

**КОМУНАЛЬНИЙ ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ЗАКЛАД
«ХАРКІВСЬКА АКАДЕМІЯ НЕПЕРЕРВНОЇ ОСВІТИ»**

СХВАЛЕНО

Протокол Вченої ради КВНЗ
«Харківська академія неперервної
освіти»

№ 1 від 23.01.2026

ЗАТВЕРДЖЕНО

Наказ КВНЗ «Харківська
академія неперервної освіти»

№ 8 від 26.01.2026

**ОСВІТНЯ ПРОГРАМА
підвищення кваліфікації учителів фізичної культури
НУШ 7-9. СУЧАСНІ ПІДХОДИ ТА УНІВЕРСАЛЬНИЙ ДИЗАЙН
УРОКІВ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ**

Харків - 2026

Розробник: Комунальний вищий навчальний заклад «Харківська академія неперервної освіти» (Волкова Ірина Василівна, старший викладач кафедри освітнього менеджменту та виховання (секція культури здоров'я, психологічної та інклюзивної освіти) Комунального вищого навчального закладу «Харківська академія неперервної освіти»)

Напрямок підвищення кваліфікації: Сучасні підходи до навчання в Новій українській школі на рівні базової середньої освіти

Розроблено на основі типової програми: Типова програма підвищення кваліфікації вчителів закладів загальної середньої освіти, які впроваджують новий Державний стандарт базової середньої освіти, наказ МОНУ від 12.10.2022 р. № 904

Термін дії програми: з 01.01.2026 до 31.12.2030 року

Рецензенти:

Кривенцова Ірина Володимирівна, кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри теорії, методики і практики фізичного виховання факультету фізичного виховання і спорту Харківського національного педагогічного університету імені Г.С. Сковороди;

Байназарова Олена Олександрівна, магістр державного управління, старший викладач кафедри освітнього менеджменту та виховання (секція культури здоров'я, психологічної та інклюзивної освіти) Комунального вищого навчального закладу «Харківська академія неперервної освіти».

1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Актуальність освітньої програми «НУШ 7-9. Сучасні підходи та універсальний дизайн уроків фізичної культури» зумовлена викликами розвитку фізкультурної освіти в умовах упровадження Концепції Нової української школи та Державного стандарту базової середньої освіти.

Навчальний предмет «Фізична культура», метою якого є гармоній фізичний розвиток особистості учня та формування стійкої мотивації до регулярної фізичної активності з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей, має дидактичний потенціал реалізації мети шляхом запровадження сучасних підходів до навчання, виховання й розвитку особистості, формування рухових умінь і навичок учнів.

Сучасне викладання фізичної культури потребує оновлення педагогічних підходів до організації уроку фізичної культури та переосмислення ролі вчителя в компетентнісному навчанні. Актуальним є дослідження інтеграції STEM-підходу, проектної діяльності, компетентнісно орієнтованих завдань в освітній процес з фізичної культури. Також у програмі робиться акцент на методики використання цифрових технологій та реалізації універсального дизайну навчання, що розширює можливості досягнення ефективності уроків фізичної культури.

Цільова група: учителі фізичної культури закладів загальної середньої освіти (базова середня освіта, 7-9 класи).

Обсяг (тривалість): 15 годин (0,5 кредиту ЄКТС), із них лекції – 4 год (26 %); практико орієнтовані види роботи – 10 год (67 %); контрольні заходи – 1 год (7 %).

Особливості реалізації програми.

Тривалість програми – інтенсивна (до 2 тижнів).

Навчання за освітньою програмою передбачає інтерактивні лекції на платформі Zoom; практичні заняття: вправи та розбір кейсів у реальному часі, колективну роботу над виконанням завдань, що допоможуть учителям набути досвіду планування, проєктування та конструювання різних освітніх компонентів за допомогою інтернет ресурсів.

Для ефективно реалізації програми залучаються науково-педагогічні Харківської академії неперервної освіти, тренери-педагоги НУШ, учителі-практики з досвідом андрагога.

