

**ЗАТВЕРДЖЕНО**

**Наказ Рівненського обласного  
інституту післядипломної  
педагогічної освіти**

**11 лютого 2022 року № 29**

**ОСВІТНЯ ПРОГРАМА**

**ПІСЛЯДИПЛОМНА ОСВІТА ДЛЯ ОСІБ ІЗ ВИЩОЮ ОСВІТОЮ**

**(підвищення кваліфікації)**

**Галузь знань: 01 Освіта/Педагогіка**

**Спеціальність: 017 Фізична культура і спорт**

**Спеціалізація: тренери-викладачі спортивних шкіл**

**Напрямок: розвиток професійних компетентностей**

## **ЛИСТ ПОГОДЖЕННЯ ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ**

Освітню програму розглянуто та схвалено на засіданні кафедри природничо-математичної освіти Рівненського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти (протокол від 15 грудня 2021 р. № 11).

Освітню програму затверджено Вченою радою Рівненського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти (протокол від 10 лютого 2022 р. № 01) та введено в дію наказом директора від 11 лютого 2022 р. № 29.

## ПЕРЕДМОВА

Освітню програму розроблено проєктною групою Рівненського обласного інституту післядипломної педагогічної освіти згідно з вимогами законів України «Про освіту», «Про вищу освіту», «Про позашкільну освіту»; постанов Кабінету Міністрів України від 21.08.2019 № 800 «Деякі питання підвищення кваліфікації педагогічних і науково-педагогічних працівників» (зі змінами), від 30.09.2020 № 898 «Про деякі питання державних стандартів повної загальної середньої освіти», Концепції реалізації державної політики у сфері реформування загальної середньої освіти «Нова українська школа» на період до 2029 року, схваленої розпорядженням Кабінету Міністрів України від 14.12.2016 № 988-р, наказів Міністерства молоді та спорту України від 28.03.2013 № 1 «Про затвердження Державного соціального стандарту у сфері фізичної культури і спорту», від 13.09.2016 № 3520 «Про затвердження Положення про підвищення кваліфікації тренерів (тренерів-викладачів) та інших фахівців у сфері фізичної культури і спорту», від 28.10.2016 № 4080 «Про затвердження Довідника кваліфікаційних характеристик професій працівників, Випуск 85 «Спортивна діяльність»; наказів Міністерства освіти і науки України від 11.05.2021 № 516 «Про затвердження стандарту вищої освіти за спеціальністю 017 «Фізична культура і спорт» для другого (магістерського) рівня вищої освіти», від 26.01.2022 № 64 «Про деякі питання підвищення кваліфікації педагогічних працівників закладів освіти», а також рекомендаційного листа МОН України від 28.04.2017 № 1/9-239.

Програма укладена на базі другого рівня вищої освіти (магістр) та відповідає 7 рівню Національної рамки кваліфікацій.

Розроблено проєктною групою у складі:

1. Профорук М.Ю., методист кабінету мистецтва та фізичної культури, ст. викл. кафедри природничо-математичної освіти;
2. Харченко Н.Б., к.пед.н., в.о. завідувача, доцент кафедри природничо-математичної освіти.

# 1. ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

## 1.1. Загальні положення

Нові освітні стандарти сфокусовані на формуванні особистості із знаннями та вміннями, життєвими компетентностями, потрібними для самореалізації як у навчанні, так і житті. Актуальним тут є оновлення та вдосконалення освітнього рівня та професійної підготовки фахівців у галузі фізичної культури і спорту шляхом поглиблення і розширення спеціальних знань, вмінь, необхідних для ефективного виконання посадових (функціональних) обов'язків з урахуванням перспектив професійного зростання в межах спеціальності.

Підвищення кваліфікації тренерів-викладачів спортивних шкіл, вдосконалення професійної майстерності, теоретико-методологічної і методичної підготовки до викладання на основі сучасних підходів до змісту, форм і методів навчання, впровадження інноваційних технологій в освітній процес в умовах реформування є актуальним питанням. Виконання цих завдань вимагає від тренера використання таких освітніх технологій, за яких навчання буде зорієнтоване не лише на засвоєння знань, а й формування критичного мислення та вивчення способів продуктивної діяльності, розвиток мотивації до пізнання нового і творчого потенціалу дітей. Результативність досягнення вказаних цілей, в першу чергу, залежить від наявності високопрофесійних кадрів.

Закони України визначають збереження та зміцнення фізичного, психічного і духовного здоров'я дитини як першочергове завдання розвитку, навчання і виховання громадян країни.

