Виконання підкидання м'яча при подачі, стоячи боком до стіни (лівим боком для правши, правим боком для шульги)	4 серії x 8 разів	В якості м'яча використовується малий фітбол, поролоновий чи тенісний м'яч.
Виконання передачі м'яча зверху двома руками в положенні лежачі на спині	4 серії по 8 разів	В якості м'яча використовується повітряна кулька чи малий фітбол.
Виконання чергувань передач знизу над собою в положенні сидячі. Сидячі на стільці ЗІ СПИНКОЮ, виконується чергування передач м'яча знизу однією та двома руками над собою.	4серії по 8 разів (один раз - це передача правою, лівою та двома руками)	В якості м'яча використовується повітряна кулька чи малий фітбол.

Відео приклад виконання запропонованих вправ -

<https://youtu.be/6OcSI6xpVVk>

Необхідно зазначити, що виконання всіх технічних елементів в волейболі неможливі без потрібного рівня розвитку спеціальних фізичних якостей.

Ольга Лобаньова

РОЗВИТОК СПЕЦІАЛЬНИХ ФІЗИЧНИХ ЯКОСТЕЙ НА ІНТЕГРОВАНІХ УРОКАХ У ДИСТАНЦІЙНОМУ ФОРМАТІ, МОДУЛЬ «ВОЛЕЙБОЛ»

За для ефективного подолання освітніх втрат та розвитку спеціальних фізичних якостей, необхідних для досконалого засвоєння

технічних прийомів гри у волейбол, пропонуємо застосовувати наступні вправи та їх модифікації.

Вашій увазі деякі з них. Посилання на відео виконання вправ:

<https://drive.google.com/drive/folders/1UXSQssSpkDGUGFdhoRu7b9EYPBBsBoG-?usp=sharing>

Перша вправа – переміщення на кистях рук по колу (ліворуч-праворуч), гомілкостопи знаходяться на місці.

Ця вправа спрямована на розвиток сили рук та координацію. Необхідно звернути увагу на вихідне положення. Плечі-тулуб-п'яти повинні бути на єдиній лінії. Недопустимо вигинання у поперековому відділі.

Для вимірювання освітніх втрат та подальшого спостереження за розвитком спеціальних фізичних якостей, при виконанні цієї вправи, можливо занотовувати:

- час, за який повністю учень/учениця проходять повне коло;
- кількість повторень без зупинки;
- виконання до настання фази втоми;
- час, за який учень/учениця проходять певний відрізок колу та інше.

(Відео №1 – планка з переміщенням)

Вправа може бути модифікована, а саме можна виконувати:

- почергове переміщення кистей рук ліворуч-праворуч, тобто на ширину плечей, далі повертання у вихідне положення. Ті ж самі рухи ногами;
 - одночасне переміщення лівої руки у ліво, правої ноги у право, повертання у вихідне положення. Те ж саме правою рукою та лівою ногою.
- Та інші модифікації вправи.

Друга вправа спрямована на укріплення пальців та кистей рук, м'язів тулуба. Спрямована на розвиток сили та витривалості.

Увага до вихідного положення, воно повинно бути таким, як у першій вправі.

Для вимірювання освітніх втрат та подальшого спостереження за розвитком спеціальних фізичних якостей, при виконанні цієї вправи, можливо занотовувати:

- часові показники;
- виконання до настання фази втоми та ін.

(Відео №2 – планка на пальцях)

Також цю вправу виконують з почерговим підняттям на пальці та вставанням на долоні.

Третя вправа – відштовхування від вертикальної поверхні. Вправа спрямована на розвиток гнучкості передпліччя, яка необхідна для якісного засвоювання такого елемента гри, як прийом та передача м'яча двома руками знизу.

При виконанні вправи, відстань від вертикальної поверхні не більше одного метра, руки повинні бути під кутом 90°С відносно тулуба. Амплітуда рухів невелика. Вправа виконується з поступовим розгортанням передпліччя назовні та поверненням у вихідне положення.

Для вимірювання освітніх втрат та подальшого спостереження за розвитком спеціальних фізичних якостей, при виконанні цієї вправи, можливо занотовувати:

- кут повороту передпліччя;
- кількість повторювань та ін.

