

**Розроблені на основі Критеріїв
оцінювання навчальних досягнень
учнів Маркушівського ЗЗСО І-ІІІ ступенів
затверджених наказом директора закладу
Наказ № 72-о від 05.11.2021р.**

**Критерії оцінювання навчальних досягнень учнів
з фізкультури 5-9 кл.**

Оцінювання навчальних досягнень учнів/учениць на уроках фізичної культури може здійснюватися за такими видами діяльності:

1. Засвоєння техніки виконання фізичної вправи (може здійснюватися окремо від прийому навчального нормативу).
2. Виконання навчального нормативу (з урахуванням динаміки особистого результату).
3. Виконання навчальних завдань під час проведення уроку.
4. Засвоєння теоретико-методичних знань.

При цьому оцінка за виконання нормативу не є домінуючою під час здійснення тематичного, семестрового чи річного оцінювання.

Для оцінювання розвитку фізичних якостей використовуються орієнтовні навчальні нормативи передбачені цією програмою та нормативи запропоновані у кожному модулі по роках вивчення. Порядок їх проведення визначає вчитель відповідно до календарно-тематичного планування.

При складанні навчального нормативу за його показником визначають рівень досягнень (низький, середній, достатній, високий), а потім за технічними показниками виконання рухової дії та теоретичними знаннями виставляють оцінку в балах. Критерії оцінювання навчальних досягнень учнів із фізичної культури затверджені наказом МОН України від 05.05.08 р. № 371.

Оцінюючи навчальні досягнення учнів/учениць з фізичної підготовленості, потрібно дотримуватися таких ВИМОГ:

1. Навчальні нормативи складають діти основної медичної групи, які на момент прийняття нормативу не скаржаються на погане самопочуття та стан здоров'я.
2. Кожній заліковій вправі передуює спеціальна фізична підготовка (не менше як на двох заняттях).
3. Перед складанням нормативу вчитель проводить розминку, а після — відновлювальні вправи.
4. Учні/учениці мають можливість перескласти норматив на визначеному вчителем занятті.
5. Учитель зобов'язаний забезпечити безумовне дотримання правил і виконання вимог щодо безпеки під час здачі нормативів.
6. Оцінювання навчальних досягнень учнів/учениць, віднесених до підготовчої групи здійснюється на загальних підставах.

При оцінюванні навчальних досягнень ш колярів/школярів з фізичної культури також враховуються:

- ⇒ особисті досягнення протягом навчального року;
- ⇒ ступінь активності частіше у спортивних змаганнях усіх рівнів.

На основі зазначених показників учителі можуть застосовувати різноманітні системи нарахування "бонусних" балів. Наприклад, якщо учень (учениця) викона(в/ла) залікову вправу на певний рівень, але при цьому його (її) особистий результат виконання цієї вправи поліпшився порівняно з попереднім показником, учитель може виставити оцінку на 1–2 бали вище за ту, яка передбачається навчальними нормативами.

Учні/учениці, які за станом здоров'я віднесені до підготовчої медичної групи, оцінюються за теоретико-методичні знання, техніку виконання вправ, складання відповідних нормативів, які їм не протипоказані.

У період з 01.09 до 01.10 кожного навчального року з метою адаптації учнів/учениць до навантажень на уроках фізичної культури прийом навчальних нормативів не здійснюють, а заняття мають рекреаційно-оздоровчий характер з помірними навантаженнями.

Невиконання нормативів з причин, незалежних від учня/учениці, непропорційний фізичний розвиток, пропуски занять з поважних причин, не є підставою для зниження підсумкової оцінки успішності.