Форма підвищення кваліфікації: інституційна (дистанційна).

Мета підвищення кваліфікації: формування здатності педагогів організовувати освітню діяльність на засадах сучасних підходів до навчання в умовах Нової української школи.

Завдання підвищення кваліфікації:

- ознайомити вчителів фізичної культури з сучасними підходами до навчання та їх характеристиками у контексті фізкультурної освіти;
- розвинути вміння вчителів планувати та реалізовувати компетентнісно орієнтовані уроки та навчальні проєкти;
- розглянути методи інтеграції STEM-підходу на уроках фізичної культури;
- освоїти практичне застосування активних методів навчання (ігри, симуляції, квести) та компетентнісно орієнтованих завдань;
- сформувані навички проєктування уроків із урахуванням принципів універсального дизайну для забезпечення участі всіх учнів.

Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться:

- А2 предметно-методична компетентність

Очікувані результати навчання:

За результатами навчання за освітньою програмою слухачі набудуть необхідних знань, сформуують та удосконалять здатності щодо

- застосування сучасних підходів до навчання на уроках фізичної культури;
- планування та реалізація навчальних проєктів та компетентнісно орієнтованих завдань;
- інтегрування STEM-підходу в уроки фізичної культури;
- використання активних методів навчання (ігри, симуляції, квести) для підвищення мотивації та практичних навичок учнів;
- проєктування уроків за принципами універсального дизайну, забезпечуючи участь усіх учнів в освітньому процесі.

Система та критерії оцінювання результатів підвищення кваліфікації

Оцінювання результатів навчання слухачів побудовано за принципами компетентнісного підходу і поєднує формувальне та підсумкове оцінювання:

Формувальне оцінювання – проводиться протягом навчання і містить:

- спостереження за роботою слухачів на практичних заняттях;
- самооцінювання результатів навчальної діяльності слухачами.

Підсумкове оцінювання – проводиться наприкінці програми (виконання тестових завдань різних форматів: одиночний вибір, множинний вибір тощо.)

Підсумкове оцінювання узагальнює результати навчання та слугує підставою для видачі сертифікату про підвищення кваліфікації. Здійснюється у вигляді тесту із 8 питань.

І рівень: 4 завдання з вибором однієї правильної відповіді. До кожного із завдань наведено чотири або п'ять варіантів відповіді, з яких лише один правильний. Завдання вважається виконаним, якщо слухач вибрав і позначив правильну відповідь (кожна правильна відповідь оцінюється в 1 бал).

2 завдання з вибором декількох правильних відповідей. До кожного із завдань наведено п'ять-сім варіантів відповіді, з яких декілька правильних (кожна правильна відповідь оцінюється в 1 бал).

II рівень: 2 завдання на встановлення відповідності. До кожного завдання наведено інформацію, позначену цифрами і буквами. Щоб виконати завдання, необхідно встановити відповідність інформації, позначеної цифрами та буквами (утворити «логічні пари»). Завдання вважається виконаним, якщо слухач правильно зробив поєднання рядків та колонок (кожна правильно встановлена відповідність оцінюється в 1 бал).

Максимальна кількість балів, яку можна набрати, правильно виконав усі завдання підсумкового тесту, – 14 балів. Прохідний бал – 10 (70%).

Змістові критерії для складання тестових завдань:

- Знання та розуміння – усвідомлення особливостей сучасних педагогічних підходів до навчання та їх застосування на уроках фізичної культури в умовах реалізації Державного стандарту базової середньої освіти.

- Застосування – уміння добирати та застосовувати сучасні педагогічні підходи, активні методи й форми організації освітнього процесу, цифрові технології в педагогічній діяльності.

- Аналіз – уміння аналізувати обрані підходи, методи, прийоми, фрагменти уроків фізичної культури з позицій компетентнісного підходу та універсального дизайну навчання.

- Оцінювання – здатність розробляти та використовувати компетентнісно орієнтовані завдання як інструменти формування й підсумкового оцінювання навчального поступу учнів.