(Відео №3 – гнучкість передпліччя)

Четверта вправа спрямована на розвиток вибухової сили, стрибучості та координації. Це підготовча вправа для виконання ігрового елемента «блокування».

Учень/учениця розташовуються на відстані 0,5 метри від вертикальної площини, руки підняти до гори, пальці рук розведені, стопи на ширині плечей. Виштовхування відбувається у гору з **передньої частини стопи**, з положення напівприсіду. Знаходячись у максимально високій точці виконується торкання фалангами пальців вертикальної поверхні.

Для вимірювання освітніх втрат та подальшого спостереження за розвитком спеціальних фізичних якостей, при виконанні цієї вправи, можливо занотовувати:

- висота торкання фалангами пальців (на пальці можливо нанесення крейди);
- кількість повторів;
- темп виконання;
- виконання до фази втоми та ін.

(Відео №4 – виштовхування)

Для ускладнення виконання цієї вправи можна додати повний присід, після приземлення або поворот на 180°С з торканням підлоги, після приземлення.

П'ята вправа – розвиток координації. Ця та наступні вправи спрямовані на розвиток стрімкої зміни положення гравця під час пересування по майданчику для обрання найбільш вигіднішої позиції.

Вправа виконується шляхом переступання вперед-назад через перешкоду. Перепона не повинна бути високою. Для цього можливо використовувати: палицю, мотузку, пояс, ремінь, намалювати крейдою и т.д. У вихідному положенні руки зігнути у ліктях під кутом 90°С. При переступанні через перешкоду вперед, постава ноги має бути з п'яти.

Для вимірювання освітніх втрат та подальшого спостереження за розвитком спеціальних фізичних якостей, при виконанні цієї вправи, можливо занотовувати:

- кількість повторів;
- тривалість виконання;
- амплітуда виконання (ширина шагу) та ін.

(Відео №5 – переступання)

За необхідності та для ускладнення виконання, перешкода може бути піднята на декілька сантиметрів.

Шоста вправа – стрибки з розворотом на 90°С. Вихідне положення як у вправі №5. Стрибки виконуються на передній частині стопи з подальшим розворотом ліворуч (праворуч) та проміжним вихідним положенням. Виштовхування та приземлення повинні бути «м'яким».

Для вимірювання освітніх втрат та подальшого спостереження за розвитком спеціальних фізичних якостей, при виконанні цієї вправи, можливо занотовувати:

- тривалість виконання (час);
- темп виконання;
- виконання до настання фази втоми та ін.

(Відео №6 – стрибки з поворотом)

Також для розвитку вибухової сили, цю вправу можливо виконувати з виштовхуванням з глибокого присіду, з використанням обтяження (медбол, пляшки з водою (піском) і т.п.).

Сьома вправа крокування у квадраті. Вихідне положення як у вправі №5. Почерговий вхід та вихід з квадрату вперед-назад, ліворуч-праворуч. Необхідно звернути увагу, що рух повинен бути завершеним, тобто обидві ноги повинні бути разом перед виконанням наступного кроку.

Квадрат може мати різний розмір, в залежності від віку та росту учня/учениці. За для його створення використовують: палиці, мотузки, пояси, ремені, намалювати крейдою и т.д.

Для вимірювання освітніх втрат та подальшого спостереження за розвитком спеціальних фізичних якостей, при виконанні цієї вправи, можливо занотовувати:

- кількість повторень без зупинки;
- темп виконання;
- виконання до настання фази втоми та ін..

(Відео №7 – крокування)

Вправу можна додати обтяження (медбол, млинці, пляшки з водою (піском) і т.п.).

Восьма вправа це стрибки на двох ногах у квадрат, з квадрату у різних напрямках. Вихідне положення як у вправі №5. Стрибки виконуються на передній частині стопи. Виштовхування та приземлення повинні бути «м'яким».

Для вимірювання освітніх втрат та подальшого спостереження за розвитком спеціальних фізичних якостей, при виконанні цієї вправи, можливо занотовувати:

- кількість повторень без зупинки;
- темп виконання;
- виконання до настання фази втоми та ін..