№ п/п	Навчальний норматив		Клас	Стать	О Ц І Н Ю В А Н Н Я											
					високий			достатній			середній			початковий		
					12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
1	30 м (сек.)		5	ч	5,3	5,6	5,8	6,0	6,2	6,4	6,6	6,8	7,0	7,2	7,5	7,8
				ж	5,8	6,0	6,2	6,4	6,6	6,8	7,0	7,2	7,4	7,6	7,9	8,1
			6	ч	5,1	5,4	5,6	5,8	6,0	6,2	6,4	6,6	6,8	7,0	7,3	7,6
				ж	5,5	5,8	6,0	6,2	6,4	6,6	6,8	7,0	7,2	7,4	7,7	8,0
			7	ч	4,9	5,2	5,4	5,6	5,8	6,0	6,2	6,4	6,6	6,8	7,1	7,3
				ж	5,3	5,6	5,8	6,0	6,2	6,4	6,6	6,8	7,0	7,2	7,5	7,8
			8	ч	4,7	5,0	5,2	5,4	5,6	5,8	6,0	6,2	6,4	6,6	6,9	7,2
				ж	5,1	5,4	5,6	5,8	6,0	6,2	6,4	6,6	6,8	7,0	7,3	7,6
			9	ч	4,5	4,8	5,0	5,2	5,4	5,6	5,8	6,0	6,2	6,4	6,7	7,0
ж	5,0	5,3		5,5	5,7	5,9	6,1	6,3	6,5	6,7	6,9	7,2	7,5			
2	60 м (сек.)		5	ч	9,7	10,0	10,2	10,4	10,6	10,8	11,0	11,2	11,4	11,7	12,0	12,3
				ж	10,0	10,3	10,5	10,7	10,9	11,1	11,3	11,5	11,7	12,0	12,3	12,6
			6	ч	9,3	9,6	9,8	10,0	10,2	10,4	10,6	10,8	11,0	11,3	11,6	11,9
				ж	9,9	10,2	10,4	10,6	10,8	11,0	11,2	11,4	11,6	11,9	12,2	12,5
			7	ч	9,1	9,4	9,6	9,8	10,0	10,2	10,4	10,6	10,8	11,1	11,4	11,7
				ж	9,8	10,1	10,3	10,5	10,7	10,9	11,1	11,3	11,5	11,8	12,1	12,4
			8	ч	8,5	8,8	9,0	9,2	9,4	9,6	9,8	10,0	10,2	10,5	10,8	11,1
				ж	9,7	10,0	10,2	10,4	10,6	10,8	11,0	11,2	11,4	11,7	12,0	12,3
			9	ч	8,3	8,6	8,8	9,0	9,2	9,4	9,6	9,8	10,0	10,3	10,6	10,9
ж	9,6	9,9		10,1	10,3	10,5	10,7	10,9	11,1	11,3	11,6	11,9	12,2			
3	“ Човниковий біг” 4 x 9 м(сек.)		5	ч	11,2	11,5	11,7	11,9	12,1	12,3	12,5	12,7	12,9	13,1	13,4	13,7
				ж	11,5	11,8	12,0	12,2	12,4	12,6	12,8	13,0	13,2	13,4	13,7	14,0
			6	ч	10,9	11,2	11,4	11,6	11,8	12,0	12,2	12,4	12,6	12,8	13,1	13,4
				ж	11,3	11,6	11,8	12,0	12,2	12,4	12,6	12,8	13,0	13,2	13,5	13,8
			7	ч	10,6	10,9	11,1	11,3	11,5	11,7	11,9	12,1	12,3	12,5	12,8	13,1
				ж	11,1	11,4	11,6	11,8	12,0	12,2	12,4	12,6	12,8	13,0	13,3	13,6
			8	ч	10,1	10,4	10,6	10,8	11,0	11,2	11,4	11,6	11,8	12,0	12,3	12,6
				ж	10,7	11,0	11,2	11,4	11,6	11,8	12,0	12,2	12,4	12,6	12,9	13,2
			9	ч	9,7	10,0	10,2	10,4	10,6	10,8	11,0	11,2	11,4	11,6	11,9	12,2
ж	10,5	10,8		11,0	11,2	11,4	11,6	11,8	12,0	12,2	12,4	12,7	13,0			
4	Рівномірний біг (хв. сек.)	М	5	ч	1100	1000	950	900	850	800	750	700	650	550	450	350
				ж	1000	950	900	850	800	750	700	650	600	500	400	300
		1000 м	6	ч	1200	1100	1000	950	900	850	800	750	700	600	500	400
				ж	1150	1050	950	900	850	800	750	700	650	550	450	350
		1500 м	7	ч	4,00	4,15	4,30	4,40	4,50	5,00	5,10	5,20	5,30	5,45	6,00	6,30
				ж	4,30	4,45	5,00	5,10	5,20	5,30	5,40	5,50	6,00	6,15	6,30	7,00
		1000 м	8	ч	6,20	6,40	6,50	7,00	7,10	7,20	7,30	7,50	8,00	8,15	8,30	9,00
				ж	4,45	5,00	5,10	5,20	5,30	5,40	5,50	6,00	6,10	6,25	6,40	7,10
		1500 м	9	ч	6,00	6,20	6,30	6,40	6,50	7,00	7,10	7,20	7,30	7,45	8,00	8,30
ж	4,35			4,50	5,00	5,10	5,20	5,30	5,40	5,50	6,00	6,15	6,30	7,00		
5	Стрибок у довжину з розбігу (см).		5	ч	300	290	280	275	270	265	260	255	250	245	235	230
				ж	260	250	240	235	230	225	220	215	210	205	200	190
			6	ч	320	310	300	295	290	285	280	275	270	265	255	240
				ж	280	270	260	255	250	245	240	235	230	225	215	205
			7	ч	350	340	330	325	320	315	305	295	290	285	275	255
				ж	300	290	280	275	270	265	255	245	240	235	220	210
			8	ч	380	370	360	350	340	320	315	310	305	295	285	275
				ж	310	300	290	285	280	275	265	255	250	245	235	225
			9	ч	410	400	390	380	370	360	350	340	330	325	315	290
ж	320	310		300	290	280	270	265	260	255	250	240	230			