- Створення – здатність планувати, проектувати / конструювати компетентнісно орієнтовані уроки та навчальні проекти з фізичної культури з урахуванням принципів універсального дизайну.

Документ про підсумки підвищення кваліфікації: учасники, які успішно пройшли навчання та склали підсумковий тест, отримують свідоцтво про підвищення кваліфікації встановленого зразка (15 год, 0,5 кредити ЄКТС).

Вартість: 550 гривень

2. НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Освітньою програмою передбачено поєднання теоретичної підготовки з активними, практико орієнтованими формами навчальної діяльності, що спрямовані на формування та розвиток професійних компетентностей учителів фізичної культури. Освітній процес організовано з використанням інтерактивних методів навчання, практикумів тощо.

Особливістю освітньої програми є акцент на діяльнісний, компетентнісний та особистісно орієнтований підходи, технології організації рухової активності в освітньому процесі з фізичної культури й застосування цифрових технологій. Важливою складовою програми є планування, проектування / конструювання компетентнісно орієнтованих уроків та навчальних проектів з фізичної культури з урахуванням принципів універсального дизайну.

Підсумкові заходи проводяться у вигляді підсумкового тестування, яке містить завдання різних форматів, що відповідають змісту програми.

Зміст програми складається з 2 модулів та 7 взаємопов'язаних тем. На етапі завершення навчання за Програмою слухачі складають підсумковий тест із 8 питань. Максимальна кількість балів, яку можуть отримати учасники, – 14 балів. Прохідний бал – 10 (70 %). Учасники, які успішно пройшли навчання та склали підсумковий тест, отримують сертифікат.

Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, складає 15 год, з них: 4 год – лекційні заняття, 10 год – практична робота, 1 год – контрольні заходи.

№ теми	Назва навчальних тем	Кількість годин			
		Лекції	Практичні заняття	Контрольні заходи	Усього
МОДУЛЬ 1. Організація освітнього процесу					
1.1.	Мотиваційна сесія: «Вектор успіху: від особистих очікувань до спільних перемог»		1		1
1.2.	Дидактичний конструктор успішного навчання: від теорії до практичних кейсів у різних форматах навчання	1	1		2
	<i>Разом за модулем</i>	1	2		3
МОДУЛЬ 2. Сучасні підходи до навчання в Новій українській школі					
2.1	Підхід як стратегія навчання, що поєднує методи, прийоми та форми навчання		1		1
2.2	Інтеграція STEM-підходу в освітній процес з фізичної культури	1	1		2
2.3	Проект як педагогічна стратегія: зміст, цінність, інструменти	1	1		2
2.4	Проектування та застосування компетентнісно-орієнтованих завдань на уроках фізичної культури	1	1		2
2.5	Освітні ігри, симуляції та квести: активні методи для уроків фізичної культури		2		2
2.6	Мініворкшоп: «Універсальний дизайн навчання: як забезпечити участь кожного учня в активному навчанні»		2		2
	<i>Разом за модулем</i>	3	8		11
	Підсумкові заходи <i>Підсумкове тестування</i>			1	1
	Усього:	4	10	1	15

3. ЗМІСТ ПРОГРАМИ

МОДУЛЬ 1. Організація освітнього процесу

Тема 1.1. Мотиваційна сесія «Вектор успіху: від особистих очікувань до спільних перемог»

Ознайомлення слухачів з організацією, змістом та умовами проведення курсів. Акцент робиться на осмисленні слухачами запропонованих педагогічних підходів, методик для їх власного досвіду. Повідомлення умов щодо проведення підсумкового тестування. Вправа «Мої очікування від навчання».

Тема 1.2. Дидактичний конструктор успішного навчання: від теорії до практичних кейсів у різних форматах навчання

Дидактика НУШ. Кейс дидактичних підходів: компетентнісного, діяльнісного, особистісно орієнтованого, інтегративного, середовищного. STEM-орієнтований підхід у навчанні предметів. Взаємозалежність, взаємонаповнюваність підходів щодо орієнтації сучасного освітнього процесу на особистість.