(Відео №8 – стрибки у квадрат)

У вправу можна додати обтяження (медбол, млинці, пляшки з водою (піском) і т.п.). Також, при виконанні вправи, можлива зміна напрямлення, тобто, при виконанні повної серії стрибків, наступна серія виконується з поворотом на 90°С при вистрибуванні з квадрата. Таким чином, учень/учениця вистрибують обличчям вперед, наприклад, в сторону, яка в

попередній серії стрибків була праворуч. І так далі, доки не опиниться у вихідному положенні.

Дев'ята вправа – складно-координаційна. Учень/учениця, виконують рухи на місці, почергове, схресно торкаючись стопи. Зверніть увагу, що спереду права(ліва) рука торкається лівого(правого) носка стопи, позаду – права(ліва) рука торкається лівої(правої) п'яти.

Для вимірювання освітніх втрат та подальшого спостереження за розвитком спеціальних фізичних якостей, при виконанні цієї вправи, можливо занотовувати:

- кількість **правильних** повторень без зупинки;
- темп виконання;
- виконання на час;
- виконання до настання фази втоми та ін.

(Відео №9 – почергове торкання)

Цю вправу виконують і в русі.

Ці вправи можна використовувати як у оф-, так й он-лайн форматі. Вони гарно підходять для самостійного виконання учнями та ученицями в позаурочний час. Виконання вправ не потребує великого простору, тому підходять як для домашніх умов так і для свіжого повітря.

Отже, усі надані вправи універсальні. Їх використання доцільне як при опануванні гри у волейбол, так й інших видів спорту, а також як самостійні вправи.

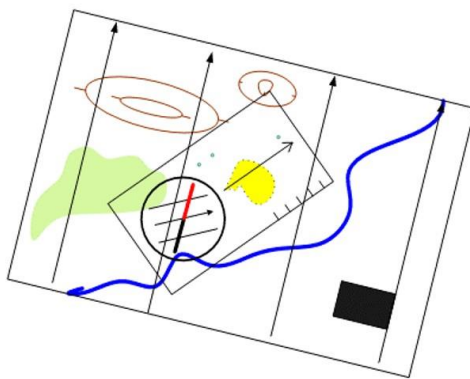
Надія Шип

КОНТРОЛЬ ФІЗИЧНОЇ ТА ТЕХНІЧНОЇ ПІДГОТОВКИ НА УРОКАХ ЗІ СПОРТИВНОГО ОРІЄНТУВАННЯ

Знайомство зі спортивним орієнтуванням ми починаємо із загального уявлення про цей вид спорту. Розповідаємо учням про технічні дії спортсменів на дистанції, елементи техніки та про фізичну підготовку

орієнтувальника. Приділяємо увагу історії виникнення та розвитку спортивного орієнтування у світі та у нашій країні. Скоріше за все діти не мають уявлення про цей вид спорту, тому демонструємо відео зі змагань.

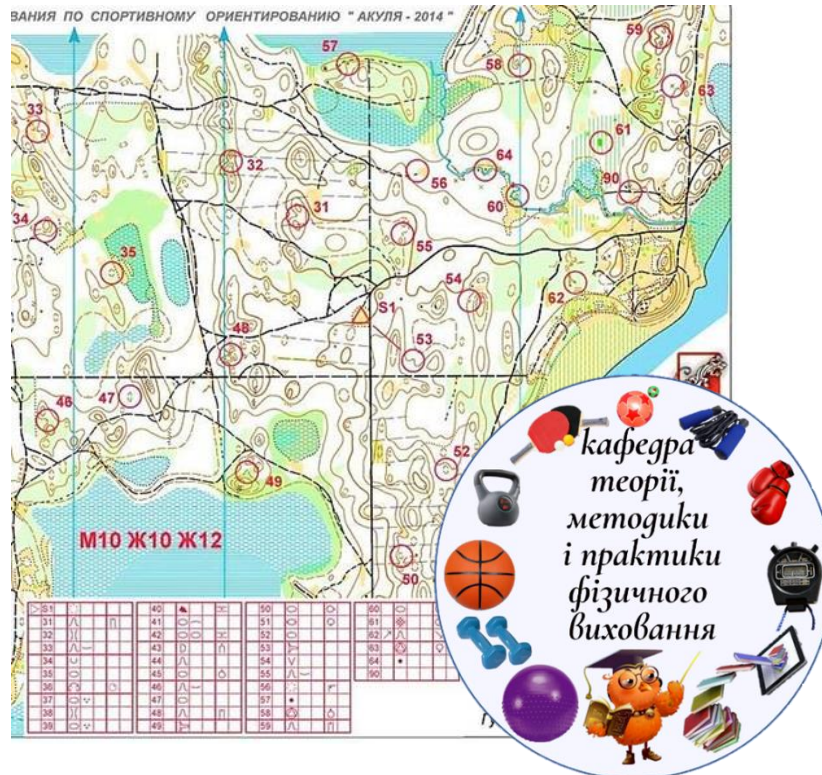
На заняттях з географії діти вивчають топографію і вже мають уявлення про топографічну карту, масштаб, азимут. Ми нагадуємо їм основні поняття, зазначаючи, що в спортивному орієнтуванні використовуються більш детальні карти і умовні знаки мають дещо інший вигляд, ніж на топографічній карті.



