ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО

Кафедра теорії та методики фізичної

ЗАТВЕРДЖУЮ
«20» 05 2022 р.
С.Н. Приступа

Програма підвищення кваліфікації учителів фізичної культури

«Фізичне виховання в сучасних умовах»

Програма підвищення кваліфікації розглянута і рекомендована
до затвердження на засіданні кафедри теорії та методики фізичної культури
факультету педагогічної освіти
(протокол № 13 від 21.04.2022 р.)

Завідувачкафедри І.Р. Боднар

Схвалено вченою радою ЛДУФК протокол № 7 від 19.05.2022 р.

Львів – 2022

І. ЗАГАЛЬНІ ВІДОМОСТІ

Найменування: Програма підвищення кваліфікації для учителів фізичної культури **«Фізичне виховання в сучасних умовах»**

Розробники: д.фіз.вих і с., професор, завідувач кафедри теорії та методики фізичної культури Боднар І.Р.,к.фіз.вих. і с., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури Сороколіт Н.С., к.фіз.вих. і с., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури Соловей А.В., к.фіз. вих. і с., доцент, доцент кафедри теорії та методики фізичної культури Римар О.В.

Мета: науково-методичний супровід учителів фізичної культури, з організацію та проведення уроку фізичної культури в сучасних умовах; формування професійної готовності фахівців з фізичного виховання до реалізації фізичного виховання в умовах освітніх реформ, дистанційного навчання та воєнного стану

Напрям: формування професійних компетентностей учителів фізичної культури, цифрова та інноваційна компетентність, інклюзивна освіта

Завдання:

- сформувати у слухачів усвідомлене розуміння організації процесу фізичного виховання в умовах реформи «Нова українська школа» у 5 класах; особливостей методики навчання для дітей з особливими освітніми потребами;
- сформувати компетентності педагога, які необхідні для ефективної роботи з дітьми з інвалідністю;
- сформувати навички застосування цифрових технологій в умовах дистанційного навчання;
- застосування інноваційних педагогічних технологій та новітніх варіативних модулів у фізичному вихованні.

Обсяг: 30 годин.

Форма (форми) підвищення кваліфікації: інституційна дистанційна

Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться/набуватимуться:

- **загальні**:
  - ознайомлення слухачів з особливостями стандарту базової середньої освіти, модельними навчальними програмами з фізичної культури, особливостями планування освітнього процесу та новітніми методами навчання учнів;
  - ознайомлення з основними напрямками та перспективами розвитку інклюзивної освіти;
  - оволодіння компетентностями, які необхідні для ефективної роботи зі здобувачами освіти з інвалідністю;
  - оволодіння навичками цифрової грамотності, які необхідні під час дистанційного навчання та воєнного стану.
- **фахові**:
  - оволодіння технологіями організації освітнього процесу з фізичного виховання з урахуванням вимог стандарту базової середньої освіти;
  - оволодіння навичками створення сприятливих умов для взаємодії дітей в умовах інклюзивної освіти;
  - удосконалення фахової майстерності щодо використання методик інноваційних педагогічних технологій у своїй практичній роботі;
  - удосконалення фахової майстерності щодо організації та проведення уроку фізичної культури в сучасних умовах.

Місце (місця) надання освітньої послуги:

1. Львівський державний університет фізичної культури імені Івана Боберського (дистанційно).

Очікувані результати навчання: учитель фізичної культури:

1. Розвине професійні компетентності для здійснення навчальної, організаційної та методичної роботи з учнями 5 класів в умовах стандарту базової середньої освіти Нової української школи.

2. Демонструє вміння враховувати індивідуальні запити та можливості дітей з особливими освітніми потребами у фізкультурній діяльності.
3. Обирає, застосовує оптимальні цифрові інструменти для дистанційного навчання з фізичного виховання.
4. Удосконалює навички застосування інноваційних підходів, методів засобів під час різних форм з фізичного виховання.

Вартість (у разі встановлення): інституційна (дистанційна) форма навчання – 650 грн.

Документ, що видається за результатами підвищення кваліфікації: сертифікат.

ІІ. ЗМІСТ ПРОГРАМИ

Назва спецкурсу «Фізичне виховання в сучасних умовах»

Модуль 1. Фізичне виховання учнів 5 класів в умовах запровадження стандарту базової середньої освіти Нової української школи

Тема 1: Організаційне заняття.

Реєстрація учасників, ознайомлення з програмою курсів, вхідне діагностування. Укладання угод про підвищення кваліфікації. Виявлення очікувань слухачів.

Тема 2: Освітня галузь «Фізична культура» (5-9 класи): мета, зміст, змістові лінії, реалізація в освітньому процесі.

Стандарт базової середньої освіти освітньої галузі «Фізична культура» у 5–9 класах: загальні та конкретні очікувані результати, шляхи їх реалізації. Мета, завдання освітньої галузі. Базові знання. Реалізація змістових ліній стандарту в середніх класах у фізичному вихованні школярів. Загальні та конкретні очікувані результати навчання здобувачів освіти, орієнтири для оцінювання.

Тема 3: Модельна навчальна програма з фізичної культури, особливості планування навчальної діяльності

Зміст, структура, особливості впровадження модельної навчальної програми з фізичної культури (за О. Педаном). Новітні варіативні модулі, їх

характеристика, особливості методики навчання. Оцінювання навчальних досягнень учнів 5 класів з фізичної культури в умовах НУШ.

Модуль 2. Інклюзивне фізичне виховання для осіб з інвалідністю та особливими освітніми потребами

Тема 4. Основи адаптивного фізичного виховання при вадах слуху та зору.

