Приложение 21

к приказу Министра образования

и науки Республики Казахстан

от « » \_\_\_\_\_\_\_\_ 2016 года №\_\_\_\_

Приложение 212

к приказу Министра образования

и науки Республики Казахстан

от 3 апреля 2013 года № 115

**Типовая учебная программа**

**по учебному предмету «Физическая культура»**

**для 5-9 классов уровня основного среднего образования**

**по обновленному содержанию**

**Глава 1. Общее положения**

1. Учебная программа разработана в соответствии с Государственным общеобязательным стандартом среднего образования (начальное, основное среднее, общее среднее образование), утвержденным постановлением Правительства Республики Казахстан от 23 августа 2012 года № 1080.
2. Целью физической культуры является развитие всех систем организма, совершенствование свойственных каждому ученику физических качеств и связанных с ними способностей. Физическая культура играет большую роль в воспитании личности. Она способствует физическому развитию обучающихся, а также развитию социальных, личностных и духовных качеств. В контексте школьного образования физическая культура также направлена на пропаганду здорового образа жизни среди обучающихся.
3. Целью учебного предмета «Физическая культура» является повышение мотивации обучающихся к укреплению физического и психического здоровья с учётом возрастных и индивидуальных особенностей, приобретение обучающимися спортивно-специфических двигательных навыков и развитие физических способностей.
4. Учебная программа нацелена на:

1) формирование знаний по истории развития физической культуры и спорта;

2) совершенствование основных физических качеств, развитие спортивно-специфических умений и навыков;

3) развитие коммуникативных навыков, в частности, способности использовать информацию из различных источников, четко представлять ее в соответствующей форме;

4) развитие мыслительных и исследовательских навыков;

5) формирование морально-волевых качеств.

1. В процессе изучения предмета «Физическая культура», обучающиеся:
2. применяют приобретённые предметные знания, умения и навыки в повседневной жизни; оценивают необходимость в улучшении двигательных компетенций в своём физическом развитии;
3. развивают личные нравственные качества и осознают необходимость честной игры и непрерывного саморазвития;
4. понимают важность и необходимость соблюдения правил личной гигиены;
5. знают о влиянии физических упражнений на физическую и энергетическую систему человека;
6. оценивают физическое состояние как свое, так и других;
7. развивают навыки критического и творческого мышления, навыки разрешения проблем и коммуникативные навыки.

Глава 2. Организация содержания учебного предмета

«Физическая культура»

6. Объем учебной нагрузки по учебному предмету «Физическая культура» составляет:

1) в 5 классе – 3 часа в неделю, 102 часа в учебном году;

2) в 6 классе – 3 часа в неделю, 102 часа в учебном году;

3) в 7 классе – 3 часа в неделю, 102 час в учебном году;

4) в 8 классе – 3 часа в неделю, 102 часа в учебном году;

5) в 9 классе – 3 часа в неделю, 102 часа в учебном году.

7. Содержание учебной программы по учебному предмету «Физическая культура» организовано по разделам обучения. Разделы далее разбиты на подразделы, содержание которых представлено в виде учебных целей для определенного класса.

1. Цели обучения организованы последовательно внутри каждого подраздела, что позволяет учителям планировать свою работу, оценивать достижения обучающихся и информировать их о следующих этапах обучения.
2. Содержание учебного предмета включает 3 раздела:
3. Двигательная деятельность;
4. Творческие способности и критическое мышление через двигательные навыки;
5. Здоровье и здоровый образ жизни.

10. Раздел «Двигательная деятельность» включает:

1) развитие точности, контроля и маневренности при выполнении различных спортивно-специфических двигательных действий;

2) создание и применение комбинации движений и их последовательности в различных видах физических упражнений;

3) комбинирование навыков и последовательности движений при выполнении спортивно - специфических техник;

4) оценивание собственных умений и умений других для улучшения выполнения двигательных действий;

5) применение и оценивание тактики, стратегии и структурных идей в ряде физических упражнений;

6) развитие навыков преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью.

11. Раздел «Творческие способности и критическое мышление через двигательные навыки» включает:

1) адаптацию приобретенных знаний, связанных с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства;

2) развитие и применение лидерских навыков и навыков работы в команде;

3) демонстрацию ряда навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды;

4) оценивание правил и структурных приемов для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений;

5) критическое оценивание собственных творческих способностей и способностей других, альтернативные решения;

6) знание правил соревновательной деятельности и правил судейства;

7) демонстрация поведения, отражающего честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований;

8) исполнение ролей, обусловленных различными контекстами движений, и осознание их различий.

12. Раздел «Здоровье и здоровый образ жизни» включает:

1) формирование знаний о личном здоровье и здоровом образе жизни;

2) разработку и проведение подходящих для видов деятельности разминок и техник восстановления;

3) изучение и испытание на практике упражнений различной физической нагрузки, их влияния и связи с энергетической системой организма;

4) разработка и применение стратегий управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья;

5) применение знаний и навыков для обогащения опыта физических упражнений других людей.

**Глава 3. Система целей обучения**

13. Система целей обучения расписаны по разделам для каждого класса.

14. Цели обучения в программе представлены кодировкой. В коде первое число обозначает класс, второе и третье числа – подраздел программы, четвертое число показывает нумерацию учебной цели. Например, в кодировке 6.2.1.4. «6» - класс, «2.1» - подраздел, «4» - нумерация учебной цели.

