

Критерії оцінювання навчальних досягнень з фізичного виховання

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

1. Засвоєння техніки виконання фізичної вправи.
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 навчальні нормативи, які зроблено для кожного року вивчення. Контрольні навчальні нормативи є орієнтовними. Порядок їх проведення визначає викладач відповідно до календарно-тематичного планування. При складанні навчального нормативу за його показником визначають рівень досягнень (початковий, 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 № 371.

Оцінюючи навчальні нормативи з фізичної підготовленості, потрібно дотримуватись 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 передую спеціальна фізична підготовка (не менше як на двох заняттях).
3. Перед складанням нормативу викладач проводить розминку, а після — відновлювальні вправи.
4. Учні мають можливість перескласти норматив на визначеному викладачем занятті.
5. Викладач зобов'язаний забезпечити безумовне дотримання правил і виконання вимог щодо безпеки під час здачі нормативів.

При оцінюванні навчальних досягнень з фізичної культури також враховуються:

- особисті досягнення учнів протягом навчального року;
- ступінь активності учнів на уроках;
- залучення учнів до занять фізичною культурою в позаурочний час;
- участь у спортивних змаганнях усіх рівнів.

На основі зазначених показників викладачі 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, викладач може виставити оцінку на 1–2 бали вище за ту, яка передбачається навчальними нормативами.

Учні, 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 до навантажень на уроках фізичної культури прийом навчальних нормативів не здійснюється, 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.

Орієнтовні навчальні нормативи

Варіативний модуль Легка атлетика

Зміст навчального матеріалу		Рівень навчальних досягнень учнів			
		початковий	середній	достатній	високий
Біг 30 м (с)					
<i>I курс</i>	хлопці	більше 5,7	5,7	5,3	4,7
	дівчата	більше 6,6	6,6	5,9	5,5
<i>II курс</i>	хлопці	більше 5,5	5,5	5,1	4,5
	дівчата	більше 6,7	6,7	5,8	5,5
<i>III курс та групи ТУ</i>	хлопці	більше 5,4	5,4	4,9	4,4
	дівчата	більше 6,6	6,6	5,5	5,3
Біг 100 м (с)					
<i>I курс</i>	хлопці	більше 15,9	15,9	15,3	14,5
	дівчата	більше 18,0	18,0	17,5	16,8
<i>II курс</i>	хлопці	більше 15,8	15,8	15,0	14,3
	дівчата	більше 18,3	18,3	17,8	16,8
<i>III курс та групи ТУ</i>	хлопці	більше 15,6	15,6	14,8	14,1
	дівчата	більше 18,1	18,1	17,6	16,5
Рівномірний біг 1500 м (хв, с)					
<i>I курс</i>	хлопці	більше 7,30	7,30	7,00	6,20
	дівчата	більше 9,00	9,00	8,30	7,45
<i>II курс</i>	хлопці	більше 7,20	7,20	6,50	6,10
	дівчата	більше 8,50	8,50	8,20	7,40
<i>III курс та групи ТУ</i>	хлопці	більше 7,10	7,10	6,40	6,00
	дівчата	більше 8,40	8,40	8,10	7,30
Стрибок у довжину з місця (см)					
<i>I курс</i>	хлопці	до 200	200	210	220
	дівчата	до 155	155	170	185
<i>II курс</i>	хлопці	до 205	205	215	225
	дівчата	до 160	160	175	190
<i>III курс та групи ТУ</i>	хлопці	до 210	210	220	230
	дівчата	до 165	165	180	190
Стрибок у довжину з розбігу (см)					
<i>I курс</i>	хлопці	до 350	350	380	410
	дівчата	до 250	250	280	310
<i>II курс</i>	хлопці	до 360	360	400	430
	дівчата	до 250	250	285	320
<i>III курс та групи ТУ</i>	хлопці	до 370	370	420	445
	дівчата	до 260	260	290	330
Стрибок у висоту з розбігу способом «переступання» (см)					
<i>I курс</i>	хлопці	до 90	90	105	120
	дівчата	до 75	75	85	100
<i>II курс</i>	хлопці	до 95	95	110	125
	дівчата	до 75	75	90	100
<i>III курс та групи ТУ</i>	хлопці	до 100	100	115	130
	дівчата	до 80	80	90	105
Метання малого м'яча на дальність (м)					
<i>I курс</i>	хлопці	до 35	35	45	50
	дівчата	до 16	16	20	25
<i>II курс</i>	хлопці	до 40	40	50	55
	дівчата	до 18	18	22	26
<i>III курс та групи ТУ</i>	хлопці	до 45	45	55	60
	дівчата	до 17	17	21	25

