Приложение 70
к приказу Министра образования
и науки Республики Казахстан
от 20 сентября 2018 года № 469

Приложение 510
к приказу Министра образования
и науки Республики Казахстан
от 3 апреля 2013 года №115

Типовая учебная программа по учебному предмету «Адативная физическая культура» для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи 5-10 классов уровня основного среднего образования по обновленному содержанию

Глава 1. Общие положения

1. Типовая учебная программа по учебному предмету «Адативная физическая культура к» для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи 5-10 классов уровня основного среднего образования по обновленному содержанию (далее – Программа) разработана в соответствии с подпунктом 6) статьи 5 Закона Республики Казахстан от 27 июля 2007 года «Об образовании».

2. Целью учебного предмета «Адаптивная физическая культура» является развитие всех систем организма, совершенствование физических качеств и связанных с ними способностей обучающихся с тяжелыми нарушениями речи.

3. Задачи:

1) формирование основ общекультурной и казахстанской гражданской идентичности как чувства гордости за достижения в мировом и отечественном спорте;

2) воспитание культуры движений, обогащение двигательного опыта физических упражнений с общеразвивающей и оздоровительной направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта, развитие спортивно-специфических умений и навыков;

3) освоение правил здорового и безопасного образа жизни, формирование у обучающихся устойчивых мотивов и потребности в бережном отношении к своему здоровью;

4) развитие взаимодействия, ориентации на партнера, сотрудничества и кооперации, обучение адекватно оценивать собственное поведение и поведение партнера и вносить необходимые коррективы в интересах достижения общего результата;

5) формирование умений планировать общую цель и пути её достижения

в командных видах спорта, распределения функций и ролей в совместной деятельности, конструктивно разрешать конфликты, осуществлять взаимный контроль;

6) воспитание морально-волевых качеств, развитие мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей на основе умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы.

4. Программа направлена на решение коррекционных задач:

1) коррекция всех сенсорных систем (развитие глазомера, ориентировки в пространстве и во времени, чувства равновесия, тактильных и мышечных, кинестетических ощущений) обучающихся с тяжелыми нарушениями речи;

2) преодоление недостатков познавательных процессов обучающихся с тяжелыми нарушениями речи средствами физического воспитания, гармонизация их психо-эмоционального состояния;

3) совершенствование коммуникативных навыков и коммуникативных качеств обучающихся с тяжелыми нарушениями речи;

4) обогащение лексического запаса, совершенствование грамматической стороны речи;

5) совершенствование технической стороны речи и рационального дыхания;

6) целенаправленная социализация обучающихся с тяжелыми нарушениями речи через формирование адекватной самооценки и механизмов саморегуляции;

7) развитие и использование сохранных анализаторов в обучении умениям и навыкам в физкультурно-оздоровительной деятельности.

Глава 2. Педагогические подходы к организации учебного процесса

5. Физическая культура направлен на:

1) развитие двигательной сферы обучающихся с тяжелыми нарушениями речи;

2) совершенствование их интеллектуальных и сенсорных возможностей;

3) опосредованную коррекцию их устной речи;

4) социальную реабилитацию.

6. Обучение адативной физической культуре осуществляется на основе ценностно-ориентированного, деятельностного, личностно-ориентированного, дифференцированного, коммуникативного, коррекционного, полисенсорного подходов:

1) ценностно-ориентированный подход формирует систему социально-значимых ценностей личности обучающегося, реализация состоит в следовании требованиям повседневной жизни;

2) личностно-ориентированный подход проявляется виндивидуализации учебного процесса с учетом вида и формы речевой патологии, гармоничное

формирование и всестороннее развитие личности обучающегося, полное раскрытие его творческих сил с учетом индивидуальных особенностей психического и физического развития, потребностей и мотивов поведения, потенциальных возможностей обучающегося с тяжелыми нарушениями речи;

3) дифференцированный подход, подразумевает специализацию учебного процесса и создание разнообразных условий обучения для различных групп обучающихся с учетом данных медицинских осмотров, рекомендации врачей, психолого-медико-педагогических консультации, результатов предварительной проверки готовности к сдаче контрольных нормативов, предусмотренных Программой;

4) деятельностный подход позволяет обучающимся с тяжелыми нарушениями речи добывать знания самостоятельно, с осознанием содержания и формы своей учебной деятельности, понимания и применения систем ее норм, что способствует активному и успешному формированию знаний, учебных умений и навыков и навыков широкого спектра;

5) коммуникативный подход, подразумевает способность осуществлять общение посредством языка в процессе взаимодействия, правильно используя систему языковых и речевых норм и выбирая коммуникативное поведение, адекватное ситуации общения;

6) коррекционный подход обеспечивается специальными технологиями и средствами обучения, отражен в содержании, методах, различных организационных формах, направленных на коррекцию речи и познавательных процессов, моторики обучающихся с тяжелыми нарушениями речи, особого структурирования учебной информации в соответствии сих познавательными возможностями;

7) полисенсорный подход, предполагает осуществлять процесс обучения с учетом возможности широкого привлечения сохранных зрительного, слухового, моторного, кинестетического (тактильного) анализаторов для получения информации, создает условия для обогащения процесса восприятия.

7. Физическое воспитание обучающихся с тяжелыми нарушениями речи является органичной составляющей коррекционно-развивающей работы специальной организации образования.

8. Коррекция нарушений речи и психомоторного развития обучающихся с тяжелыми нарушениями речи осуществляется путем внесения изменений в традиционную методику проведения урока, гармоничным сочетанием специальных приемов и общепринятых способов физического воспитания с использованием принципов:

1) стимулирующее и развивающее обучение с помощью тщательно подобранных заданий и видов деятельности, в том числе на развитие навыков речевой деятельности, коррекция психических процессов на учебном материале предмета;

2) соблюдение речевого режима в течение всего урока: контроль за произношением, устранение аграмматизмов в устной речи каждого

обучающегося, нормализация речи у заикающихся;

3) поддержка обучения посредством «оценивания для обучения»;

4) организация индивидуальной, парной, групповой деятельности обучающихся с целью создание условий речевого общения на уроке, моделирования коммуникативных ситуаций;

5) частая смена видов деятельности на уроке, использование уроков различных типов;

6) поддержка речевой деятельности обучающихся с тяжелыми нарушениями речи: автоматизация предметной лексики, наборов шаблонных для предмета выражений и фраз, речевых конструкций, использование памяток, схем, планов, таблиц, алгоритмов, помогающих построить развернутое высказывание, рассуждение, ответ.

9. В содержание занятий по физической культуре включаются задания, направленные на расширение и уточнение предметного словаря и на развитие коммуникативных навыков при работе в парах и группах.

10. Прочность знаний, умений и навыков обучающихся с тяжелыми нарушениями речи обеспечивается системой закрепления изученного материала, основанной на сенсорном опыте, постепенном усложнении материала, его детализации, квантовании, рациональном дозировании, повышенном по сравнению с массовой школой объеме упражнений на применение знания в многократно варьируемых новых условиях, использовании условно символической наглядности (опор, схем и шаблонов) и преобладании наглядных средств преподнесения учебного материала.

11. Коррекционно-оздоровительную направленность занятий поддерживают различные виды гимнастик: дыхательная гимнастика, пальчиковая гимнастика, артикуляционная гимнастика, стимулирующая функции речедвигательного аппарата, психогимнастика, проводимая с целью восстановления и сохранения эмоционального благополучия и предупреждения психических расстройств.

12. Элементы логоритмики способствуют развитию чувства ритма, речедвигательного и слухового анализаторов, регуляции дыхания, закреплению правильного произношения, выполнение музыкально - стимулируемых заданий с использованием фронтального метода позволяют повысить моторную плотность уроков, обеспечивают максимальный охват обучающихся с тяжелыми нарушениями речи двигательной активностью в сочетании с субъективным и объективным облегчением выполняемой работы с помощью музыки.

13. Эффективность уроков физической культуры повышают нетрадиционные виды двигательной активности на уроках физической культуры: кинезиологические программы, дыхательная гимнастика, элементы системы «пилатес».

14. Растягивания в сочетании с правильным дыханием и активные силовые упражнения в сочетании с расслаблением мышц нормализуют

функциональные системы организма, повышают уровень двигательной эрудиции обучающихся с тяжелыми нарушениями речи; упражнения на релаксацию позволяют снять мышечное и эмоциональное напряжение, создавая условия воспитания естественной речи обучающихся с заиканием.

15. Специфика предмета, высокая ответственность за жизнь и здоровье обучающихся с тяжелыми нарушениями речи предъявляют особые требования к профессиональным и нравственным сторонам личности учителя физической культуры в специальной организации образования:

1) знание теоретических и методических основ физического воспитания, современных научно-методических достижений педагогики, основ медицинских знаний, медицинского контроля, дефектологии;

2) владение технико-тактическими спортивными навыками;

3) педагогический оптимизм, организаторские умения и навыки, наблюдательность, аттенционные способности;

4) планирование перспективной подготовки обучающихся, учитывая их индивидуальные особенности и способности;

5) умение воспитывать личным примером у обучающихся стремление регулярно заниматься спортом;

6) профессиональное оказание консультативной помощи родителям.

16. Профессиональная деятельность учителя физической культуры специальной организации образования включает в себя и готовность к систематическому продуктивному взаимодействию с другими специалистами школы – логопедом, психологом, медицинскими работниками, владение специальными методиками, позволяющими оказывать на уроке индивидуальную коррекционную поддержку обучающимся с заиканием, ринолалией, алалическим или дизартрическим компонентами, аутизмом.

17. Особые требования предъявляются к речи педагога: информативность, правильность, точность, логичность и доступность, выразительность, четкая дикция, оптимальный темп и ритм речи.

18. В целях развития навыков независимой жизни и формирования функциональной грамотности обучающихся с тяжелыми нарушениями речи, особое внимание уделяется обучению их умениям из области самодиагностики физического состояния с применением специальных измерительных приборов и без них, навыкам самомассажа, формированию и автоматизации навыков оказания первой простейшей медицинской помощи.

19. Распределение обучающихся на группы для занятий на уроках по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» производится на основании медицинского осмотра с обязательным предъявлением справок.

20. При проведении уроков физической культуры и хранения дидактических материалов используются: доска маркерная, стол, стул полумягкий, шкаф, аптечка медицинская, стеллаж для хранения спортивного инвентаря, стеллаж для хранения мячей, корзина для мячей переносная, насос для накачивания мячей.

21. В ходе обучения активно используются технические мультимедийные дидактические средства: компьютер в комплектации: системный блок, монитор, микрофонно-телефонная гарнитура, акустическая система, веб-камера, сетевой фильтр, многофункциональное устройство, мультимедийные пособия по физической подготовке.