Серед показників здоров'я увага звертається на єдність фізичного (як рівень морфологічного розвитку, що підтверджується віковими антропометричними показниками), психічного (як рівень розвитку психічних та збалансованості психічних процесів і станів) та духовного здоров'я (як самоідентифікація і самоусвідомлення себе як особистості, орієнтація на систему цінностей, прагнення до творчого освоєння світу тощо). Особливої уваги педагогів і медичного персоналу потребує забезпечення оптимальних загальних навантажень на дітей у позаурочній та позакласній роботі.

Актуальною тут є підготовка спеціалістів спортивного профілю до реалізації освітньої політики держави шляхом опанування новітніми технологіями, методами та прийомами професійної діяльності, що дозволяють формувати фізичний стан дитини та її розвиток відповідно до вікових та індивідуальних особливостей.

## 1.2. Цільова аудиторія

Тренери-викладачі спортивних шкіл.

## 1.3. Мета програми

Метою освітньої програми є підвищення методичного та практичного рівнів професійної компетентності тренерів-викладачів спортивних шкіл щодо реалізації завдань державних стандартів освіти відповідно до потреб

споживачів освітніх послуг та запитів громадянського суспільства і впровадження технологій формування цінностей та компетентностей здобувачів освіти, необхідних для їх соціалізації, громадянської активності, свідомого вибору подальшого життєвого шляху, самореалізації, здобуття професії.

Виконання тренерами-викладачами спортивних шкіл вимог освітньої програми підвищення кваліфікації забезпечить наступні результати навчання:

здатність здійснювати набір у спортивну школу, секцію, групу спортивної та оздоровчої спрямованості дітей та підлітків, які бажають займатися фізичною культурою та спортом; відбирати найперспективніших учнів, вихованців для їхнього подальшого спортивного вдосконалення;

здатність проводити навчально-тренувальну та виховну роботу, використовуючи різноманітні прийоми, методи та засоби навчання, сучасні освітні технології;

здатність до ефективного вирішення професійно-педагогічних проблем і типових професійних завдань, що виникають у реальних ситуаціях педагогічної діяльності;

знання сучасних освітніх технологій, технологій педагогічної діагностики, психолого-педагогічної корекції, методичних прийомів і педагогічних засобів.

#### **1.4. Компетентності, що вдосконалюватимуться/набуватимуться:**

<p><b>Загальні компетентності</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• здатність діяти соціально відповідально та свідомо;</li> <li>• здатність до адаптації та дії в новій ситуації;</li> <li>• здатність виявляти, ставити та вирішувати проблеми;</li> <li>• здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.</li> </ul>
<p><b>Спеціальні (фахові, предметні) компетентності:</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• здатність до критичного осмислення проблем у сфері фізичної культури і спорту;</li> <li>• здатність управляти робочими або навчальними процесами у сфері фізичної культури та спорту, які є складними, непередбачуваними та потребують нових стратегічних підходів;</li> <li>• здатність розв'язувати проблеми у сфері фізичної культури та спорту у нових або незнайомих середовищах за наявності неповної або обмеженої інформації з урахуванням аспектів соціальної та етичної відповідальності;</li> <li>• здатність до самоосвіти, самовдосконалення та саморефлексії для успішної професіоналізації у сфері фізичної культури і спорту;</li> <li>• здатність впроваджувати у практичну діяльність результати наукових досліджень, спрямованих на вирішення прикладних завдань у сфері фізичної культури і спорту;</li> </ul>

	<ul style="list-style-type: none"><li>• усвідомлювати принципи професійної та академічної етики і необхідність їх дотримання.</li></ul>
--	---

## 2. ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ

### 2.1. Зміст та обсяг освітньої програми

Зміст освітньої програми враховує особливості професійної діяльності слухачів в умовах реформування освіти і визначається: вимогами суспільства знань щодо забезпечення закладів освіти висококваліфікованими фахівцями; основними напрямками державної політики у галузі позашкільної освіти; Національною рамкою кваліфікацій, освітніми стандартами, вимогами до компетентностей педагогічних працівників закладів позашкільної освіти; запитами замовників освітніх послуг.

### 2.2. Форма та структура освітньої програми

Освітня програма передбачає очну (зокрема, з використанням технологій дистанційного навчання) форму навчання.

Очна форма навчання організовується шляхом проведення:  
інтерактивних лекцій;  
тематичних дискусій;  
практичних занять (семінарів, тренінгів, майстер-класів тощо);  
контрольних заходів (організаційно-настановне заняття, конференція з обміну досвідом).