				12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1		
6	Стрибок у довжину з місця (см).	5	ч	160	155	150	145	140	135	130	125	120	115	110	100		
			ж	150	145	140	135	130	125	120	115	110	105	100	90		
		6	ч	180	175	170	165	160	155	150	145	140	135	130	110		
			ж	160	155	150	145	140	135	130	125	120	115	110	100		
		7	ч	190	185	180	175	170	165	160	155	150	145	140	130		
			ж	170	165	160	155	150	145	140	135	130	125	120	110		
7	Киданням'яча (м).	8	ч	200	190	185	180	175	170	165	160	155	150	145	135		
			ж	175	170	165	160	155	150	145	140	135	130	125	115		
		9	ч	210	205	200	195	190	185	180	175	170	165	160	150		
			ж	180	175	170	165	160	155	150	145	140	135	130	120		
		8	Віджимання (разів) (юнаки від підлоги, дівчата – від гімнастичної лави)	5	ч	32	30	28	26	24	22	20	18	16	15	13	10
					ж	20	18	16	15	14	13	12	11	10	8	5	3
6	ч			34	32	30	28	26	24	22	20	18	16	14	11		
	ж			22	20	18	17	16	15	14	13	12	10	7	5		
7	ч			38	36	34	32	30	28	26	24	22	20	17	14		
	ж			24	22	20	19	18	17	16	15	14	12	9	6		
8	Підтягування (згинання та розгинаннярук на низький перекладині)(разів)	8	ч	40	38	36	34	32	30	28	26	24	22	19	16		
			ж	26	24	22	21	20	19	18	17	16	14	11	8		
		9	ч	44	42	40	38	36	34	32	30	28	26	23	20		
			ж	28	26	24	23	22	21	20	19	18	16	13	10		
		9	Нахил тулуба вперед з положення лежачи (см)	5	ч	15	12	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
					ж	12	10	8	7	6	5	4	3	2	1	0	0,5
6	ч			18	16	14	13	12	11	10	9	8	6	4	2		
	ж			13	11	9	8	7	6	5	4	3	2	1	0,5		
7	ч			22	20	18	17	16	15	14	13	12	10	8	6		
	ж			16	14	12	11	10	9	8	7	6	4	2	0		
10	Нахил тулуба вперед з положення лежачи (см)	8	ч	24	22	20	19	18	17	16	15	14	12	10	8		
			ж	17	15	13	12	11	10	9	8	7	6	5	3		
		9	ч	27	25	23	22	21	20	18	16	14	12	10	8		
			ж	19	17	15	14	13	12	11	10	9	8	7	5		
		10	Нахил тулуба вперед з положення лежачи (см)	5	ч	5	4,5	4	3,5	3	2,5	2	1,5	1	0,5	0	-
					ж	12	10	8	7	6	5	4	3	2,5	2	1,5	1
6	ч			6	5,5	5	4,5	4	3,5	3	2,5	2	1,5	1	0,5		
	ж			16	14	12	11	10	9	8	7	6	5	4	2		
7	ч			8	7,5	7	6,5	6	5,5	5	4,5	4	3	2	1		
	ж			19	17	15	14	13	12	11	10	9	8	7	5		
10	Нахил тулуба вперед з положення лежачи (см)	8	ч	9	8,5	8	7,5	7	6,5	6	5,5	5	4	3	2		
			ж	20	18	16	15	14	13	12	11	10	9	8	6		
		9	ч	11	10,5	10	9,5	9	8,5	8	7,5	7	6	5	3		
			ж	22	20	18	17	16	15	14	13	12	11	10	8		
		10	Нахил тулуба вперед з положення лежачи (см)	5	ч	+6	+5	+4,5	+4	+3,5	+3	+2,5	+2	+1,5	+1	0	-2
					ж	+12	+11	+10	+9	+8	+7	+6	+5	+4	+3	+2	+1
6	ч			+8	+7	+6	+5,5	+5	+4	+3,5	+3	+2,5	+2	+1	0		
	ж			+13	+12	+11	+10	+9	+8	+7	+6	+5	+4	+3	+1		
7	ч			+9	+8	+7	+6	+5,5	+5	+4,5	+4	+3,5	+3	+2	0		
	ж			+14	+13	+12	+11	+10	+9	+8	+7	+6	+5	+4	+2		
10	Нахил тулуба вперед з положення лежачи (см)	8	ч	+10	+9	+8	+7	+6,5	+6	+5,5	+5	+4,5	+4	+3	+1		
			ж	+15	+14	+13	+12	+11	+10	+9	+8	+7	+6	+5	+3		
		9	ч	+11	+10	+9	+8	+7,5	+7	+6,5	+6	+5,5	+5	+4	+2		
			ж	+16	+15	+14	+13	+12	+11	+10	+9	+8	+7	+6	+5		
						12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