22. Для измерения спортивных результатов и достижений обучающихся с тяжелыми нарушениями речи на уроках и при проведении спортивно-массовых мероприятий применяются специальные приборы и приспособления: секундомер, табло простое пластиковое, табло электронное, рулетка измерительная 10 метров, рулетка измерительная 50 метров, динамометр кистевой, свисток игровой, электромегафон, часы шахматные механические, судейская вышка.

23. В оснащение спортивного зала и секций входит: бревно высокое, бревно напольное, комплект брусьев разновысоких (женских), брусья параллельные (мужские), канат для лазания, шест для лазания, козел гимнастический, конь гимнастический, мат поролоновый с гигиеническим покрытием, мостик гимнастический подпружиненный, мостик гимнастический прямой, тележка для хранения и перевозки матов, обруч металлический, палка гимнастическая, канат для перетягивания, перекладина гимнастическая универсальная, скамейка гимнастическая, стенка гимнастическая.

24. Для проведения лыжных гонок и конькобежной подготовки используются: крепления для лыж, лыжи деревопластиковые, лыжные ботинки, набор лыжных палок, коньки.

25. Для реализации Программы по разделу «Легкая атлетика» необходимы: колодка или стартовый станок, мяч для метания, мишень для метания, граната для метания 500 грамм, граната для метания 700 грамм, планка для прыжков в высоту, стойка для прыжков в высоту, измеритель высоты планки, эстафетная палочка.

Глава 3. Организация содержания учебного предмета «Адаптивная физическая культура»

26. Объем учебной нагрузки по учебному предмету «Адаптивная 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;
6) в 10 классе – 3 часа в неделю, 102 часа в учебном году.

27. Содержание Программы включает 3 раздела:

1) раздел 1 «Двигательная деятельность»;

2) раздел 2 «Творческие способности и критическое мышление через двигательные навыки»;

3) раздел 3 «Здоровье и здоровый образ жизни».

28. Раздел «Двигательная деятельность» включает следующие подразделы:

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.

29. Раздел «Творческие способности и критическое мышление через двигательные навыки» включает следующие подразделы:

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

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

30. Раздел «Здоровье и здоровый образ жизни» включает следующие подразделы:

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) разработку 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.

31. Базовое содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» для 5 класса:

1) бег, прыжки и метание. Техника безопасности. Техника бега на короткие дистанции. Техника бега на средние и длинные дистанции. Техника прыжков в длину с места и с разбега. Техника бросков и метаний различных снарядов в цель и на дальность. Командная работа в эстафетах;

2) модифицированные командные игры. Технические приёмы в играх. Основные тактические приёмы. Лидерские навыки в играх;

3) гимнастика. Техника безопасности. Комплексы общеразвивающих упражнений. Акробатические упражнения. Техника гимнастических упражнений на снарядах. Гимнастические композиции;

4) казахские национальные и интеллектуальные игры. Стратегии и тактики в национальной игре;

5) лыжная/ кроссовая/ коньковая подготовка. Техника безопасности. Техника разминки и восстановления. Элементы техники передвижения. Основы тактики прохождения дистанции;

6) игры на взаимодействие. Взаимодействие и лидерство в играх. Основные навыки решения проблем посредством игр. Творческие способности для создания занимательных игр. Занимательные игры;

7) игры-вторжения.Техника безопасности. Игровые ситуации с мячом. Игровое пространство. Индивидуальные и командные действия в играх. Игры на развитие навыков стратегии;

8) легкая атлетика. Навыки лёгкой атлетики в игре. Разминка и средства восстановления. Двигательная активность как способ укрепления здоровья.

32. Базовое содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» для 6 класса:

1) бег, прыжки и метание. Техника безопасности. Реакция организма на физические нагрузки. Последовательность в беге и прыжках. Броски и метание различных снарядов. Командная работа в эстафетах;

2) командные спортивные игры. Техника игры. Тактические действия в спортивных играх. Лидерские навыки работы в команде;

3) гимнастика. Техника безопасности. Элементы строевых упражнений. Акробатические упражнения и комбинации. Самоконтроль при выполнении упражнений на снарядах. Групповые композиции;

4) казахские национальные и интеллектуальные игры. Стратегии и тактики в национальной игре;

5) лыжная/кроссовая/коньковая подготовка. Техника безопасности. Специфические двигательные способности. Упражнения на развитие силы и выносливости. Творческие задания на прохождение дистанции;

6) приключенческие игры. Навыки сотрудничества. Решение проблем посредством игры. Критическое мышление в приключенческих играх. «Честная

игра» и сотрудничество;

7) игра. Техника безопасности. Основные элементы техники владения мячом. Навыки ориентирования в игровом пространстве. Основы тактических действий. Собственные игры;

8) бег, прыжки и метание. Адаптационные способности организма. Элементы динамической разминки. Двигательная активность как способ укрепления здоровья.

33. Базовое содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» для 7 класса:

1) бег, прыжки и метание. Техника безопасности. Бег на короткие дистанции. Бег на средние и длинные дистанции. Прыжки и их разновидности. Броски и метание различных снарядов. Модификации эстафетного бега;

2) командные спортивные игры. Техники игры. Тактика и тактические действия в спортивных играх. Лидерские навыки и навыки работы в команде;

3) гимнастика. Техника безопасности. Строевые упражнения. Комплексы акробатических элементов. Разновидности упражнений на гимнастических снарядах. Выступление и оценка в группах;

4) национальные и интеллектуальные игры. Казахские национальные игры. Интеллектуальные игры;

5) лыжная/ кроссовая/коньковая подготовка. Техника безопасности. Разминки и техники восстановления. Двигательные действия на улучшение силы и выносливости. Специально-специфические упражнения для преодоления препятствий;

6) приключенческие и командообразующие игры. Командная деятельность и лидерство в играх. Навыки решения проблем посредством игр. Альтернативные игровые ситуации. Игры-приключения в группах;

7) игры-вторжения.Техника безопасности. Техника выполнения обработки мяча в игровых ситуациях. Навыки ориентирования в пространстве и передаче мяча. Тактические действия: индивидуальные, групповые, командные. Собственные игры-вторжения;

8) лёгкая атлетика. Оздоровительный бег. Игры с мгновенной ответной реакцией на сигналы. Разминка и средства восстановления. Движения в спортивно- специфических техниках. Двигательная активность как способ укрепления здоровья.

34. Базовое содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» для 8 класса:

1) легкая атлетика. Техника безопасности. Низкий старт и стартовый разбег. Бег на средние дистанции. Прыгучесть. Сила и мышечная выносливость в бросках и метаниях;

2) навыки решения проблем посредством игр. Приемы в игровых ситуациях. Функция игры. Соревновательная игровая деятельность;

3) гимнастика. Техника безопасности. Строевые приемы на месте и в движении. Акробатические упражнения с прыжками и балансированием.

Комбинации на гимнастических снарядах. Комплекс произвольных упражнений ритмической гимнастики;

4) игры с акцентом на казахские народные традиции. Подвижные игры. Казахские народные игры;

5) лыжная/ кроссовая/коньковая подготовка. Техника безопасности. Разминка и техники восстановления для развития физических качеств. Техника специальных упражнений. Бег с преодолением различных препятствий;

6) командные игры как активная форма деятельности. Лидерские навыки в командных играх. Игры на развитие координации движений. Игры на развитие логического мышления. Игры на развитие смекалки, внимательности и находчивости;

7) основные навыки в командных играх. Техника безопасности. Техника игры. Тактика игры. Творческая активность в играх;

8) легкая атлетика. Бег по пересечённой местности. Выносливость. Фазы прыжка. Компоненты фитнеса в метаниях и бросках.

35. Базовое содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» для 9 класса:

1) бег, прыжки и метание. Техника безопасности. Спринтерский бег. Беговая выносливость. Модификации прыжков. Комплексы упражнений для совершенствования навыков метания и бросков;

2) командные спортивные игры. Техника игры. Тактика и тактические действия в спортивных играх;

3) гимнастика. Техника безопасности. Строевые упражнения в группах. Комбинации акробатических элементов. Последовательность упражнений на гимнастических снарядах;

4) игры народов Казахстана. Международные игры. Интеллектуальные игры;

5) лыжная/ кроссовая/коньковая подготовка. Техника безопасности. Комплексы разминки и техники восстановления. Комплексы упражнений на улучшение силы и выносливости. Специально-специфические упражнения для преодоления препятствий;

6) командообразующие игры. Командная деятельность и лидерство в играх. Навыки решения проблем в спортивных играх. Игровые комбинации;

7) социальные навыки и решение задач в командной деятельности. Техника безопасности. Техника владения мяча в игровых ситуациях. Ориентирование в игровом пространстве. Индивидуальные, групповые, командные тактические действия;

8) здоровье и фитнес через двигательную активность. Комплекс разминки и восстановления для разных групп мышц. Стайерский бег. Прыжки и метание. Здоровый образ жизни.

36. Базовое содержание учебного предмета «Адаптивная физическая культура» для 10 класса:

1) бег, прыжки и метание. Техника безопасности. Навыки беговой

выносливости. Модификации прыжков. Навыки метания и бросков. Беговая эстафета;

2) командные спортивные игры. Тактика и тактические действия в спортивных играх. Соревновательная игровая деятельность. Лидерские навыки и навыки работы в команде;

3) гимнастика. Техника безопасности. Строевые упражнения в группах. Комбинации акробатических элементов. Выступления и оценка в группах;

4) игры народов Казахстана. Международные игры. Интеллектуальные игры;

5) лыжная/ кроссовая/коньковая подготовка. Техника безопасности. Комплексы разминки и техники восстановления. Комплексы упражнений на улучшение силы и выносливости. Специально-специфические упражнения для преодоления препятствий;

6) командообразующие игры. Командная деятельность и лидерство в играх. Навыки решения проблем в спортивных играх. Альтернативная игра;

7) социальные навыки и решение задач в командной деятельности. Техника безопасности. Техника владения мяча в игровых ситуациях. Навыки ориентирования в игровом пространстве. Индивидуальные, групповые, командные тактические действия. Занимательные игры;

8) здоровье и фитнес через двигательную активность. Комплекс разминки и восстановления для разных групп мышц. Навыки бега. Навыки прыжка и метания. Физическое здоровье.

Глава 4. Система целей обучения

37. Цели обучения в Программе представлены кодировкой. В коде первое число обозначает класс, второе и третье числа – раздел и подраздел, четвертое число показывает нумерацию учебной цели. Например, в кодировке 6.2.1.3: «6» – класс, «2.1» –подраздел, «3» – нумерация учебной цели.