15. 1) Двигательная деятельность

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Обучающиеся должны: | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Подраздел | | 5 класс | | | 6 класс | | | | 7 класс | | | 8 класс | | | 9 класс | |
| 1.1  Развивать точность, контроль и маневрен-ность при выполне-нии различных спортивно-специфи-ческих двигатель-ных действий | | 5.1.1.1  знать и понимать двигатель-ные навыки для развития точности, контроля и маневрен-ности в небольшом диапазоне спортивно – специфичес-ких двигатель-ных действий | | | 6.1.1.1  применять двигатель-ные навыки для развития точности, контроля и маневрен-ости в небольшом диапазоне спортивно – специфичес-ких двигатель-ных действий | | | | 7.1.1.1  совершенст-вовать двигатель-ные навыки для развития точности, контроля и маневрен-ности в широком диапазоне спортивно – специфичес-ких двигатель-ных действий | | | 8.1.1.1  демонстри-ровать двигатель-ные навыки для развития точности, контроля и маневрен-ности в диапазоне спортивно – специфи-ческих двигатель-ных действий | | | 9.1.1.1 сопоставлять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в большом диапазоне спортивно - специфических двигательных действий | |
| 1.2  создавать и применять комбина-ции движений и их последова-тельность в различных видах физических упражне-ний | | 5.1.2.2  знать и уметь выполнять комбинации движений и их последова-тельность в некоторых упражнениях | | | 6.1.2.2  уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последова-тельность в некоторых упражнениях | | | | 7.1.2.2  совершенст-вовать и обобщать комбинации движений и их последова-тельность при выполнении  различных физических упражнений | | | 8.1.2.2  объяснять и демонстри-ровать комбинации движений и их последова-тельность в широком диапазоне | | | 9.1.2.2  обосновывать и применять комбинации движений и их последователь-ность в широком диапазоне упражнений на достаточном техническом уровне | |
| 1.3  комбини-ровать навыки и последова-тельность движений при выполне-нии спортивно - специфических техник | | 5.1.3.3  знать и определять навыки и последова-тельность движений при выполнении простых спортивно – специфичес-ких техник | | | 6.1.3.3  уметь выбирать навыки и последова-тельность движений при выполнении спортивно – специфичес-ких техник | | | | 7.1.3.3  совершенст-вовать и обобщать навыки и последова-тельность движений при выполнении спортивно-специфичес-ких техник | | | 8.1.3.3  объяснять и демонстри-ровать навыки и последова-тельность движений при выполнении спортивно – специфиче-ских техник | | | 9.1.3.3  комбинировать навыки и последователь-ность движений при выполнении спортивно - специфических техник | |
| 1.4  оценивать собствен-ные умения и умения других для улучшения выполне-ния двигатель-ных действий | | 5.1.4.4  знать и определять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигатель-ных действий | | | 6.1.4.4  понимать и объяснять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигатель-ных действий | | | | 7.1.4.4  уметь улучшать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигатель-ных действий | | | 8.1.4.4  сопостав-лять собствен-ные умения и умения других для улучшения выполнения двигатель-ных действий | | | 9.1.4.4  оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий | |
| 1.5 применять и оценивать тактики, стратегии и структур-ные идеи в ряде физических упражне-ний | | 5.1.5.5  знать и описывать тактики, стратегии и структурные идеи в небольшом диапазоне физических упражнений | | | 6.1.5.5  понимать и применять тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений | | | | 7.1.5.5  уметь создавать и оценивать простые тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений | | | 8.1.5.5  определять и оценивать тактики, стратегии и композици-онные идеи в широком диапазоне физических упражнений | | | 9.1.5.5  создавать, анализировать, сравнивать и сопоставлять различные тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений | |
| 1.6 развивать навыки преодоления трудностей и реагирова-ния на риски, связанные с двигатель-ной активностью | | 5.1.6.6  знать и определять простые навыки преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательнойактивностью | | | 6.1.6.6  понимать и уметь применять навыки преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательнойактивностью. | | | | 7.1.6.6  знать и предотвра-щать риски во время эксперимен-тирования при выполнении различной двигательной активности | | | 8.1.6.6  уметь улучшать навыки преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательнойактивностью | | | 9.1.6.6  оценивать навыки преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательнойактивностью | |
| 2) творческие способности и критическое мышление через двигательные навыки: | | | | | | | | | | | | | | | |
| Обучающиеся должны: | | | | | | | | | | | | | | | |
| Подраздел | | 5- класс | | | 6 класс | | 7 класс | | | 8 класс | | | 9 класс | | |
| 2.1  адаптиро-вать приобретен-ные знания, связанные с движением, для реагирова-ния на изменяющиеся обстоя-тельства | | 5.2.1.1  знать и понимать приобретен-ные знания, связанные с движением, для реагирова-ния на изменяющиеся обстоя-тельства | | | 6.2.1.1  опреде-лять и применять приобретенные знания, связанные с движе-нием, для реагирова-ния на изменя-ющиеся обстоятельства | | 7.2.1.1  совершенст-вовать приобретен-ные знания, связанные с движением, для реагирова-ния на изменяющиеся обстоя-тельства | | | 8.2.1.1  демонстри-ровать приобретен-ные знания, связанные с движением, для реагирова-ния на изменяющиеся обстоятель-ства | | | 9.2.1.1  оценивать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства | | |
| 2.2 развивать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде | | 5.2.2.2  понимать лидерские навыки и навыки работы в команде | | | 6.2.2.2  опреде-  лить и использо-вать лидерские навыки и навыки работы в команде | | 7.2.2.2  уметь обсуждать и демонстри-ровать лидерские навыки и навыки работы в команде | | | 8.2.2.2  демонстри-ровать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде | | | 9.2.2.2  оценивать лидерские навыки и навыки работы в команде | | |
| 2.3 демонстри-ровать ряд навыков совместной и эффектив-ной работы по созданию благоприят-ной учебной среды | | 5.2.3.3  понимать и определять ряд навыков совместной и эффектив-ной работы по созданию благоприят-ной учебной среды | | | 6.2.3.3  определять и использо-вать ряд навыков совместной и эффектив-ной работы по созданию благоприят-ной учебной среды | | 7.2.3.3  уметь обсуждать и демонстриро-вать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприят-ной учебной среды | | | 8.2.3.3  применять и демонстри-ровать ряд навыков совместной и эффектив-ной работы по созданию благоприят-ной учебной среды | | | 9.2.3.3  оценивать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды | | |
| 2.4  оценивать правила и структурные приемы для оптимиза-ции деятельнос-ти и разработки альтернатив в рамках физических упражнений | | 5.2.4.4  знать и понимать правила и структурные приемы для оптимиза-ции деятельнос-ти и разработки альтернатив в рамках физических упражнений | | | 6.2.4.4  понимать и применять правила и структур-ные приемы для оптимиза-ции деятель-ности и разработки альтерна-тив в рамках физичес-ких упражне-ний | | 7.2.4.4  демонстри-ровать правила и структурные приемы для оптимиза-ции деятельнос-ти и разработки альтернатив в рамках физических упражнений | | | 8.2.4.4  использо-вать и уметь обсуждать правила и структурные приемы для оптимиза-ции деятельнос-ти и разработки альтернатив в рамках физических упражнений | | | 9.2.4.4  оценивать и сопоставлять правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений | | |
| 2.5 Критически оценивать собственные творческие способности и способ-ности других, а также предлагать альтернативные решения | | 5.2.5.5  знать и понимать собственные творческие способности и способ-ности других, а также предлагать простые альтернативные решения | | | 6.2.5.5  понимать и применять собствен-ные творческие способнос-ти и способнос-ти других, а также предлагать альтерна-тивные решения | | 7.2.5.5  использо-вать собственные творческие способности и способ-ности других, а также предлагать альтернативные решения | | | 8.2.5.5  демонстри-ровать и сравнивать собственные творческие способности и способ-ности других, а также предлагать альтернативные решения | | | 9.2.5.5  оценивать и анализировать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения | | |
| 2.6  знать правила соревнова-тельной деятельнос-ти и правила судейства | | 5.2.6.6  знать правила соревнова-тельной деятельнос-ти и правила судейства | | | 6.2.6.6  понимать правила соревнова-тельной деятельности и правила судейства | | 7.2.6.6  применять правила соревнова-тельной деятельнос-ти и правила судейства | | | 8.2.6.6  демонстри-ровать и сравнивать правила соревнова-тельной деятельнос-ти и правила судейства | | | 9.2.6.6  оценивать и анализировать правила соревновательной деятельности и правила судейства | | |
| 2.7  демонстри-ровать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудниче-ство во время соревнова-ний | | 5.2.7.7  знать и объяснять поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудниче-ство во время соревнова-ний | | | 6.2.7.7  понимать и применять поведение, отража-ющее честную игру, патрио-тизм, сотрудни-чество во время соревнова-ний | | 7.2.7.7  обсуждать и адаптиро-вать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудниче-ство во время соревнова-ний | | | 8.2.7.7  оценивать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудниче-ство во время соревнова-ний | | | 9.2.7.7  анализировать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований | | |
| 2.8 исполнять роли, обусловлен-ые различными контекстами движений, и осознавать их различия | | 5.2.8.8  определять роли, обусловлен-ные различными контекстами движений | | | 6.2.8.8  осознавать и объяснять роли и их различия, обусловленные различны-ми контекста-ми движений | | 7.2.8.8  применять роли, обусловлен-ные различными контекстами движений, и осознавать их различия | | | 8.2.8.8  демонстри-ровать и сравнивать роли и их различия, обусловлен-ные различными контекстами движений | | | 9.2.8.8  оценивать и адаптировать различные роли, обусловленные контекстами движений | | |
| 3) здоровье и здоровый образ жизни: | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Обучающиеся должны: | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Подраздел | | | | | 5- класс | | | 6 класс | | | 7 класс | | | 8 класс | | | 9 класс |
| 3.1. Формировать знания о личном здоровье и здоровом образе жизни | | | | | 5.3.1.1  знать и понимать важность здоровьесбережения | | | 6.3.1.1  уметь определять риски по отношению к собственному здоровью | | | 7.3.1.1  понимать и объяс-нять влия-ние здоро-вого обра-за жизни по отноше-нию к собствен-ному здоровью | | | 8.3.1.1  демонстри-ровать на собствен-ном примере влияние здорового образа жизни на здоровье | | | 9.3.1.1  демонстри-ровать на собственном примере влияние здорового образа жизни на здоровье |
| 3.2  разрабатывать и проводить подходящие для видов деятельности разминки и техники восстановления | | | | | 5.3.2.2  знать и понимать ключевые компоненты разминки в рамках подготовки к физическим занятиям и техники восстановления | | | 6.3.2.2  объяснять влияние на организм ключевых компонентов разминки и техники восстановле-ния и воспроизво-дить их | | | 7.3.2.2  проводить общую разминку перед физичес-кими занятиями и демонс-трировать компонен-ты техники восстанов-ления организма | | | 8.3.2.2  составлять и демонстри-ровать комплексы упражнений для разминки и восстановления, осознавая их важность | | | 9.3.2.2  разрабаты-вать, объяснять и проводить разминки для конкретных физических занятий, оценивать эффектив-ность восстановле-ния организма |
| 3.3  изучать и испытывать на практике упражнения различной физической нагрузки, их влияние и связь с энергетической системой организма | | | | | 5.3.3.3  определять различия между упражнениями различной физической нагрузки и их влияние на энергетичес-кую систему организма по внешним признакам | | | 6.3.3.3  предлагать и демонстриро-вать упражнения с различной физической нагрузкой и их влияние на энергетичес-кую систему организма по внешним признакам | | | 7.3.3.3  понимать требова-ния к физичес-кой подго-товке орга-низма при выполне-нии упражне-ний различных физичес-ких нагру-зок и их влияние на энергетическую сис-тему орга-низма по внешним и внутрен-им признакам | | | 8.3.3.3  объяснять деятель-ность энергетической системы при выполнении упражнений различных физических нагрузок и знать её действие на организм | | | 9.3.3.3  объяснять и описывать деятельность энергетичес-кой системы и её связь с упражнениями различной физической нагрузки |
| 3.4  разрабатывать и применять стратегии управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья | | | | | 5.3.4.4  быть осведомлен-ным в вопросах техники безопаснос-ти при выполнении физических упражнений, направлен-ных на укрепление здоровья | | | 6.3.4.4  понимать спортивно-специфичес-кую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья | | | 7.3.4.4  определять потенци-альную опасность и риски в различных контекстах физичес-ких упраж-неий, направлен-ных на ук-репление здоровья | | | 8.3.4.4  понимать сложные вопросы техники безопаснос-ти, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью | | | 9.3.4.4  понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья, техники безопасности, а также способы снижения потенциаль-ных угроз здоровью |
| 3.5  применять знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей | | | | | 5.3.5.5  знать и воспроизво-дить навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей | | | 6.3.5.5  применять, знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей | | | 7.3.5.5  опреде-лять знания и навыки для обогаще-ния опыта физичес-ких упражне-ний других людей | | | 8.3.5.5  демонстри-ровать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей | | | 9.3.5.5  оценивать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей |

