

fizkulturno-ozdorovchoi-roboti-u-doshkilnikh-navchalnikh-zakladakh (дата звернення: 26.09.2022).

5. Національна доктрина розвитку фізичної культури і спорту. URL: https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1148/2004?find=1&text=%D0%B7%D0%B4%D0%BE%D1%80%D0%BE%D0%B2%27%D1%8F#w1_1 (дата звернення: 26.09.2022).

6. Нова українська школа. Концептуальні засади реформування середньої школи. К., 2016. 34 с.

Кругляк Т.¹, Кругляк О.¹, Кругляк Н.²

ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ ЗА ПРОГРАМОЮ ISK У ШКОЛАХ НІДЕРЛАНДІВ

¹КЗЛОП «Самбірський фаховий педагогічний коледж ім. І.Филипчака»

²КЗЛОП «Самбірський фаховий медичний коледж»

Анотація. У статті висвітлено зміст фізичного виховання за програмою ISK у школах Нідерландів.

Annotation. The article surveys the content of physical education according to the ISK program in the Netherlands schools.

Ключові слова: фізичне виховання, програма ISK, школи Нідерландів.

Key words: physical education, ISK program, Netherlands schools.

Актуальність теми дослідження. Розглянута нами тема дослідження є надзвичайно актуальною для сучасної Нової української школи з точки зору обміну прогресивними педагогічними формами і методами навчання у сфері організації фізичного виховання школярів. З цієї точки зору, досвід організації шкільної системи фізичного виховання у Нідерландах буде, на наш погляд, надзвичайно корисним для вивчення і впровадження у нашій державі.

Метою нашого дослідження є розкриття загальних основ шкільної системи фізичного виховання за програмою ISK (міжнародних підготовчих класів) для українських дітей у школах Johan de Witt.

У дослідженні нами використано такі **методи дослідження:** педагогічні спостереження і бесіди.

Результати досліджень. Соціологічні дослідження вказують, що діти в Нідерландах вважаються найщасливішими

дітьми світу [2]. Один із секретів криється у шкільній системі освіти. Всі заклади освіти в країні розділені на державні, спеціальні (релігійні) і приватні школи. Більшість навчальних занять (з понеділка до п'ятниці) відбуваються у першій половині дня. До 10 років школярам фактично не задають домашнього завдання, так як вважають, що позакласні заняття у школі чи поза школою важливіші, ніж читання підручника вдома. З 9 класу учні переходять у класи середньої школи. У Нідерландах є три види середньої освіти: підготовча середня освіта, старша середня освіта та підготовка до університету.

Система шкільної освіти Королівства Нідерланди (Голландія) характеризується демократичністю, відкритістю, доступністю та новаторством. Країна раніше від більшості Європейських країн почала впроваджувати новітні підходи в організації шкільної освітньої системи, зокрема стосовно фізичного виховання дітей.

Конституція Нідерландів гарантує свободу освіти. Загальна середня освіта є обов'язковою й безкоштовною. Вражає цілісність та комплексність шкільної освіти, її гнучкість та безперервність. Кожна дитина, яка живе в цій країні, незалежно від її громадянства, національності, релігійних уподобань, соціального статусу та фінансового рівня має можливість не просто отримати освіту, а й вибрати власний шлях інтелектуального, морального і професійного розвитку.

Завдання, які ставляться у процесі викладання фізичного виховання, зафіксовані в офіційних документах відповідних національних, регіональних чи місцевих державних структур у сфері освіти і виховання. Шкільні уроки з фізичного виховання проводяться у всіх класах і включають різноманітні види спортивної активності на свіжому повітрі та у спортивних залах чи басейнах. Уряд Нідерландів розуміє важливість фізичного виховання в школі, фізичної активності та спорту поза школою як найкращого способу проведення школярами вільного часу [3].

Війна змінила й вдосконалила систему освіти не тільки в країнах Бенілюксу (Бельгія, Нідерланди, Люксембург), але і у всьому світі. Тисячі українців, які рятувались від окупаційної російської війни, знайшли прихисток у різних країнах світу, у тому числі – у Нідерландах. Уряду Den Haag (Гааги) вдалось створити в нідерландських школах окремі класи для українських дітей, де б вони могли навчатись за різними програмами.

Навчання за програмою ISK (міжнародні підготовчі класи) у школах Johan de Witt (нідерландський підготовчий клас) спеціально розроблено для українських школярів у віці від 12 до 18 років. У школі учні навчаються п'ять днів на тиждень і

вивчають такі предмети: рідна мова (українська мова), іноземна мова (нідерландська), іноземна мова (англійська), математика, мистецтво, музика, інтегрований курс (історія Нідерландів, географія), а також фізичне виховання.

