

ОСВІТНЯ ГАЛУЗЬ «Фізична культура» (5-7 класи НУШ)
наказ МОН №1093 від 02.08.2024

Ба л	ГАЛУЗЕВІ КРИТЕРІЇ		
	Група 1. Формування психічної та соціально-психологічної сфер засобами фізичного виховання	Група 2. Систематичні заняття фізичними вправами, володіння технікою фізичних вправ	Група 3. Усвідомлення значення фізичної/рухової активності для підтримання стану здоров'я та задоволення у процесі фізичного виховання
1	Учень/учениця називає мету фізичного виховання з допомогою вчителя; визначає необхідність прояву потрібної вольової якості при виконанні фізичної вправи за допомогою вчителя; комунікує з іншими за потреби	Учень/учениця розповідає про техніку виконання фізичних вправ; обґрунтовує підбір засобів за допомогою вчителя	Учень/учениця розповідає про історію Олімпійської о руху, результати найвідоміших спортсменів на Олімпійських та Параолімпійських іграх та інших змаганнях.; описує свій фізичний стан за суб'єктивними показниками з допомогою вчителя: описує : ознаки гарного/ поганого настрою під час рухової діяльності; пояснює, як фізкультурно-оздоровча діяльність впливає на спосіб життя та здоров'я людини
2	Учень/учениця називає мету фізичного виховання під керівництвом вчителя; визначає необхідність прояву потрібної вольової якості при виконанні фізичної вправи під керівництвом вчителя; сприяє спілкуванню та може надати пояснення власним вчинкам та виконанню рухових дій	Учень/учениця демонструє прості за технікою виконання фізичні вправи; обґрунтовує підбір засобів під керівництвом вчителя	Учень/учениця досліджує історію Олімпійського руху, результати найвідоміших спортсменів на Олімпійських, Параолімпійських іграх та інших змаганнях в друкованих та електронних джерелах за завданням учителя; описує свій фізичний етап за суб'єктивними показниками під керівництвом учителя; пояснює, як емоції можуть заважати і допомагати у руховій діяльності; критично оцінює різні способи, фізкультурно-оздоровчої діяльності та їхній вплив па здоров'я людини
3	Учень/учениця називає мету фізичної о виховання; визначає необхідність прояву потрібної вольової якості при виконанні фізичної вправи; підтримує спілкування в межах виконання навчальних завдань	Учень/учениця демонструє основи техніки фізичних вправ, за потреби звертаючись за допомогою; обґрунтовує підбір засобів за завданням вчителя	Учень/учениця зіставляє, аналізує факти з історії Олімпійського руху, результати найвідоміших спортсменів на Олімпійських, Параолімпійських іграх та інших змаганнях; описує свій фізичний стан за суб'єктивними показниками; відстежує зміни власних амоній та їхній вплив на його її вчинки під час рухової діяльності; відстоює власну думку щодо ефективності різних організаційних форм, засобів та способів фізкультурно- оздоровчої діяльності
4	Учень/учениця пояснює мету фізичного виховання та формулює завдання для її досягнення за допомогою вчителя; намагається проявляти вольові якості під час виконання фізичних вправ; за потреби звертається по допомогу у виконанні фізичних вправ	Учень/учениця демонструє виконання техніки фізичних вправ з типовими значними помилками; експериментує з доббором відомих фізичних вправ за допомогою вчителя	Учень/учениця пояснює, коментує явища та закономірності фізичної культури; визначає об'єктивні показники власного фізичного стану з допомогою вчителя; пояснює, як інші особи впливають на його/ її емоції під час виконання фізичних вправ; використовує способи самооцінювання постави (соматоскопії, визначення

