СХВАЛЕНО
рішенням педагогічної ради
протокол від 04.09.2026 № 3

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказ по Ліцею № 5 міста Житомира
від 04.09.2026 № 261

ЗАГАЛЬНІ КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ УЧНІВ З ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

«Розроблено відповідно до наказу Міністерства освіти і науки України від 04.05.2026 № 722 Про затвердження системи та загальних критеріїв оцінювання результатів навчання учнів»

Рівень	**Бал**	**За когнітивними процесами**	**За навчальною діяльністю**	**За рівнем самостійності**	**За рівнем комунікації та взаємодії**	**За частотою вияву вмінь**
ПОЧАТКОВИЙ	1	Сприймає окремі правила безпеки чи гри лише після багаторазового повторення.	Виконує мінімум найпростіших рухів; відмовляється від більшості завдань.	Потребує постійного зовнішнього контролю; порушує ТБ.	Уникає взаємодії з класом, відмовляється грати в команді.	В окремих випадках
	2	Розпізнає базові терміни, але припускається грубих помилок у поясненні правил.	Виконує вправи з грубими технічними помилками, що нівелюють результат.	Діє на майданчику лише за прямою вказівкою вчителя.	Пасивний у групі, не реагує на дії партнерів по команді.	В окремих випадках
	3	Відтворює частину правил гри чи ТБ; слабо орієнтується в просторі майданчика.	Виконує базові елементи нестабільно, не може застосувати їх у грі.	Дотримується правил безпеки після нагадування; не вміє міряти пульс.	Неохоче виконує командні дії, ізолюється під час гри.	В окремих випадках
СЕРЕДНІЙ	4	Відтворює основну інформацію (правила, розмітку), але не бачить тактичної картини.	Виконує рухи за зразком (скуто); губиться під час двосторонньої гри.	Контролює свої дії частково; звертає увагу на втому лише за підказкою.	Взаємодіє формально, включається в гру за ініціативи інших.	Епізодично

	5	Розуміє завдання, задає прості питання щодо техніки виконання елемента.	Застосовує навички у простих естафетах, але робить технічні помилки в грі.	Помічає власні помилки, якщо на них вказує вчитель; намагається їх виправити.	Співпрацює з партнерами (віддає пас), але не виявляє ініціативи.	Епізодично
	6	Пояснює правила гри; розуміє причини своїх найчастіших помилок.	Виконує техніку загалом правильно, але ефективність дій у грі середня.	Звертається по допомогу для самоконтролю (наприклад, перевірити ЧСС).	Підтримує гру, толерантно ставиться до команди суперника.	Епізодично
ДОСТАТНІЙ	7	Застосовує знання про тактику (розуміє, куди бігти та кого крити).	Впевнено виконує більшість базових елементів; результативний у грі.	Самостійно готує інвентар, дотримується ТБ без нагадувань.	Активний учасник команди, взаємодіє з партнерами без конфліктів.	Постійно в типових ситуаціях
	8	Порівнює різні варіанти дій (наприклад, коли краще вести м'яч, а коли дати пас).	Добре володіє технікою; ефективно застосовує навички в нестандартних ігрових умовах.	Самостійно вимірює ЧСС; розуміє, коли потрібно зробити паузу для відпочинку.	Ефективно співпрацює, допомагає слабшим однокласникам.	Постійно в типових ситуаціях
	9	Аналізує ситуації на майданчику; миттєво приймає правильні рішення.	Висока якість виконання; здатний виконати серію складних рухових дій поспіль.	Повністю самостійний; контролює своє дихання та самопочуття; дотримується гігієни.	Справжній командний гравець, неухильно дотримується принципів Fair Play.	Постійно в типових ситуаціях
ВИСОКИЙ	10	Узагальнює досвід; чудово знає правила, тактику та основи біомеханіки рухів.	Виконує складні комбінації; адаптує техніку під зміни в ігровій ситуації.	Здатний провести розминку для класу або групи; свідомо дозує навантаження.	Мотивує команду, здатний вирішувати дрібні суперечки на майданчику без емоцій.	Системно в будь-яких ситуаціях
	11	Оцінює дії (свої та суперника); генерує нестандартні тактичні ідеї у грі.	Бездоганна техніка виконання; виявляє креативність (творчий підхід) у вирішенні рухових	Самостійно коригує свої дії на основі самопочуття; є прикладом для наслідування щодо ТБ.	Проявляє лідерські якості, координує дії команди (грає роль неофіційного	Системно в будь-яких ситуаціях

			задач.		капітана).	
	12	Глибоко аналізує та аргументує процеси на уроці; є експертом з вивченого модуля.	Еталонне виконання; висока результативність та стратегічне мислення в процесі змагань.	Повний самоконтроль та рефлексія; усвідомлене прагнення до фізичного самовдосконалення.	Організатор взаємодії; взірець спортивної етики, поваги до суперника та арбітра.	Системно в будь-яких ситуаціях

Тлумачення загальних критеріїв оцінювання у предметі «Фізична культура»

Когнітивні процеси ***(Теорія, правила, тактика)***	Розуміння правил безпеки, біомеханіки рухових дій, правил спортивних ігор, закономірностей впливу навантажень на організм та контроль пульсових зон; відтворення та застосування знань під час виконання вправ; уміння аналізувати власні помилки в техніці дій, порівнювати тактичні варіанти гри, встановлювати причинно-наслідкові зв’язки (наприклад, між рівнем втоми та точністю дій), робити висновки й приймати обґрунтовані тактичні рішення на майданчику.
Навчальна діяльність ***(Практика, гра, техніка)***	Уміння виконувати фізичні вправи, техніко-тактичні елементи та комбінації; застосовувати рухові навички в практичних (ігрових, змагальних) і повсякденних життєвих ситуаціях; працювати з фізкультурно-спортивною інформацією (графічними схемами, картками завдань, пульсометрією); виконувати дослідницькі, практичні та творчі завдання (наприклад, розробка комплексів вправ, складання варіативних комбінацій чи оптимізація маршруту в естафеті).
Рівень самостійності ***(ТБ, самоконтроль)***	Здатність самостійно організовувати підготовчу частину уроку (розминку), виконувати навчальні завдання та домашні фізичні вправи, визначати послідовність дій під час проходження станцій чи смуг перешкод, знаходити способи подолання рухових труднощів, оцінювати власні результати за суб'єктивними показниками та самопочуттям, а за потреби вчасно й обґрунтовано звертатися по допомогу до вчителя чи партнерів.
Комунікація та взаємодія ***(Командна гра, Fair Play)***	Уміння висловлювати власну думку щодо перебігу гри чи виконання вправ, аргументувати тактичну позицію, слухати поради вчителя та капітана, вести конструктивний діалог під час розбору ігрових моментів; ефективно співпрацювати в парі, трійці чи команді; неухильно дотримуватися правил спортивної етики, взаємоповаги та принципів чесної гри (Fair Play).
Частота вияву ***(Систематичність, стабільність)***	Систематичність і стабільність демонстрації набутих знань, рухових навичок та соціально-поведінкових установок; здатність упевнено та результативно застосовувати їх у стандартних (навчальні вправи), змінених та нетипових (змагальні, нестандартні ігрові) ситуаціях.