38. Ожидаемые результаты по целям обучения:

таблица 1

Раздел 1.Двигательная деятельность						
Подраздел	Цели обучения					
	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс	10 класс
1.1 Развитие точности, контроля и маневренности при	5.1.1.1 знать и понимать двигательные навыки	6.1.1.1 применять двигательные навыки для	7.1.1.1 совершенствовать двигательные навыки для	8.1.1.1 демонстрировать двигательные навыки для	9.1.1.1 сопоставлять двигательные навыки для	10.1.1.1 оценивать эффективность двигательных

выполнении различных спортивно-специфических двигательных действиях	для развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно-специфических двигательных действий; 5.1.1.2 закрепить базовые предметные термины в активном словаре	развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно-специфических двигательных действий; 6.1.1.2 использовать зрительный анализатор для контроля качества их исполнения	развития точности, контроля и маневренности в широком диапазоне спортивно-специфических двигательных действий; 7.1.1.2 использовать кинестетический и зрительный анализаторы для контроля качества их исполнения	развития точности, контроля и маневренности в диапазоне спортивно – специфических двигательных действий; 8.1.1.2 давать отчет и реальную самооценку выполнения проделанной работы	развития точности, контроля и маневренности в большом диапазоне спортивно-специфических двигательных действий; 9.1.1.2 оказывать помощь товарищу при выполнении	навыков для развития точности, контроля и маневренности в большом диапазоне спортивно-специфических двигательных действий; 10.1.1.2 составить оценочное высказывание о качестве проделанной работы
1.2 Создание и применение комбинации движений и их последовательност	5.1.2.1 знать и уметь выполнять комбинации движений и их последовательн	6.1.2.1 уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последо	7.1.2.1 совершенствовать и обобщать комбинации движений и их последовательност	8.1.2.1 объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательност	9.1.2.1 применять комбинации движений и их последовательность в широком	10.1.2.1 обосновывать выбор и применять комбинации движений и их последов

и в различных видах физических упражнений	ость в некоторых упражнениях; 5.1.2.2 задавать прямые вопросы для уточнения и коррекции техники выполнения	вательность в некоторых упражнениях; 6.1.2.2 задавать прямые, косвенные и альтернативные вопросы для уточнения техники выполнения	ь при выполнении различных физических упражнений; 7.1.2.2 выполнять предваряющий, пошаговый и итоговый самоконтроль	ь в широком диапазоне; 8.1.2.2 выполнять все виды самоконтроля	диапазоне упражнений на достаточном техническом уровне; 9.1.2.2 давать самооценку выполнения учебного задания	ательность в широком диапазоне упражнений на достаточном техническом уровне
1.3 Комбинирование навыков и последовательности движений при выполнении спортивно-специфических техник	5.1.3.1 знать и определять навыки и последовательность движений при выполнении простых спортивно-специфических техник; 5.1.3.2 строить конструктивный	6.1.3.1 уметь выбирать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно специфических техник; 6.1.3.2 уметь действовать по устной	7.1.3.1 совершенствовать и обобщать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник; 7.1.3.2 составлять план и алгоритм действий	8.1.3.1 объяснять и демонстрировать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник; 8.1.3.2 оказывать по запросу товарища	9.1.3.1 с направляющей помощью учителя комбинировать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник; 9.1.3.2 обращаться за	10.1.3.1 самостоятельно комбинировать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник

	диалог с использованием предметной лексики	инструкции		целевую помощь	помощью в процессе выполнения	
1.4 Оценивание собственных умений и умений других для улучшения выполнения двигательных действий	5.1.4.1 знать и определять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий; 5.1.4.2 обращаться за направляющей помощью	6.1.4.1 понимать и объяснять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий	7.1.4.1 уметь улучшать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий; 7.1.4.2использовать речь для регуляции своих действий	8.1.4.1 сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий; 8.1.4.2составлять план и последовательность действий	9.1.4.1 оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий	10.1.4.1 оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий по самостоятельно выработанным критериям; 10.1.4.2 в соответствии с нормами литературного языка выражать свое мнение, используя различные формы

						и стили речи
1.5 Применение и оценивание тактики, стратегии и структурных идей в ряде физических упражнений	5.1.5.1 знать и описывать тактики, стратегии и структурные идеи в небольшом диапазоне физических упражнений; 5.1.5.2 удерживать учебную задачу в процессе выполнения	6.1.5.1 понимать и применять тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений	7.1.5.1 уметь создавать и оценивать простые тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений	8.1.5.1 определять и оценивать тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений; 8.1.5.2 продуктивно сотрудничать с одноклассниками при выполнении учебной задачи	9.1.5.1 создавать, анализировать, различные тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений; 9.1.5.2 осуществлять продуктивную коммуникацию в группе	10.1.5.1 сравнивать и сопоставлять различные тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений; 10.1.5.2 строить оценочное суждение с использованием предметной лексики
1.6 Развитие навыков преодоления трудностей и реагирования на риски,	5.1.6.1 знать и определять простые навыки преодоления трудностей и	6.1.6.1 понимать и уметь применять навыки преодоления труднос	7.1.6.1 знать и предотвращать риски во время экспериментирования при выполнен	8.1.6.1 уметь улучшать навыки преодоления трудностей и реагирования на	9.1.6.1 с помощью учителя оценивать навыки преодоления трудностей и реагирова	10.1.6.1 самостоятельно оценивать навыки преодоления трудностей и реагирова

связанные с двигательной активностью	реагирования на риски, связанные с двигательной активностью	тей и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью	ии различной двигательной активности	риски, связанные с двигательной активностью	ния на риски, связанные с двигательной активностью; 9.1.6.2 адекватно оценивать собственное речевое поведение, поведение окружающих	ния на риски, связанные с двигательной активностью

таблица 2

Раздел 2.Творческие способности и критическое мышление через двигательные навыки						
Подраздел	Цели обучения					
	5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс	10 класс
2.1 Адаптация приобретенных знаний, связанных с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятел	5.2.1.1 знать и понимать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяю	6.2.1.1 определять и применять приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на	7.2.1.1 совершенствовать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся	8.2.1.1 демонстрировать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся	9.2.1.1 оценивать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся	10.2.1.1 аргументировать жизненную необходимость приобретенных знаний, связанных с движением, для

ьства	щиеся обстоятельства; 5.2.1.2 в ходе диалога использовать предметную лексику	изменяющиеся обстоятельства; 6.2.1.2 составлять прямые и альтернативные вопросы	обстоятельства; 7.2.1.2 задавать вопросы на уточнение, понимание, используя паравербальные средства	обстоятельства; 8.2.1.2 словесно иллюстрировать выполняемые действия	обстоятельства; 9.2.1.2 строить связное оценочное высказывание о необходимости этих знаний	реагирования на изменяющиеся обстоятельства; 10.2.1.2 планировать, а затем анализировать свое выступление, корректировать его в соответствии с целью высказывания
2.2 Развитие и применение лидерских навыков и навыков работы в команде	5.2.2.1 понимать лидерские навыки и навыки работы в команде; обращаться за помощью, формулировать свои затруднения;	6.2.2.1 определить и использовать лидерские навыки и навыки работы в команде; 6.2.2.2 оказывать взаи-мопомощь	7.2.2.1 уметь обсуждать и демонстрировать лидерские навыки и навыки работы в команде; 7.2.2.2 знать и выполнять правила культурного речевого общения	8.2.2.1 демонстрировать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде; 8.2.2.2 владеть навыками продуктивной коммуникации в группе	9.2.2.1 оценивать лидерские навыки и навыки работы в команде	10.2.2.1 по самостоятельно выработанным критериям оценивать лидерские навыки и навыки работы в команде; 10.2.2.2 строить монолог – рассужде

	5.2.2.2 инициировать продуктивный учебный диалог					ние по теме
2.3 Демонстрация ряда навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды	5.2.3.1 понимать и определять ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; 5.2.3.2 воспроизводить по словесной инструкции техники физиологического и речевого дыхания	6.2.3.1 определять и использовать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; 6.2.3.2 демонстрировать техники физиологического и речевого дыхания	7.2.3.1 уметь обсуждать и демонстрировать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; 7.2.3.2 активно участвовать в диалоге при обсуждении объяснять отличие техник физиологического и речевого дыхания	8.2.3.1 применять и демонстрировать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; 8.2.3.2 применять дыхательные техники для снятия эмоционального напряжения	9.2.3.1 оценивать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; 9.2.3.2 оценивать эффективность дыхательных техник для снятия эмоционального напряжения	10.2.3.1 проранжировать эффективность навыков совместной работы по созданию благоприятной учебной среды; 10.2.3.2 применять формулы самовнушения и дыхательные техники для снятия эмоционального напряжения
2.4 Оцени	5.2.4.1	6.2.4.1	7.2.4.1	8.2.4.1	9.2.4.1	10.2.4.1

вание правил и структурных приемов для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений	знать и понимать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений; 5.2.4.2 воспроизводить техники релаксации по образцу и словесной инструкции	понимать и применять правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений; 6.2.4.2 использовать зрительный анализатор для контроля качества исполнения техник релаксации	демонстрировать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений; 7.2.4.2 применять техники релаксации в различных ситуациях	использовать и уметь обсуждать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений; 8.2.4.2 знать и применять техники релаксации для снятия эмоционального напряжения	сопоставлять правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений; 9.2.4.2 знать и выполнять элементы различных техник для релаксации и снятия эмоционального напряжения	оценивать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений; 10.2.4.2 самостоятельно составить комплекс упражнений для снятия эмоционального напряжения
2.5 Критическое оценивание собствен	5.2.5.1 знать и понимать собствен	6.2.5.1 понимать и применять	7.2.5.1 использовать собственные	8.2.5.1 демонстрировать и сравнивать	9.2.5.1 оценивать и анализировать	10.2.5.1 оценивать и анализировать

ных творческих способностей и способностей других, альтернативные решения	ные творческие способности и способности других, а также предлагать простые альтернативные решения; 5.2.5.2 принимать и сохранять учебную цель	собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения; 6.2.5.2 устно планировать свою деятельность	творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения; 8.2.5.2 устно планировать свою деятельность, контролировать и оценивать её	собственные творческие способности и способности других; 9.2.5.2 использовать оценочные суждения с использованием предметной лексики	собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения
2.6 Знание правил соревновательной деятельности и правил судейства	5.2.6.1 знать правила соревновательной деятельности и правила судейства; 5.2.6.2 формулировать открытые вопросы для	6.2.6.1 понимать правила соревновательной деятельности и правила судейства	7.2.6.1 применять правила соревновательной деятельности и правила судейства; 7.2.6.2 адекватно оценивать собственное речевое поведени	8.2.6.1 сравнивать правила соревновательной деятельности и правила судейства	9.2.6.1 оценивать и анализировать правила соревновательной деятельности и правила судейства	10.2.6.1 демонстрировать знания правил соревновательной деятельности и правила судейства в ходе игры