16. Настоящая учебная программа реализуется в соответствии с Долгосрочным планом к Типовой учебной программе по учебному предмету «Физическая культура» для 5-9 классов уровня основного среднего образования по обновленному содержанию согласно приложению.

Приложение

к Типовой учебной программе

по учебному предмету «Физическая культура»

для 5-9 классов уровня основного

среднего образования по

обновленному содержанию

# Долгосрочный план

**по реализации Типовой учебной программы**

**по учебному предмету «Физическая культура»**

**для 5-9 классов уровня основного среднего образования**

**по обновленному содержанию**

1. 5 класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Разделы долгосроч-ного плана | Тема/ Содержание долгосрочного плана | Цели обучения. Обучающиеся должны: |
| 1-я четверть | | |
| Раздел 1. Обучение навыкам бега, прыжков и метаний | Техника безопасности. Изучение техники бега на короткие дистанции | 5.3.4.4 - быть осведомленными в вопросах техники безопасности при выполнении физических упражнений, направленных на укрепление здоровья |
| Изучение техники бега на средние и длинные дистанции | 5.3.3.3 - определять различия между упражнениями различной физической нагрузки и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам; |
| 5.3.2.2 - знать и понимать ключевые компоненты разминки в рамках подготовки к физическим занятиям и техники восстановления |
| Изучение техники прыжков в длину с места и с разбега | 5.1.2.2 - знать и уметь выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях |
| Техника бросков и метаний различных снарядов в цель и на дальность | 5.1.1.1 - знать и понимать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно - специфических двигательных действий |
| Командная работа в эстафетах | 5.3.5.5 - знать и воспроизводить навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей |
| Раздел 2. Модифи-цированые командные игры | Изучение технических приёмов в играх | 5.1.1.1 - знать и понимать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно - специфических двигательных действий; |
| 5.1.3.3 - знать и определять навыки и последовательность движений при выполнении простых спортивно - специфических техник; |
| 5.2.4.4 - знать и понимать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений |
| Изучение основных тактических приёмов | 5.1.2.2 - знать и уметь выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях; |
| 5.1.5.5 - знать и описывать тактики, стратегии и структурные идеи в небольшом диапазоне физических упражнений |
| Воспитание лидерских навыков в играх | 5.2.2.2 - понимать лидерские навыки и навыки работы в команде; |
| 5.2.1.1 - знать и понимать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства |
| 2-я четверть | | |
| Раздел 3. Укрепле-  ние организма через гимнастику | Техника безопасности. Основы составления комплексов общеразвивающих упражнений | 5.3.4.4 - быть осведомленным в вопросах техники безопасности при выполнении физических упражнений, направленных на укрепление здоровья; |
| 5.3.2.2 - знать и понимать ключевые компоненты разминки в рамках подготовки к физическим занятиям и техники восстановления |
| Выполнение акробатических упражнений | 5.1.2.2 - знать и уметь выполнять комбинации движе-ний и их последовательность в некоторых упражнениях |
| Обучение технике гимнастических упражнений на снарядах | 5.1.5.5 - знать и описывать тактики, стратегии и струк-турные идеи в небольшом диапазоне физических упражнений; |
| 5.1.4.4 - знать и определять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий |
| Основы составления гимнастических композиций | 5.2.2.2 - понимать лидерские навыки и навыки работы в команде; |
| 5.2.5.5 - знать и понимать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать простые альтернативные решения |
| Раздел 4. Казахские националь-ные и интеллек-туальные игры | Казахские национальные игры | 5.2.7.7 - знать и объяснять поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований; |
| 5.2.3.3 - понимать и определять ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; |
| 5.3.5.5 - знать и воспроизводить навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей |
| Изучение ряда стратегий и тактик в рамках национальной игры | 5.2.6.6 - знать правила соревновательной деятельности и правила судейства; |
| 5.2.5.5 - знать и понимать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать простые альтернативные решения |
| 3-я четверть | | |
| Раздел 5. Лыжная/  кроссовая/коньковая подготовка | Техника безопаснос-ти. Обзор техники разминки и восстановления для подходящих видов деятельности. | 5.3.4.4 - быть осведомленным в вопросах техники безопасности при выполнении физических упражнений, направленных на укрепление здоровья; |
| 5.3.2.2 - знать и понимать ключевые компоненты разминки в рамках подготовки к физическим занятиям и техники восстановления |
| Обучение элементам техники передвижения | 5.3.1.1 - знать и понимать важность здоровьесбережения; |
| 5.1.4.4 - знать и определять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий |
| Основы тактики прохождения дистанции | 5.1.3.3 - знать и определять навыки и последовательность движений при выполнении простых спортивно - специфических техник. |
| 5.3.3.3 - определять различия между упражнениями различной физической нагрузки и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам |
| Раздел 6. Занима-тельные игры на взаимо-  действие | Взаимодействие и лидерство в играх | 5.3.4.4 - быть осведомленным в вопросах техники безопасности при выполнении физических упражнений, направленных на укрепление здоровья; |
| 5.2.2.2 - понимать лидерские навыки и навыки работы в команде |
| Обучение основным навыкам решения проблем посредством игр | 5.2.8.8 - определять роли, обусловленные различными контекстами движений; |
| 5.1.4.4 - знать и определять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий |
| Творческие способности для создания занимательных игр | 5.2.3.3 - понимать и определять ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; |
| 5.2.5.5 - знать и понимать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать простые альтернативные решения |
| Создание занимательных игр | 5.2.1.1 - знать и понимать приобретенные знания, связанные с движением. для реагирования на изменяющиеся обстоятельства; |
| 5.2.6.6 - знать правила соревновательной деятельности и правила судейства |
| 4-я четверть | | |
| Раздел 7. Обучение навыкам и пониманию в играх-вторже-ниях | Техника безопасности. Владение мячом в игровых ситуациях | 5.3.4.4 - быть осведомленным в вопросах техники безопасности при выполнении физических упражнений, направленных на укрепление здоровья |
| Обучение навыкам ориентирования в игровом пространстве | 5.1.2.2 - знать и уметь выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях; |
| 5.2.4.4 - знать и понимать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений |
| Индивидуальные, командные действия в играх | 5.1.5.5 - знать и описывать тактики, стратегии и структурные идеи в небольшом диапазоне физических упражнений |
| Составление игр на развитие навыков стратегии | 5.2.8.8 - определять роли, обусловленные различными контекстами движений |
| 5.1.6.6 - знать и определять простые навыки преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью |
| Раздел 8. Обзор и развитие легко-атлетичес-ких навыков | Развитие навыков лёгкой атлетики через игры | 5.3.4.4 - быть осведомленным в вопросах техники безопасности при выполнении физических упражнений, направленных на укрепление здоровья; |
| 5.2.5.5 - знать и понимать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать простые альтернативные решения |
| Разминка и средства восстановления | 5.3.3.3 - определять различия между упражнениями различной физической нагрузки и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам; |
| 5.1.3.3 - знать и определять навыки и последовательность движений при выполнении простых спортивно - специфических техник |
| Укрепление здоровья через двигательную активность | 5.3.1.1 - знать и понимать важность здоровьесбережения |

