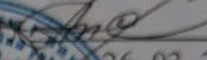


ПОЛТАВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ В. Г. КОРОЛЕНКА

ЗАТВЕРДЖЕНО

протокол засідання вченої ради
ПНПУ імені В. Г. Короленка
№ 9 від 26 березня 2026 р.

Голова засідання вченої ради
університету

 Олексій ГУРА
Виконавчий ректор

Наказ № 9-УР від 26.03.2026 р.

В.о. ректора  Олексій ГУРА



ПРОГРАМА

підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів загальної
середньої освіти

**ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ОСНОВИ РЕАЛІЗАЦІЇ ВАРІАТИВНО-
МОДУЛЬНОГО ЗМІСТУ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ У НОВІЙ
УКРАЇНСЬКІЙ ШКОЛІ**

Розробники:

Зайцева Юлія Вікторівна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка;

Шостак Євгенія Юріївна, кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри теоретико-методичних основ викладання спортивних дисциплін Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка.

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 МОН від 12.10.2022 р. №904)

Термін дії програми: з 26.03.2026 до 26.03.2031 року.

Рецензенти:

Слинько Ігор Сергійович, президент Асоціації волейболу України, віцепрезидент Федерації волейболу України, президент Федерації волейболу Полтавської області, майстер спорту з волейболу.

Новік Тетяна Григорівна, вчитель фізичної культури вищої категорії Ліцею № 6 «Лідер» Полтавської міської ради;

Єрмакова Оксана Вікторівна, вчитель фізичної культури вищої кваліфікаційної категорії, старший вчитель ліцею №17 «Інтелект» Полтавської міської ради, майстер спорту України з футзалу, майстер спорту України з футболу, асистент арбітра ФІФА.

1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Актуальність програми зумовлена впровадженням концептуальних положень Нової української школи та реалізацією Державного стандарту базової середньої освіти, що передбачає оновлення змісту фізичної культури на засадах компетентнісного, діяльнісного та особистісно орієнтованого підходів. Важливим складником модернізації освітнього процесу з фізичної культури є впровадження варіативно-модульної структури навчального змісту, яка забезпечує можливість урізноманітнення видів рухової активності учнів, підвищення їхньої мотивації до занять фізичною культурою та формування стійкої потреби у веденні здорового способу життя.

У цьому контексті особливого значення набуває використання сучасних і популярних серед учнів видів рухової активності, які мають значний оздоровчий, освітній і виховний потенціал. Реалізація варіативних модулів спортивно-ігрової спрямованості у процесі викладання фізичної культури сприяє розвитку основних фізичних якостей учнів, формуванню навичок командної взаємодії, комунікативних умінь, відповідальності, а також культури рухової діяльності та позитивної мотивації до систематичних занять фізичною культурою і спортом.

Програма є важливою для професійного розвитку педагогічних працівників, оскільки забезпечує поглиблення їхніх знань щодо організаційних, нормативних і техніко-тактичних аспектів сучасних видів рухової активності, а також формує методичну готовність учителів до ефективної реалізації варіативних модулів у структурі навчальних занять з фізичної культури. Її зміст спрямований на підвищення фахової та методичної компетентності вчителів фізичної культури та відповідає сучасним освітнім потребам і завданням розвитку фізкультурної освіти в умовах Нової української школи.

Цільова група: вчителі фізичної культури закладів загальної середньої освіти.

Обсяг (тривалість): 30 годин (1 кредит ЄКТС).

Особливості реалізації програми: програма реалізується на засадах концепції Нової української школи з урахуванням компетентнісного, діяльнісного та особистісно орієнтованого підходів і передбачає інтеграцію змісту різних видів рухової активності, зокрема варіативних модулів «Пляжний волейбол» та «Футзал», з метою формування цілісного уявлення про організацію навчально-тренувальної та ігрової діяльності учнів у шкільній фізичній культурі; навчання поєднує теоретичне осмислення історичних, організаційно-нормативних та техніко-тактичних аспектів обраних видів спорту з аналітичною та рефлексивною діяльністю слухачів, використанням інтерактивних форм роботи та може здійснюватися в очному,

дистанційному або змішаному форматах із застосуванням цифрових освітніх ресурсів.

Форма (форми) підвищення кваліфікації: інституційна.

