

Фізична культура: критерії оцінювання.

9–11 класи

Об'єктами оцінювання навчальних досягнень учнів на уроках фізичної культури можуть бути:

- виконання навчального нормативу (з урахуванням динаміки особистого результату).
- техніка виконання учнями фізичних вправ.
- засвоєння теоретико-методичних знань.
- виконання навчальних завдань під час проведення уроку.

Для оцінювання розвитку фізичних якостей використовуються орієнтовні навчальні нормативи передбачені навчальною програмою та нормативи запропоновані програмами кожного варіативного модуля по роках вивчення. Порядок складання нормативів визначає вчитель відповідно до календарно-тематичного планування.

При складанні навчального нормативу за його показником визначають рівень досягнень (низький, середній, достатній, високий), а потім з урахуванням динаміки особистого результату виставляють оцінку в балах.

Оцінюючи навчальні досягнення учнів з фізичної підготовленості, потрібно дотримуватися таких вимог:

1. Навчальні нормативи складають учні основної медичної групи, які на момент прийняття нормативу не скаржаться 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 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. **У період з 01.09 до 01.10 кожного навчального року з метою адаптації учнів до навантажень на уроках фізичної культури прийом навчальних нормативів не здійснюють.**

Рівні навчальних досягнень	Бали	Характеристика навчальних досягнень учня (учениці)
----------------------------	------	--

Початковий	1	Учні можуть розпізнавати деякі об'єкти вивчення та називають їх (на побутовому рівні)
	2	Учні описують незначну частину навчального матеріалу; частково розпізнають інвентар та обладнання для проведення занять
	3	Учні мають фрагментарні уявлення з предмета вивчення; з допомогою вчителя виконують елементарні фізичні вправи; використовують за призначенням навчальний інвентар та обладнання
Середній	4	Учні знають окремі відомості, що стосуються фізичних вправ; виконують елементарні технічні елементи вправ за зразком
	5	Учні відтворюють навчальний матеріал, необхідний для виконання фізичних вправ, з допомогою вчителя; виконують більшість технічних елементів вправ з недоліками
	6	Учні самостійно відтворюють значну частину навчального матеріалу, необхідного для виконання фізичних вправ; виконують більшість запропонованих вправ
Достатній	7	Учні самостійно і логічно відтворюють фактичний і теоретичний матеріал, необхідний для виконання практичних завдань; частково контролюють власні навчальні дії; вправи виконують з окремими незначними відхиленнями в техніці за показниками кінематичних, динамічних або ритмічних характеристик (недосконала міжмязева координація, недостатня злитність виконання, незначна скутість рухів тощо); в основному виконують навчальні завдання під час уроку
	8	Учні виявляють розуміння навчального матеріалу, наводять приклади, намагаються аналізувати, встановлювати найсуттєвіші зв'язки і залежності між фізичними вправами та їх впливом на організм; використовують набуті знання і вміння в стандартних ситуаціях; вправи виконують відповідно до вимог кінематичних, динамічних та ритмічних характеристик техніки (вільно, легко, невимушено) у стандартних сприятливих умовах їх виконання; виконує більшість навчальних завдань під час уроку
	9	Учні володіють навчальним матеріалом і реалізують свої знання та вміння в практичній діяльності; можуть аналізувати і систематизувати інформацію щодо впливу фізичних вправ на організм; вправи виконують відповідно до вимог кінематичних, динамічних та ритмічних характеристик техніки (вільно, легко, невимушено) у прогнозовано варіативних умовах; виконують всі навчальні завдання під час уроку

Високий	10	Учні володіють глибокими знаннями та вміннями і застосовують їх у нестандартних ситуаціях; беруть активну участь в розробленні та застосуванні комплексів вправ, спрямованих на розвиток фізичних якостей; вправи виконують відповідно до вимог кінематичних, динамічних та ритмічних характеристик техніки (вільно, легко, невимушено) у непрогнозовано варіативних умовах; старанно виконують всі навчальні завдання під час уроку
Високий	11	Учні володіють гнучкими знаннями і навичками в межах вимог навчальної програми, аргументовано використовують їх у нестандартних ситуаціях; самостійно розробляють комплекси вправ, спрямованих на розвиток фізичних якостей; вправи виконують ефективно на фоні втоми; при виконанні навчальних завдань проявляють позитивні лідерські якості
	12	Учні мають системні знання та навички з предмета, свідомо використовують їх, у тому числі, у проблемних ситуаціях; самостійно розробляють комплекси вправ, спрямованих на розвиток фізичних якостей та забезпечують їх якісне виконання; вправи виконують ефективно у змагальних умовах; можуть регулювати процес виконання навчальних завдань відповідно до індивідуальних потреб організму