Рік вивчення	Навчальні нормативи	Рівень навчальних досягнень			
		початковий	середній	достатній	високий
1 рік вивчення	6 кидків м'яча (міні-баскетбольного або волейбольного) у кошик однією рукою від плеча, двома руками від грудей (дівчата), стоячи збоку на відстані 1,5 м від щита (кількість влучень):	Жодного влучного кидка	1	2	3
	передача м'яча у накреслене на стіні коло (діаметр 60 см) на рівні грудей учня/учениці з відстані 3 м: хлопці дівчата	Жодної правильно виконаної передачі	2 1	3 2	5 4
2 рік вивчення	6 кидків однією рукою зверху(хл), двома руками від голови (дівчата), стоячи збоку на відстані 3 м від щита:	Жодного влучного кидка	1	2	3
	10 передач м'яча (на місці) у парах на відстані 4 м одним із вивчених способів виконання: хлопці дівчата	Жодної правильно виконаної передачі	3 1	5 2	8 5
3 рік вивчення	Кидки м'яча після ведення та подвійного кроку (з 5-ти спроб)(хлопці і дівчата)	Жодного влучного кидка	1	2	3
	6 штрафних кидків (хлопці і дівчата):	Жодного влучного кидка	1	2	3
4 рік вивчення	7 кидків на відстані 3 м від щита однією рукою зверху (хлопці) та двома руками зверху (дівчата):	Жодного влучного кидка	1	2	3
	7 штрафних кидків: хлопці дівчата	Жодного влучного кидка	1 1	2 2	4 3
5 рік вивчення	6 кидків на відстані 3 м від щита однією рукою зверху в стрибку (хлопці) та двома руками зверху дівчата:	Жодного влучного кидка	1	2	3
	10 штрафних кидків: хлопці дівчата	Жодного влучного кидка	1 1	2 2	5 4

Рік вивчення	Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
			Низький	середній	достатній	високий
1 рік	Передача м'яча над собою двома руками зверху	Хл.	до 3	3	4	5
		Дівч.	до 2	2	3	4
	Прийом м'яча знизу над собою	Хл.	до 2	3	4	5
		Дівч.	1	2	3	4
2 рік	Передача м'яча в стіну двома руками зверху (відстань 1,5-3м)	Хл.	до 4	4	5	6
		Дівч.	до 3	3	4	5
	Прийом м'яча знизу від стіни (відстань 2 м)	Хл.	до 3	3	4	6
		Дівч.	до 2	2	3	4
3 рік	Передача м'яча двома руками зверху в парах (відстань 2 м)	Хл.	до 3	3	5	6
		Дівч.	до 3	3	4	5
	Прийом та передача м'яча двома руками знизу в парах (відстань 3 м)	Хл.	до 2	2	3	4
		Дівч.	0	1	2	3