Зміна пріоритетів в освітньому процесі: від накопичення знань до розвитку життєвих навичок: дитиноцентризм та гуманізація, педагогіка партнерства, формувальне оцінювання.

Ознаки поверхневого та глибинного навчання. Суб'єкт-суб'єктна основа освітнього процесу. Практична зорієнтованість навчання. Трансформація теоретичних принципів педагогіки у практичні кейси. Конструювання уроків фізичної культури за алгоритмом вибору оптимальної комбінації методів, прийомів і форм навчання залежно від освітньої мети та очікуваних результатів.

МОДУЛЬ 2. Сучасні підходи до навчання в Новій українській школі

Тема 2.1. Підхід як стратегія навчання, що поєднує методи, прийоми та форми навчання

Навчальний підхід як комплексна стратегія, що визначає вибір інструментарію для досягнення освітніх результатів. Диверсифікація методів в межах стратегії навчання. Прийоми навчання: «мікроінструменти» дидактичної стратегії. Динаміка організаційних форм навчання на уроках фізичної культури.

Тема 2.2. Інтеграція STEM-підходу в освітній процес з фізичної культури

STEM-підхід в освітньому процесі з фізичної культури як засіб формування ключових та предметної компетентностей. Оцінка доцільності застосування STEM-підходу в уроці, його можливості щодо формування техніки рухів здобувачів освіти; STEM-інструментарій учителя фізичної культури.

Особливості реалізації STEM-підходу за дистанційної та змішаної форм освіти. Фізична вправа як STEM-проект. Технічні й програмні засоби створення STEM-оболонки уроку фізичної культури.

Тема 2.3. Проєкт як педагогічна стратегія: зміст, цінність, інструменти

Актуальність проєктного навчання. Мета та завдання проєктної технології. Понятійний апарат: проєкт, проєктна діяльність, інтерес, суб'єкт діяльності. Суть проєктної технології. Типи проєктів. Ініціатори проєктування. Особливості учнівського соціального проєкту.

Вимоги до організації проєктної діяльності. Етапи та зміст проєктної діяльності: визначення теми, мети проєкту, розробка змісту, вивчення ресурсів, визначення очікуваного результату, здійснення оцінки та самооцінки. Інструменти дистанційного навчання та мультимедійні технології для організації проєктної діяльності.

Тема 2.4. Проєктування та застосування компетентнісно орієнтованих завдань на уроках фізичної культури

Компетентнісно орієнтовані завдання як умова реалізації компетентнісного підходу до навчання: перехід від репродуктивного викладання (виконання вправ за зразком) до стратегічного проєктування навчальних ситуацій, що формують ключові компетентності учнів.

Структура компетентнісно орієнтованого завдання: стимул (навіщо це робити?), формулювання завдання (що саме зробити?), джерело інформації та інструмент оцінювання.

Методика створення навчальних завдань нового покоління: інтеграція фізичної активності з інтелектуальним та соціальним розвитком дитини. Алгоритм розробки компетентнісно орієнтованих завдань, що включають стимулююче введення, чітку діяльнісну вимогу та критерії успіху.

Тема 2.5. Освітні ігри, симуляції та квести: активні методи для уроків фізичної культури

Педагогічний потенціал освітніх ігор, симуляцій та квестів на уроках фізичної культури. Види ігор і симуляцій (рольові, ситуаційні, цифрові, настільні). Адаптація освітніх ігрових активностей до предметних потреб та вікових особливостей здобувачів освіти. Квест як інтегрований формат практичного уроку. Алгоритм створення гри/квесту. Ресурси для створення освітніх квізів: Kahoot!, Quizizz, Quizlet, Mentimeter, interactivity.me та інші. Чек-лист вчителя для створення інтерактивного середовища на уроці. Рефлексія обговорення: «Що працює / що не працює в ігрових методах».