Обсяг освітньої програми складає 30 годин (1 кредит ЄКТС).

## СТРУКТУРА ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ

**підвищення кваліфікації тренерів-викладачів спортивних шкіл  
за напрямом «Розвиток професійних компетентностей»  
заочною формою навчання (30 аудиторних годин)**

Назви модулів і тем	Форма навчання			Усього
	Лекція, дискусія	Практичне заняття	Контроль	
<b>Модуль 1. Сучасні тенденції розвитку освіти</b>				
Тема 1.1. Державна та регіональна освітня політика: досвід, виклики, перспективи	2			2
Тема 1.2. Нормативно-правове забезпечення організації освітнього процесу	2			2
<b>Усього годин за модулем</b>	<b>4</b>			<b>4</b>

<b>Варіативна складова</b>				
Тема. Інклюзивний простір: пріоритетні напрями забезпечення рівного доступу до освіти дітей з особливими освітніми потребами	2			2
Тема. Особливості організації спортивних секцій та участь у змаганнях	2			2
Тема. Наукові методи досліджень у спорті	2			2
<b>Модуль 2. Методична підготовка тренера-викладача</b>				
Тема 2.1. Методика проведення рухливих ігор для підвищення ефективності фізичного виховання та тимбілдингу		4		4
Тема 2.2. Професійна діяльність тренера-викладача	2			2
Тема 2.3. Діяльнісний підхід як основа нових освітніх стандартів		4		4
Тема 2.4. Основи домедичної допомоги		4		4
<b>Усього годин за модулем</b>	<b>2</b>	<b>12</b>		<b>14</b>
<b>Модуль 3. Технологічна карта сучасного заняття</b>				
Тема 3.1. Форми і методи позакласної роботи та проведення індивідуальних, самостійних, гурткових занять	2			2
Тема 3.2. Взаємодія тренерів дитячо-юнацьких спортивних шкіл та вчителів фізичної культури ЗЗСО. Відбір обдарованих дітей до занять футболом		2		2
Тема 3.3. Методика навчання техніці та тактиці гри у волейбол		2		2
Тема 3.4. Методика вивчення модулю «Баскетбол»		2		2
<b>Усього годин за модулем</b>	<b>2</b>	<b>6</b>		<b>8</b>
<b>Модуль 4. Діагностичний</b>				
Організаційно-настановне заняття			2	2
Конференція з обміну досвідом, залік			2	2
<b>Усього годин за модулем</b>			<b>4</b>	<b>4</b>



<b>Разом</b>	<b>8</b>	<b>18</b>	<b>4</b>	<b>30</b>
--------------	----------	-----------	----------	-----------

### 3. ЗМІСТ ОСВІТНЬОЇ ПРОГРАМИ

#### Модуль 1.

#### Сучасні тенденції розвитку освіти

*Тема 1.1. Державна та регіональна освітня політика: досвід, виклики, перспективи*

Сучасний стан освіти України, тенденції та проблеми розвитку освіти в Україні. Сучасна система закладів освіти. Пріоритети діяльності МОН України. Реалізація завдань НУШ: упровадження педагогіки партнерства, створення сучасного освітнього середовища та системи інклюзивного навчання, формування ключових компетентностей і розвиток наскрізних умінь. Компоненти «формули» Нової української школи: зміст освіти, заснований на формуванні компетентностей, необхідних для успішної самореалізації особистості в суспільстві; педагогіка партнерства; свобода творчості й професійний розвиток; орієнтація на потреби учня в освітньому процесі, дитиноцентризм; наскрізний процес виховання, який формує цінності; компетентності для життя; децентралізація та ефективне управління; справедливий розподіл публічних коштів, що забезпечить рівний доступ усіх дітей до якісної освіти.

*Тема 1.2. Нормативно-правове забезпечення організації освітнього процесу*

Нормативно-правова обумовленість професійної діяльності з фізичного виховання. Нормативно-правові акти, що регламентують професійну діяльність: Конституція України, закони України, Укази Президента, постанови Кабінету Міністрів України, накази (положення) Міністерства молоді та спорту, Міністерства освіти і науки України та інші. Аналіз закону «Про фізичну культуру і спорт», «Державних вимог до системи фізичного виховання дітей, учнівської і студентської молоді» та інших нормативно-правових актів у контексті їх значення для здійснення професійної діяльності в галузі фізичної культури.