			стереотипу сформованої постави, функціонального стану опорно-рухового апарату) за допомогою учителя
5	Учень/учениця пояснює мету фізичної о виховання та формулює, завдання для її досягнення під керівництвом вчителя; епізодично проявляє окремі вольові якості під час виконання фізичних вправ; виконує навчальні завдання в групах відповідно до власної ролі в команді	Учень/учениця демонструє виконання техніки фізичних вправ з типовими незначними помилками; експериментує з добором відомих фізичних вправ під керівництвом вчителя	Учень/учениця досліджує явища та закономірності фізичної культури в друкованих та електронних джерелах за завданням учителя; визначає об'єктивні показники власного фізичного стану під керівництвом учителя; зіставляє прояв емоцій Іншими та оцінює їх вплив на командний результат; використовує способи самооцінювання постави (соматоскопії, визначення стереотипу сформованої постави, функціонального стану опорно-рухового апарату) під керівництвом учителя
6	Учень/учениця поясню мету фізичного виховання та самостійно формулює завдання для її досягнення; епізодично проявляє вольові якості під час виконання: фізичних вправ; ініціює спілкування та обговорення проблемних питань щодо командної роботи	Учень/учениця демонструє виконання техніки: фізичних вправ з індивідуальними помилками; експериментує з добором відомих фізичних вправ самостійно	Учень/учениця зіставляє, аналізує явища та закономірності у фізичній культурі з декількох інформаційних джерел; визначає об'єктивні показники власного фізичного стану; прогнозує свої емоції та емоції інших у різних ситуаціях; під час рухової діяльності; проектує підтримання (поліпшення) власної постави на основі результатів її самооцінювання
7	Учень/учениця добирає відповідні фізичні вправи для досягнення мети та завдань з допомогою вчителя; проявляє окремі вольові якості під час рухової діяльності; наводить приклади переваг командної роботи	Учень/учениця демонструє раціональне виконання техніки . фізичних вправ після корекції вчителя; генерує ідеї щодо виконання фізичних вправ за допомогою вчителя	Учень/учениця аналізує власне виконання рухових дій, ідентифікує свої помилки; вирізняє ознаки втоми в результаті фізичного навантаження; рефлексує про власні емоції у процесі фізичного виховання; систематично бере участь у фізкультурно-оздоровчих та спортивних заходах школи
8	Учень/учениця добирає відповідні фізичні вправи для досягнення мети та завдань; під керівництвом вчителя; проявляє різні вольові якості під час рухової діяльності; виконує різні соціальні ролі, відповідно до потреб, які виникають під час взаємодії	Учень/учениця демонструє раціональне виконання техніки фізичних вправ епізодично; генерує ідеї щодо виконання фізичних вправ під керівництвом вчителя	Учень/учениця аналізує власне виконання рухових дій, ідентифікує помилки в себе та інших школярів; оцінює власної фізичної працездатності, фізичної підготовленості, стану здоров'я, фізичного розвитку (їх окремих показників) та їх динаміку; тактовно та толерантно виражає емоції, використовуючи вербальні та невербальні засоби спілкування; систематично виконує фізичні вправи в організованих позашкільних фізкультурно-оздоровчих та спортивних закладах
9	Учень/учениця самостійно добирає відповідні фізичні вправи дня досягнення мети та завдань; проявляє комплекс вольових якостей під час рухової діяльності: під гримує учасників команди та допомагає їм виконувати завдання під час рухової діяльності	Учень/учениця демонструє раціональне виконання техніки, фізичних вправ у стандартних умовах; генерує ідеї щодо виконання фізичних вправ за власного ініціативою	Учень/учениця аналізує власне виконання рухових дій, ідентифікує помилки в себе та інших школярів із висуненням припущень щодо причин їх виникнення; аргументовано оцінює власний фізичний стан під час та після виконання фізичних вправ та їх динаміку; позитивно впливає на емоційний стан інших осіб, протидіє їхнім негативним емоціям; систематично

			практику різні форми самостійного фізичного вправління
10	Учень/учениця Зіставляє власну мету та завдання фізичного виховання із цілями фізичного виховання однокласників; виконує фізичні вправи, усвідомлюючи які вольові якості при цьому розвиває; визначає власну роль та завдання для досягнення командної взаємодії	Учень/учениця дотримується техніки фізичних вправ у мовах ігрової та змагальної діяльності; самостійно обирає ефективний спосіб виконання фізичних вправ з урахуванням зовнішніх умов	Учень/учениця обґрунтовує власну здоров'я бережну позицію, керуючись досвідом інших осіб; виявляє сильні і слабкі сторони власного фізичного стану та в результаті передбачає власну фізичну спроможність; застосовує різні способи регулювання свого емоційного стану у процесі фізичного виховання; складає портфоліо за результатами самооцінювання постави
11	Учень/учениця систематично застосовує: фізичні вправи для досягнення мети та завдань; визначає вольові якості, які потребують формування; для вирішення рухових завдань; аналізує сильні та слабкі сторони власної та інших команд	Учень/учениця дотримується техніки фізичних вправ у різних психофізичних станах та зовнішніх факторів; добирає власні способи виконання фізичних вправ з урахуванням індивідуальних особливостей	Учень/учениця пояснює власні результати рухової діяльності, факти у фізичній культурі, використовуючи інформацію з інших галузей наук; виявляє сильні і слабкі сторони власного фізичного стану та ініціює виконання різних ролей для досягнення командного результату з їх урахуванням; добирає фізичні вправи для регулювання свого емоційного стану; складає портфоліо за і результатами самооцінювання постави {динаміки функціонального стану опорно-рухового апарату) та проектування підтримання (поліпшення) власної постави
12	Учень/учениця обґрунтовує цінність активно: позиції та застосовує фізичні вправи для досягнення мети та завдань фізичного виховання; систематично проявляє вольові якості в процесі рухової діяльності; визначає власну роль та завдання для підсилення командної взаємодії на основі аналізу сильних та слабких сторін власних і команди	Учень/учениця демонструє індивідуальну техніку виконання фізичних вправ у стандартних та нестандартних умовах; пропонує іншим ефективний спосіб виконання фізичних вправ, в обраних видах рухової діяльності	Учень/учениця встановлює причинно-наслідкові зв'язки між фактами та явищами у фізичній культурі (зокрема особистій); складає портфоліо за результатами самоконтролю фізичного стану; аналізує ефективність різних способів та засобів подолання негативних емоцій і відчуттів, які виникають у процесі фізичного вправління; складає портфоліо планування власної фізкультурно-оздоровчої діяльності