	пониманию и уточнению		е			
2.7 Демонстрация поведения, отражающего честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований	5.2.7.1 знать и объяснять поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований; 5.2.7.2 показывать стремление совершенствовать звуковую культуру речи	6.2.7.1 понимать и применять поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований; 6.2.7.2 демонстрировать стремление совершенствовать культуру собственной речи	7.2.7.1 обсуждать и адаптировать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований; 7.2.7.2 проявлять уважительное отношение к сопернику на вербальном и невербальном уровне	8.2.7.1 оценивать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований; 8.2.7.2 строить оценочные высказывания с использованием предметной лексики	9.2.7.1 поддерживать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований; 9.2.7.2убедительно аргументировать свою позицию	10.2.7.1 анализировать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований; 10.2.7.2 демонстрировать базовые навыки с интонной коммуникации
2.8 Исполнение ролей, обусловленных различными	5.2.8.1 определять роли, обусловленные различн	6.2.8.1 осознавать и объяснять роли и их различи	7.2.8.1 применять роли, обусловленные различными	8.2.8.1 демонстрировать и сравнивать роли и их различия,	9.2.8.1 оценивать различные роли, обусловленные	10.2.8.1 адаптировать различные роли, обусловленные

контекстами движений и осознание их различий	ыми контекстами движений; 5.2.8.2 оречевлять выполняемые действия	я, обусловленные различными контекстами движений; 6.2.8.2 задавать вопросы на уточнение, понимание	контекстами движений, и осознавать их различия; 7.2.8.2 осуществлять направленный взаимо- и самоконтроль	обусловленные различными контекстами движений; 8.2.8.2 планировать выступление, изменять его в соответствии с образцом	контекстами движений, планировать; 9.2.8.2 анализировать свое выступление, изменять его в соответствии с образцом	контекстами движений

таблица 3

Раздел 3. Здоровье и здоровый образ жизни						
Подраздел	Цели обучения					
	5класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс	10 класс
3.1 Формирование знаний о личном здоровье и здоровом образе жизни	5.3.1.1 знать и понимать важность здоровье сбережения; 5.3.1.2 составлять учебные высказывания по опорным словам;	6.3.1.1 уметь определять риски по отношению к собственному здоровью; 6.3.1.2 составлять текст – рассуждение по плану и опорным словам;	7.3.1.1 понимать и объяснять влияние здорового образа жизни по отношению к собственному здоровью; 7.3.1.2 составля	8.3.1.1 демонстрировать на собственном примере влияние здорового образа жизни на здоровье	9.3.1.1 доказать на собственном примере влияние здорового образа жизни на здоровье; 9.3.1.2 адекватно выбирать вербальные и невербальные средства	10.3.1.1 активно пропагандировать влияние здорового образа жизни на здоровье различными методами; 10.3.1.2 подготовить и представить публично

			ть текст – рассуждение по плану		для продуктивной коммуникации	е выступление в виде презентации
3.2 Разработка и проведение подходящих для видов деятельности разминок и техник восстановления	5.3.2.1 знать и понимать ключевые компоненты разминки в рамках подготовки к физическим занятиям и техники восстановления	6.3.2.1 объяснять влияние на организм ключевых компонентов разминки и техники восстановления и воспроизводить их; 6.3.2.2 разворачивать и завершать учебный диалог	7.3.2.1 проводить общую разминку перед физическими занятиями и демонстрировать компоненты техники восстановления организма	8.3.2.1 составлять и демонстрировать комплексы упражнений для разминки и восстановления, осознавая их важность	9.3.2.1 разрабатывать, объяснять для конкретных физических занятий, оценивать эффективность восстановления организма; 9.3.2.2 продуктивно решать задачи коммуникации при работе в группе	10.3.2.1 самостоятельно проводить разминки для конкретных физических занятий, оценивать эффективность восстановления организма
3.3 Изучение и испытание на практике упражнений различно	5.3.3.1 определять различия между упражнениями различной	6.3.3.1 предлагать и демонстрировать упражнения с различной	7.3.3.1 понимать требования к физической подготовке	8.3.3.1 объяснять деятельность энергетической системы при	9.3.3.1 объяснять и описывать деятельность энергетической	10.3.3.1 проверить связь деятельности энергетической системы и

й физической нагрузки, их влияния и связи с энергетической системой организма	физической нагрузки и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам; 5.3.3.2 включать предметные термины в собственные речевые конструкции	физической нагрузкой и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам; 6.3.3.2 использовать различные анализаторы для контроля качества их исполнения	организма при выполнении упражнений различных физических нагрузок и их влияние на энергетическую систему организма по внешним и внутренним признакам; 7.3.3.2 давать адекватную самооценку качества выполнения учебного задания	выполнении упражнений различных физических нагрузок и знать её действие на организм; 8.3.3.2 составить монолог – рассуждение по модели	системы и её связь с упражнениями различной физической нагрузки; 9.3.3.2 оценивать свою и чужую речевую деятельность по критериям	упражнениями различной физической нагрузки; 10.3.3.2 убедительно доказывать свою позицию, опираясь на структуру текста – рассуждение
3.4 Разработка и применение стратегий	5.3.4.1 быть осведомленным в вопроса	6.3.4.1 понимать спортивно-специфическую	7.3.4.1 определять потенциальную опаснос	8.3.4.1 понимать сложные вопросы техники безопасн	9.3.4.1 понимать и детально описывать	10.3.4.1 понимать и детально описывать

управления рисками в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья	х техники безопасности при выполнении физических упражнений, направленных на укрепление здоровья; 5.3.4.2 оречевлять действия с использованием предметной лексики	технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья; 6.3.4.2 осознанно использовать невербальные способы коммуникации	ть и риски в различных контекстах физических упражнений, направленных на укрепление здоровья; 7.3.4.2 адекватно использовать предметные термины в собственном высказывании	ости, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью; 8.3.4.2 составить связное информативное высказывание по шаблону	сложные вопросы здоровья и техники безопасности; 9.3.4.2 составить позитивное оценочное речевое высказывание о качестве деятельности	сложные вопросы способов снижения потенциальных угроз здоровью
3.5 Применение знаний и навыков для обогащения опыта физических упражнений других	5.3.5.1 знать и воспроизводить навыки для обогащения опыта физических упражне	6.3.5.1 применять, знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей	7.3.5.1 определять знания и навыки для обогащения опыта физических упражне	8.3.5.1 демонстрировать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других	9.3.5.1 оценивать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей	10.3.5.1 пропагандировать на творческом уровне знания и навыки для обогащения опыта физическ

людей	ний других людей; 5.3.5.2 осуществлять направленный взаимоконтроль и самоконтроль речевой деятельности		ний других людей; 7.3.5.2 достигать учебную цель в ходе диалога	людей		их упражнений других людей; 10.3.5.2 формулировать цели и задачи деятельности в виде желаемого результата

39. Настоящая Программа реализуется на основе Долгосрочного плана к Типовой учебной программе по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи 5-10 классов уровня основного среднего образования по обновленному содержанию согласно приложению к настоящей Программе. В долгосрочном плане обозначен объем учебных целей реализуемых в каждом разделе.

40. Распределение часов на изучение раздела и тем предоставляется на усмотрение учителя.

Приложение
к Типовой учебной программе
по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» для 5-10 классов уровня основного среднего образования по обновленному содержанию

Долгосрочный план
по реализации Типовой учебной программы по учебному предмету «Адаптивная физическая культура» для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи 5-10 классов уровня основного среднего образования по обновленному содержанию

1) 5 класс:
таблица 1

Раздел долгосрочного плана	Содержание раздела долгосрочного плана	Цели обучения
1четверть		
1. Бег, прыжки и метание	Техника безопасности. Техника бега на короткие дистанции	5.3.4.1 быть осведомленными в вопросах техники безопасности при выполнении физических упражнений, направленных на укрепление здоровья; 5.3.4.2 оречевлять действия с использованием предметной лексики
	Техника бега на средние и длинные дистанции	5.3.3.1 определять различия между упражнениями различной физической нагрузки и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам; 5.3.3.2 включать предметные термины в собственные грамматические конструкции; 5.3.2.1 знать и понимать ключевые компоненты разминки в рамках подготовки к физическим занятиям и техники восстановления
	Техника прыжков в длину с места и с разбега	5.1.2.1 знать и уметь выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях; 5.1.2.2 задавать прямые вопросы для уточнения и коррекции техники выполнения
	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; 5.1.1.2 закрепить базовые предметные термины в активном словаре
	Командная работа в эстафетах	5.3.5.1 знать и воспроизводить навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей;

		5.3.5.2 осуществлять целенаправленный взаимоконтроль и самоконтроль речевой деятельности
2. Модифицированные командные игры	Технические приёмы в играх	5.1.1.1 знать и понимать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно-специфических двигательных действий; 5.1.1.2 закрепить базовые предметные термины в активном словаре; 5.1.3.1 знать и определять навыки и последовательность движений при выполнении простых спортивно-специфических техник; 5.1.3.2строить конструктивный диалог с использованием предметной лексики; 5.2.4.1 знать и понимать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений; 5.2.4.2 воспроизводить техники релаксации по образцу и словесной инструкции
	Основные тактические приёмы	5.1.2.1 знать и уметь выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях; 5.1.2.2 задавать прямые вопросы для уточнения и коррекции техники выполнения; 5.1.5.1 знать и описывать тактики, стратегии и структурные идеи в небольшом диапазоне физических упражнений; 5.1.5.2 удерживать учебную задачу в процессе работы
	Лидерские навыки в играх	5.2.2.1 понимать лидерские навыки и навыки работы в команде; обращаться за помощью, формулировать свои затруднения; 5.2.2.2 инициировать продуктивный учебный диалог; 5.2.1.1 знать и понимать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства; 5.2.1.2 в ходе диалога использовать предметную лексику
2 четверть		
3. Гимнастика	Техника безопасности. Комплексы общеразвивающих упражнений	5.3.4.1 быть осведомленным в вопросах техники безопасности при выполнении физических упражнений, направленных на укрепление здоровья; 5.3.4.2 оречевлять действия с использованием предметной лексики; 5.3.2.1 знать и понимать ключевые компоненты разминки в рамках подготовки к физическим занятиям и техники восстановления
	Акробатические упражнения	5.1.2.1 знать и уметь выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях; 5.1.2.2 задавать прямые вопросы для уточнения и

