

Організація освітнього процесу вчителя фізичної культури НУШ

Вчитель фізичної культури
Сняківського ЗЗСО І-ІІІ ст.
Цуркан С.В

Освітня галузь

Фізична культура

- * 5-6 класи
 - * Адаптаційний цикл
 - * (12-16 модулів)
- * 7-9 класи
 - * Цикл базового предметного навчання
 - * (8-12 модулів)

№	Варіативні модулі / клас	5	6	7	8	9
1.	Аеробіка	+	+	+	+	+
2.	Акробатичний рок-н-рол	+	+	-	-	-
3.	Активні парки	+	+	+	+	+
4.	Алтимат фризбі	+	+	+	+	+
5.	Американський футбол (flag football)	+	+	+	+	+
6.	Бадмінтон	+	+	+	+	+
7.	Баскетбол 3х3	+	+	+	+	+
8.	Баскетбол	+	+	+	+	+
9.	Бейсбол	+	+	-	-	-
10.	Бойовий хортинг	+	+	+	+	+
11.	Біатлон	-	-	+	+	+
12.	Велоспорт	+	+	+	+	+
13.	Військово-спортивні ігри	+	+	+	+	+
14.	Волейбол	+	+	+	+	+
15.	Воркаут «Workout»	+	+	+	+	+
16.	Вправи з гирями	-	-	-	-	+
17.	Вудбол	+	+	-	-	-
18.	Гандбол	+	+	+	+	+
19.	Гімнастика	+	+	+	+	+
20.	Городки	+	+	-	-	-
21.	Дартс	+	+	+	+	+
22.	Дзюдо	+	+	+	+	+
23.	Дитячий (настільний) більярд	+	+	+	+	+
24.	Доджбол (вибивний)	+	+	+	+	+
25.	Здоровий спосіб життя	-	-	+	+	+
26.	Корфбол	+	+	+	+	+
27.	Кросфіт «CrossFit»	+	+	+	+	+
28.	Лакрос	+	+	+	+	+
29.	Легка атлетика (дитяча легка атлетика 5-6кл.)	+	+	+	+	+
30.	Лижна підготовка	+	+	-	-	-
31.	Настільний теніс	+	+	+	+	+
32.	Падбол	-	-	+	+	+
33.	Падел (падел-теніс)	+	+	+	+	+
34.	Панна (вуличний футбол)	+	+	+	+	+
35.	Петанк	+	+	+	+	+
36.	Пікбол	+	+	+	+	+
37.	Плавання	+	+	+	+	+

№	Варіативні модулі клас	5	6	7	8	9
38.	Пляжний бадмінтон (airschatl),	+	+	+	+	+
39.	Пляжний бейсбол (гилка)	+	+	+	+	+
40.	Пляжний волейбол,	+	+	+	+	+
41.	Профільна (професійно-прикладна) фізична культура	-	-	-	-	+
42.	Регбі-5	+	+	+	+	+
43.	Рінго	+	+	+	+	+
44.	Рукопашний бій	+	+	+	+	+
45.	Рухливі ігри	+	+	-	-	-
46.	Рятувальне багатоборство (Школа безпеки)	+	+	+	+	+
47.	Самбо	+	+	+	+	+
48.	Скандинавська ходьба	+	+	+	+	+
49.	Сквош	+	+	+	+	+
50.	Слалом (роликові ковзани)	+	+	+	+	+
51.	Скелелазіння, боулдерінг і альпінізм	-	-	+	+	+
52.	Софтбол	+	+	+	+	+
53.	«Спорт заради розвитку»	-	-	+	+	+
54.	Сумо	+	+	+	+	+
55.	Спортивно-настільні ігри (СНІГРИ)	-	-	+	+	+
56.	Спортивне орієнтування	+	+	+	+	+
57.	Теніс	+	+	+	+	+
58.	Туризм	+	+	+	+	+
59.	Ушу	+	+	+	+	+
60.	Фістбол	+	+	+	+	+
61.	Фітнес-йога	+	+	-	-	-
62.	Фехтування	+	+	-	-	-
63.	Флорбол	+	+	+	+	+
64.	Футбол	+	+	+	+	+
65.	Футзал	+	+	+	+	+
66.	Хокей на траві	+	+	+	+	+
67.	Хортинг	+	+	+	+	+
68.	Хортинг-фехтування	+	+	+	+	+
69.	«Хортинг. Розділ - фехтування»	+	+	+	+	+
70.	Цікава фізкультура	+	+	-	-	-
71.	Чирлідінг	+	+	+	+	+
72.	Шахи	+	+	+	+	+
73.	Шашки	+	+	+	+	+
74.	Шорт-гольф	+	+	-	-	-
75.	Cool Games	+	+	+	+	+

Вибір модулів:

- * Потреби та інтереси учнів
- * Рівень матеріально-технічної бази школи.
- * Вікові та психофізіологічні особливості дітей.
- * Кліматичні умови.
- * Учні 5-6 класів (адаптаційного циклу) упродовж року мають опанувати 12-16 варіативних модулів.
- * Учні 7-9 класів (циклу предметного навчання) опановують 8-12 варіативних модулів.
- * Повна зміна варіативних модулів відбувається кожної чверті/триместрі.