Мета підвищення кваліфікації: поглибити розуміння теоретико-методичних засад варіативно-модульного викладання фізичної культури у Новій українській школі; узагальнити сучасні науково-методичні підходи до організації навчально-тренувальної та ігрової діяльності учнів у базовій середній освіті.

Завдання підвищення кваліфікації: розкрити концептуальні засади реалізації варіативних модулів фізичної культури у контексті Державного стандарту базової середньої освіти НУШ; систематизувати теоретичні підходи до впровадження сучасних видів рухової активності (пляжний волейбол, футзал) у навчальний процес; охарактеризувати організаційно-нормативні та матеріально-технічні умови реалізації варіативних модулів; проаналізувати правила, техніко-тактичні особливості та методiku навчання основних рухових дій у пляжному волейболі та футзалі; узагальнити сучасні педагогічні та методичні підходи до формування рухових, соціальних, комунікативних і здоров'язберезувальних компетентностей учнів; поглибити розуміння ролі варіативних модулів у формуванні мотивації до регулярної фізичної активності та активної участі у спортивно-ігрових видах діяльності.

Перелік компетентностей, що вдосконалюватимуться:

А2. Предметно-методична компетентність;

Б3. Компетентність педагогічного партнерства;

Г1. Прогностично-проектувальна компетентність;

Очікувані результати підвищення кваліфікації: поглибити розуміння теоретико-методичних засад варіативно-модульного викладання фізичної культури у контексті Нової української школи; удосконалити вміння організовувати навчально-тренувальну та ігрову діяльність учнів у рамках обраних модулів; добирати адекватні види рухової активності та проектувати освітній процес на засадах компетентнісного, діяльнісного та особистісно орієнтованого підходів; підвищити рівень фахової та методичної готовності до впровадження варіативних модулів у практику роботи закладів загальної середньої освіти.

Система та критерії оцінювання результатів підвищення кваліфікації: презентація фрагменту уроку з інтеграцією рухливої гри за варіативними модулями («Пляжний волейбол», «Футзал»), підсумковий тест.

Кількість балів за кожним зі структурних елементів загальної оцінки (мінімум – максимум)

Завдання	Критерії оцінки	Бали
Підсумковий тест	Правильність відповідей на тестові питання	15-30
Проведення фрагменту уроку з фізичної культури з включенням варіативних модулів («Пляжний волейбол», «Футзал»)	Якість добору навчально-тренувальних ігрових вправ та техніко-тактичних прийомів у варіативному модулі	30-50
Користуючись власним та набутим досвідом підготувати рухливу гру, спрямовану на розвиток техніко-тактичних дій за варіативними модулями («Пляжний волейбол», «Футзал») з дотриманням принципів академічної доброчесності	Якість добору рухливої гри, спрямовану на розвиток техніко-тактичних дій за варіативними модулями у варіативному модулі з дотриманням академічної доброчесності	15-20
Разом		60-100

Документ про підвищення кваліфікації: сертифікат

Вартість: 1500 грн.

2. НАВЧАЛЬНО-ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН

Програмою передбачено 9 годин лекцій, 15 годин практичних. Особливістю є аналітично-рефлексивна діяльність слухачів, спрямована на осмислення теоретико-методичних засад реалізації варіативно-модульного змісту фізичної культури у контексті Нової української школи та аналіз організаційно-нормативних, техніко-тактичних і методичних аспектів обраних модулів («Пляжний волейбол» і «Футзал»). Практичні заняття передбачають розробку і відпрацювання фрагментів уроків, застосування методичних прийомів навчання техніки і правил гри, а також інтеграцію компетентнісного, діяльнісного та особистісно орієнтованого підходів у освітній процес.

Самостійна робота передбачає проведення фрагменту уроку з фізичної культури з включенням варіативних модулів («Пляжний волейбол», «Футзал»); підготовка рухливої гри, спрямованої на розвиток техніко-тактичних дій за варіативними модулями («Пляжний волейбол», «Футзал») з дотриманням принципів академічної доброчесності

Підсумкові заходи: проведення фрагменту уроку з інтеграцією рухливої гри за варіативними модулями («Пляжний волейбол», «Футзал»).