		коррекции техники выполнения
	Техника гимнастических упражнений на снарядах	5.1.5.1 знать и описывать тактики, стратегии и структурные идеи в небольшом диапазоне физических упражнений; 5.1.5.2 удерживать учебную задачу в процессе работы; 5.1.4.1 знать и определять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий; 5.1.4.2 обращать за направляющей помощью
	Гимнастические композиции	5.2.2.1 понимать лидерские навыки и навыки работы в команде; 5.2.2.2 инициировать продуктивный учебный диалог; 5.2.5.1 знать и понимать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать простые альтернативные решения; 5.2.5.2 принимать и сохранять учебную цель
4. Казахские национальные и интеллектуальные игры	Казахские национальные игры	5.2.7.1 знать и объяснять поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований; 5.2.7.2 показывать стремление совершенствовать звуковую культуру речи; 5.2.3.1 понимать и определять ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; 5.2.3.2 воспроизводить по словесной инструкции техники физиологического и речевого дыхания; 5.3.5.1 знать и воспроизводить навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей; 5.3.5.2 осуществлять целенаправленный взаимоконтроль и самоконтроль речевой деятельности
	Стратегии и тактики в национальной игре	5.2.6.1 знать правила соревновательной деятельности и правила судейства; 5.2.6.2 формулировать открытые вопросы для понимания и уточнения; 5.2.5.1 знать и понимать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать простые альтернативные решения; 5.2.5.2 принимать и сохранять учебную цель
3 четверть		
5. Лыжная/ кроссовая/ коньковая подготовка	Техника безопасности. Техника разминки и восстановления	5.3.4.1 быть осведомленным в вопросах техники безопасности при выполнении физических упражнений, направленных на укрепление здоровья; 5.3.4.2 оречевлять действия с использованием предметной лексики; 5.3.2.1 знать и понимать ключевые компоненты разминки в рамках подготовки к физическим занятиям и техники восстановления
	Техника передвижения	5.3.1.1знать и понимать важность здоровьесбережения;

		5.3.1.2 составлять высказывание по опорным словам; 5.1.4.1 знать и определять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий; 5.1.4.2 обращаться за направляющей помощью
	Основы тактики прохождения дистанции	5.1.3.1 знать и определять навыки и последовательность движений при выполнении простых спортивно - специфических техник; 5.1.3.2 строить конструктивный учебный диалог с использованием предметной лексики; 5.3.3.1 определять различия между упражнениями различной физической нагрузки и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам; 5.3.3.2 включать предметные термины в собственные грамматические конструкции
6. Игры на взаимо действие	Взаимодействие и лидерство в играх	5.3.4.1 быть осведомленным в вопросах техники безопасности при выполнении физических упражнений, направленных на укрепление здоровья; 5.3.4.2 оречевлять действия с использованием предметной лексики; 5.2.2.1 понимать лидерские навыки и навыки работы в команде; 5.2.2.2 инициировать продуктивный учебный диалог
	Основные навыки решения проблем посредством игр	5.2.8.1 определять роли, обусловленные различными контекстами движений 5.2.8.2 оречевлять выполняемые действия 5.1.4.1 знать и определять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий 5.1.4.2 обращать за направляющей помощью
	Творческие способности для создания занимательных игр	5.2.3.1 понимать и определять ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; 5.2.3.2 воспроизводить по словесной инструкции техники физиологического и речевого дыхания; 5.2.5.1 знать и понимать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать простые альтернативные решения; 5.2.5.2 принимать и сохранять учебную цель
	Занимательные игры	5.2.1.1 знать и понимать приобретенные знания, связанные с движением для реагирования на изменяющиеся обстоятельства; 5.2.1.2 в ходе диалога использовать предметную лексику; 5.2.6.1 знать правила соревновательной деятельности и правила судейства; 5.2.6.2 формулировать открытые вопросы для уточнения и понимания
4 четверть		

7. Игры - вторжения	Техника безопасности. Игровые ситуации с мячом	5.3.4.1 быть осведомленным в вопросах техники безопасности при выполнении физических упражнений, направленных на укрепление здоровья; 5.3.4.2 оречевлять действия с использованием предметной лексики
	Игровое пространство	5.1.2.1 знать и уметь выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях; 5.1.2.2 задавать прямые вопросы для уточнения и коррекции техники выполнения
		5.2.4.1 знать и понимать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений; 5.2.4.2 воспроизводить техники релаксации по образцу и словесной инструкции
	Индивидуальные и командные действия в играх	5.1.5.1 знать и описывать тактики, стратегии и структурные идеи в небольшом диапазоне физических упражнений; 5.1.5.2 удерживать учебную задачу в процессе выполнения
	Игры на развитие навыков стратегии	5.2.8.1 определять роли, обусловленные различными контекстами движений; 5.2.8.2 оречевлять выполняемые действия
		5.1.6.1 знать и определять простые навыки преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью
8. Легкая атлетика	Навыки лёгкой атлетики в игре	5.3.4.1 быть осведомленным в вопросах техники безопасности при выполнении физических упражнений, направленных на укрепление здоровья; 5.3.4.2 оречевлять действия с использованием предметной лексики; 5.2.5.1 знать и понимать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать простые альтернативные решения; 5.2.5.2 принимать и сохранять учебную цель
	Разминка и средства восстановления	5.3.3.1определять различия между упражнениями различной физической нагрузки и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам; 5.3.3.2 включать предметные термины в собственные речевые конструкции; 5.1.3.1 знать и определять навыки и последовательность движений при выполнении простых спортивно-специфических техник; 5.1.3.2 строить конструктивный диалог с использованием предметной лексики
	Двигательная активность как способ укрепления	5.3.1.1 знать и понимать важность здоровьесбережения; 5.3.1.2 составлять учебные высказывания по опорным словам

	здоровья	

2) 6 класс:
таблица 2

Раздел долгосрочного плана	Содержание раздела долгосрочного плана	Цели обучения
1 четверть		
1. Бег, прыжки и метание	Техника безопасности. Реакция организма на физические нагрузки	6.3.4.1 понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья; 6.3.4.2 осознанно использовать невербальные способы коммуникации
	Последовательность в беге и прыжках	6.3.3.1 предлагать и демонстрировать упражнения с различной физической нагрузкой и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам; 6.3.3.2 использовать различные анализаторы для контроля качества их исполнения; 6.3.2.1 объяснять влияние на организм ключевых компонентов разминки и техники восстановления и воспроизводить их; 6.3.2.2 разворачивать и завершать учебный диалог
	Броски и метания различных снарядов	6.1.2.1 уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях; 6.1.2.2 задавать прямые, косвенные и альтернативные вопросы для уточнения техники выполнения
		6.1.1.1 применять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно-специфических двигательных действий; 6.1.1.2 использовать зрительный анализатор для контроля качества их исполнения
	Командная работа в эстафетах	6.3.5.1 применять знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей
2. Командные спортивные игры	Техника игры	6.1.1.1 применять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно-специфических двигательных действий; 6.1.1.2 использовать зрительный анализатор для контроля качества их исполнения; 6.1.3.1 уметь выбирать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно специфических техник; 6.1.3.2 уметь действовать по устной инструкции;

		6.2.4.1 понимать и применять правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений; 6.2.4.2 использовать зрительный анализатор для контроля качества исполнения техник релаксации
	Тактические действия в спортивных играх	6.1.2.1 уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях; 6.1.2.2 задавать прямые, косвенные и альтернативные вопросы для уточнения техники выполнения; 6.1.5.1 понимать и применять тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений
	Лидерские навыки работы в команде	6.2.2.1 определить и использовать лидерские навыки и навыки работы в команде; 6.2.2.2 оказывать взаимопомощь; 6.2.1.1 определять и применять приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства; 6.2.1.2 составлять прямые и альтернативные вопросы
2 четверть		
3. Гимнастика	Техника безопасности. Элементы строевых упражнений.	6.3.4.1 понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья; 6.3.4.2 осознанно использовать невербальные способы коммуникации
	Акробатические упражнения и комбинации	6.3.2.1 объяснять влияние на организм ключевых компонентов разминки и техники восстановления и воспроизводить их; 6.3.2.2 разворачивать и завершать учебный диалог; 6.1.2.1 уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях; 6.1.2.2 задавать прямые, косвенные и альтернативные вопросы для уточнения техники выполнения
	Самоконтроль при выполнении упражнений на снарядах	6.1.5.1 понимать и применять тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений; 6.1.4.1 понимать и объяснять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий
	Групповые композиции	6.2.2.1 определить и использовать лидерские навыки и навыки работы в команде; 6.2.2.2 оказывать взаимопомощь; 6.2.5.1 понимать и применять собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения; 6.2.5.2 устно планировать свою деятельность
4. Казахские национальные и	Казахские национальные игры	6.2.7.1 понимать и применять поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований;

интеллектуальные игры		6.2.7.2 демонстрировать стремление совершенствовать культуру собственной речи; 6.2.3.1 определять и использовать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; 6.2.3.2 демонстрировать техники физиологического и речевого дыхания; 6.3.5.1 применять знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей
	Стратегии и тактики в национальной игре	6.2.6.1 понимать правила соревновательной деятельности и правила судейства; 6.2.5.1 понимать и применять собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения; 6.2.5.2 устно планировать свою деятельность
3 четверть		
5. Лыжная/ кроссовая/ коньковая подготовка	Техника безопасности. Специфические двигательные способности	6.3.4.1 понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья; 6.3.4.2 осознанно использовать невербальные способы коммуникации; 6.3.2.1 объяснять влияние на организм ключевых компонентов разминки и техники восстановления и воспроизводить их; 6.3.2.2 разворачивать и завершать учебный диалог
	Упражнения на развитие силы и выносливости	6.3.1.1 уметь определять риски по отношению к собственному здоровью; 6.3.1.2 составлять текст – рассуждение по плану и опорным словам; 6.1.4.1 понимать и объяснять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий
	Творческие задания на прохождение дистанции	6.1.3.1 уметь выбирать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно специфических техник; 6.1.3.2 уметь действовать по устной инструкции; 6.3.3.1 предлагать и демонстрировать упражнения с различной физической нагрузкой и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам; 6.3.3.2 использовать различные анализаторы для контроля качества их исполнения
6.Приключенческие игры	Навыки сотрудничества	6.3.4.1 понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья; 6.3.4.2 осознанно использовать невербальные способы коммуникации; 6.2.2.1 определить и использовать лидерские навыки и навыки работы в команде; 6.2.2.2 оказывать взаимопомощь

	Решение проблем посредством игр	6.2.8.1 осознавать и объяснять роли и их различия, обусловленные различными контекстами движений; 6.2.8.2 задавать вопросы на уточнение, понимание; 6.1.4.1 понимать и объяснять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий
	Критическое мышление в приключенчески х играх	6.2.3.1 определять и использовать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; 6.2.3.2 демонстрировать техники физиологического и речевого дыхания; 6.2.5.1 понимать и применять собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения; 6.2.5.2 устно планировать свою деятельность
	«Честная игра» и сотрудничество	6.2.1.1 определять и применять приобретенные знания, связанные с движением для реагирования на изменяющиеся обстоятельства; 6.2.1.2 составлять прямые и альтернативные вопросы; 6.2.6.1 понимать правила соревновательной деятельности и правила судейства
4 четверть		
7. Игра	Техника безопасности. Основные элементы техники владения мячом	6.3.4.1 понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья; 6.3.4.2 осознанно использовать невербальные способы коммуникации; 6.1.1.1 применять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно - специфических двигательных действий; 6.1.1.2 использовать зрительный анализатор для контроля качества их выполнения
	Навыки ориентирования в игровом пространстве	6.1.2.1 уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях; 6.1.2.2 задавать прямые, косвенные и альтернативные вопросы для уточнения техники выполнения; 6.2.4.1 понимать и применять правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений; 6.2.4.2 использовать зрительный анализатор для контроля качества исполнения техник релаксации
	Основы тактических действий	6.1.5.1 понимать и применять тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений;
	Собственные игры	6.2.8.1 осознавать и объяснять роли и их различия, обусловленные различными контекстами движений; 6.2.8.2 задавать вопросы на уточнение, понимание; 6.1.6.1 понимать и уметь применять навыки

		преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью
8. Бег, прыжки и метание	Адаптационные способности организма	6.3.4.1 понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья; 6.3.4.2 осознанно использовать невербальные способы коммуникации; 6.2.5.1 понимать и применять собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения; 6.2.5.2 устно планировать свою деятельность
	Элементы динамической разминки	6.3.3.1 предлагать и демонстрировать упражнения с различной физической нагрузкой и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам; 6.3.3.2 использовать различные анализаторы для контроля качества их исполнения; 6.1.3.1 уметь выбирать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно специфических техник; 6.1.3.2 уметь действовать по устной инструкции
	Двигательная активность как способ укрепления здоровья	6.3.1.1 уметь определять риски по отношению к собственному здоровью; 6.3.1.2 составлять текст – рассуждение по плану и опорным словам; 6.1.6.1 понимать и уметь применять навыки преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью

3) 7 класс:
таблица 3

Раздел долгосрочного плана	Содержание раздела долгосрочного плана	Цели обучения
1 четверть		
1. Бег, прыжки и метание	Техника безопасности. Бег на короткие дистанции	7.3.4.1 определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физической упражнений, направленных на укрепление здоровья; 7.3.4.2 адекватно использовать предметные термины в самостоятельном высказывании
	Бег на средние и длинные дистанции	7.3.3.1 понимать требования к физической подготовке организма при выполнении упражнений различных физических нагрузок и их влияние на энергетическую систему организма по внешним и внутренним признакам; 7.3.3.2 давать адекватную самооценку качества выполнения учебного задания; 7.3.2.1 проводить общую разминку перед

		физическими занятиями и демонстрировать компоненты техники восстановления организма
	Прыжки и их разновидности	7.1.2.1 совершенствовать и обобщать комбинации движений и их последовательность при выполнении различных физических упражнений; 7.1.2.2 выполнять предваряющий, пошаговый и итоговый самоконтроль
	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; 7.1.1.2 использовать кинестетический и зрительный анализаторы для контроля качества их исполнения
	Модификации эстафетного бега	7.3.5.1 определять знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей; 7.3.5.2 достигать учебную цель в ходе диалога
2. Командные спортивные игры	Техника игры	7.1.1.1 совершенствовать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в широком диапазоне спортивно-специфических двигательных действий; 7.1.1.2 использовать кинестетический и зрительный анализаторы для контроля качества их исполнения; 7.1.3.1 совершенствовать и обобщать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник; 7.1.3.2 составлять план и алгоритм действий; 7.2.4.1 демонстрировать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений; 7.2.4.2 применять техники релаксации в различных ситуациях
	Тактика и тактические действия в спортивных играх	7.1.2.1 совершенствовать и обобщать комбинации движений и их последовательность при выполнении различных физических упражнений 7.1.2.2 выполнять предваряющий, пошаговый и итоговый самоконтроль; 7.1.5.1 уметь создавать и оценивать простые тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений
	Лидерские навыки и навыки работы в команде	7.2.2.1 уметь обсуждать и демонстрировать лидерские навыки и навыки работы в команде; 7.2.2.2 знать и выполнять правила культурного речевого общения; 7.2.1.1 совершенствовать приобретенные знания, связанные с движением для реагирования на изменяющиеся обстоятельства; 7.2.1.2 задавать вопросы на уточнение, понимание, используя паравербальные средства
2 четверть		
3.Гимнастика	Техника	7.3.4.1 определять потенциальную опасность и риски

	безопасности. Строевые упражнения	в различных контекстах физических упражнений, направленных на укрепление здоровья; 7.3.4.2 адекватно использовать предметные термины в самостоятельном высказывании
	Комплексы акробатических элементов	7.3.2.1 проводить общую разминку перед физическими занятиями и демонстрировать компоненты техники восстановления организма; 7.1.2.1 совершенствовать и обобщать комбинации движений и их последовательность при выполнении различных физических упражнений; 7.1.2.2 выполнять предваряющий, пошаговый и итоговый самоконтроль
	Разновидности упражнений на гимнастических снарядах	7.1.5.1 уметь создавать и оценивать простые тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений; 7.1.5.2 составлять план и последовательность действий; 7.1.4.1 уметь улучшать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий; 7.1.4.2 использовать речь для регуляции своих действий
	Выступление и оценка в группах	7.2.2.1 уметь обсуждать и демонстрировать лидерские навыки и навыки работы в команде; 7.2.2.2 знать и выполнять правила культурного речевого общения; 7.2.5.1 использовать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения
4. Национальные и интеллектуальные игры	Казахские	

5. Лыжная/ кроссовая /коньковая подготовка	Техника безопасности. Разминки и техники восстановления	7.3.4.1 определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физических упражнений, направленных на укрепление здоровья; 7.3.4.2 адекватно использовать предметные термины в самостоятельном высказывании; 7.3.2.1 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; 7.3.1.2 составлять текст – рассуждение по плану; 7.1.4.1 уметь улучшать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий; 7.1.4.2 использовать речь для регуляции своих действий
	Специально-специфические упражнения для преодоления препятствий	7.1.3.1 совершенствовать и обобщать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник; 7.1.3.2 составлять план и алгоритм действий; 7.3.3.1 понимать требования к физической подготовке организма при выполнении упражнений различных физических нагрузок и их влияние на энергетическую систему организма по внешним и внутренним признакам; 7.3.3.2 давать адекватную самооценку качества выполнения учебного задания
6. Приключенческие и командно-образующие игры	Командная деятельность и лидерство в играх	7.3.4.1 определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физических упражнений, направленных на укрепление здоровья; 7.3.4.2 адекватно использовать предметные термины в собственном высказывании; 7.2.2.1 уметь обсуждать и демонстрировать лидерские навыки и навыки работы в команде; 7.2.2.2 знать и выполнять правила культурного речевого общения
	Навыки решения проблем посредством игр	7.2.8.1 применять роли, обусловленные различными контекстами движений, и осознавать их различия; 7.2.8.2 осуществлять целенаправленный взаимо- и самоконтроль; 7.1.4.1 уметь улучшать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий; 7.1.4.2 использовать речь для регуляции своих действий
	Альтернативные игровые ситуации	7.2.3.1 уметь обсуждать и демонстрировать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; активно участвовать в диалоге при обсуждении;

		7.2.3.2 активно участвовать в диалоге при обсуждении; 7.2.5.1 использовать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения
	Игры-приключения в группах	7.2.1.1 совершенствовать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства; 7.2.1.2 задавать вопросы на уточнение, понимание, используя паравербальные средства; 7.2.6.1 применять правила соревновательной деятельности и правила судейства; 7.2.6.2 адекватно оценивать собственное речевое поведение
4 четверть		
7. Игры-вторжения	Техника безопасности. Техника выполнения обработки мяча в игровых ситуациях	7.3.4.1 определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физических упражнений, направленных на укрепление здоровья; 7.3.4.2 адекватно использовать предметные термины в самостоятельном высказывании; 7.1.1.1 совершенствовать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в широком диапазоне спортивно-специфических двигательных действий; 7.1.1.2 использовать кинестетический и зрительный анализаторы для контроля качества их исполнения
	Навыки ориентирования в пространстве и передачи мяча	7.1.2.1 совершенствовать и обобщать комбинации движений и их последовательность при выполнении различных физических упражнений; 7.1.2.2 выполнять пошаговый, предваряющий, итоговый самоконтроль; 7.2.4.1 демонстрировать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений; 7.2.4.2 применять техники релаксации в различных ситуациях
	Тактические действия: индивидуальные, групповые, командные	7.1.5.1 уметь создавать и оценивать простые тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений
	Собственные игры-вторжения	7.2.8.1 применять роли, обусловленные различными контекстами движений, и осознавать их различия; 7.2.8.2 осуществлять целенаправленный само- и взаимоконтроль; 7.1.6.1 знать и предотвращать риски во время экспериментирования при выполнении различной двигательной активности
8. Лёгкая атлетика	Оздоровительный бег	7.3.4.1 определять потенциальную опасность и риски в различных контекстах физических упражнений,

		направленных на укрепление здоровья; 7.3.4.2 адекватно использовать предметные термины в самостоятельном высказывании
	Игры с мгновенной ответной реакцией на сигналы	7.2.5.1 использовать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения
	Разминка и средства восстановления	7.3.3.1 понимать требования к физической подготовке организма при выполнении упражнений различных физических нагрузок и их влияние на энергетическую систему организма по внешним и внутренним признакам; 7.3.3.2 давать адекватную самооценку качества выполнения учебного задания
	Движения в спортивно-специфических техниках	7.1.3.1 совершенствовать и обобщать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник; 7.1.3.2 составлять план и алгоритм действий
	Двигательная активность как способ укрепления здоровья	7.3.1.1 понимать и объяснять влияние здорового образа жизни по отношению к собственному здоровью; 7.3.1.2 составлять текст – рассуждение по плану

4) 8 класс:
таблица 4

Раздел долгосрочного плана	Содержание раздела долгосрочного плана	Цели обучения
1 четверть		
1. Легкая атлетика	Техника безопасности. Низкий старт и стартовый разбег	8.3.4.1 понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью; 8.3.4.2 составить связное информативное высказывание по шаблону
	Бег на средние дистанции	8.2.3.1 применять и демонстрировать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; 8.2.3.2 применять дыхательные техники для снятия эмоционального напряжения; 8.3.2.1 составлять и демонстрировать комплексы упражнений для разминки и восстановления, осознавая их важность
	Прыгучесть	8.1.2.1 объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне; 8.1.2.2 выполнять все виды самоконтроля