Рік вивчення	Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
			Низький	середній	достатній	високий
	Нижня пряма або бокова подачі (6 спроб)	Хл. Дівч.	1 0	2 1	3 2	4 3
4 рік	Передача м'яча двома руками зверху через сітку в парах	Хл.	до 3	3	4	5
		Дівч.	до 2	2	3	4
	Прийом та передача м'яча двома руками знизу в парах	Хл.	до 2	2	3	4
		Дівч.	0	1	2	3
	Верхня пряма подача (7 спроб)	Хл.	1	2	3	4
		Дівч.	0	1	2	3
5 рік	Передача м'яча двома руками зверху через сітку в парах	Хл.	до 4	4	5	6
		Дівч.	до 3	3	4	5
	Прийом та передача м'яча двома руками знизу через сітку в парах	Хл.	до 4	4	5	6
		Дівч.	до 3	3	4	5
	Верхня пряма подача (6 спроб)	Хл.	до 2	2	3	4
		Дівч.	0	1	2	3

Рік вивчення	Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
			низький	середній	достатній	високий
1	6 ударів по нерухомому м'ячу на точність одним із вивчених способів у гандбольні або задану половину футбольних воріт з відстані 7 м	Хл.	1 або жодного влучного удару	2	3	4–6
		Дівч.	Жодного влучного удару	1	2	3–6
	6 передач м'яча з місця на точність партнеру одним із вивчених способів з відстані 7 м	Хл.	1 або жодної правильно виконаної передачі	2	3	4–6
		Дівч.	Жодної правильно виконаної передачі	1	2	3–6
2	5 ударів по нерухомому м'ячу на точність одним із вивчених способів у гандбольні ворота або задану половину футбольних воріт з відстані 7 м	Хл.	1 або жодного влучного удару	2	3	4–5
		Дівч.	Жодного влучного удару	1	2	3–5
	4 передачі м'яча з місця на точність партнеру одним із вивчених способів з відстані 7 м	Хл.	1 або жодної правильно виконаної передачі	2	3	4–5
		Дівч.	Жодної правильно виконаної передачі	1	2	3–5
3	5 ударів по нерухомому м'ячу на точність одним із вивчених способів у гандбольні ворота або задану половину футбольних воріт з відстані 11 м	Хл.	1 або жодного влучного удару	2	3	4–6
		Дівч.	Жодного влучного удару	1	2	3–6
	4 спроби ведення м'яча одним із вивчених способів на швидкості	Хл.	1 або жодної правильно виконаної спроби	2	3	4–5
		Дівч.	Жодної правильно виконаної спроби	1	2	3–5
4	5 ударів по нерухомому м'ячу на точність одним із вивчених способів у гандбольні ворота або задану половину футбольних воріт з відстані 11 м	Хл.	1 або жодного влучного удару	2	3	4–5
		Дівч.	Жодного влучного удару	1	2	3–5
	5 спроб обведення стояків (фішок)	Хл.	1 або жодної правильно виконаної спроби	2	3	4–5
		Дівч.	Жодної правильно виконаної спроби	1	2	3–5
5	5 ударів по нерухомому м'ячу на точність одним із	Хл.	1 або жодного влучного удару	2	3	4–5

Рік вивчення	Навчальні нормативи	Рівень компетентності				
		низький	середній	достатній	високий	
	вивчених способів у гандбольні ворота або задану половину футбольних воріт з відстані 16,5 м (з-за меж штрафного майданчика)	Дівч.	Жодного влучного удару	1	2	3–5
	5 ударів на точність одним із вивчених способів у гандбольні ворота або задану половину футбольних воріт з відстані 11 м після ведення м'яча	Хл.	1 або жодного влучного удару	2	3	4–5
		Дівч.	Жодного влучного удару	1	2	3–5
	5 ударів по м'ячу серединою лоба на точність у руки партнерові	Хл.	1 або жодного правильно виконаного удару	2	3	4–5
		Дівч.	Жодного правильно виконаного удару	1	2	3–5
	Для воротарів: 5 ударів по м'ячу ногою з рук на дальність і точність з розбігу не більше 4 кроків, не виходячи за межі штрафного майданчика, в умовному коридорі шириною 10 м	Хл.	1 або жодного правильно виконаного удару	2	3	4–5
		Дівч.	Жодного правильно виконаного удару	1	2	3–5

	<i>Для воротарів:</i> 5 кидків м'яча на дальність і точність одним із вивчених способів з розбігу не більше 4 кроків, не виходячи за межі штрафного майдан-чика, в умовному коридорі шириною 3 м	Хл.	1 або жодного правильно виконаного кидку	2	3	4–5
		Дівч.	Жодного правильно виконаного кидку	1	2	3–5