- * Наприкінці кожної чверті в освітньому закладі проводяться фізкультурно-оздоровчі масові заходи (ігри, змагання, челенджі, квести, флешмоби тощо), які охоплюють усіх учнів і спрямовані на закріплення і вдосконалення вивчених варіативних модулів.
- * Доцільно до проведення масових фізкультурно-оздоровчих заходів долучати батьків у якості учасників і глядачів.

Документи планування:

Державні документи:

- Державний стандарт базової середньої освіти
- Типова освітня програма
- Модельна навчальна програма

Документи вчителя:

- Навчальна програма
- календарно-тематичне планування
- поурочні плани



Міністерство освіти і науки України

Модельна навчальна програма

**«Фізична культура. 5-9 класи» для закладів загальної
середньої освіти**

**(автори: Баженков Є. В., Бідний М. В., Ребрина А. А.,
Данільченко В. О., Коломоєць Г. А., Дутчак М. В.)**

**«Рекомендовано Міністерством освіти і науки
України»**

**наказ Міністерства освіти і науки України від
22.08.2024 року № 1185**

Модельна навчальна програма побудована за модульною системою. Вона містить інваріантну (обов'язкову) та варіативну складову.

- До інваріантної частини належать модуль: теоретико-методичні знання та загальна фізична підготовка, тобто підвищення функціональних можливостей організму і забезпечення гармонійного фізичного розвитку, зміст якого реалізовується упродовж кожного уроку.
- Кожен вид фізкультурно-спортивної діяльності (вид спорту) має бути представлений у вигляді варіативного модуля.
- Програма кожного варіативного модуля має містити методичні вказівки, щодо використання його засобів для забезпечення наскрізного підвищення функціональних можливостей організму.

СХВАЛЕНО

педагогічною радою
Сняківського
ЗЗСО І-ІІІ ст.

Протокол № 1
від «19» серпня 2025 р.

ЗАТВЕРДЖУЮ

Директор Сняківського
ЗЗСО І-ІІІ ст.

Яна ПРАВИЦКА

«25» серпня 2025 р.

Навчальна програма
«Фізична культура»
(3 год/тиждень)
5 клас» (адаптаційний цикл)

(розроблено на основі модельної навчальної програми автори: Баженков Є. В., Бідний М. В., Ребрина А. А., Данільченко
В. О., Коломоєць Г. А., Дутчак М. В.)

«Рекомендовано Міністерством освіти і науки України»

наказ Міністерства освіти і науки України від 22.08.2024 року № 1185

2025-2026 н.р.

Учитель фізичної культури:
Цуркан Сергій Васильович

Оцінювання за групами результатів

Група результатів 1. Формування психічної та соціально-психологічної сфер засобами фізичного виховання

- * Визначає мету систематичної рухової діяльності [ФІО 1.1];
- * Формує вольові якості у процесі виконання фізичних вправ [ФІО 1.2];
- * Розвиває свої когнітивні властивості у процесі фізичного виховання [ФІО 1.3];
- * Виконує різні соціальні ролі під час взаємодії у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [ФІО 1.4];
- * Дотримується етичних норм у руховій діяльності [ФІО 1.5]

Група результатів 2. Систематичні заняття фізичними вправами, володіння технікою фізичних вправ

- * Демонструє техніку фізичних вправ [ФІО 2.1];
- * Моделює рухову діяльність [ФІО 2.2];
- * Виконує фізичні вправи під час ігрової та змагальної діяльності [ФІО 2.3]

Група результатів 3. Усвідомлення значення фізичної/рухової активності для підтримування стану здоров'я та задоволення у процесі фізичного виховання

- * Пізнає факти, явища та закономірності фізичної культури і спорту [ФІО 3.1];
- * Контролює свій фізичний стан під час рухової діяльності [ФІО 3.2];
- * Дотримується здорового способу життя через фізкультурно-оздоровчу діяльність [ФІО 3.4];
- * Дотримується правил безпечної поведінки під час фізкультурно-оздоровчої діяльності [ФІО 3.5]

Інструктаж з охорони праці та безпеки життєдіяльності

- * Вступний (початок року)
- * Первинний (на кожний варіативний модуль)
- * Цільовий (на змагання)