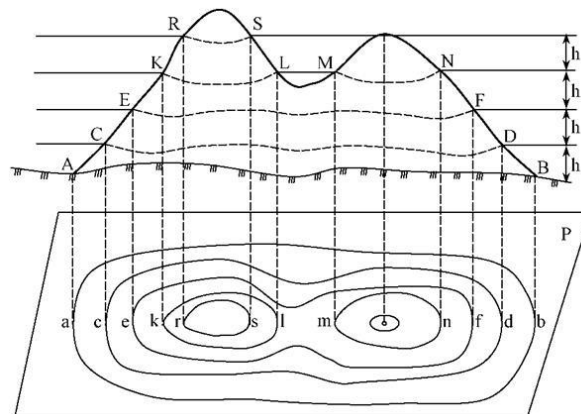
Вивчати умовні знаки як окремі зображення, недоцільно. Краще, коли діти бачать карту вцілому і запам'ятовують, який об'єкт як зображується безпосередньо при виконанні завдань.

Звісно, в ідеалі діти повинні бачити місцевість та співставляти її з картою. Так само і навчати поводженню з компасом і рухові за напрямком можливо тільки практично.

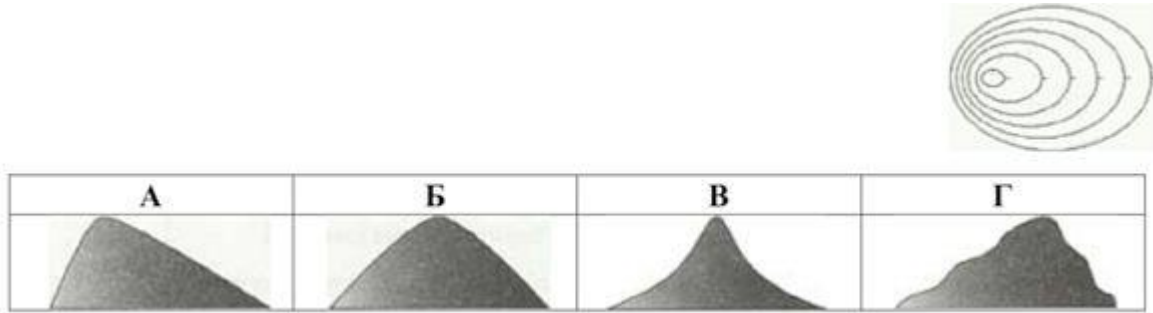
При дистанційному навчанні можна за допомогою спортивної карти з нанесеними на неї контрольними пунктами попрактикуватися у читанні об'єктів, знаходженні певних орієнтирів за описом, знаходженні азимуту на КП, вимірюванні відстаней.