#### Варіативна складова

*Тема. Інклюзивний простір: пріоритетні напрями забезпечення рівного доступу до освіти дітей з особливими освітніми потребами*

Інклюзивна освіта як забезпечення права на освіту для кожної дитини.

Організація інклюзивного навчання. Переваги інклюзивної освіти для усіх учасників освітнього процесу.

Законодавство України щодо забезпечення права дітей з особливими освітніми потребами на якісну інклюзивну освіту. Основні завдання та ролі членів команди психолого-педагогічного супроводу дитини з особливими освітніми потребами.

Поняття про педагогічну підтримку, універсальний дизайн у навчанні та розумне пристосування. Практичні кейси для організації роботи. Допоміжні засоби для навчання (спеціальні засоби корекції психофізичного розвитку) осіб з особливими освітніми потребами. Поняття про додаткові та альтернативні способи й засоби комунікації.

*Тема. Особливості організації спортивних секцій та участь у змаганнях*

Облік індивідуальних особливостей у різні вікові періоди. Методика проведення занять з урахуванням індивідуального підходу. Диференційоване навчання в реалізації індивідуального підходу.

Спортивні змагання як невід'ємна частина тренувального процесу. Найпопулярніші та наймасовіші види спорту (за даними Міжнародного олімпійського комітету). Види спортивних змагань у залежності від мети, форми, масштабу та характеру змагання. Організація спортивних змагань. Основні правила гри. Основи суддівства. Вимоги до суддів. Жести та суддівська термінологія. Ведення протоколу гри.

Планування учбово-тренувальної роботи, порядок роботи спортивних секцій, календарний план спортивних заходів. Укладання положення та програми спортивних змагань.

Спортивні свята та конкурси як спеціальні заходи агітаційного характеру.

*Тема. Наукові методи досліджень у спорті*

Педагогічні методи досліджень у фізичній культурі та спорті. Медико-біологічні методи дослідження й оцінювання фізичного розвитку людини. Методи вивчення серцево-судинної та дихальної систем. Методи визначення координаційних здібностей та фізичної працездатності.

Особливості досліджень. Обробка результатів дослідження. Комплексна оцінка здоров'я кожної людини та критерії її визначення. Показники рівня здоров'я: антропометричні вимірювання, динамометрія, визначення життєвої ємності легень, частоти серцевих скорочень, артеріального тиску, функціональних проб. Методика підбору вправ реабілітаційного характеру.

Впровадження системи тестування показників здоров'я людини. Практичне відпрацювання методик дослідження стану здоров'я людини.

## **Модуль 2.**

### **Методична підготовка тренера-викладача**

*Тема 2.1. Методика проведення рухливих ігор для підвищення ефективності фізичного виховання та тимбілдингу*

Гейміфікація у освітньому процесі. Вплив гейміфікації на розвиток ключових компетентностей учня. Переваги та недоліки ігрових технологій. Мотивація: позитивна та негативна. Тимбілдинг, його види. Алгоритми побудови команди.

Класифікація рухливих ігор: народні рухливі ігри, сюжетно-рольові рухливі ігри, командні рухливі ігри, естафети тощо. Використання рухливих

ігор для підвищення ефективності фізичного виховання. Організація, зміст, методика проведення вправ: «Синхронізація», «Лабіринт Мінотавра», «Веселий баскетбол», «Арагор», «Сигнальне коло», «Розтягнення», «Снайпер» та інших.

### *Тема 2.2. Професійна діяльність тренера-викладача*

Тренер та учні як суб'єкти процесу фізичного виховання. Педагогічні функції, компетенції та техніка навчання. Педагогічні функції тренера-викладача.

Педагогічні уміння, компетенції та компетентність тренера-викладача. Педагогічна майстерність та педагогічна техніка тренера-викладача.

Підготовка фізкультурного активу. Створення матеріальної бази та боротьба проти травматизму.

Роль педагогічного колективу у розв'язанні завдань фізичного виховання учнів.

### *Тема 2.3. Діяльнісний підхід як основа нових освітніх стандартів*

Компетентнісний потенціал діяльнісних методів навчання. Основні характеристики діяльнісного підходу. Взаємозалежність діяльнісного підходу та розвитку мотивації учнів до навчання. Шляхи та інструменти втілення діяльнісного підходу.

Організація проєктної діяльності. Важливість командної взаємодії для впровадження діяльнісного підходу. Умови успішної реалізації діяльнісного підходу. Професійні ролі тренера-викладача. Рефлексія та професійний саморозвиток тренера-викладача.

