

# ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ

## В РІДНІЙ ШКОЛІ

НАУКОВО-МЕТОДИЧНИЙ ЖУРНАЛ

№ 4 (123), 2019

серпень – вересень

Виходить шість разів на рік

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ  
ДЕРЖАВНЕ ІНФОРМАЦІЙНО-ВИРОБНИЧЕ ПІДПРИЄМСТВО  
ВИДАВНИЦТВО «ПЕДАГОГІЧНА ПРЕСА»

Заснований у 1995 р., видається з 1996 р.  
До 2012 р. журнал виходив у світ під назвою  
«Фізичне виховання в школі», до 2014 р. – під  
назвою «Фізичне виховання в сучасній школі»

Свідоцтво про державну реєстрацію друкованого засобу  
масової інформації серія КВ № 20003–9803 р.  
від 25.06.2013 р.

Передплатний індекс 68840

### ГОЛОВА РЕДАКЦІЙНОЇ КОЛЕГІЇ

**Олексій ТИМОШЕНКО** – декан факультету фізичного виховання та спорту НПУ імені М. П. Драгоманова, доктор педагогічних наук, професор

### ГОЛОВНИЙ РЕДАКТОР

**Костянтин ДМИТРЕНКО**

### ЗАСТУПНИК ГОЛОВНОГО РЕДАКТОРА

**Анатолій ІЛЬЧЕНКО** – начальник Київського обласного управління з фізичного виховання та спорту Міністерства освіти і науки України

### РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ

**Валерій АРЕФ'ЄВ** – доктор педагогічних наук, професор

**Олександр АРХІПОВ** – доктор педагогічних наук, професор

**Іван БЕХ** – доктор психологічних наук, дійсний член НАПН України, професор

**Костянтин ВІХРОВ** – доктор філософії, кандидат педагогічних наук, професор

**Володимир ВОЛКОВ** – доктор педагогічних наук, професор

**Леонід ВОЛКОВ** – доктор педагогічних наук, професор

**Олександра ДУБОГАЙ** – доктор педагогічних наук, професор

**Мирослав ДУТЧАК** – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор

**Валентина ЄРМОЛОВА** – кандидат наук з фізичного виховання і спорту

**Микола ЗУБАЛІЙ** – кандидат педагогічних наук, старший науковий співробітник

**Любов ІВАНОВА** – доктор, педагогічних наук, професор

**Галина КОЛОМОЄЦЬ** – науковий співробітник Інституту модернізації змісту освіти

**Тетяна КРУЦЕВИЧ** – доктор наук з фізичного виховання та спорту, професор

**Ірина МЕДВЕДЄВА** – доктор педагогічних наук, професор

**Микола НОСКО** – доктор педагогічних наук, професор

**Станіслав ПРИСЯЖНЮК** – доктор педагогічних наук, професор

**Володимир СТОЛІТЕНКО** – кандидат педагогічних наук

**Людмила СУЩЕНКО** – доктор педагогічних наук, професор

**Володимир ТКАЧУК** – доктор біологічних наук, професор

**Станіслав ТРИЛІС** – заслужений учитель України

**Михайло ХОРОШУХА** – доктор педагогічних наук, професор

**Олександр ШАМИЧ** – кандидат педагогічних наук

### ЧЛЕНИ РЕДКОЛЕГІЇ, ЩО ВИКЛАДАЮТЬ АБО ПРАЦЮЮТЬ У ЗАКОРДОННИХ ВНЗ

**Едуард ВІЛЬЧКОВСЬКИЙ** – доктор педагогічних наук, член-кореспондент НАПН України, професор

**Олександр ПРИМАКОВ** – доктор педагогічних наук, професор

### ЗМІСТ

#### ДО СЕРПНЕВИХ НАРАД

Лист Міністерства освіти і науки України № 1/11-5966 від 01.07.2019 «Щодо методичних рекомендацій про викладання навчальних предметів у закладах загальної середньої освіти у 2019/2020 навчальному році» .....	2
Інструктивно-методичні рекомендації щодо вивчення в закладах загальної середньої освіти навчальних предметів та організації освітнього процесу у 2019/2020 навчальному році. Додаток до листа Міністерства освіти і науки України від 01.07.2019 р. № 1/11-5966 ( <i>Витяги</i> ) .....	2
Захист Вітчизни .....	3
Фізична культура .....	5