Невиконання нормативів з причин, незалежних від учня: непропорційний фізичний розвиток, пропуски занять з поважних причин, тимчасове перебування в підготовчій групі не є підставою для зниження підсумкової оцінки успішності.

Оцінювання техніки виконання фізичних вправ, рівня засвоєння теоретико-методичних знань, виконання навчальних завдань під час уроку може здійснюватися як комплексно так і роздільно.

Оцінювання навчальних досягнень учнів, віднесених до підготовчої групи здійснюється на загальних підставах без складання навчальних нормативів.

При оцінюванні навчальних досягнень з фізичної культури також враховуються: особисті досягнення школярів протягом навчального року; активне ставлення до занять фізичними вправами; активна участь в організації і проведенні фізкультурно-художніх і спортивних заходів. На основі зазначених показників учителі можуть застосовувати різноманітні системи нарахування заохочувальних балів.

Складено на підставі **наказу** МОН №1222 від 21.08.2013 «Про затвердження орієнтовних вимог оцінювання навчальних досягнень учнів із базових дисциплін у системі загальної середньої освіти».

Легка атлетика

9 клас

Навчальні нормативи	Рівень компетентності			
	низький	середній	достатній	високий

Біг30м. (сек.)	Хл.	Більше 6.0	6.0	5.6	5.0
	Дв.	Більше 6.7	6.7	6.0	5.5
Біг 60м. (сек.)	Хл.	Більше10.4	10.4	9.8	8.8
	Дв.	Більше11.4	11.4	10.6	10.2
Стрибок в довжину з місця (см.)	Хл.	До 160	160	180	200
	Дв.	До 135	135	150	170
Метання м'ячика на дальність	Хл.	До 26	26	32	40
	Дв.	До 16	16	19	24

10 клас

Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
		низький	середній	достатній	високий
Біг30м. (сек.)	Хл.	Більше 5.7	5.7	5.3	4.7
	Дв.	Більше 6.6	6.6	5.9	5.5
Біг 100м. (сек.)	Хл.	Більше15.9	15.9	15.3	14.5
	Дв.	Більше18.0	18.0	17.5	16.8
Стрибок в довжину з місця (см.)	Хл.	До 200	200	210	220
	Дв.	До 155	155	170	185
Метання м'ячика на дальність	Хл.	До 35	35	45	50
	Дв.	До 16	16	20	25

11 клас

Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
		низький	середній	достатній	високий
Біг30м. (сек.)	Хл.	Більше 5.5	5.5	5.1	4.5
	Дв.	Більше 6.7	6.7	5.8	5.5
Біг 100м. (сек.)	Хл.	Більше15.8	15.8	15.0	14.3
	Дв.	Більше18.3	18.3	17.8	16.8
Стрибок в довжину з місця (см.)	Хл.	До 205	205	215	225
	Дв.	До 150	150	170	180
Метання м'ячика на дальність	Хл.	До 40	40	50	55
	Дв.	До 17	17	21	25

Гімнастика

9 клас

Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
		низький	середній	достатній	високий
Підтягування	Хл.	До 3	3	7	10
	Дв.	До 5	5	15	18
Згинання рук в упорі лежачи	Хл.	До 12	12	18	25
	Дв.	До 8	8	12	15

Нахил вперед з положення сидючи	Хл.	До 2	2	5	9
	Дв.	До 9	9	11	14
Піднімання в сід з положення лежачи (30сек.)	Хл.	До 14	14	22	32
	Дв.	До 13	13	21	31
Стрибки через скакалку (30 сек.)	Хл.	До 19	20-34	35-49	50-
	Дв.	До 19	20-34	35-49	50-