2.6. Мініворкшоп: «Універсальний дизайн навчання: як забезпечити участь кожного учня в активному навчанні»

Принципи універсального дизайну навчання (UDL) як підхід до створення інклюзивного та активного освітнього середовища. Забезпечення участі всіх учнів у освітньому процесі через диференціацію завдань, варіативність методів подачі матеріалу та адаптацію оцінювання. Використання стратегій активізації пізнавальної діяльності, що враховують різні стилі навчання, індивідуальні потреби та рівень компетентностей учнів.

Проєктування уроків та навчальних завдань із урахуванням принципів UDL для формування практичних навичок, мотивації та залучення кожного учня. Інструменти адаптації навчальної діяльності для забезпечення рівних можливостей у навчанні.

3.1. Орієнтовний перелік практичних завдань

Тема 2.1 Підхід як стратегія навчання, що поєднує методи, прийоми та форми навчання

- Аналіз кейсів: «Як один і той самий прийом працює в різних підходах».
- Рефлексія: самоаудит власного стилю викладання.

Тема 2.2 Дидактичний конструктор успішного навчання: від теорії до практичних кейсів

- Аналіз вибору оптимальної комбінації методів, прийомів і форм навчання залежно від освітньої мети та очікуваних результатів.
- Коло педагогічних ідей «Конструюємо урок компетентнісного типу: від задуму до реалізації».

Тема 2.3 Інтеграція STEM-підходу в освітній процес з фізичної культури

- Проектування алгоритму реалізації STEM-підходу для формування техніки рухової дії.
- Конструювання STEM-проекту; фізична вправа як продукт STEM-проекту.
- Порівняльний аналіз ефективності застосування STEM-підходу при вивченні варіативних модулів різного спрямування.

Тема 2.4 Проект як педагогічна стратегія: зміст, цінність, інструменти

- Опрацювання прийомів генерування ідей для проектної діяльності (мозковий штурм, дерево ідей, метод фокальних об'єктів тощо).

Тема 2.5 Проектування та застосування компетентнісно орієнтованих завдань на уроках фізичної культури

- Вправа «Спортивний конструктор: від репродуктивних фізичних вправ до компетентнісних завдань».
- Аналіз розроблених компетентнісно орієнтованих завдань за варіативними модулями.

Тема 2.6 Освітні ігри, симуляції та квести: активні методи для уроків фізичної культури

- Опрацювання технології побудови онлайн-квізу засобами цифрових застосунків Mentimeter та Kahoot!

Тема 2.7 Мініворкшоп: «Універсальний дизайн навчання: як забезпечити участь кожного учня в активному навчанні»

- «UDL крізь призму учня» (мета - зрозуміти, чому універсальний дизайн потрібен кожному учню).
- Групова робота «3 принципи UDL — 1 урок» та «UDL-конструктор завдання»

4. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Нормативно-правові документи

1. Державний стандарт базової середньої освіти : Постанова Кабінету Міністрів України від 30 верес. 2020 р. № 898. URL: <https://zakon.rada.gov.ua> (дата звернення: 23.01.2026).
2. Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-9 класи» для закладів загальної середньої освіти / Баженов Є. В., Бідний М. В., Ребрина А. А. та ін. Наказ Міністерства освіти і науки України від 02 серп. 2024 р. № 1093. URL: <https://mon.gov.ua/static-objects/mon/sites/1/zagalna%20serednya/Navchalni.prohramy/2024/Model.navch.prohr.5-9.klas-2024/fizkult-5-9-kl-bazhenkov-ta-in-22-08-2024.pdf> (дата звернення: 23.01.2026).
3. Про затвердження концептуальних засад освітніх галузей та дорожньої карти реалізації концептуальних засад освітніх галузей на 2025-2030 роки: Наказ Міністерства освіти і науки України від 20 серп. 2025 р. № 1163. URL: https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/95248/ (дата звернення: 24.01.2026).
4. Про Національну програму інформатизації : Закон України від 01 груд. 2022 р. № 2807-IX. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2807-20> (дата звернення: 23.01.2026).
5. Про освіту : Закон України від 05 верес. 2017 р. № 2145-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text> (дата звернення: 01.01.2026).
6. Про повну загальну середню освіту : Закон України від 16 січ. 2020 р. № 463-IX. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#Text> (дата звернення: 17.01.2026).
7. Про схвалення Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року : Розпорядження Кабінету Міністрів України від 14 груд. 2016 р. № 988-р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/988-2016-%D1%80#Text> (дата звернення: 23.01.2026).