#### ВСЕУКРАЇНСЬКІ КОНКУРСИ

<b>КОНКУРС «УЧИТЕЛЬ РОКУ - 2018»</b>	
<i>Єрмолова Валентина</i> . Ганна Черновол – учасник фіналу конкурсу «Учитель року – 2018» у номінації «Фізична культура» .....	9
<i>Черновол Ганна</i> . Урок волейболу 8 клас .....	10

#### МЕТОДИКА, ПРАКТИКА, РЕКОМЕНДАЦІЇ

<i>Гочачко Микола</i> . Урок фізичної культури з елементами корфболу 9 клас .....	14
<i>Марініна Олеся, Мельник Ольга, Путаненко Ольга</i> . Родинне свято «Яка родина, така й дитина» .....	16

#### ЗНАЙОМТЕСЯ З КОЛЕГОЮ

<i>Гельфанд Едуард, Чеботарьова Наталія</i> . Живе собі вчителька фізкультури .....	20
<i>Задача Алла</i> . Урок фізичної культури з теми «Гімнастика» 8 клас .....	22

#### ОЛІМПІЙСЬКА ОСВІТА В ШКОЛІ

<i>Єрмолова Валентина</i> . Європейські юнацькі олімпійські фестивалі .....	25
---	----

#### СПОРТ ЗАРАДИ РОЗВИТКУ

<i>Качан Олексій</i> . І обласний фестиваль «Назустріч успіху» Української федерації «Спорт заради розвитку» .....	28
--	----

#### ЗАХИСТ ВІТЧИЗНИ

<i>Остапенко Олександр, Зубалій Микола, Тимчик Микола</i> . Методичні рекомендації щодо вивчення предмета «Захист Вітчизни» у 2019/2020 навчальному році .....	33
--	----

#### НАУКА - ВЧИТЕЛІВІ ФІЗКУЛЬТУРИ

<i>Рибалко Ліна</i> . Здоров'язбережувальні технології у системі фізичного виховання студентської молоді .....	39
--	----

#### ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ І СПОРТ У ЗАХОДАХ

Універсиада: ставки на нові обличчя і медальні здобутки .....	44
---	----

#### ІСТОРІЯ УКРАЇНСЬКОГО СПОРТУ

<i>Зубалій Микола</i> . Витоки українського футболу. Хронологія подій .....	46
---	----

На першій сторінці обкладинки: Конкурсний урок дає вчитель фізичної культури Харківської ЗОШ І-ІІ ступенів №102 Ганна Чорновол.

(Фото Тетяни Круба)

# ЄВРОПЕЙСЬКІ ЮНАЦЬКІ ОЛІМПІЙСЬКІ ФЕСТИВАЛІ



**СРМОЛОВА Валентина Михайлівна** – директор Олімпійської академії України, професор кафедри теорії і методики фізичного виховання НУФВСУ, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, заслужений працівник фізичної культури і спорту України

1990 р. за ініціативи Президента Міжнародного олімпійського комітету Жака Рогге, який на той час очолював асоціацію «Європейські олімпійські комітети», було прийнято рішення про проведення раз на два роки зимових і літніх Європейських юнацьких олімпійських днів (ЄЮОД). Саме так уперше було названо змагання молодих атлетів.

**I літні Європейські юнацькі олімпійські дні** відбулися 1991 р. у Брюсселі, а через два роки в італійському місті Аосте пройшли **I зимові Європейські юнацькі олімпійські дні**.

Згодом змагання молодих атлетів Європи стали називатися Європейськими молодіжними олімпійськими фестивалями (ЄМОФ).

Зазначимо, що слово «олімпійський» у назві фестивалю вживається не випадково. Всі атрибути і ритуали проведення цих фестивалів повністю відповідають «дорослим» Олімпійським іграм.

Учасники розміщуються в Олімпійському селищі, яке має вмщувати 3300 осіб (включно з офіційними представниками) для літніх фестивалів і 1300 осіб – для зимових.

Церемонія відкриття, на якій, як правило, присутній Президент МОК, включає парад учасників. Делегації, як і на Олімпійських іграх, проходять в алфавітному порядку мови країни-учасниці, за виключенням Греції, яка очолює парад і господарів Фестивалю, що замикають парад.