### *Тема 2.4. Основи домедичної допомоги*

Законодавство України в галузі охорони здоров'я, екстреної медицини та домедичної допомоги, аналіз основних документів. Методичні рекомендації щодо правил безпечної поведінки дітей, педагогічних працівників, надання домедичної допомоги в умовах виникнення надзвичайних ситуацій.

Протокол BLS. Нормативно-правові основи надання домедичної допомоги. Домедична допомога у критичних для здоров'я людини ситуаціях. Ефективність реанімаційних заходів.

## **Модуль 3.**

### **Технологічна карта сучасного заняття**

#### *Тема 3.1. Форми і методи позакласної роботи та проведення індивідуальних, самостійних, гурткових занять*

Характеристика форм і методів організації позакласної роботи та проведення індивідуальних, самостійних, гурткових занять. Проведення фізкультурно-оздоровчих заходів у режимі шкільного дня. Створення та організація учнівських гуртків та секцій. Залучення кращих учнів до участі в семінарах для груповодів-інструкторів, організаторів змагань, юних арбітрів. Формування вміння школярів різних вікових груп під час самостійних занять ставити мету та досягати покращення розвитку рівня фізичних якостей та

техніко-тактичних умінь. Класифікація змагань серед школярів. Системи розіграшів та їх характеристика. Положення про змагання. Календар змагань. Всеукраїнські змагання: мета, завдання та їх характеристика.

*Тема 3.2. Взаємодія тренерів дитячо-юнацьких спортивних шкіл та вчителів фізичної культури. Відбір обдарованих дітей до занять футболом*

Загальноосвітній навчальний заклад, дитячо-юнацька спортивна школа та їхня роль у вихованні здорової нації. Форми співпраці вчителів фізичної культури та тренерів дитячо-юнацьких спортивних шкіл.

Роль вчителя фізичної культури у первинному відборі обдарованих школярів до занять футболом. Теоретичні основи відбору. Критерії відбору (задатки, обдарованість і здібності). Методи відбору обдарованих дітей до занять футболом (експертні, апаратурні й тестові).

*Тема 3.3. Методика навчання техніці та тактиці гри у волейбол*

Основні правила гри. Методика навчання технічним прийомам гри: стійка волейболіста і переміщення приставними і перехресними кроками; прийом і передача двома руками зверху; нижня та верхня прямі подачі, прийом м'яча зверху та знизу двома руками; передача двома руками зверху з місця та в русі; розміщення та перехід гравців; передача м'яча в парах. Поєднання переміщень із передачею м'яча зверху і прийманням знизу; передача м'яча біля сітки; передача м'яча двома руками зверху за спину; приймання м'яча, що відскочив від сітки; нижня та верхня прямі подачі в різні зони майданчика; гра в нападі у зоні 3; організація захисту; прямий нападаючий удар після передачі м'яча партнером; блокування нападаючого удару; навчальна та двостороння гра.

*Тема 3.4. Методика вивчення модулю «Баскетбол»*

Значення баскетболу для фізичного розвитку, залучення учнів до систематичних занять фізичними вправами.

Розподіл змісту модуля за роками вивчення.

Зміни у правилах гри. Методика навчання технічним прийомам гри: стійка баскетболіста, переміщення гравця, подвійний крок і кидок м'яча в корзину, штрафний кидок; передача м'яча з відскоком; вихід на вільне місце; взаємодія гравців (наведення, пересічення; трійка; мала «вісімка»; швидкий прорив; позиційний напад через центрального і без нього); індивідуальні дії у захисті (тримати гравця, вибір позиції, опіка гравця без м'яча); перехоплення м'яча з виходом збоку чи із-за спини суперника, навчальна гра. Навчальні ігри 2x2; 3x3; 4x4; 5x5.

## **Модуль 4. Діагностичний**

*Організаційно-настановне заняття*

Реєстрація слухачів. Організація та проведення вступного інструктажу з охорони праці.

Ознайомлення з організацією, змістом та умовами проведення курсів. Надання рекомендацій щодо вибору теми конференції з обміну досвідом, особливостей складання заліку.

*Конференція з обміну досвідом, залік*

Організація обговорення педагогічних інновацій, елементів нових технологій навчання, що сприяють розвитку професійної компетентності вчителя фізичної культури. Залік.

Рефлексія освітньої програми підвищення кваліфікації тренерів-викладачів спортивних шкіл за напрямом «Розвиток професійних компетентностей».