10 клас

Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
		низький	середній	достатній	високий
Підтягування	Хл.	До 4	4	8	11
	Дв.	До 6	6	16	20
Згинання рук в упорі лежачи	Хл.	До 15	15	22	30
	Дв.	До 7	7	13	15
Нахил вперед з положення сидючи	Хл.	До 3	3	6	10
	Дв.	До 11	11	15	18
Піднімання в сід з положення лежачи (1хв.)	Хл.	До 20	20	40	55
	Дв.	До 18	18	38	48
Стрибки через скакалку (30 сек.)	Хл.	До 23	24-41	42-59	60-
	Дв.	До 23	24-41	42-59	60-

11 клас

Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
		низький	середній	достатній	високий
Підтягування	Хл.	До 5	5	9	12
	Дв.	До 8	8	17	22
Згинання рук в упорі лежачи	Хл.	До 15	15	25	35
	Дв.	До 9	9	13	16
Нахил вперед з положення сидючи	Хл.	До 4	4	7	11
	Дв.	До 7	7	9	16
Піднімання в сід з положення лежачи (1хвсек.)	Хл.	До 20	20	48	58
	Дв.	До 20	20	45	55
Стрибки через скакалку (30 сек.)	Хл.	До 23	24-41	42-59	60-
	Дв.	До 23	24-41	42-59	60-

футбол

9 клас

Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
		низький	середній	достатній	високий
5 ударів по нерухомому м'ячу на точність	Хл.	1 або жодного	2	3	4-5

у гандбольні ворота або задану половину футбольних воріт з відстані 16,5 м.	Дв.	жодного	1	2	3-5
	Хл.	1 або жодної правильно виконаної спроби	2	3	4-5
5 ударів по нерухомому м'ячу на точність у гандбольні ворота або задану половину футбольних воріт з відстані 11м етрів після ведення	Дв.	жодної правильно виконаної спроби	1	2	3-5
	Хл.	1 або жодної правильно виконаної спроби	2	3	4-5
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 10метрів	Дв.	жодної правильно виконаної спроби	1	2	3-4
	Хл.	1 або жодної правильно виконаної спроби	2	3	4-5

10 клас

Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
		низький	середній	достатній	високий
6 ударів по нерухомому м'ячу на точність у гандбольні ворота або задану половину футбольних воріт з відстані 16,5 м.	Хл.	1 або жодного	2	3	4-6
	Дв.	жодного	1	2	3-6
6 зупинок м'яча, що опускається, одним із вивчених способів	Хл.	1 або жодної правильно виконаної спроби	2	3	4-6

	Дв.	жодної правильно виконаної спроби	1	2	3-6
Для воротарів: 6 спроб ловіння м'яча одним із вивчених способів після накидування м'яча партнером	Хл.	1 або жодної правильно виконаної спроби	2	3	4-6
	Дв.	жодної правильно виконаної спроби	1	2	3-6

11 клас

Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
		низький	середній	достатній	високий
5 ударів по нерухомому м'ячу на точність у гандбольні ворота або задану половину футбольних воріт з відстані 16,5 м.	Хл.	1 або жодного	2	3	4-5
	Дв.	жодного	1	2	3-5
5 зупинок м'яча, що опускається, одним із вивчених способів	Хл.	1 або жодної правильно виконаної спроби	2	3	4-5
	Дв.	жодної правильно виконаної спроби	1	2	3-5
Для воротарів: 5 спроб ловіння м'яча одним із вивчених способів після накидування м'яча партнером	Хл.	1 або жодної правильно виконаної спроби	2	3	4-5
	Дв.	жодної правильно виконаної спроби	1	2	3-5

Баскетбол

9 клас

Навчальні нормативи	Рівень компетентності			
	низький	середній	достатній	високий

6 кидків однією рукою зверху в стрибку на відстані 3м.	Хл.	Жодного влучного	1	2	3
6 кидків двома руками зверху на відстані 3 метри від щита	Дв.	Жодного влучного	1	2	3
6 штрафних кидків	Хл.	Жодного влучного	1	2	5
	Дв.	Жодного влучного	1	2	4

10 клас

Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
		низький	середній	достатній	високий
10 кидків вивченим способом (2*5) із дистанції 4,5 метра на рівній відстані між п'ятьма точками	Хл.	Жодного влучного	1	3	5
	Дв.	Жодного влучного	1	3	4
10 штрафних кидків	Хл.	Жодного влучного	2	3	5
	Дв.	Жодного влучного	1	2	4