Основна література

1. Кольцова О. С. Сучасні підходи до викладання фізичної культури в умовах цифрової трансформації освіти. *Актуальні проблеми фізичного виховання та методики спортивного тренування*. 2025. Вип. 8. С. 112–118.
2. Круцевич Т. Ю., Безверхня Г. В. Моделювання процесу фізичного виховання школярів на засадах особистісно орієнтованого підходу. *Спортивний вісник Придніпров'я*. 2024. № 1. С. 44–52.
3. Малафіїк І. В. Дидактика : навч. посіб. Київ : Кондор, 2018. 498 с.
4. Москаленко Н. В., Сороколіт Н. С. Теорія і методика фізичного виховання : навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. Дніпро : Інновація, 2025. 284 с.
5. Несен О., Волкова І. Технології організації різновидів рухової активності в освітньому процесі з фізичної культури в умовах НУШ : навчально-методичний посібник. Харків : ХНПУ імені Г. С. Сковороди, 2025. 201 с.
6. Нова українська школа: poradnik dla vchitelja / za zag. red. N. M. Bibik. Київ : Літера ЛТД, 2022. 160 с.
7. Огністий А., Огніста К., Власюк Р. STEM-освіта у фізичній культурі учнів. Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету

імені Володимира Гнатюка. Серія: педагогіка. 2023. № 1. С. 239–249. DOI: <https://doi.org/10.25128/2415-3605.23.1.30>

8. Педагогічні технології в підготовці вчителів : навчальний посібник / за ред. І. Ф. Прокопенка. 3-тє вид., допов. і переробл. Харків : ХНПУ, 2018. 457 с.
9. Універсальний дизайн навчання: розробка навчального досвіду, який залучає та ставить перед усіма учнями виклик / IRIS Center (Vanderbilt University), переклад українською, 2023. 56 с.

Додаткова література

1. Компетентнісно орієнтоване навчання: сутність, форми і методи : посібник / за заг. ред. Л. І. Горошкіної. Київ : Педагогічна думка, 2022. 232 с.
2. Мізюк В., Новак Г. Генезис поняття та ідей STEM-освіти в Україні та зарубіжжі: історичний аспект. *Науковий вісник Ізмаїльського державного гуманітарного університету*. 2022. № 57. С. 87–94. URL: <http://visnyk.idgu.edu.ua/index.php/nv/article/view/607> (дата звернення: 23.01.2026).
3. Освіта для життя. Галузь «Фізична культура» : вебсайт Міністерство освіти і науки України. URL: <https://educationforlife.mon.gov.ua/> (дата звернення: 23.01.2026).
4. Пась, О., та співавт. Універсальний дизайн для навчання: рекомендації щодо застосування принципів УДН в освітній діяльності / О. Пась та співавт. Київ, 2024. 20 с.
5. Пометун О. І. Сучасний урок. Інтерактивні технології навчання. Київ : А.С.К., 2018. 192 с.
6. Спілкуємося на відстані: віртуальний освітній простір закладу загальної середньої освіти : навч.-метод. посіб. Харків : Харківська академія неперервної освіти, 2023. 112 с.
7. Цифрова компетентність вчителя нової української школи: 2024: інновації в умовах змін : монографія / за заг. ред. О. В. Овчарук. Київ : ІЦО НАПН України, 2024. 268 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/741602> (дата звернення: 23.01.2026).
8. Choi, G. W., Seo, J. Accessibility, Usability, and Universal Design for Learning: Discussion of Three Key LX/UX Elements for Inclusive Learning Design / G. W. Choi, J. Seo // *TechTrends*. Vol. 68, 2024. P. 936–945.