1. 6 класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Разделы долгосроч-ного плана | Тема/ Содержание долгосрочного плана | Цели обучения. Обучающиеся должны: |
| 1-я четверть | | |
| Раздел 1. Развитие навыков бега, прыжков и метания | Техника безопасности. Реакция организма на различные физические нагрузки | 6.3.4.4 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья |
| Последовательностьв беге и прыжках | 6.3.3.3 - предлагать и демонстрировать упражнения с различной физической нагрузкой и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам; |
| 6.3.2.2 - объяснять влияние на организм ключевых компонентов разминки и техники восстановления и воспроизводить их |
| Броски и метания различных снарядов | 6.1.2.2 - уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях |
| 6.1.1.1 - применять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно - специфических двигательных действий |
| Командная работа в эстафетах | 6.3.5.5 - применять знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей |
| Раздел 2. Командные спортив-ные игры | Развитие навыков техники игры | 6.1.1.1 - применять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно - специфических двигательных действий; |
| 6.1.3.3 - уметь выбирать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно - специфических техник; |
| 6.2.4.4 - понимать и применять правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений |
| Использование тактических действий в спортивных играх | 6.1.2.2 - уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях; |
| 6.1.5.5 - понимать и применять тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений |
| Развитие лидерских навыков работы в команде | 6.2.2.2 - определять и использовать лидерские навыки и навыки работы в команде; |
| 6.2.1.1 - определять и применять приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства |
| 2-я четверть | | |
| Раздел 3. Укрепле-ние организма через гимнастику | Техника безопасности.  Элементы строевых упражнений. | 6.3.4.4 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья |
| Выполнение акробатических упражнений и комбинаций | 6.3.2.2 - объяснять влияние на организм ключевых компонентов разминки и техники восстановления и воспроизводить их; |
| 6.1.2.2 - уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях |
| Самоконтроль при выполнении упражнений на снарядах | 6.1.5.5 - понимать и применять тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений; |
| 6.1.4.4 - понимать и объяснять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий |
| Групповые композиции | 6.2.2.2 - определять и использовать лидерские навыки и навыки работы в команде; |
| 6.2.5.5 - понимать и применять собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения |
| Раздел 4. Казахские национальные и интел-лектуаль-ные игры | Казахские национальные игры | 6.2.7.7 - понимать и применять поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований; |
| 6.2.3.3 - определять и использовать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; |
| 6.3.5.5 - применять знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей |
| Изучение ряда стратегий и тактик в рамках национальной игры | 6.2.6.6 - понимать правила соревновательной деятельности и правила судейства; |
| 6.2.5.5 - понимать и применять собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения |
| 3-я четверть | | |
| Раздел 5. Лыжная/  кроссовая/  коньковая подготовка | Техника безопасности.  Развитие специфических двигательных способностей | 6.3.4.4 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья; |
| 6.3.2.2 - объяснять влияние на организм ключевых компонентов разминки и техники восстановления и воспроизводить их |
| Упражнения на развитие силы и выносливости | 6.3.1.1 - уметь определять риски по отношению к собственному здоровью; |
| 6.1.4.4 - понимать и объяснять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий |
| Творческие задания на прохождение дистанции | 6.1.3.3 - уметь выбирать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно - специфических техник; |
| 6.3.3.3 - предлагать и демонстрировать упражнения с различной физической нагрузкой и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам |
| Раздел 6. Приклю-ченческие игры | Развитие навыков сотрудничества | 6.3.4.4 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья; |
| 6.2.2.2 - определять и использовать лидерские навыки и навыки работы в команде |
| Решение проблем посредством игр | 6.2.8.8 - осознавать и объяснять роли и их различия, обусловленные различными контекстами движений; |
| 6.1.4.4 - понимать и объяснять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий |
| Развитие критического мышления через приключенческие игры | 6.2.3.3 - определять и использовать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; |
| 6.2.5.5 - понимать и применять собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения |
| «Честная игра» и сотрудничество | 6.2.1.1 - определять и применять приобретенные знания, связанные с движением. для реагирования на изменяющиеся обстоятельства; |
| 6.2.6.6 - понимать правила соревновательной деятельности и правила судейства |
| 4-я четверть | | |
| Раздел 7. Улучшение навыков посредст-вом игр | Техника безопасности.  Развитие основных элементов техники владения мячом | 6.3.4.4 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья; |
| 6.1.1.1 - применять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно - специфических двигательных действий |
| Навыки ориентирования в игровом пространстве | 6.1.2.2 - уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях; |
| 6.2.4.4 - понимать и применять правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений |
| Основы тактических действий | 6.1.5.5 - понимать и применять тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений |
| Обзор и демонстрация собственных игр | 6.2.8.8 - осознавать и объяснять роли и их различия, обусловленные различными контекстами движений; |
| 6.1.6.6 - понимать и уметь применять навыки преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью |
| Раздел 8. Улучшение навыков бега, прыжков и метания | Развитие адаптационных способностей организма | 6.3.4.4 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья; |
| 6.2.5.5 - понимать и применять собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения |
| Элементы динамической разминки | 6.3.3.3 - предлагать и демонстрировать упражнения с различной физической нагрузкой и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам; |
| 6.1.3.3 - уметь выбирать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно - специфических техник |
| Укрепление здоровья через двигательную активность | 6.3.1.1 - уметь определять риски по отношению к собственному здоровью |