Варіативний модуль «Баскетбол»

Зміст навчального матеріалу		Рівень навчальних досягнень учнів			
		початковий	середній	достатній	високий
10 кидків вивченим способом (2х5) із дистанції 4,5м на рівній відстані між п'ятьма точками (кількість влучень)					
<i>I курс</i>	хлопці	жодного влучного кидка	1	3	5
	дівчата	жодного влучного кидка	1	3	4
<i>II курс</i>	хлопці	жодного влучного кидка	1	3	6
	дівчата	жодного влучного кидка	1	3	5
<i>III курс та групи ТУ</i>	хлопці	жодного влучного кидка	2	3	6
	дівчата	жодного влучного кидка	2	3	5
10 штрафних кидків на точність (кількість влучень):					
<i>I курс</i>	хлопці	жодної правильно виконаної передачі	2	3	5
	дівчата	жодної правильно виконаної передачі	1	2	4
<i>II курс</i>	хлопці	жодної правильно виконаної передачі	2	3	6
	дівчата	жодної правильно виконаної передачі	1	2	5
<i>III курс та групи ТУ</i>	хлопці	жодної правильно виконаної передачі	3	4	7
	дівчата	жодної правильно виконаної передачі	2	3	6

Варіативний модуль Волейбол

Зміст навчального матеріалу		Рівень навчальних досягнень учнів			
		початковий	середній	достатній	високий
10 верхніх нижніх прямих подач на влучність в зазначену викладачем зону					
<i>I курс</i>	хлопці	4	5	6	7
	дівчата	2	5	6	7
<i>II курс</i>	хлопці	4	5	6	7
	дівчата	2	5	6	7
<i>III курс та групи ТУ</i>	хлопці	5	6	7	8
	дівчата	3	6	7	8
6 передач на точність через сітку із зони 2,3,4 (в зазначену зону)					
<i>I курс</i>	хлопці	2	3	5	6
	дівчата	1	2	3	5
<i>II курс</i>	хлопці	2	3	4	5
	дівчата	1	2	3	4
<i>III курс та групи ТУ</i>	хлопці	3	4	5	6
	дівчата	2	3	4	5

Варіативний модуль Гімнастика

Зміст навчального матеріалу		Рівень навчальних досягнень учнів			
		початковий	середній	достатній	високий
Підтягування (кількість разів)					
<i>I курс</i>	хлопці у висі	до 4	4	8	11
	дівчата у висі лежачи	до 6	6	16	20
<i>II курс</i>	хлопці у висі	до 5	5	9	12
	дівчата у висі лежачи	до 8	8	17	22
<i>III курс та групи ТУ</i>	хлопці у висі	до 5	6-8	9-11	12-14
	дівчата у висі лежачи	до 8	9-14	15-18	19-22
Згинання та розгинання рук в упорі лежачи (кількість разів)					
<i>I курс</i>	хлопці від підлоги	до 15	15	22	30
	дівчата від лави	до 7	7	13	15
<i>II курс</i>	хлопці від підлоги	до 15	15	25	35
	дівчата від лави	до 9	9	13	16

<i>III курс та групи ТУ</i>	хлопці від підлоги	до 15	29-29	30-37	38-42
	дівчата від лави	до 10	11-15	16-19	20-25
<i>Нахил уперед з положення сидячи (см)</i>					
<i>I курс</i>	хлопці	до 3	3	6	10
	дівчата	до 11	11	15	18
<i>II курс</i>	хлопці	до 4	4	7	11
	дівчата	до 7	7	9	16
<i>III курс та групи ТУ</i>	хлопці	до 4	4	7	11
	дівчата	до 7	7	9	16
<i>Піднімання тулуба в сід за 60 с</i>					
<i>I курс</i>	хлопці	до 20	20	40	55
	дівчата	до 18	18	38	48
<i>II курс</i>	хлопці	до 20	20	48	58
	дівчата	до 20	20	45	55
<i>III курс та групи ТУ</i>	хлопці	до 22	22	50	60
	дівчата	до 22	22	47	57
<i>Стрибки зі скакалкою за 30 с</i>					
<i>I курс</i>	дівчата	до 50	50	65	75
<i>II курс</i>	дівчата	до 55	55	65	78
<i>III курс та групи ТУ</i>	дівчата	до 57	57	70	80