Зміст програми складається з 2 змістових модулів та 5 взаємопов'язаних тем. На етапі завершення навчання за Програмою слухачі складають підсумковий тест із 30 питань. Максимальна кількість балів, яку можуть отримати учасники – 30 балів. Прохідний бал – 15. Також на підсумковому заході учасники курсів представляють фрагмент уроку з

використанням рухливої гри за варіативними модулями («Пляжний волейбол», «Футзал»).

Учасники, які успішно пройшли навчання, склали підсумковий тест, презентували результати проекту, отримують сертифікат.

Кількість годин, що відводиться на засвоєння змісту Програми, складає: 30 год, з них: 9 год – лекційні заняття, 15 год – практична робота, 5 год – самостійна робота, 1 год – контрольні заходи.

Навчально-тематичний план

Назва навчальних тем	Кількість годин				
	Лекції	Практичні заняття	Самостійна робота	Контрольні заходи	Усього
МОДУЛЬ 1. Сучасні підходи до навчання в Новій українській школі у процесі реалізації варіативного модуля «Пляжний волейбол»					
Тема 1.1. Основи техніки пляжного волейболу і базові правила гри	2	4	1		7
Тема 1.2. Тактика та стратегія гри у пляжний волейбол	2	2	1		5
Тема 1.3. Розвиток фізичних якостей і здатності до самоаналізу під час занять пляжним волейболом.	1	1	0,5		2,5
Разом за модулем:	5	7	20,5		14,5
МОДУЛЬ 2. Особливості організаційно-методичного забезпечення реалізації варіативного модуля «Футзал» у фізичному вихованні Нової української школи					
Тема 2.1. Теоретичні основи та	2		1		3

правила гри у футзал					
Тема 2.2. Методика використання ігрових вправ та техніко-тактичні особливості гри під час підготовки у футзалі.	2	8	1,5		11,5
Разом за модулем:	4	8	2,5		14,5
Підсумкові заходи:				1	1
Усього:	9	15	5	1	1

3. ЗМІСТ ПРОГРАМИ

МОДУЛЬ 1. Сучасні підходи до навчання в Новій українській школі у процесі реалізації варіативного модуля «Пляжний волейбол»

Тема 1.1. Основи техніки пляжного волейболу і базові правила гри.

У межах теми висвітлюються правила гри, вимоги до матеріально-технічного забезпечення, необхідного для проведення навчально діяльності з пляжного волейболу. Здійснюється науково-методичний аналіз техніки виконання основних ігрових дій у пляжному волейболі. Розкриваються специфічні особливості технічної підготовки учнів з урахуванням умов гри на піщаному покритті та скороченого складу команди. Здійснюється порівняльна характеристика технічних і організаційно-ігрових аспектів пляжного та класичного волейболу, визначаються методичні підходи до навчання основних елементів гри у процесі реалізації варіативного модуля «Пляжний волейбол».

Тема 1.2. Тактика та стратегія гри у пляжний волейбол.

У межах теми розкриваються основи тактичної підготовки учнів, зокрема індивідуальні та командні дії у форматі гри 2x2. Висвітлюються особливості організації нападу і захисту, взаємодії між партнерами та прийняття ігрових рішень. Визначаються методичні підходи до формування тактичного мислення та ігрової діяльності у процесі реалізації варіативного модуля «Пляжний волейбол».

Тема 1.3. Розвиток фізичних якостей і здатності до самоаналізу під час занять пляжним волейболом.

У межах теми висвітлюються особливості розвитку основних фізичних якостей учнів засобами пляжного волейболу та формування позитивного ставлення до рухової активності. Розкриваються підходи до розвитку

внутрішньої мотивації, навичок співпраці й командної взаємодії, зокрема підтримки партнера та спільного прийняття рішень у процесі гри.

Окрема увага приділяється формуванню здатності до самоаналізу й рефлексії, визначаються методичні підходи до їх розвитку.

Модуль 2. Сучасні підходи забезпечення реалізації варіативного модуля «Футзал» у фізичному вихованні Нової української школи

Тема 2.1. Теоретичні основи та правила гри у футзал.

У межах теми вивчаються теоретичні засади, розглядаються основні правила гри у футзал, їх структура та особливості застосування під час змагань. Інтерпретація правил гри. Окрема увага приділяється можливостям адаптації правил гри до умов освітнього процесу закладів загальної середньої освіти та їх використанню у навчально-тренувальній діяльності учнів.

