

## Орієнтовні навчальні нормативи для учнів 6 класу

### Варіативний модуль “Легка атлетика”

ОНН	Рівні навчальних досягнень	Бали		Рівень компетентності (час)
Біг 30 м (с) час + техніка бігу	Початковий	1	Хл.	7,1
			Дівч.	7,5
		2	Хл.	6,9
			Дівч.	7,3
		3	Хл.	6,8
			Дівч.	7,2
	Середній	4	Хл.	6,7
			Дівч.	7,1
		5	Хл.	6,5
			Дівч.	6,9
		6	Хл.	6,3
			Дівч.	6,7
Достатній	7	Хл.	6,2	
		Дівч.	6,6	
	8	Хл.	6,1	
		Дівч.	6,5	
	9	Хл.	6,0	
		Дівч.	6,4	
Високий	10	Хл.	5,8	
		Дівч.	6,2	
	11	Хл.	5,7	
		Дівч.	6,1	
	12	Хл.	5,6	
		Дівч.	6,0	

ОНН	Рівні навчальних досягнень	Бали		Рівень компетентності (см)
Стрибок у довжину з місця (см) +техніка виконання	Початковий	1	Хл.	115
			Дівч.	105
		2	Хл.	120
			Дівч.	110
		3	Хл.	125
			Дівч.	115
	Середній	4	Хл.	130
			Дівч.	120
		5	Хл.	137
			Дівч.	123
		6	Хл.	145
			Дівч.	127
Достатній	7	Хл.	150	
		Дівч.	130	
	8	Хл.	155	
		Дівч.	133	
	9	Хл.	160	
		Дівч.	138	
Високий	10	Хл.	163	
		Дівч.	142	
	11	Хл.	166	
		Дівч.	146	
	12	Хл.	170	
		Дівч.	150	

ОНН	Рівні навчальних досягнень	Бали		Рівень компетентності (м)
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin: auto;"> Метання малого м'яча на  дальність (м)  + <i>техніка виконання</i> </div>	Початковий	1	Хл.	13
			Дівч.	7
		2	Хл.	14
			Дівч.	8
		3	Хл.	15
			Дівч.	10
	Середній	4	Хл.	17
			Дівч.	12
		5	Хл.	20
			Дівч.	13
		6	Хл.	22
			Дівч.	14
Достатній	7	Хл.	24	
		Дівч.	15	
	8	Хл.	26	
		Дівч.	16	
	9	Хл.	27	
		Дівч.	17	
Високий	10	Хл.	28	
		Дівч.	18	
	11	Хл.	29	
		Дівч.	19	
12	Хл.	30		
	Дівч.	20		

*Варіативний модуль “Футбол”*

ОНН	Рівні навчальних досягнень	Бали		Рівень компетентності (кількість влучень)
<p style="text-align: center;">5 ударів по нерухомому м'ячу на точність одним із вивчених способів у гандбольні або задану половину футбольних воріт з відстані 7 м <i>(кількість влучень + техніка виконання удару)</i></p>	Початковий	1	Хл.	1 або жодного влучного удару
		Дівч.	Жодного влучного удару	
		2	Хл.	1 або жодного влучного удару
		Дівч.	Жодного влучного удару	
		3	Хл.	1 або жодного влучного удару
		Дівч.	Жодного влучного удару	
	Середній	4	Хл.	2
		Дівч.	1	
		5	Хл.	2
		Дівч.	1	
		6	Хл.	2
		Дівч.	1	
Достатній	7	Хл.	3	
	Дівч.	2		
	8	Хл.	3	
	Дівч.	2		
	9	Хл.	3	
	Дівч.	2		
Високий	10	Хл.	4	
	Дівч.	3		
	11	Хл.	5	
	Дівч.	4		
	12	Хл.	5	
	Дівч.	5		

ОНН	Рівні навчальних досягнень	Бали		Рівень компетентності (кількість передач)
<p>5 передач мяча з місця на точність партнеру одним із вивчених способів з відстані 7 м. (кількість точних передач + техніка виконання)</p>	Початковий	1	Хл.	1 або жодної правильно виконаної передачі
		Дівч.	Жодної правильно виконаної передачі	
		2	Хл.	1 або жодної правильно виконаної передачі
		Дівч.	Жодної правильно виконаної передачі	
		3	Хл.	1 або жодної правильно виконаної передачі
		Дівч.	Жодної правильно виконаної передачі	
	Середній	4	Хл.	2
		Дівч.	1	
		5	Хл.	2
		Дівч.	1	
		6	Хл.	2
		Дівч.	1	
Достатній	7	Хл.	3	
	Дівч.	2		
	8	Хл.	3	
	Дівч.	2		
	9	Хл.	3	
	Дівч.	2		
Високий	10	Хл.	4	
	Дівч.	3		
	11	Хл.	5	
	Дівч.	4		
	12	Хл.	5	
	Дівч.	5		

