



КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ УЧНІВ ІЗ ФІЗКУЛЬТУРНОЇ ОСВІТНЬОЇ ГАЛУЗІ

Згідно з наказом МОН України
«Про затвердження системи та загальних критеріїв оцінювання
результатів навчання учнів»
(затверджений 04.05.2026 року № 722,
zareestrovaniy v Ministerstvi yustitsii Ukraini
24.07.2026 roku za № 922/46316)



КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ РЕЗУЛЬТАТІВ НАВЧАННЯ УЧНІВ ІЗ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Згідно з наказом МОН України
«Про затвердження системи та загальних критеріїв оцінювання
результатів навчання учнів»
(затверджений 04.05.2026 року № 722,
зареєстрований в Міністерстві юстиції України
24.07.2026 року за № 922/46316)

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

ПОЧАТКОВИЙ РІВЕНЬ

1

1 БАЛ

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА



За когнітивними процесами

- сприймає окремі пояснення про рухові дії, правила гри, фізичну активність і безпеку;
- намагається розпізнавати знайомі вправи, рухи та спортивний інвентар;
- відповідає на окремі прості запитання, припускаючись суттєвих змістових і логічних помилок;
- не встановлює зв'язку між способом виконання вправи, безпекою та результатом.



За навчальною діяльністю

- виконує лише окремі елементи простої рухової дії за безпосередньої допомоги вчителя;
- намагається повторити показану вправу, але суттєво порушує техніку або послідовність;
- виконує завдання фрагментарно та потребує постійних підказок;
- не може самостійно завершити рухове завдання.



За рівнем самостійності

- працює лише під постійним керівництвом учителя;
- потребує покрокових указівок і постійного зовнішнього контролю;
- дотримується окремих правил безпеки лише після нагадування;
- не може самостійно оцінити правильність виконання рухової дії.



За рівнем комунікації та взаємодії

- реагує на звернення лише після зовнішнього спонукання;
- майже не долучається до парної або командної діяльності;
- не узгоджує свої дії з партнерами без прямої допомоги;
- не пояснює виконані дії або свій вибір.



За частотою вияву вмінь

- виявляє предметні вміння в окремих випадках.



1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

ПОЧАТКОВИЙ РІВЕНЬ

2

2 БАЛИ

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

За когнітивними процесами

- розпізнає частину інформації про фізичні вправи, правила, інвентар і безпечну поведінку;
- називає окремі рухові дії або правила після підказки;
- намагається пояснити просту послідовність виконання вправи за зразком;
- відповідає на прості запитання, припускаючись змістових і логічних помилок.

За навчальною діяльністю

- виконує прості рухові дії за детальним показом або зразком;
- частково відтворює техніку вправи, припускаючись значних помилок;
- виконує окремі елементи естафети, гри чи комплексу вправ з допомогою;
- потребує допомоги для дотримання послідовності та завершення завдання.

За рівнем самостійності

- потребує постійної допомоги й контролю;
- виконує рухові дії після повторного пояснення або показу;
- дотримується правил безпеки переважно після нагадування;
- не може самостійно визначити причину помилки у виконанні.

За рівнем комунікації та взаємодії

- відповідає на окремі запитання після спонукання;
- долучається до парної або командної роботи формально;
- не виявляє ініціативи під час спільної діяльності;
- рідко реагує на підказки й пропозиції партнерів.

За частотою вияву вмінь

- виявляє предметні вміння в окремих випадках.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

ПОЧАТКОВИЙ РІВЕНЬ

3

3 БАЛИ

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

За когнітивними процесами

- відтворює за зразком частину інформації про вправи, правила, рухові якості та безпеку;
- розпізнає основні елементи знайомої рухової дії;
- відповідає на прості запитання за змістом вивченого;
- наводить окремі приклади фізичної активності, але припускається помилок.

За навчальною діяльністю

- виконує просту рухову вправу або її основні елементи за показом;
- відтворює знайому послідовність рухів із помітними технічними недоліками;
- бере участь у простій грі, естафеті чи комплексі вправ з допомогою;
- потребує підказки для виправлення помилок і завершення завдання.

За рівнем самостійності

- працює за покроковою інструкцією;
- потребує періодичного зовнішнього контролю;
- виконує правила безпечної поведінки після нагадування;
- виправляє окремі помилки після того, як учитель указує на них.

За рівнем комунікації та взаємодії

- долучається до парної або командної діяльності за прямою вказівкою;
- виконує просту доручену роль;
- реагує на звернення партнерів, але не завжди по суті;
- пояснює окремі дії коротко й без достатнього обґрунтування.