1. 7 класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Разделы долгосроч-ного плана | Тема/ Содержание долгосрочного плана | Цели обучения. Обучающиеся должны: |
| 1-я четверть | | |
| Раздел 1. Развитие и улучшение навыков бега, прыжков и метания | Техника безопаснос-ти. Бег на короткие дистанции | 7.3.4.4 - определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической упражнений, направленных на укрепление здоровья |
| Бег на средние и длинные дистанции | 7.3.3.3 - понимать требования к физической подготовке организма при выполнении упражнений различных физических нагрузок и их влияние на энергетическую систему организма по внешним и внутренним признакам; |
| 7.3.2.2 - проводить общую разминку перед физическими занятиями и демонстрировать компоненты техники восстановления организма |
| Прыжки и их разновидности | 7.1.2.2 - совершенствовать и обобщать комбинации движений и их последовательность при выполнени различных физических упражнений |
| Броски и метание различных снарядов | 7.1.1.1 - совершенствовать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в широком диапазоне спортивно - специфических двигательных действий |
| Модификации эстафетного бега | 7.3.5.5 - определять знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей |
| Раздел 2. Взаимо-действие через командные спортив-ные игры | Улучшение техники игры | 7.1.1.1 - совершенствовать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в широком диапазоне спортивно - специфических двигательных действий; |
| 7.1.3.3 - совершенствовать и обобщать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник |
| 7.2.4.4 - демонстрировать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений |
| Тактика и тактические действия в спортивных играх | 7.1.2.2 - совершенствовать и обобщать комбинации движений и их последовательность при выполнени различных физических упражнений; |
| 7.1.5.5 - уметь создавать и оценивать простые тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений |
| Лидерские навыки и навыки работы в команде | 7.2.2.2 - уметь обсуждать и демонстрировать лидерские навыки и навыки работы в команде; |
| 7.2.1.1 - совершенствовать приобретенные знания, связанные с движением. для реагирования на изменяющиеся обстоятельства |
| 2-я четверть | | |
| Раздел 3. Когнитив-  ные навыки и навыки по управле-нию телом посредст-вом гимнасти-  ки | Техника безопасности. Изучение строевых упражнений | 7.3.4.4 - определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической упражнений, направленных на укрепление здоровья |
| Комплексы акробатических элементов | 7.3.2.2 - проводить общую разминку перед физическими занятиями и демонстрировать компоненты техники восстановления организма; |
| 7.1.2.2 - совершенствовать и обобщать комбинации движений и их последовательность при выполнени различных физических упражнений |
| Разновидности упражнений на гимнастических снарядах | 7.1.5.5 - уметь создавать и оценивать простые тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений; |
| 7.1.4.4 - уметь улучшать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий |
| Процесс создания выступления и оценка в группах | 7.2.2.2 - уметь обсуждать и демонстрировать лидерские навыки и навыки работы в команде; |
| 7.2.5.5 - использовать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения |
| Раздел 4. Нацио-нальные и интел-лектуаль-ные игры | Казахские национальные игры | 7.2.7.7 - обсуждать и адаптировать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований; |
| 7.2.3.3 - уметь обсуждать и демонстрировать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; |
| 7.3.5.5 - определять знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей |
| Интеллектуальные игры | 7.2.6.6 - применять правила соревновательной деятельности и правила судейства; |
| 7.2.5.5 - использовать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения |
| 3-я четверть | | |
| Раздел 5. Лыжная/ кроссовая/коньковая подготовка | Техника безопасности. Разминки и техники восстановления для подходящих видов деятельности | 7.3.4.4 - определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической упражнений, направленных на укрепление здоровья; |
| 7.3.2.2 - проводить общую разминку перед физическими занятиями и демонстрировать компоненты техники восстановления организма |
| Двигательные действия на улучшение силы и выносливости | 7.3.1.1 - понимать и объяснять влияние здорового образа жизни по отношению к собственному здоровью; |
| 7.1.4.4 - уметь улучшать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий |
| Специально-специфические упражнения для преодоления препятствий | 7.1.3.3 - совершенствовать и обобщать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник; |
| 7.3.3.3 - понимать требования к физической подготовке организма при выполнении упражнений различных физических нагрузок и их влияние на энергетическую систему организма по внешним и внутренним признакам |
| Раздел 6. Приклю-ченческие и командно-образу-  ющие игры | Командная деятельность и лидерство в играх | 7.3.4.4 - определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической упражнений, направленных на укрепление здоровья; |
| 7.2.2.2 - уметь обсуждать и демонстрировать лидерские навыки и навыки работы в команде |
| Совершенствование навыков решения проблем посредством игр | 7.2.8.8 - применять роли, обусловленные различными контекстами движений, и осознавать их различия; |
| 7.1.4.4 - уметь улучшать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий |
| Создание альтернативных игровых ситуаций | 7.2.3.3 - уметь обсуждать и демонстрировать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; |
| 7.2.5.5 - использовать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения |
| Создание в группах игр-приключений | 7.2.1.1- совершенствовать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства; |
| 7.2.6.6 - применять правила соревновательной деятельности и правила судейства |
| 4-я четверть | | |
| Раздел 7. Развитие навыков и понимания в играх-вторже-ниях | Техника безопасности. Техника выполнения обработки мяча в игровых ситуациях | 7.3.4.4 - определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической упражнений, направленных на укрепление здоровья; |
| 7.1.1.1 - совершенствовать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в широком диапазоне спортивно - специфических двигательных действий |
| Развитие навыков ориентирования в пространстве и передачи мяча | 7.1.2.2 - совершенствовать и обобщать комбинации движений и их последовательность при выполнени различных физических упражнений; |
| 7.2.4.4 - демонстрировать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений |
| Тактические действия: индивидуальные, групповые, командные | 7.1.5.5 - уметь создавать и оценивать простые тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений |
| Разработка и проведение собственных игр-вторжений | 7.2.8.8 - применять роли, обусловленные различными контекстами движений, и осознавать их различия; |
| 7.1.6.6 - знать и предотвращать риски во время экспериментирования при выполнении различной двигательной активности |
| Раздел 8. Активный образ жизни через лёгкую атлетику | Оздоровительный бег | 7.3.4.4 - определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической упражнений, направленных на укрепление здоровья |
| Игры с мгновенной ответной реакцией на сигналы | 7.2.5.5 - использовать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения |
| Разминка и средства восстановления | 7.3.3.3 - понимать требования к физической подготовке организма при выполнении упражнений различных физических нагрузок и их влияние на энергетическую систему организма по внешним и внутренним признакам |
| Совершенствование движений при выполнении спортивно- специфических техник | 7.1.3.3 - совершенствовать и обобщать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник |
| Укрепление здоровья через двигательную активность | 7.3.1.1 - понимать и объяснять влияние здорового образа жизни по отношению к собственному здоровью |