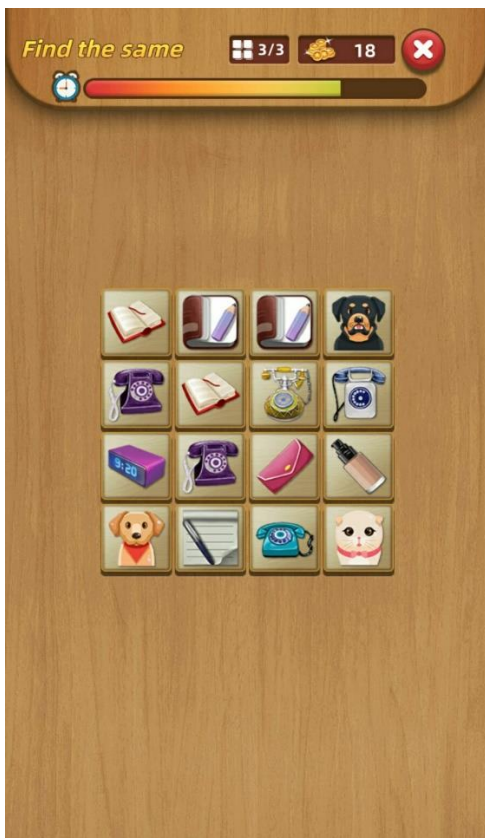
Особливу увагу необхідно приділити зображенню рельєфу, що дає уявлення про нерівності земної поверхні. Пояснити принципи зображення основних форм рельєфу на спортивній карті.



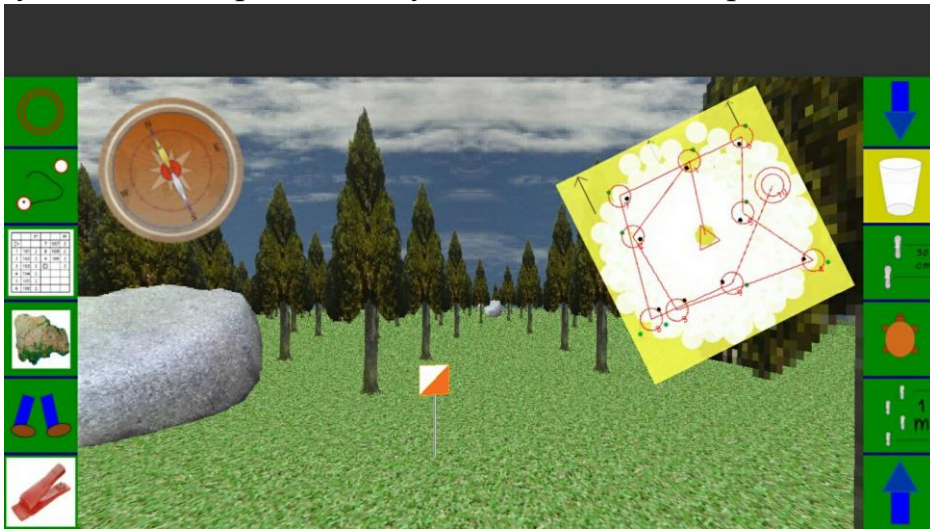
Можна запропонувати дітям співставляти профілі елементів рельєфу з їх графічним зображенням, таким чином ми контролюємо, чи розуміють учні принципи зображення рельєфу на карті.



Для розвитку психічних якостей, необхідних орієнтувальнику (зосередженість, концентрація уваги, спостережливість, кмітливість тощо) пропонуються комп'ютерні ігри, ігри на мобільному телефоні. Ці ігри можна використовувати і для тестування розвитку таких якостей.



Існують також ігри, що імітують діяльність спортсмена на дистанції.