Під час виконання Олімпійського гімну на стадіон вносять і піднімають Олімпійський прапор, запалюють Олімпійський вогонь, який палає протягом усього періоду змагань, спортсмен-учасник і суддя країни-організатора приймають олімпійську клятву. Також проводиться естафета Олімпійського вогню. Вогонь запалюють у Греції, а далі його проносять по країні, що приймає Фестиваль.

Під час нагородження на честь призерів піднімають національні прапори і виконують гімн країни на честь переможця.

© Срмолова В. М., 2019

Також під час Європейських юнацьких олімпійських фестивалів проводять і допінг-контроль учасників.

Фестиваль має не лише спортивне значення, але й відіграє значну роль в освіті та спілкуванні молодих людей через спорт, завдяки якому популяризуються олімпійські ідеали і пропагується олімпійських рух та здоровий спосіб життя. Варто відзначити, що видання «Your First Olympic Guidebook», підготовлене Президентом Олімпійської академії України, віце-президентом НОК України, членом Комісії МОК «Культура та олімпійська спадщина», доктором педагогічних наук, професором Марією Булатовою, визнаний основним підручником для проведення освітніх програм в рамках фестивалів.

На літніх Європейських молодіжних олімпійських фестивалях програма, як правило, включала 10 видів спорту, чотири з яких – ігрові командні. Країни-учасниці (за винятком країни-організатора) могли виступати тільки в одному ігровому командному виді. До програми усіх літніх фестивалів, яких було дев'ять, входили: баскетбол, волейбол, гімнастика (в 1991 р. – художня, на всіх наступних – спортивна), дзюдо, легка атлетика і плавання.

На більшості фестивалів проводилися змагання з велоспосе, гандболу, тенісу та футболу. У різні роки включалися бадмінтон, вітрильний спорт, веслування на байдарках і каное, настільний теніс, хокей на траві. Слід відзначити, що змагання зі спортивної гімнастики проводяться тільки серед дівчат, а з велоспорту – серед юнаків.

Особливістю проведення змагань з ігрових видів спорту є те, що у двох видах спорту беруть участь тільки команди дівчат, а в двох інших – тільки команди юнаків. Рішення про те, в яких видах змагатимуться дівчата, а в яких юнаки, приймається Оргкомітетом конкретного фестивалю за згодою Європейського олімпійського комітету.

Незважаючи на те, що ці фестивалі мають досить коротку історію, вони вже зуміли довес-

ти свою значущість. Аналізуючи склад учасників ЄЮОФ, можна простежити таку тенденцію: більшість учасників згодом потрапляє в основні збірні команди своїх країн, успішно виступає на Олімпійських іграх та інших міжнародних змаганнях.

У різні роки учасниками ЄМОФ були чотириразова олімпійська чемпіонка з плавання Яна Клочкова (Україна) та триразова олімпійська чемпіонка Пітер Ван ден Хугенбанд (Нідерланди), дворазова олімпійська чемпіонка з лижних гонок Крістіна Шмигун (Естонія), олімпійські чемпіонки з легкої атлетики Габріела Сабо (Румунія), Кароліна Клюфт (Швеція), з тенісу – Жюстін Енен-Арденн (Бельгія), багаторазова призерка олімпійських ігор Євгенія Раданова (Болгарія), бронзові призери Олімпійських ігор з легкої атлетики Єлизавета Бризгіна та Богдан Бондаренко, чемпіон Європейських ігор із дзюдо Георгій Зантарає, та багато інших.

Восьмий президент Міжнародного олімпійського комітету Жак Рогге відзначав: «Те, що було розпочато як експеримент 1991 р., стало необхідністю для національних олімпійських комітетів. ЄМОД – це єдине олімпійське загальноєвропейське змагання з багатьох дисциплін спорту і тому є одним із найважливіших подій спортивного календаря. ЄМОД – ідеальна можливість підготовки майбутніх олімпійських спортсменів».

**XV Літній Європейський Юнацький Олімпійський фестиваль** пройшов у Баку з 20 по 27 липня 2019 р. Церемонія відкриття відбулася 21 липня.

Баку – столиця Республіки Азербайджан, найбільшого промислового, економічного, науково-технічного та спортивного центру Закавказзя, а також найбільший порт на Каспійському морі. Місто знаходиться на південному березі Апшеронського півострова. Населення столиці становить 1 259 300 мешканців. Перші згадки про місто сягають V ст.

Баку має великий досвід проведення міжнародних спортивних заходів. Серед них варто особливо відзначити перші Європейські ігри, IV Ігри ісламської солідарності, Всесвітню шахову олімпіаду та етапи «Формули-1».