*Варіативний модуль “Баскетбол”*

ОНН	Рівні навчальних досягнень	Бали		Рівень компетентності (кількість влучень)
<p style="text-align: center;">6 кидків однією рукою зверху(хл), двома руками від голови (дівчата), стоячи збоку на відстані 3 м від щита (<i>кількість влучень + техніка виконання</i>)</p>	Початковий	1	Хл.	Жодного влучного кидка
		Дівч.	Жодного влучного кидка	
		2	Хл.	Жодного влучного кидка
		Дівч.	Жодного влучного кидка	
		3	Хл.	Жодного влучного кидка
		Дівч.	Жодного влучного кидка	
	Середній	4	Хл.	1
		Дівч.	1	
		5	Хл.	1
		Дівч.	1	
		6	Хл.	1
		Дівч.	1	
Достатній	7	Хл.	2	
	Дівч.	2		
	8	Хл.	2	
	Дівч.	2		
	9	Хл.	2	
	Дівч.	2		
Високий	10	Хл.	3	
	Дівч.	3		
	11	Хл.	3	
	Дівч.	3		
	12	Хл.	3	
	Дівч.	3		

ОНН	Рівні навчальних досягнень	Бали		Рівень компетентності (кількість передач)
<p>10 передач м'яча (на місці) у парах на відстані 4 м одним із вивчених способів виконання <i>(техніка виконання передачі + кількість точних передач)</i></p>	Початковий	1	Хл.	Жодної правильно виконаної передачі
			Дівч.	Жодної правильно виконаної передачі
		2	Хл.	Жодної правильно виконаної передачі
			Дівч.	Жодної правильно виконаної передачі
		3	Хл.	1
			Дівч.	Жодної правильно виконаної передачі
	Середній	4	Хл.	2
			Дівч.	1
		5	Хл.	3
			Дівч.	1
		6	Хл.	4
			Дівч.	1
Достатній	7	Хл.	5	
		Дівч.	2	
	8	Хл.	5	
		Дівч.	2	
	9	Хл.	6	
		Дівч.	3	
Високий	10	Хл.	7	
		Дівч.	4	
	11	Хл.	8	
		Дівч.	4	
	12	Хл.	8	
		Дівч.	5	

*Варіативний модуль “Волейбол”*

ОНН	Рівні навчальних досягнень	Бали		Рівень компетентності (кількість разів)
Передача м'яча в стіну двома руками зверху (відстань 1,5-3 м) (кількість разів+техніка виконання)	Початковий	1	Хл.	1
		Дівч.	1	
		2	Хл.	2
		Дівч.	1	
		3	Хл.	3
		Дівч.	2	
	Середній	4	Хл.	4
		Дівч.	3	
		5	Хл.	4
		Дівч.	3	
		6	Хл.	4
		Дівч.	3	
Достатній	7	Хл.	5	
	Дівч.	4		
	8	Хл.	5	
	Дівч.	4		
	9	Хл.	5	
	Дівч.	4		
Високий	10	Хл.	6	
	Дівч.	5		
	11	Хл.	6	
	Дівч.	5		
	12	Хл.	6	
	Дівч.	5		



ОНН	Рівні навчальних досягнень	Бали		Рівень компетентності (кількість разів)
<p style="text-align: center;"> <b>Прийом м'яча знизу від стіни</b>  <b>(відстань 2 м)</b>  <b>(кількість разів+техніка виконання)</b> </p>	Початковий	1	Хл.	1
			Дівч.	1
		2	Хл.	2
			Дівч.	1
		3	Хл.	2
			Дівч.	1
	Середній	4	Хл.	3
			Дівч.	2
		5	Хл.	3
			Дівч.	2
		6	Хл.	3
			Дівч.	2
Достатній	7	Хл.	4	
		Дівч.	3	
	8	Хл.	4	
		Дівч.	3	
	9	Хл.	4	
		Дівч.	3	
Високий	10	Хл.	5	
		Дівч.	4	
	11	Хл.	5	
		Дівч.	4	
	12	Хл.	6	
		Дівч.	4	