1. 8 класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Разделы долгосроч  ного плана | Тема/ Содержание долгосрочного плана | Цели обучения. Обучающиеся должны: |
| 1-я четверть | | |
| Раздел 1. Здоровье и фитнес через легкоатле-тическую деятель-ность | Техника безопас-ности. Низкий старт и стартовый разбег | 8.3.4.4 - понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью |
| Развитие навыков бега на средние дистанции | 8.2.3.3 - применять и демонстрировать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; |
| 8.3.2.2 - составлять и демонстрировать комплексы упражнений для разминки и восстановления, осознавая их важность |
| Деятельность, направленная на развитие прыгучести | 8.1.2.2 - объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений |
| Развитие силы и мышечной выносливости в бросках и метаниях | 8.1.1.1 - демонстрировать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в диапазоне спортивно-специфических двигательных действий; |
| 8.3.5.5 - демонстрировать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей |
| Раздел 2. Навыки решения проблем посред-ством игр | Реализация приемов в игровых ситуациях | 8.1.1.1 - демонстрировать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в диапазоне спортивно-специфических двигательных действий; |
| 8.1.3.3 - объяснять и демонстрировать навыки и последовательности движений при выполнении спортивно - специфических техник; |
| 8.2.4.4 - использовать и уметь обсуждать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений |
| Функция игры | 8.1.2.2 - объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений |
| Организация соревновательной игровой деятельности | 8.1.5.5 - определять и оценивать тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений; |
| 8.2.2.2 - демонстрировать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде |
| 8.2.1.1 - демонстрировать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства |
| 2-я четверть | | |
| Раздел 3. Элементы гимнасти-  ки и ее разно-видности | Техника безопасности.  Строевые приемы на месте и в движении | 8.3.4.4 - понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью |
| Соединение акробатических упражнений: прыжки и балансирование | 8.3.2.2 - составлять и демонстрировать комплексы упражнений для разминки и восстановления, осознавая их важность; |
| 8.1.2.2 - объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений |
| Комбинации на гимнастических снарядах | 8.1.5.5 - определять и оценивать тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений; |
| 8.1.4.4 - сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий |
| Комплекс произвольных упражнений ритмической гимнастики | 8.2.2.2 - демонстрировать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде; |
| 8.3.5.5 - демонстрировать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей |
| Раздел 4. Игры с акцентом на казахские народные традиции | Подвижные игры | 8.2.7.7 - оценивать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований; |
| 8.2.3.3 - применять и демонстрировать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; |
| 8.3.5.5 - демонстрировать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей |
| Казахские народные игры | 8.2.6.6 - демонстрировать и сравнивать правила соревновательной деятельности и правила судейства; |
| 8.2.5.5 - демонстрировать и сравнивать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения |
| 3-я четверть | | |
| Раздел 5. Лыжная/ кроссовая/коньковая подготовка | Техника безопасности.  Разминка и техники восстановления для развития физических качеств | 8.3.4.4 - понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью; |
| 8.3.2.2 - составлять и демонстрировать комплексы упражнений для разминки и восстановления, осознавая их важность |
| Закрепление навыков техники специальных упражнений | 8.3.1.1 - демонстрировать на собственном примере влияние здорового образа жизни на здоровье; |
| 8.1.4.4 - сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий |
| Бег с преодолением различных препятствий | 8.1.3.3 - объяснять и демонстрировать навыки и последовательности движений при выполнении спортивно - специфических техник; |
| 8.3.3.3 - объяснять деятельность энергетической системы при выполнении упражнений различных физических нагрузок и знать её действие на организм |
| Раздел 6. Командные игры как активная форма деятель-ности | Лидерские навыки в командных играх | 8.3.4.4 - понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью; |
| 8.2.2.2 - демонстрировать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде |
| Игры на развитие координации движений | 8.2.8.8 - демонстрировать и сравнивать роли и их различия, обусловленные различными контекстами движений; |
| 8.1.4.4 - сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий |
| Игры, развивающие логическое мышление | 8.2.3.3 - применять и демонстрировать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; |
| 8.2.5.5 - демонстрировать и сравнивать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения |
| Игры, развивающие смекалку, внимательность и находчивость | 8.2.1.1 - демонстрировать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства; |
| 8.2.6.6 - демонстрировать и сравнивать правила соревновательной деятельности и правила судейства |
| 4-я четверть | | |
| Раздел 7. Основные навыки в командных играх | Техника безопасности.  Техника игры | 8.3.4.4 - понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью; |
| 8.1.1.1 - демонстрировать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в диапазоне спортивно - специфических двигательных действий |
| Тактика игры | 8.1.2.2 - объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне физических упражнений; |
| 8.2.4.4 - использовать и уметь обсуждать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений |
| Творческая активность в играх | 8.1.5.5 - определять и оценивать тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений; |
| 8.2.8.8 - демонстрировать и сравнивать роли и их различия, обусловленные различными контекстами движений; |
| 8.1.6.6 - уметь улучшать навыки преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью |
| Раздел 8. Укрепле-  ние здоровья через навыки легкой атлетики | Бег по пересечённой местности | 8.3.4.4 - понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью |
| Деятельность, направленная на развитие выносливости | 8.2.5.5 - демонстрировать и сравнивать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения |
| Применение фаз прыжка | 8.3.3.3 - объяснять деятельность энергетической системы при выполнении упражнений различных физических нагрузок и знать её действие на организм |
| Компоненты фитнеса в метаниях и бросках | 8.1.3.3 - объяснять и демонстрировать навыки и последовательности движений при выполнении спортивно - специфических техник; |
| 8.3.1.1 - демонстрировать на собственном примере влияние здорового образа жизни на здоровье |