Емблема XV літнього Фестивалю



Талісмани XV літнього Фестивалю

Понад 4 тис. юних спортсменів із 50 європейських країн змагалися за медалі у десяти видах спорту: художній гімнастиці, легкій атлетиці, баскетболі, велосипедному спорті, гандболі, дзюдо, плаванні, тенісі, волейболі й боротьбі.

XV літній Європейський Юнацький Олімпійський фестиваль відбувся під гаслом «Ми готові до вершин». Він став важливим етапом у майбутній кар'єрі юних спортсменів.

Дизайн емблеми об'єднав спадщину і культуру Баку – вогонь і давній азербайджанський орнамент – *буту*. Одночасно він уособлює дух дружби, чесної гри й толерантності, відображає грандіозні сучасні архітектурні споруди столиці Азербайджану.

Офіційними талісманами фестивалю стали міфічний герой азербайджанських народних казок Джиртдан, що у перекладі українською означає «хлопчик-мізинчик», і кавказький леопард. Джиртдан відрізняється винахідливістю, мужністю і відвагою. Кавказький леопард є символом природної краси, сили, швидкості й безстрашності. Як символи культурної спадщини і природи Азербайджану талісмани уособлюють славу історію і багаті традиції країни.



Катерина Чорній

За рекомендацією Національного олімпійського комітету України нашу команду представляла молодий посол **Катерина Чорній** – дворазова чемпіонка III Юнацьких Олімпійських ігор 2018 р. у Буенос-Айресі з фехтування на шпагах.

Право представляти Україну на спортивному форумі «Баку-2019» здобули 68 юних спортсме-



Юні українські олімпійці (noc-ukr.org)

нів, які виступили у семи видах спорту, а саме: велоспорті, волейболі, дзюдо, легкій атлетиці, плаванні, спортивній боротьбі (вільна, жіноча, греко-римська) та спортивній гімнастиці.

Українські спортсмени здобули 25 нагород на Літньому Європейському юнацькому Олімпійському фестивалі 2019 року. Це рекордна кількість медалей для юних українських олімпійців за всю історію виступів на літніх фестивалях. В активі наших атлетів 8 золотих, 7 срібних і 10 бронзових нагород. У підсумку команда України посіла шосте місце в загальнокомандному заліку серед 48 країн-учасниць, про що красномовно свідчить статистика боротьби і перемог наших юних спортсменів на цьому Європейському юнацькому олімпійському фестивалі.

Першу медаль найвищого гатунку принесла на ньому нашій збірній дружна команда гімнастів у складі **Володимира Костюка**, **Іллі Ковтуна** та **Назара Чепурного**. Крім того, **Ілля Ковтун** виграв 3 золоті медалі (багатоборство, бруса, перекладина) та срібло (вільні вправи). До них додали два золота (вільні вправи, кінь) й срібло (кільця) **Назар Чепурний**, а також срібло (бруса) та бронзу (кінь) **Володимир Костюк**.

Гімнастка **Анастасія Мотак** виборола срібло в опорному стрибку. Срібними призерами Олімпійського фестивалю також стали: **Сергій Неботов** у дзюдо (вагова категорія до 66 кг), **Артур Фельфнер** у метанні списа, **Ростислав Крижанівський** у плаванні (брас, 200 м) й **Олександр Яковлев** у греко-римській боротьбі (до 51 кг).

Бронзові медалі отримали: легкоатлет **Роман Петрук** (стрибки в довжину); дзюдоїсти **Микита Голобородько** (50 кг), **Тимур Валєєв** (81 кг) та **Юлія Курченко** (63 кг); у вільній боротьбі – **Іван Терзі** (51 кг), **Іван Семенов** (65 кг) і в греко-римській боротьбі **Мар'ян Голубовський** (65 кг).

Молодці наші юні олімпійці!

Та не за горами на них чекають нові спортивні випробування. А їх у найближчі два роки буде чимало: 2020 року відбудуться XXXII Олімпійські ігри в Токіо, а 2021 року – наступний Літній Європейський юнацький Олімпійський фестиваль у словацькому місті Банська-Бистриця. Окрім цього, чемпіонати Європи та світу, а також інші змагання.

Побажаємо ж їм на всіх спортивних аренах швидких стартів й переможних фінішів!



Золота команда українських гімнастів