	Сила и мышечная выносливость в бросках и метаниях	8.1.1.1 демонстрировать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в диапазоне спортивно – специфических двигательных действий; 8.1.1.2 давать отчет и реальную самооценку выполнения проделанной работы; 8.3.5.1 демонстрировать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей
2. Навыки решения проблем посредством игр	Приемы в игровых ситуациях	8.1.1.1 демонстрировать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в диапазоне спортивно – специфических двигательных действий; 8.1.1.2 давать отчет и реальную самооценку выполнения проделанной работы; 8.1.3.1 объяснять и демонстрировать навыки и последова-тельность движений при выполнении спортивно-специфических техник; 8.1.3.2 оказывать по запросу товарища целевую помощь; 8.2.4.1 использовать и уметь обсуждать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений; 8.2.4.2 знать и применять техники релаксации для снятия эмоционального напряжения
	Функция игры	8.1.2.1 объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне; 8.1.2.2 выполнять все виды самоконтроля
	Соревновательная игровая деятельность	8.1.5.1 определять и оценивать тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений; 8.1.5.2 продуктивно сотрудничать с одноклассниками при выполнении учебной задачи; 8.2.2.1 демонстрировать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде; 8.2.2.2 владеть навыками продуктивной коммуникации в группе; 8.2.1.1 демонстрировать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства; 8.2.1.2 словесно иллюстрировать выполняемые действия
2 четверть		
3. Гимнастика	Техника безопасности. Строевые приемы на месте и в	8.3.4.1 понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью; 8.3.4.2 составить связное информативное высказывание по шаблону

	движении	
	Акробатические упражнения с прыжками и балансированием	8.3.2.1 составлять и демонстрировать комплексы упражнений для разминки и восстановления, осознавая их важность; 8.1.2.1 объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне; 8.1.2.2 выполнять все виды самоконтроля
	Комбинации на гимнастических снарядах	8.1.5.1 определять и оценивать тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений; 8.1.5.2 продуктивно сотрудничать с одноклассниками при выполнении учебной задачи; 8.1.4.1 сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий; 8.1.4.2 составлять план и последовательность действий
	Комплекс произвольных упражнений ритмической гимнастики	8.2.2.1 демонстрировать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде; 8.2.2.2 владеть навыками продуктивной коммуникации в группе; 8.3.5.1 демонстрировать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей
4. Игры с акцентом на казахские народные традиции	Подвижные игры	8.2.7.1 оценивать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований; 8.2.7.2 строить оценочные высказывания с использованием предметной лексики; 8.2.3.1 применять и демонстрировать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; 8.2.3.2 применять дыхательные техники для снятия эмоционального напряжения; 8.3.5.1 демонстрировать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей
	Казахские национальные игры	8.2.6.1 сравнивать правила соревновательной деятельности и правила судейства; 8.2.5.1 демонстрировать и сравнивать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения; 8.2.5.2 устно планировать свою деятельность, контролировать и оценивать её
3 четверть		
5. Лыжная/ кроссовая/ коньковая подготовка	Техника безопасности. Разминка и техники восстановления	8.3.4.1 понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью; 8.3.4.2 составить связное информативное высказывание по шаблону;

	для развития физических качеств	8.3.2.1 составлять и демонстрировать комплексы упражнений для разминки и восстановления, осознавая их важность
	Техника специальных упражнений. Бег с преодолением различных препятствий	8.3.1.1 демонстрировать на собственном примере влияние здорового образа жизни на здоровье; 8.1.4.1 сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий; 8.1.4.2 составлять план и последовательность действий
6. Командные игры как активная форма деятельности	Лидерские навыки в командных играх	8.1.3.1 объяснять и демонстрировать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник; 8.1.3.2 оказывать по запросу товарища целевую помощь; 8.3.3.1 объяснять деятельность энергетической системы при выполнении упражнений различных физических нагрузок и знать её действие на организм; 8.3.3.2 составить монолог рассуждение по модели; 8.3.4.1понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью; 8.3.4.2 составить связное информативное высказывание по шаблону; 8.2.2.1 демонстрировать и применять лидерские навыки и навыки работы в команде; 8.2.2.2 владеть навыками продуктивной коммуникации в группе
	Игры на развитие координации движений	8.2.8.1 демонстрировать и сравнивать роли и их различия, обусловленные различными контекстами движений; 8.2.8.2 планировать выступление, изменять его в соответствии с образцом; 8.1.4.1 сопоставлять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий; 8.1.4.2 составлять план и последовательность действий
	Игры на развитие логического мышления	8.2.3.1 применять и демонстрировать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; 8.2.3.2 применять дыхательные техники для снятия эмоционального напряжения; 8.2.5.1 демонстрировать и сравнивать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения; 8.2.5.2 устно планировать свою деятельность, контролировать и оценивать её
	Игры на развитие смекалки,	8.2.1.1 демонстрировать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства;

	внимательности и находчивости	8.2.1.2 словесно иллюстрировать выполняемые действия; 8.2.6.1 сравнивать правила соревновательной деятельности и правила судейства
4 четверть		
7. Основные навыки в командных играх	Техника безопасности. Техника игры	8.3.4.1 понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью; 8.3.4.2 составить связное высказывание по опорным словам; 8.1.1.1 демонстрировать двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в диапазоне спортивно – специфических двигательных действий; 8.1.1.2 давать отчет и реальную самооценку выполнения проделанной работы
	Тактика игры	8.1.2.1 объяснять и демонстрировать комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне; 8.1.2.2 выполнять все виды самоконтроля; 8.2.4.1 использовать и уметь обсуждать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений; 8.2.4.2 знать и применять техники релаксации для снятия эмоционального напряжения
	Творческая активность в играх	8.1.5.1 определять и оценивать тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений; 8.1.5.2 продуктивно сотрудничать с одноклассниками при выполнении учебной задачи; 8.2.8.1 демонстрировать и сравнивать роли и их различия, обусловленные различными контекстами движений; 8.2.8.2 планировать выступление, изменять его в соответствии с образцом; 8.1.6.1 уметь улучшать навыки преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью
8. Легкая атлетика	Бег по пересечённой местности	8.3.4.1 понимать сложные вопросы техники безопасности, а также способы снижения потенциальной угрозы здоровью; 8.3.4.2 составить связное информативное высказывание по шаблону
	Выносливость	8.2.5.1 демонстрировать и сравнивать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения; 8.2.5.2 устно планировать свою деятельность, контролировать и оценивать её

	Фазы прыжка	8.3.3.1 объяснять деятельность энергетической системы при выполнении упражнений различных физических нагрузок и знать её действие на организм; 8.3.3.2 составить монолог – рассуждение по модели
	Компоненты фитнеса в метаниях и бросках	8.1.3.1 объяснять и демонстрировать навыки и последовательности движений при выполнении спортивно-специфических техник; 8.1.3.2 оказывать по запросу товарища целевую помощь; 8.3.1.1 демонстрировать на собственном примере влияние здорового образа жизни на здоровье

5) 9 класс:
таблица 5

Раздел долгосрочного плана	Содержание раздела долгосрочного плана	Цели обучения
1 четверть		
1. Бег, прыжки и метание	Техника безопасности. Спринтерский бег	9.3.4.1 понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья и техники безопасности; 9.3.4.2 составить позитивное оценочное речевое высказывание о качестве деятельности
	Беговая выносливость	9.3.3.1 объяснять и описывать деятельность энергетической системы и её связь с упражнениями различной физической нагрузки; 9.3.3.2 оценивать свою и чужую речевую деятельность по критериям; 9.3.2.1 разрабатывать, объяснять для конкретных физических занятий, оценивать эффективность восстановления организма; 9.3.2.2 продуктивно решать коммуникативные задачи при работе в группе
	Модификации прыжков	9.1.2.1 применять комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений на достаточном техническом уровне; 9.1.2.2 давать самооценку выполнения учебного задания
	Комплексы 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; 9.1.1.2 оказывать взаимопомощь при выполнении
2. Командные спортивные игры	Техника игры	9.1.1.1 сопоставлять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в большом диапазоне спортивно-специфических двигательных действий;

		9.1.1.2 оказывать взаимопомощь при выполнении 9.1.3.1 с направляющей помощью учителя комбинировать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник; 9.1.3.2 обращаться за помощью в процессе выполнения; 9.2.4.1 сопоставлять правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений; 9.2.4.2 знать и выполнять элементы различных техник для релаксации и снятия эмоционального напряжения
	Тактика и тактические действия в спортивных играх	9.1.2.1 применять комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений на достаточном техническом уровне; 9.1.2.2 давать самооценку выполнения учебного задания; 9.2.1.1 оценивать приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства; 9.2.1.2 строить связное оценочное высказывание о необходимости этих знаний
2 четверть		
3. Гимнастика	Техника безопасности. Строевые упражнения в группах	9.3.4.1 понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья и техники безопасности; 9.3.4.2 составить позитивное оценочное речевое высказывание о качестве деятельности
	Комбинации акробатических элементов	9.3.2.1 разрабатывать, объяснять для конкретных физических занятий, оценивать эффективность восстановления организма; 9.3.2.2 продуктивно решать коммуникативные задачи при работе в группе; 9.1.2.1 применять комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений на достаточном техническом уровне; 9.1.2.2 давать самооценку выполнения учебного задания
	Последовательность упражнений на гимнастических снарядах	9.1.5.1 создавать, анализировать, различные тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений; 9.1.5.2 осуществлять продуктивную коммуникацию в группе; 9.1.4.1 оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий
4. Игры народов Казахстана	Международные игры	9.2.7.1 поддерживать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований; 9.2.7.2 убедительно аргументировать свою позицию; 9.2.3.1 оценивать ряд навыков совместной и

		эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; 9.2.3.2 оценивать эффективность дыхательных техник для снятия эмоционального напряжения; 9.3.5.1 оценивать знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей
	Интеллектуальные игры	9.2.6.1 оценивать и анализировать правила соревновательной деятельности и правила судейства; 9.2.5.1 оценивать и анализировать собственные творческие способности и способности других; 9.2.5.2 использовать оценочные суждения с использованием предметной лексики
3 четверть		
5. Лыжная/ кроссовая/ коньковая подготовка	Техника безопасности. Комплексы разминки и техники восстановления	9.3.4.1 понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья и техники безопасности; 9.3.4.2 составить позитивное оценочное речевое высказывание о качестве деятельности; 9.3.2.1 разрабатывать, объяснять для конкретных физических занятий, оценивать эффективность восстановления организма; 9.3.2.2 продуктивно решать коммуникативные задачи при работе в группе
	Комплексы упражнений на улучшение силы и выносливости	9.3.1.1 доказать на собственном примере влияние здорового образа жизни на здоровье; 9.3.1.2 адекватно выбирать вербальные и невербальные средства для продуктивной коммуникации; 9.1.4.1 оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий
	Специально-специфические упражнения для преодоления препятствий	9.1.3.1 с направляющей помощью учителя комбинировать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник; 9.1.3.2 обращаться за помощью в процессе выполнения; 9.3.3.1 объяснять и описывать деятельность энергетической системы и её связь с упражнениями различной физической нагрузки; 9.3.3.2 оценивать свою и чужую речевую деятельность по критериям
6. Командообразующие игры	Командная деятельность и лидерство в играх	9.3.4.1 понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья и техники безопасности; 9.3.4.2 составить позитивное оценочное речевое высказывание о качестве деятельности; 9.2.2.1 оценивать лидерские навыки и навыки работы в команде
	Навыки решения проблем в спортивных играх	9.2.8.1 оценивать различные роли, обусловленные контекстами движений; 9.2.8.2 анализировать свое выступление, корректировать его в соответствии с образцом; 9.1.4.1 оценивать собственные умения и умения других