Тема 2.2. Методика використання ігрових вправ та техніко-тактичні особливості гри під час підготовки у футзалі.

Тема присвячена формуванню та вдосконаленню у здобувачів освіти знань та практичних умінь щодо добору, організації та застосування ігрових вправ, спрямованих на вдосконалення технічних прийомів і тактичних дій у футзалі, а також розвитку ігрового мислення та взаємодії гравців у різних ігрових ситуаціях. Розглядаються методичні підходи до використання ігрових вправ у процесі навчання та вдосконалення техніко-тактичної підготовки у футзалі. Особлива увага приділяється моделюванню ігрових ситуацій, розвитку тактичного мислення, взаємодії гравців.

3.1. Орієнтовний перелік практичних завдань

1. Аналіз варіативно-модульного змісту фізичної культури у Новій українській школі.

2. Проведення фрагменту уроку з фізичної культури з включенням варіативних модулів «Пляжний волейбол».

3. Проведення фрагменту уроку з фізичної культури з включенням варіативних модулів «Футзал».

4. Користуючись власним та набутим досвідом підготувати рухливу гру, спрямовану на розвиток техніко-тактичних дій за варіативними модулями «Футзал» з дотриманням принципів академічної доброчесності

5. Користуючись власним та набутим досвідом підготувати рухливу гру, спрямовану на розвиток техніко-тактичних дій за варіативними модулями «Пляжний волейбол» з дотриманням принципів академічної доброчесності.

4. СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Нормативно-правові документи

1. Закон України «Про освіту» від 05.09.2017 р. № 2145-VIII (із змінами та доповненнями). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/2145-19#Text>
2. Закон України «Про повну загальну середню освіту» від 16.01.2020 р. № 463-IX (із змінами та доповненнями). URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/463-20#Text>
3. Нова українська школа. Концептуальні засади реформування середньої школи. URL: <https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/novaukrainska-shkola-compressed.pdf>
4. Професійний стандарт «Вчитель закладу загальної середньої освіти». URL: <https://mon.gov.ua/npa/pro-zatverdzhennia-profesiinoho-standartu-vchytelzakladu-zahalnoi-serednoi-osvity>

Основна література

1. International Federation of Volleyball. (2025). *Official beach volleyball rules 2025–2028*. https://www.fivb.com/wp-content/uploads/2025/02/FIVB-BeachVolleyball_Rules2025_2028-EN-v01.pdf
2. FIFA. (2025). Футзал. Правила гри 2025-2026. <https://futsal.com.ua/wp-content/uploads/2019/04/FUTSAL-Laws-of-the-Game-2025-2026-FINAL-do-redaktsii-16.09.2025.-11-30-hod.pdf>
3. Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-6 класи» для закладів загальної середньої освіти. «Рекомендовано Міністерством освіти і науки України» наказ Міністерства освіти і науки України від 12 липня 2021 року № 795. https://osvita.ua/doc/files/news/830/83023/Fizichna_kultura_5-6kl_Pedan_Kolomojuc_t.pdf
4. Модельна навчальна програма «Фізична культура. 7-9 класи» для закладів загальної середньої освіти. «Рекомендовано Міністерством освіти і науки України» наказ Міністерства освіти і науки України від 24 липня 2023 року № 883. https://osvita.ua/doc/files/news/901/90140/Fiz_kult_7-9_kl_Bazhenkov_ta_in_24_08_20.pdf

Додаткова література

1. Пляжний волейбол. Навчальна програма для ДЮСШ, СДЮСОР, ШВСМ. (2003). https://mms.gov.ua/storage/app/sites/16/Sport/Programy_navchalni/2014/plyajnii-voleibol.pdf
2. Шостак Є. Ю. Футзал: тактика гри : навчальний наочний посібник. Полтава, ПНПУ імені В. Г. Короленка, 2024. 80 с. <http://elcat.pnpu.edu.ua/docs/%d0%a4%d1%83%d1%82%d0%b7%d0%b0%d0%bb.pdf>

3. Футзал: Навчальна програма для дитячо-юнацьких спортивних шкіл.
(2015).

https://mms.gov.ua/storage/app/sites/16/Sport/Programy_navchalni/2019/fyztal-1.pdf