1. 9 класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Разделы долгосрочного плана | Тема/ Содержание долгосрочного плана | Цели обучения. Обучающиеся должны: |
| 1-я четверть | | |
| Раздел 1. Совершен-ствование техники бега, прыжков и метания | Техника безопасности.  Совершенствование спринтерского бега | 9.3.4.4 - понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья, техники безопасности, а также способы снижения потенциальных угроз здоровью |
| Улучшение навыков беговой выносливости | 9.3.3.3 - объяснять и описывать деятельность энергетической системы и её связь с упражнениями различной физической нагрузки; |
| 9.3.2.2 - разрабатывать, объяснять и проводить разминки для конкретных физических занятий, оценивать эффективность восстановления организма |
| Различные модификации прыжков | 9.1.2.2 - обосновывать и применять комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений на достаточном техническом уровне |
| Разработка комплексов упражнений для совершенствования навыков метания и бросков | 9.1.1.1 - сопоставлять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в большом диапазоне спортивно - специфических двигательных действий |
| Разработка и проведение беговой эстафеты | 9.3.5.5 - оценивать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей |
| Раздел 2. Взаимо-действие через командные спортив-  ные игры | Техника игры | 9.1.1.1 - сопоставлять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в большом диапазоне спортивно - специфических двигательных действий; |
| 9.1.3.3 - комбинировать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно - специфических техник; |
| 9.2.4.4 - оценивать и сопоставлять правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений |
| Тактика и тактические действия в спортивных играх | 9.1.2.2 - обосновывать и применять комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений на достаточном техническом уровне; |
| 9.1.5.5 - создавать, анализировать, сравнивать и сопоставлять различные тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений |
| Лидерские навыки и навыки работы в команде | 9.2.2.2 - оценивать лидерские навыки и навыки работы в команде |
| 9.2.1.1 - оценивать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства |
| 2-я четверть | | |
| Раздел 3. Навыки по управле-  нию телом посредст-вом гимнасти-ки | Техника безопасности.  Строевые упражнения в группах | 9.3.4.4 - понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья, техники безопасности, а также способы снижения потенциальных угроз здоровью |
| Разработка комбинаций акробатических элементов | 9.3.2.2 - разрабатывать, объяснять и проводить разминки для конкретных физических занятий, оценивать эффективность восстановления организма; |
| 9.1.2.2 - обосновывать и применять комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений на достаточном техническом уровне |
| Составление последовательности упражнений на гимнастических снарядах | 9.1.5.5 - создавать, анализировать, сравнивать и сопоставлять различные тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений; |
| 9.1.4.4 - оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий |
| Процесс создания выступления и оценка в группах | 9.2.2.2 - оценивать лидерские навыки и навыки работы в команде; |
| 9.2.5.5 - оценивать и анализировать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения |
| Раздел 4. Игры народов Казахстана | Международные игры | 9.2.7.7 - анализировать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований; |
| 9.2.3.3 - оценивать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; |
| 9.3.5.5 - оценивать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей |
| Интеллектуальные игры | 9.2.6.6 - оценивать и анализировать правила соревновательной деятельности и правила судейства; |
| 9.2.5.5 - оценивать и анализировать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения |
| 3-я четверть | | |
| Раздел 5. Лыжная/ кроссовая/коньковая подготовка | Техника безопасности.  Разработка комплексов разминки и техники восстановления | 9.3.4.4 - понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья, техники безопасности, а также способы снижения потенциальных угроз здоровью; |
| 9.3.2.2 - разрабатывать. объяснять и проводить разминки для конкретных физических занятий, оценивать эффективность восстановления организма |
| Комплексы упражнений на улучшение силы и выносливости | 9.3.1.1 - демонстрировать на собственном примере влияние здорового образа жизни на здоровье; |
| 9.1.4.4 - оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий |
| Совершенствование специально-специфических упражнений для преодоления препятствий | 9.1.3.3 - комбинировать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно - специфических техник; |
| 9.3.3.3 - объяснять и описывать деятельность энергетической системы и её связь с упражнениями различной физической нагрузки |
| Раздел 6. Команд-  Нообразу-ющие игры | Командная деятельность и лидерство в играх | 9.3.4.4 - понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья, техники безопасности, а также способы снижения потенциальных угроз здоровью; |
| 9.2.2.2 - оценивать лидерские навыки и навыки работы в команде |
| Совершенствование навыков решения проблем в спортивных играх | 9.2.8.8 - оценивать и адаптировать различные роли, обусловленные контекстами движений; |
| 9.1.4.4 - оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий |
| Разработка игровых комбинаций | 9.2.3.3 - оценивать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; |
| 9.2.5.5 - оценивать и анализировать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения |
| Разработка альтернативной игры | 9.2.1.1 - оценивать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства; |
| 9.2.6.6 - оценивать и анализировать правила соревновательной деятельности и правила судейства |
| 4-я четверть | | |
| Раздел 7. Социаль-ные навыки и решение задач в командной деятель-ности | Техника безопасности.  Техника владения мяча в игровых ситуациях | 9.3.4.4 - понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья, техники безопасности, а также способы снижения потенциальных угроз здоровью; |
| 9.1.1.1 - сопоставлять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в большом диапазоне спортивно - специфических двигательных действиях |
| Совершенствование навыков ориентирования в игровом пространстве | 9.1.2.2 - обосновывать и применять комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений на достаточном техническом уровне |
| 9.2.4.4 - оценивать и сопоставлять правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений |
| Индивидуальные, групповые, командные тактические действия | 9.1.5.5 - создавать, анализировать, сравнивать и сопоставлять различные тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений |
| Разработка в группе занимательных игр | 9.2.8.8 - оценивать и адаптировать различные роли, обусловленные контекстами движений; |
| 9.1.6.6 - оценивать навыки преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью |
| Раздел 8. Здоровье и фитнес через двигатель-  ную активность | Создание комплекса разминки и восстановления для разных групп мышц | 9.3.3.3 - объяснять и описывать деятельность энергетической системы и её связь с упражнениями различной физической нагрузки |
| Развитие навыков стайерского бега | 9.1.3.3 - комбинировать навыки и последовательности движений при выполнении спортивно - специфических техник |
| Развитие навыков прыжка и метаний | 9.2.5.5 - оценивать и анализировать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения; |
| 9.3.4.4 - понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья, техники безопасности, а также способы снижения потенциальных угроз здоровью |
| Укрепление здоровья через двигательные способности | 9.3.1.1 - демонстрировать на собственном примере влияние здорового образа жизни на здоровье |