11 клас

Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
		низький	середній	достатній	високий
10 кидків вивченим способом (2*5) із дистанції 4,5 метра на рівній відстані між п'ятьма точками	Хл.	Жодного влучного	1	3	6
	Дв.	Жодного влучного	2	3	5
10 штрафних кидків	Хл.	Жодного влучного	2	3	6
	Дв.	Жодного влучного	1	2	5

Волейбол

9 клас

Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
		низький	середній	достатній	високий

Передача м'яча двома руками зверху через сітку в парах	Хл.	До 4	4	5	6
	Дв.	До 3	3	4	5
Прийом та передача м'яча двома руками знизу через сітку в парах	Хл.	До 4	4	5	6
	Дв.	До 3	3	4	5
Верхня пряма подача (6 спроб)	Хл.	2	2	3	4
	Дв.	0	1	2	3

10 клас

Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
		низький	середній	достатній	високий
10 верхніх (хл.); нижніх (дв.) прямих подач на влучність у вказану зону	Хл.	4	6	8	9
	Дв.	2	5	7	8
6 передач на точність через сітку із зони 2,3,4 (у вказану зону)	Хл.	2	3	5	6
	Дв.	1	2	3	5

11 клас

Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
		низький	середній	достатній	високий
10 верхніх подач у вказану зону (хл.); в ігровий майданчик (дв.)	Хл.	4	5	6	7
	Дв.	2	4	5	6
6 передач на точність через сітку із зони 2,3,4 (у вказану зону)	Хл.	2	3	4	5
	Дв.	1	2	3	4

Легка атлетика

8 клас

Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
		низький	середній	достатній	високий
Біг 30м. (сек.)	Хл.	Більше 6.2	6.2	5.8	5.2
	Дв.	Більше 6.7	6.7	6.2	5.6
Біг 60м. (сек.)	Хл.	Більше 10.8	10.8	10.0	9.0
	Дв.	Більше 11.4	11.4	10.8	10.3
Стрибок в довжину з місця (см.)	Хл.	До 150	150	170	185
	Дв.	До 130	130	145	165
Метання м'ячика на дальність	Хл.	До 23	23	30	36
	Дв.	До 15	15	18	22

Гімнастика

8 клас

Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
		низький	середній	достатній	високий
Підтягування	Хл.	До 3	3	6	8
	Дв.	До 5	5	12	16
Згинання рук в упорі лежачи	Хл.	До 10	10	15	20
	Дв.	До 7	7	10	13
Нахил вперед з положення сидючи	Хл.	До 2	2	5	8
	Дв.	До 8	8	10	13
Піднімання в сід з положення лежачи (30сек.)	Хл.	До 13	13	21	31
	Дв.	До 12	12	20	30
Стрибки через скакалку (30 сек.)	Хл.	До 19	20-34	35-49	50-
	Дв.	До 19	20-34	35-49	50-

футбол

8 клас

Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
		низький	середній	достатній	високий
5 ударів по нерухомому м'ячу на точність у гандбольні ворота або задану половину футбольних воріт з відстані 11м.	Хл.	1 або жодного	2	3	4-5
	Дв.	жодного	1	2	3-5
5 способів обведення стояків (фішок)	Хл.	1 або жодної правильно	2	3	4-5

		виконаної спроби			
	Дв.	жодної правильно виконаної спроби	1	2	3-5

Баскетбол

8 клас

Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
		низький	середній	достатній	високий
6 кидків однією рукою зверху на відстані 3м. від щита	Хл.	Жодного влучного	1	2	3
6 кидків двома руками зверху на відстані 3 метри від щита	Дв.	Жодного влучного	1	2	3
6 штрафних кидків	Хл.	Жодного влучного	1	2	4
	Дв.	Жодного влучного	1	2	3

Волейбол

8 клас

Навчальні нормативи		Рівень компетентності			
		низький	середній	достатній	високий
Передача м'яча двома руками зверху через сітку в парах	Хл.	До 3	3	4	5
	Дв.	До 2	2	3	4
Прийом та передача м'яча двома руками знизу в парах	Хл.	До 2	2	3	4
	Дв.	0	1	2	3
Верхня пряма подача (7 спроб)	Хл.	1	2	3	4
	Дв.	0	1	2	3