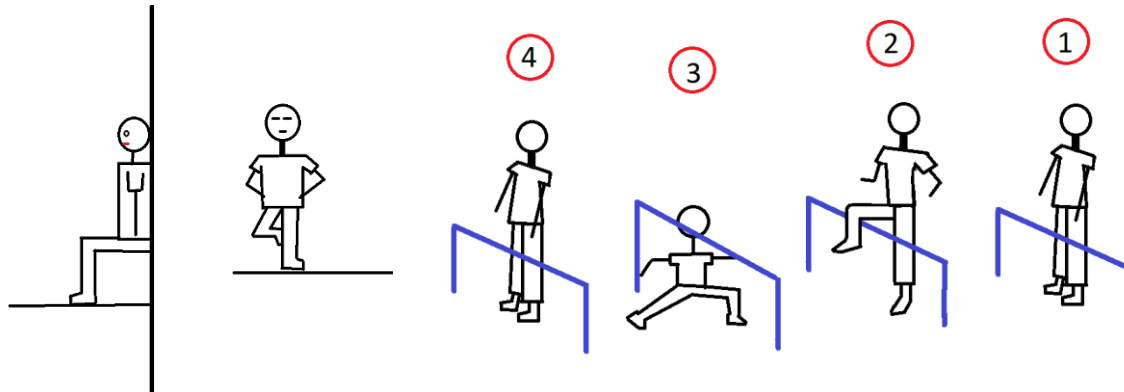


Orienteering 2.0



Virtual-O

У відношенні фізичної підготовки основними фізичними якостями орієнтувальника є витривалість, сила (в основному – це сила ніг), спритність та гнучкість. Для підготовки і тестування доцільно використовувати вправи з розділу «легка атлетика». Також можна запропонувати деякі специфічні вправи: біг по сходинках вгору і вниз, вправи на розвиток сили ніг, вправи на рівновагу, спритність.



Андрій Козлов

ШЛЯХИ ЗАПОБІГАННЯ ОСВІТНІХ ВТРАТ УЧНІВ 1-6 КЛАСІВ У ФІЗКУЛЬТУРНІЙ ГАЛУЗІ ЗНАНЬ ЧЕРЕЗ ОРГАНІЗАЦІЮ СПІВПРАЦІ З БАТЬКАМИ

В Україні в сучасних умовах військового стану, наслідків епідемії *COVID-19*. стан здоров'я здобувачів освіти, рівень фізичної підготовленості, рівень фізкультурних знань має тенденцію до все більшого з часом погіршення. Це обумовлюється посиленням та поєднанням багатьох негативних впливів, як загальнопоширених - екологічних, економічних, соціальних факторів, так і специфічних для України – війна, дистанційне навчання, міграція великих груп населення, депресивний стан вчителів та учнів, знищення закладів освіти т.і. Все це призводить до основних освітніх втрат в вихованні та навчанні здобувачів освіти і в Харківському регіоні.

Однією з основних причин різноманітних відхилень у фізичному розвитку та стані здоров'я учнів є недостатня рухова активність, обсяг якої з кожним місяцем війни зменшується. Уроки фізичної культури в Харківському регіоні не компенсують необхідний для дитячого організму обсяг рухової активності, тому що більшість з них проходить в он-лайн режимі, а в деяких школах навіть і в асинхронному режимі.

Саме тому в сучасних умовах школа не може самотійно вирішити ці питання, тому ми вважаємо, що родина повинна більш активно допомагати долучати дитину до занять фізичною культурою, спортом та іншими видами фізичної активності. Співпраця сім'ї та школи, за умов ефективної організації, може стати суттєвим важелем активізації залучення учнів до цього процесу.

Пасивне ставлення батьків до фізичної культури можна пояснити відсутністю необхідних знань про її роль в гармонійному розвитку людини, про форми організації та методи фізичного виховання в сім'ї. У такій ситуації першим на допомогу повинен прийти вчитель фізичної культури. Школа повинна бути стимулятором сімейного фізичного виховання. Як основну форму пропаганди слід застосовувати: виступи вчителя фізичної культури на батьківських зборах; лекції, бесіди, доповіді; батьківські конференції, націлені на показ існуючої практики фізичного виховання конкретних сімей; проведення відкритих дистанційних уроків фізичної культури, де батьки отримують можливість спостерігати за своїми дітьми безпосередньо в процесі занять фізичними вправами.

До можливих форм роботи належать також позакласні заняття для батьків, фізкультурно-оздоровчі заходи: «Веселі старти», «Мама, тато, я – спортивна сім'я», «Дні здоров'я», спортивні вечори. Ці заходи потрібно організовувати з врахуванням умов війни – забезпечення бомбосховищем, мінна безпечність т.і. Всі ці форми дозволяють вирішити питання педагогічної освіченості батьків, залучити їх в активну, постійну та цілеспрямовану виховну діяльність у процесі фізичного виховання дітей.

Співпраця сім'ї та школи – важливий фактор успішного вирішення завдань фізичного виховання підростаючого покоління в умовах військового стану. Умови, можливості для фізичного виховання дітей у школі й родині різні, відповідно по-різному будуть і вирішуватися завдання

освітнього та оздоровчого характеру. Руховим діям дітей вчить переважно школа. Для оздоровчо-гартувального впливу на дитячий організм, формування правильної постави та гігієнічних навичок, виховання культури поведінки сім'я має кращі умови, ніж школа. Створення в родині відповідного мікроклімату безпосередньо сприятиме формуванню психологічної установки учнів на щоденні заняття фізичною культурою, в тому числі – самостійні. Вони дозволяють збільшити обсяг рухової активності й тим самим сприяють зміцненню здоров'я дітей, підвищенню рівня їх фізичної підготовленості.