За частотою вияву вмінь

- виявляє предметні вміння в окремих випадках.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

СЕРЕДНІЙ РІВЕНЬ

4

4 БАЛИ

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

За когнітивними процесами

- відтворює основну інформацію про рухові дії, правила, фізичні якості та безпеку;
- називає основні елементи техніки знайомих вправ і правила їх виконання;
- знаходить у запропонованій інформації відповіді на прості запитання;
- пояснює окремі рухові дії переважно на рівні відтворення.

За навчальною діяльністю

- виконує типові рухові завдання за показом або запропонованим алгоритмом;
- відтворює основну структуру вправи, але припускається технічних помилок;
- виконує прості навчальні комбінації та бере участь у рухливих чи спортивних іграх;
- потребує допомоги під час зміни умов або ускладнення завдання.

За рівнем самостійності

- працює за готовою інструкцією з допомогою вчителя;
- не завжди контролює техніку, темп і безпечність власних дій;
- дотримується основних правил користування інвентарем і поведінки на занятті;
- може виправити очевидну помилку за підказкою;
- виконує частину спільного рухового або командного завдання з допомогою інших учасників групи чи команди.

За рівнем комунікації та взаємодії

- включається у взаємодію переважно за ініціативою інших;
- виконує частину командного завдання з допомогою;
- дотримується простих правил взаємодії, але діє переважно формально;
- надає короткі пояснення без достатнього обґрунтування.

За частотою вияву вмінь

- виявляє предметні вміння епізодично.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

СЕРЕДНІЙ РІВЕНЬ

5

5 БАЛІВ

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

За когнітивними процесами

- розуміє основний зміст інформації про техніку вправ, правила і значення фізичної активності;
- застосовує відомості, отримані від учителя або із запропонованих джерел;
- формулює окремі запитання щодо виконання рухових завдань;
- установлює прості зв'язки між технікою, фізичним навантаженням, безпекою та результатом.

За навчальною діяльністю

- виконує репродуктивні рухові завдання за зразком або запропонованим алгоритмом;
- застосовує вивчені способи виконання вправ у знайомих умовах;
- бере участь у навчальній грі, естафеті чи комплексі вправ відповідно до основних правил;
- виправляє окремі технічні помилки з допомогою вчителя.

За рівнем самостійності

- виконує завдання під керівництвом учителя;
- потребує допомоги під час добору темпу, послідовності або способу виконання;
- переважно дотримується правил безпеки та відповідального користування інвентарем;
- може оцінити результат за простим зразком або готовими критеріями;
- виконує визначену частину спільного рухового завдання з частковою допомогою партнерів по групі або команді.

За рівнем комунікації та взаємодії

- підтримує взаємодію, ініційовану іншими;
- виконує визначену роль у парі або команді;
- приймає допомогу й підказки партнерів;
- висловлює просту думку щодо виконання завдання, але недостатньо її обґрунтовує.

За частотою вияву вмінь

- виявляє предметні вміння епізодично.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12



КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

СЕРЕДНІЙ РІВЕНЬ

6

6 БАЛІВ

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА



За когнітивними процесами

- застосовує інформацію про рухову діяльність, техніку вправ, правила й безпеку у знайомих ситуаціях;
- формулює уточнювальні запитання;
- пояснює призначення окремих вправ і значення правильної техніки;
- установлює окремі причинно-наслідкові зв'язки між способом дії, навантаженням і результатом.



За навчальною діяльністю

- виконує частково-пошукові рухові завдання за запропонованою послідовністю;
- поєднує кілька вивчених рухових дій у нескладну комбінацію;
- застосовує знайомі технічні прийоми в навчальній грі або естафеті;
- помічає очевидні помилки та виправляє їх після підказки.



За рівнем самостійності

- працює під загальним керівництвом учителя;
- самостійно виконує знайомі етапи розминки, вправи або рухового завдання;
- за потреби звертається по допомогу;
- контролює дотримання основних правил безпеки та самопочуття в межах навчальної ситуації;
- виконує спільне рухове завдання відповідно до визначеної ролі чи обов'язків; за потреби звертається по допомогу до партнерів.



За рівнем комунікації та взаємодії

- підтримує взаємодію, ініційовану іншими;
- виявляє готовність до командної роботи;
- виконує визначені обов'язки та погоджує дії з партнерами;
- пояснює свій спосіб виконання, але не завжди аргументує його.



За частотою вияву вмінь

- виявляє предметні вміння епізодично.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

ДОСТАТНІЙ РІВЕНЬ

7

7 БАЛІВ

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

За когнітивними процесами

- знаходить потрібну інформацію про вправи, правила, фізичні якості та безпеку в запропонованих джерелах;
- визначає основні елементи техніки й типові помилки у знайомих рухових діях;
- пояснює значення розминки, дозування навантаження, відновлення та безпечної поведінки;
- розпізнає стандартні рухові або ігрові ситуації та пропонує відомий спосіб дії.