		для улучшения выполнения двигательных действий
	Игровые комбинации	9.2.3.1 оценивать ряд навыков совместной и эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды; 9.2.3.2 оценивать эффективность дыхательных техник для снятия эмоционального напряжения; 9.2.5.1 оценивать и анализировать собственные творческие способности и способности других; 9.2.5.2 использовать оценочные суждения с использованием предметной лексики
4 четверть		
7. Социальные навыки и решение задач в командной деятельности	Техника безопасности. Техника владения мяча в игровых ситуациях	9.3.4.1 понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья и техники безопасности; 9.3.4.2 составить позитивное оценочное речевое высказывание о качестве деятельности; 9.1.1.1 сопоставлять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в большом диапазоне спортивно-специфических двигательных действий; 9.1.1.2 оказывать взаимопомощь при выполнении
	Ориентирование в игровом пространстве	9.1.2.1 применять комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений на достаточном техническом уровне; 9.1.2.2 давать самооценку выполнения учебного задания; 9.2.4.1 сопоставлять правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений; 9.2.4.2 знать и выполнять элементы различных техник для релаксации и снятия эмоционального напряжения
	Индивидуальные, групповые, командные тактические действия	9.1.5.1 создавать, анализировать, различные тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений; 9.1.5.2 осуществлять продуктивную коммуникацию в группе
8. Здоровье и фитнес через двигательную активность	Создание комплекса разминки и восстановления для разных групп мышц	9.3.3.1 объяснять и описывать деятельность энергетической системы и её связь с упражнениями различной физической нагрузки; 9.3.3.2 оценивать свою и чужую речевую деятельность по критериям; 9.1.6.1с эмоциональной помощью учителя оценивать навыки преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью; 9.1.6.2 адекватно оценивать собственное речевое поведение и поведение окружающих
	Стайерский бег	9.1.3.1 с направляющей помощью учителя комбинировать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник; 9.1.3.2 обращаться за помощью в процессе выполнения

	Прыжки и метания	9.2.5.1 оценивать и анализировать собственные творческие способности и способности других; 9.2.5.2 использовать оценочные суждения с использованием предметной лексики; 9.3.4.1 понимать и детально описывать сложные вопросы здоровья и техники безопасности; 9.3.4.2 составить позитивное оценочное речевое высказывание о качестве деятельности
	Здоровый образ жизни	9.3.1.1 доказать на собственном примере влияние здорового образа жизни на здоровье; 9.3.1.2 адекватно выбирать вербальные и невербальные средства для продуктивной коммуникации

6) 10 класс:
таблица 6

Раздел долгосрочного плана	Содержание раздела долгосрочного плана	Цели обучения
1 четверть		
1. Техника бега, прыжков и метания	Техника безопасности.	10.3.4.1 понимать и детально описывать сложные вопросы способов снижения потенциальных угроз здоровью
	Навыки беговой выносливости	10.3.3.1 проверить связь деятельности энергетической системы и упражнениями различной физической нагрузки; 10.3.3.2 убедительно доказывать свою позицию, опираясь на структуру текста – рассуждение; 10.3.2.1 самостоятельно проводить разминки для конкретных физических занятий, оценивать эффективность восстановления организма
	Модификации прыжков	10.1.2.1 обосновывать выбор и применять комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений на достаточном техническом уровне
	Навыки метания и бросков	10.1.1.1 оценивать эффективность двигательных навыков для развития точности, контроля и маневренности в большом диапазоне спортивно-специфических двигательных действий; 10.1.1.2 составить оценочное высказывание о качестве проделанной работы
	Беговая эстафета	10.3.5.1 пропагандировать на творческом уровне знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей; 10.3.5.2 формулировать цели и задачи деятельности в виде желаемого результата
2. Командные спортивные игры	Соревновательная игровая деятельность	10.1.5.1 сравнивать и сопоставлять различные тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений;

		10.1.5.2 строить оценочное суждение с использованием предметной лексики
		10.2.2.1 по самостоятельно выработанным критериям оценивать лидерские навыки и навыки работы в команде; 10.2.2.2 строить монолог – рассуждение по теме; 10.2.1.1 аргументировать жизненную необходимость приобретенных знаний, связанных с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства; 10.2.1.2 планировать, а затем анализировать свое выступление, корректировать его в соответствии с целью высказывания
	Тактика и тактические действия в спортивных играх	10.1.5.1 сравнивать и сопоставлять различные тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений; 10.1.5.2 строить оценочное суждение с использованием предметной лексики
	Лидерские навыки и навыки работы в команде	10.2.2.1 по самостоятельно выработанным критериям оценивать лидерские навыки и навыки работы в команде; 10.2.2.2 строить монолог – рассуждение по теме; 10.2.1.1 аргументировать жизненную необходимость приобретенных знаний, связанных с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства; 10.2.1.2 планировать, а затем анализировать свое выступление, корректировать его в соответствии с целью высказывания
2 четверть		
3. Гимнастика	Техника безопасности. Строевые упражнения в группах	10.3.4.1 понимать и детально описывать сложные вопросы способов снижения потенциальных угроз здоровью
	Комбинаций акробатических элементов	10.3.2.1 самостоятельно проводить разминки для конкретных физических занятий, оценивать эффективность восстановления организма; 10.1.2.1 обосновывать выбор и применять комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений на достаточном техническом уровне
	Выступление и оценка в группах	10.2.2.1 по самостоятельно выработанным критериям оценивать лидерские навыки и навыки работы в команде; 10.2.2.2 строить монолог – рассуждение по теме 10.2.3.1 проранжировать эффективность навыков совместной - работы по созданию благоприятной учебной среды; 10.2.3.2 применять формулы самовнушения и дыхательные техники для снятия эмоционального напряжения

4. Игры народов Казахстана	Международные игры	10.2.7.1 анализировать поведение, отражающее честную игру, патриотизм, сотрудничество во время соревнований; 10.2.7.2 демонстрировать базовые навыки синтонной коммуникации; 10.2.3.1 проранжировать эффективность навыков совместной - работы по созданию благоприятной учебной среды; 10.2.3.2 применять формулы самовнушения и дыхательные техники для снятия эмоционального напряжения; 10.3.5.1 пропагандировать на творческом уровне знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей; 10.3.5.2 формулировать цели и задачи деятельности в виде желаемого результата
	Интеллектуальные игры	10.2.6.1 демонстрировать знания правил соревновательной деятельности и правила судейства в ходе игры; 10.2.5.1 оценивать и анализировать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения
3 четверть		
5. Лыжная/ кроссовая/ коньковая подготовка	Техника безопасности. Комплексы разминки и техники восстановления	10.3.4.1 понимать и детально описывать сложные вопросы способов снижения потенциальных угроз здоровью; 10.3.2.1 самостоятельно проводить разминки для конкретных физических занятий, оценивать эффективность восстановления организма
	Комплексы упражнений на улучшение силы и выносливости	10.3.1.1 активно пропагандировать влияние здорового образа жизни на здоровье различными методами; 10.3.1.2 подготовить и представить публичное выступление в виде презентации; 10.1.4.1 оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий по самостоятельно выработанным критериям; 10.1.4.2 в соответствии с нормами литературного языка выражать свое мнение, используя различные формы и стили речи
	Специально-специфические упражнения для преодоления препятствий	10.1.3.1 самостоятельно комбинировать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник; 10.3.3.1 проверить связь деятельности энергетической системы и упражнениями различной физической нагрузки; 10.3.3.2 убедительно доказывать свою позицию, опираясь на структуру текста – рассуждение
6. Командноо́браз	Командная деятельность и	10.3.4.1 понимать и детально описывать сложные вопросы способов снижения потенциальных угроз

уюшие игры	лидерство в играх	здоровью; 10.2.2.1 по самостоятельно выработанным критериям оценивать лидерские навыки и навыки работы в команде; 10.2.2.2 строить монолог – рассуждение по теме
	Навыки решения проблем в спортивных играх	10.2.8.1 адаптировать различные роли, обусловленные контекстами движений; 10.1.4.1 оценивать собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий по самостоятельно выработанным критериям; 10.1.4.2 в соответствии с нормами литературного языка выражать свое мнение, используя различные формы и стили речи
	Альтернативная игра	10.2.1.1 аргументировать жизненную необходимость приобретенных знаний, связанных с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства; 10.2.1.2 планировать, а затем анализировать свое выступление, корректировать его в соответствии с целью высказывания; 10.2.6.1 демонстрировать знания правил соревновательной деятельности и правила судейства в ходе игры
4 четверть		
7. Социальные навыки и решение задач в командной деятельности	Техника безопасности. Техника владения мяча в игровых ситуациях	10.3.4.1 понимать и детально описывать сложные вопросы способов снижения потенциальных угроз здоровью; 10.1.1.1 оценивать эффективность двигательных навыков для развития точности, контроля и маневренности в большом диапазоне спортивно-специфических двигательных действий; 10.1.1.2 составить оценочное высказывание о качестве проделанной работы
	Навыки ориентирования в игровом пространстве	10.1.2.1 обосновывать выбор и применять комбинации движений и их последовательность в широком диапазоне упражнений на достаточном техническом уровне; 10.2.4.1 оценивать правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений; 10.2.4.2 самостоятельно составить комплекс упражнений для снятия эмоционального напряжения
	Индивидуальные, групповые, командные тактические действия	10.1.5.1 сравнивать и сопоставлять различные тактики, стратегии и композиционные идеи в широком диапазоне физических упражнений; 10.1.5.2 строить оценочное суждение с использованием предметной лексики
	Занимательные игры	10.2.8.1 адаптировать различные роли, обусловленные контекстами движений; 10.1.6.1 самостоятельно оценивать навыки

		преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью
8. Здоровье и фитнес через двигательную активность	Комплекс разминки и восстановления для разных групп мышц	10.3.3.1 проверить связь деятельности энергетической системы и упражнениями различной физической нагрузки; 10.3.3.2 убедительно доказывать свою позицию, опираясь на структуру текста – рассуждение
	Навыки бега	10.1.3.1 самостоятельно комбинировать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно-специфических техник
	Навыки прыжка и метания	10.2.5.1 оценивать и анализировать собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения; 10.3.4.1 понимать и детально описывать сложные вопросы способов снижения потенциальных угроз здоровью
	Физическое здоровье	10.3.1.1 активно пропагандировать влияние здорового образа жизни на здоровье различными методами; 10.3.1.2 подготовить и представить публичное выступление о здоровье в виде презентации