Фізичному вихованню в школі приділяється велика увага. На тиждень учні мають чотири години фізичного виховання. Для кращих учнів організують спортивний клас, у якому заняття відбуваються шість годин на тиждень. Варто зазначити, що заняття з фізичного виховання тривають дві години. Вчитель за цей час може більше уваги приділити закріпленню і вдосконаленню рухових умінь і навичок учнів з різних видів спорту. Урок фізичного виховання умовно поділяють на три частини: підготовчу (розминку), основну і заключну.

Уряд країни пропонує готові навчальні і робочі програми з фізичного виховання. Старший вчитель з фізичного виховання лише вдосконалює робочу програму й узгоджує з менеджером школи бюджет, що дозволить у відповідні години орендувати для школярів спортивні майданчики, бігові доріжки стадіону, тенісні корти, спортивні зали, плавальні басейни, майданчик для пляжного волейболу. Старший вчитель щотижня розподіляє місця занять для всіх класів. Для проведення уроків фізичного виховання, фізкультурно-спортивних свят, спортивних змагань і туристичних мандрівок школа повністю забезпечена необхідним спортивним інвентарем та обладнанням.

На першому році навчання школярам пропонують такі види спорту: спортивні ігри (футбол, баскетбол, волейбол, корфбол), гімнастика (ритмічна і атлетична), легка атлетика (біг, стрибки, метання), плавання, веслування, теніс, туристичний похід (один день), велопробіги. Уроки фізичного виховання з хлопцями і дівчатами проводить один вчитель.

На другому році навчання уроки фізичного виховання проводять два вчителі: з дівчатами – вчителька-жінка, з хлопцями – вчитель-чоловік. На другому році навчання хлопцям пропонують такі види спорту: спортивні ігри (футбол, баскетбол, бейсбол), легка атлетика (біг, стрибки, метання), вправи на тренажерах, гімнастика (атлетична), боротьба, плавання, веслування, теніс, велопробіги та туризм (туристичний похід на два-три дні). Дівчата більше уваги приділяють ритмічній гімнастиці, волейболу, легкій атлетиці (біг), вправам на тренажерах, плаванню, тенісу, туристичним походам (один день), велопробігам.

На уроках фізичного виховання школярі здобувають знання та рухові вміння і навички, які можуть у майбутньому використовуватися ними у різних життєвих ситуаціях. У школярів

формують моральні і вольові якості, основи здорового способу життя, знання принципів «чесної гри», повагу до суперників, вміння працювати у команді, допомагати один одному.

Для учнів, які готові брати участь у змаганнях на національному та міжнародному рівнях, школа пропонує опцію Elite Talent Coaching – елітне наставництво у розвитку спортивних талантів. У рамках цієї програми учням допомагають створити персоналізований план розвитку як у спорті, так і в навчанні. Молоді спортсмени забезпечуються сертифікатами на харчування і спортивний одяг.

Висновки. Система шкільної освіти Нідерландів характеризується демократичністю, відкритістю, доступністю та новаторством. Країна раніше від більшості Європейських країн почала впроваджувати новітні підходи в організації шкільної освітньої системи, зокрема стосовно фізичного виховання дітей.

Вважаємо, що досвід організації шкільної системи фізичного виховання у Нідерландах буде надзвичайно корисним для вивчення і впровадження у нашій державі.

Список літератури

1. Москаленко Н.В., Яковенко А.В., Сидорчук Т.В. Фізичне виховання школярів у зарубіжних країнах (XX ст. – поч. XXI ст.): [монографія]. Дніпро, 2020. 259 с.

2. Турчик І.Х. Фізичне виховання і спорт у шкільній освіті Європи. Дрогобич, 2017. 138 с.

3. Broeke A., Van Daltsen G., Klein G., Hardman K. Physical Education and Sport Education in the European Union: The Netherlands: Editions Revue EP.S. Paris, 2007.

Кузь Ю.С. <https://orcid.org/0000-0003-3182-6473>
Сапун С.Т. <https://orcid.org/0000-0003-4129-4271>

ВДОСКОНАЛЕННЯ СИЛОВИХ ЯКОСТЕЙ ПЛАВЦІВ РІЗНИХ ДИСТАНЦІЙ

Тернопільський національний педагогічний університет
ім. В.Гнатюка

Анотація. У статті розглядається суть силової підготовки плавців яка передбачає не тільки підвищення максимальних показників силових якостей, а й вдосконалення здібностей до їх реалізації в процесі змагальної діяльності, що передбачає забезпечення відповідності між рівнем розвитку силових якостей, досконалістю спортивної техніки і діяльності вегетативних систем.