Нижче у таблиці можливий та орієнтовний план організації співпраці з батьками учнів 1-6 класів Нової Української школи в галузі фізичної культури і спорту.

Орієнтовні різновиди співпраці	Можливий план дій
Налагодження комунікації з батьками учнів вашого класу	<ol style="list-style-type: none"> 1. Встановити контакт з вчителем початкової школи або класним керівником. 2. Відвідати у серпні - вересні батьківські он-лайн збори та розповісти про основні форми вашої співпраці з батьками. 3. Створити окремий телеграм-канал або вайбер-чат для вчителя фізкультури та приєднати батьків учнів, наприклад «Фізкультура 5-А батьки» 4. Для учнів з особливими освітніми потребами створити окремі особисті телеграм-канали або вайбер-чати для вчителя фізкультури та відповідальної особи цієї дитини – батьки, опікуни, помічник вчителя.
Інформування батьків	<ol style="list-style-type: none"> 1. Про оф-лайн фізкультурні заходи у класі та школі. 2. Про он-лайн та оф-лайн фізкультурно-спортивні заходи місцевої громади, де можлива участь учнів цього віку. 3. Про набір дітей відповідного року народження до розташованих поруч спортивних секцій. (вид спорту, ПІБ тренера, місце та час тренувань, контактний телефон)
Консультації батьків щодо розвитку фізичних якостей дитини	<ol style="list-style-type: none"> 1. Вправи у парах для розвитку фізичних якостей https://www.youtube.com/watch?v=lhq2-x6HfhQ&ab_channel=%D0%9C%D0%B0%D1%80%D0%B8%D0%BD%D0%B0%D0%9A%D0%B0%D1%80%D0%B0%D1%81%D1%94%D0%B2%D0%B8%D1%87

	<p>https://www.youtube.com/watch?v=f_J2ptVs00g&ab_channel=%D0%90%D0%BD%D0%B4%D1%80%D1%96%D0%B9%D0%91%D0%B0%D0%B7%D1%96%D0%BB%D0%B5%D0%B2%D1%81%D1%8C%D0%BA%D0%B8%D0%B9</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=B2mYUvKS0hg&ab_channel=Kidscamprv</p> <p>2. Консультація про наявність і варіанти користування спортивними та тренажерними майданчиками, розташованими поруч з місцем мешкання.</p> <p>https://play.interatletika.ua/kliyentam/video-instruktsii-do-trenazheriv/</p> <p>3. Залучення батьків до створення спортивного інвентаря необхідного для дистанційного уроку фізичної культури</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=1qPt9VsjDxM&ab_channel=DreamBodyClub-%D0%B4%D0%BE%D0%BA%D0%B0%D0%B7%D0%B0%D1%82%D0%B5%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D1%8B%D0%B9%D1%84%D0%B8%D1%82%D0%BD%D0%B5%D1%81%D0%B4%D0%BB%D1%8F%D0%B6%D0%B5%D0%BD%D1%89%D0%B8%D0%BD</p> <p>https://www.youtube.com/watch?v=kiCnBnp79RA&ab_channel=%D0%86%D0%B2%D0%B0%D0%BD%D0%BA%D0%B0%D0%A8%D0%B0%D0%BB%D1%8C</p>
<p>Залучення батьків до організації фізкультурно-спортивних заходів</p>	<p>1. Фізкультурні свята на території школи з забезпеченням бомбосховища: рухливі ігри, естафети з елементами спортивних ігор т.і. (раз на місяць)</p> <p>2. «Мама, тато, я – спортивна родина» (раз у рік)</p> <p>3. Турпоходи вихідного дня у безпечні паркові зони з фізкультурними розвагами на місцевості: орієнтування, естафети з елементами туризму і подоланням природних перешкод, бадмінтон, піонербол, т.і (у вересні та травні місяцях)</p>