Загальні відомості про вади слуху. Вплив глухоти на стан здоров'я та рухову функцію людини. Мета, завдання та засоби адаптивного фізичного виховання при глухоті. Особливості педагогічної роботи з особами, що мають вади слуху.

Тема 5. Основи адаптивного фізичного виховання при вадах зору.

Загальні відомості про сліпоту та слабозорість. Вплив дефектів зору на стан здоров'я та рухову функцію людини. Мета, завдання та засоби адаптивного фізичного виховання при вадах зору. Особливості методики проведення та організації занять фізичними вправами при вадах зору.

Тема 6. Основи адаптивного фізичного виховання при вадах інтелекту.

Загальні відомості про розумові вади. Мета та завдання адаптивного фізичного виховання при розумових вадах. Методи та засоби адаптивного фізичного виховання при розумових вадах. Особливості методики адаптивного фізичного виховання при розумових вадах.

Тема 7. Основи адаптивного фізичного виховання при вадах опорно-рухового апарату.

Мета та завдання адаптивного фізичного виховання при станах після ампутації. Особливості використання засобів адаптивного фізичного виховання при станах після ампутації. Мета та завдання адаптивного фізичного виховання при ураженнях спинного мозку. Особливості використання засобів та методика адаптивного фізичного виховання при ураженнях спинного мозку. Загальні відомості про дитячий церебральний параліч. Мета та завдання адаптивного фізичного виховання при наслідках дитячого церебрального паралічу. Особливості використання засобів та

методів адаптивного фізичного виховання при наслідках дитячого церебрального паралічу.

Модуль 3. Цифрові та інноваційні технології у фізичному вихованні школярів.

Тема 10. Фітнес-технології як інноваційна педагогічна технологія для здобувачів освіти шкільного віку

Визначення поняття «фітнес», «загальний фітнес», «технологія», «фітнес технологія». Класифікація фітнес програм. Історичні аспекти виникнення фітнес-технологій в світі. Фактори, що впливають на розвиток нових фітнес систем у сучасних умовах.

Зміни в м'язовому апараті, що відбуваються під впливом динамічних навантажень. Зміни в м'язовому апараті, що відбуваються під впливом статичних навантажень. Зміст та визначення поняття DOMS. Найбільш розповсюджені вправи, які застосовуються під час фітнес тренування та м'язи, які забезпечують рух. Техніка виконання вправ – як необхідна умова ефективності фітнес тренування.

Тема 11. Кросфіт як інноваційна педагогічна технологія у розвитку фізичних якостей для здобувачів освіти старшого шкільного віку.

Історична довідка розвитку CrossFit. Класифікація вправ, що застосовуються у тренуванні. Інвентар, що використовується під час заняття. Найбільш розповсюджені схеми, що застосовуються у CrossFit тренуванні. Основні закономірності складання комплексів. Структура та зміст частин тренувального заняття. Техніка безпеки при виконанні вправ за системою CrossFit.

Тема 12. Технологія дистанційного навчання як вимога часу у проведенні уроків фізичної культури

Програми та сервіси для дистанційного фізичного виховання. Використання інформаційно-комунікативних технологій у фізичному вихованні в умовах карантину, пандемії та воєнного стану. Техніки спілкування в освітньому процесі. Особливості відділеного спілкування.

Ютуб-ресурс як засіб поширення досвіду роботи учителя фізичної культури. Запис відеороликів. Застосування фітнес-трекерів у фізичному вихованні для оптимізації рухової активності. Укладання презентацій досвіду роботи учителя фізичної культури

Контроль за знаннями слухачів проводиться на основі вхідного, вихідного діагностування та оперативного контролю, який проводиться послідовно і систематично: на практичних заняттях, індивідуальне та фронтальне опитування, виконання самостійної роботи; на лекціях – експрес-контроль, що передбачає постановку конкретних питань з теми.

Оцінювання розглядається як засіб одержання зворотної інформації про результативність підвищення кваліфікації та внесення коректив у методику роботи зі слухачами курсів.

НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Назва навчального модулю		ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОГО МОДУЛЯ	Кількість годин		
			Лекції	Семінарські	Всього
Модуль І	Фізичне виховання учнів 5 класів в умовах запровадження стандарту базової середньої освіти Нової української школи	Організаційно-мотиваційне заняття: реєстрація учасників, ознайомлення з програмою курсів, вхідне діагностування	1	1	
		Освітня галузь «Фізична культура» (5-9 класи): мета, зміст, змістові лінії, реалізація в освітньому процесі	2		
		Модельна навчальна програма з фізичної культури, особливості планування навчальної діяльності	2	2	
	Разом годин на модуль		**5**	**3**	**8**
Модуль ІІ	Інклюзивне фізичне виховання для осіб з інвалідністю та особливими освітніми потребами	Основи адаптивного фізичного виховання при вадах слуху	2		
		Основи адаптивного фізичного виховання при вадах зору	2		
		Основи адаптивного фізичного виховання при вадах інтелекту	2		
		Основи адаптивного фізичного виховання при вадах опорно-рухового апарату	2		
	Разом годин на модуль		**8**	**0**	**8**
Модуль ІІІ	Цифрові та інноваційні технології у фізичному вихованні школярів.	Фітнес-програми як інноваційна педагогічна технологія для здобувачів освіти шкільного віку	2	2	
		Кросфіт як інноваційна педагогічна технологія у розвитку фізичних якостей для здобувачів освіти старшого шкільного віку	2	2	
		Технологія дистанційного навчання як вимога часу у проведенні уроків фізичної культури	4		
		Вихідне діагностування		2	
	Разом годин на модуль		**8**	**6**	**14**
РАЗОМ ПО МОДУЛЯХ			**21**	**9**	**30**