За навчальною діяльністю

- виконує типові рухові завдання за узгодженим алгоритмом;
- самостійно застосовує вивчену техніку в звичних умовах;
- виконує навчальні комбінації, естафети або ігрові дії з переважним дотриманням правил;
- виправляє типові помилки відомим способом.

За рівнем самостійності

- працює з опосередкованою допомогою вчителя;
- самостійно виконує більшість етапів рухового завдання;
- контролює безпечність дій і правильність використання інвентарю;
- оцінює результат за запропонованими критеріями та враховує рекомендації;
- співпрацює під час виконання групових рухових завдань, естафет або навчальних ігор, дотримуючись визначеної ролі.

За рівнем комунікації та взаємодії

- співпрацює під час роботи в парі або команді;
- виконує визначене завдання та дотримується правил чесної гри;
- долучається до комунікації переважно з ініціативи інших;
- пояснює основні дії та підтримує партнерів під час спільної роботи.

За частотою вияву вмінь

- виявляє предметні вміння постійно в типових ситуаціях.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12



КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

ДОСТАТНІЙ РІВЕНЬ

8

8 БАЛІВ

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

За когнітивними процесами

- зіставляє та порівнює способи виконання рухових дій за заданими ознаками;
- аналізує типові технічні помилки та визначає спосіб їх виправлення;
- пояснює взаємозв'язок між фізичною активністю, розвитком рухових якостей, працездатністю та безпекою;
- використовує інформацію з кількох запропонованих джерел для виконання завдання.

За навчальною діяльністю

- виконує типові рухові й навчально-тренувальні завдання впевнено та послідовно;
- добирає з-поміж запропонованих доцільний спосіб виконання вправи;
- застосовує технічні прийоми в змінених, але знайомих ігрових або естафетних умовах;
- аналізує результат і вносить необхідні корективи у виконання.

За рівнем самостійності

- працює переважно самостійно;
- звертається по допомогу лише в разі ускладнення;
- контролює техніку, темп, дистанцію та правила безпеки відповідно до завдання;
- здійснює просту самооцінку виконання та власного навчального поступу;
- активно співпрацює з партнерами під час групових і командних рухових завдань; самостійно визначає свою роль і виконує її.

За рівнем комунікації та взаємодії

- активно співпрацює з іншими учасниками;
- визначає власну роль у командному завданні;
- за потреби ініціює комунікацію;
- порівнює пропозиції та бере участь у пошуку спільного способу дії.

За частотою вияву вмінь

- виявляє предметні вміння постійно в типових ситуаціях.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12



КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

ДОСТАТНІЙ РІВЕНЬ

9

9 БАЛІВ

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА



За когнітивними процесами

- аналізує інформацію про рухову діяльність, техніку, правила і фізичну підготовленість із різних запропонованих джерел;
- установлює причинно-наслідкові зв'язки між технікою, тактикою, навантаженням, безпекою та результатом;
- порівнює можливі способи виконання рухового або ігрового завдання;
- формулює обґрунтовані висновки щодо якості власного виконання.



За навчальною діяльністю

- виконує типові та окремі частково-пошукові рухові завдання;
- самостійно обирає з-поміж запропонованих доцільну техніку або тактичний спосіб дії;
- поєднує вивчені рухові дії у складніші комбінації та застосовує їх у навчальній грі;
- аналізує помилки, коригує техніку та покращує результат.



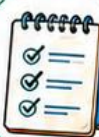
За рівнем самостійності

- самостійно планує виконання типового рухового завдання;
- контролює проміжні й кінцеві результати та дотримання правил безпеки;
- оцінює власне навантаження за доступними навчальними ознаками та рекомендаціями вчителя;
- відповідально ставиться до особистої й командної безпеки;
- активно співпрацює з партнерами під час типових і нетипових рухових та ігрових завдань, узгоджуючи власні дії з командою.



За рівнем комунікації та взаємодії

- активно долучається до командної взаємодії та може її ініціювати;
- аналізує дії й пропозиції партнерів;
- підтримує команду та розвиває запропоновані тактичні ідеї;
- аргументує власний спосіб дії та конструктивно реагує на зворотний зв'язок.



За частотою вияву вмінь

- виявляє предметні вміння постійно в типових ситуаціях.



1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

ВИСОКИЙ РІВЕНЬ

10

10 БАЛІВ

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

За когнітивними процесами

- узагальнює інформацію про техніку рухових дій, правила, тактику, фізичні якості та безпеку;
- аналізує взаємозв'язок між метою вправи, способом виконання, навантаженням і результатом;
- формулює обґрунтовані висновки щодо ефективності різних способів дії;
- пропонує альтернативні способи виконання рухового або командного завдання.

За навчальною діяльністю

- виконує складніші рухові, ігрові та окремі творчі завдання;
- самостійно добирає доцільну техніку або тактичний прийом із відомих способів;
- стабільно застосовує вивчені рухові дії у типових і окремих змінених ситуаціях;
- аналізує результат, коригує виконання та пропонує спосіб його вдосконалення.

За рівнем самостійності

- самостійно планує роботу та раціонально розподіляє зусилля в межах навчального завдання;
- аналізує власні рухові дії й навчальний поступ;
- оцінює ризики та дотримується правил безпеки без додаткових нагадувань;
- відповідально ставиться до інвентарю, партнерів і власної участі в занятті; долучається до організації командної роботи; активно співпрацює для досягнення спільного рухового або ігрового результату; аналізує власні дії та дії команди.

За рівнем комунікації та взаємодії

- ініціює конструктивну командну взаємодію;
- пропонує ідеї та аргументовано їх обстоює;
- допомагає узгоджувати дії партнерів для досягнення спільного результату;
- конструктивно реагує на думки інших і надає коректний зворотний зв'язок.

За частотою вияву вмінь

- виявляє предметні вміння системно в типових і нетипових ситуаціях.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

ВИСОКИЙ РІВЕНЬ

11

11 БАЛІВ

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

За когнітивними процесами

- оцінює інформацію про фізичну активність, техніку, тактику, безпеку та відновлення за наданими критеріями;
- аналізує переваги й обмеження різних способів виконання рухових завдань;
- порівнює власні результати з критеріями якості та визначає напрями вдосконалення;
- прогнозує можливі наслідки вибору техніки, темпу або тактичного рішення.

За навчальною діяльністю

- виконує складні рухові, навчально-тренувальні та творчі завдання;
- пропонує різні способи розв'язання рухової або ігрової ситуації та реалізує доцільний;
- самостійно складає нескладну послідовність вправ відповідно до навчальної мети;
- стабільно контролює техніку, аналізує результат і коригує виконання.

За рівнем самостійності

- самостійно визначає мету, етапи та критерії успішного виконання навчального завдання;
- аналізує й обґрунтовує власні рухові дії та способи самоконтролю;
- оцінює ризики, просторові умови й безпечність використання інвентарю;
- коригує спосіб виконання на основі результатів самооцінки та зворотного зв'язку; планує та організовує співпрацю в парі або команді під час рухових, ігрових чи навчально-тренувальних завдань; аналізує власний внесок і внесок партнерів у спільний результат.

За рівнем комунікації та взаємодії

- планує й організовує співпрацю в парі або команді;
- активно ініціює та підтримує комунікацію;
- оцінює власну роль і внесок партнерів у спільний результат;
- надає конструктивний зворотний зв'язок і сприяє дотриманню правил чесної гри.

За частотою вияву вмінь

- виявляє предметні вміння системно в типових і нетипових ситуаціях.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

ВИСОКИЙ РІВЕНЬ

12

12 БАЛІВ

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА

За когнітивними процесами

- самостійно й критично оцінює інформацію про фізичну активність, рухову підготовленість, техніку, тактику та безпеку;
- інтегрує знання про рух, фізичні якості, правила, самоконтроль і командну взаємодію для розв'язання нестандартних завдань;
- аналізує сильні й слабкі сторони різних способів дії та аргументує вибір оптимального;
- прогнозує результат і можливі ризики до початку виконання.

За навчальною діяльністю

- виконує складні, творчі та нестандартні рухові завдання результативно й технічно доцільно;
- самостійно добирає та комбінує вивчені рухові дії відповідно до мети й умов;
- пропонує кілька способів розв'язання ігрової або рухової ситуації та аргументує вибір;
- оцінює результат, коригує техніку або тактику й демонструє стійкий навчальний поступ.

За рівнем самостійності

- повністю самостійно планує, організовує, виконує й оцінює навчальну рухову діяльність;
- оцінює ризики, прогнозує наслідки та обирає безпечний спосіб дії;
- здійснює усвідомлений самоконтроль і коригує стратегію відповідно до умов та результатів;
- визначає напрями подальшого розвитку власної рухової компетентності;
- усвідомлено діє в нестандартних рухових та ігрових ситуаціях самостійно, у парі й команді; ініціює, планує та організовує співпрацю; оцінює власний внесок і діяльність команди для досягнення спільного результату.

За рівнем комунікації та взаємодії

- ініціює, планує та організовує співпрацю для досягнення спільної мети;
- узгоджує різні позиції й підтримує поважну, безпечну та чесну взаємодію;
- формує послідовне обґрунтування тактичних або організаційних рішень;
- надає конструктивний зворотний зв'язок та оцінює власний внесок і діяльність команди.

За частотою вияву вмінь

- виявляє предметні вміння системно, усвідомлено й результативно в типових і нетипових ситуаціях.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12