


Утверждаю 
Директор
КГУ «Общеобразовательная школа
№5 города Атбасар отдела
образования по Атбасарскому району
управления образования
Акмолинской области»
Кизкенова Г.А.

Учебная программа «Физическая культура»
для 6 классов с интеграцией учебного курса
«Основы безопасности жизнедеятельности»

2022 -2023 год

В рамках типовой учебной программы «Физическая культура» для 5–9 классов общеобразовательной школы реализуется изучение содержания учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности». Наряду с основными темами по Правилам техники безопасности во время уроков физической культуры рекомендуется изучить:

- Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, в лесу и в жилых кварталах;
- Профилактика вредных привычек;
- Переутомление: причины и профилактика;
- Здоровое питание
- Первая помощь при неотложных состояниях и др.

Календарно-тематическое планирование
Физическая культура дисциплина 6 класс

Итого 108 часов, в неделю 3 часов

(Негізгі орта білім беру деңгейінің 5-9-сыныптарына арналған «Дене шынықтыру» пәнінен жаңартылған мазмұндағы үлгілік оқу бағдарламасы Қ Білім және ғылым министрінің 2017 жылғы 25 қазандағы № 545 бұйрығына)

№ п/п	Раздел/ Сквозные темы	Темы урока	Цель обучения	Колич ество часов	Дата по календарю	дата	коррект провка
І четверть 26 часов (1-26)							
1	І Раздел Развитие навыков бега, прыжков и метания 14 часов.	Техника безопасности. Реакция организма на различные физические нагрузки	6.3.4.1 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья	1	2.09		
2,		Последовательность бега и прыжках	6.3.3.1 - предлагать и демонстрировать упражнения с различной физической нагрузкой и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам;	2	6.09		6
3				7.09		2	
4,		Последовательность бега и прыжках	6.3.3.1 - предлагать и демонстрировать упражнения с различной физической нагрузкой и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам;	5	9.09		11
5				13.09		13	
6,		Последовательность бега и прыжках	6.3.2.1 - объяснять влияние на организм ключевых компонентов разминки и техники восстановления и воспроизводить их	2	14.09		14
7				16.09		15	
8		Последовательность бега и прыжках	6.3.2.1 - объяснять влияние на организм ключевых компонентов разминки и техники восстановления	1	20.09		20

9, 10	Броски и метания различных снарядов	6.1.2.1 - уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях	2	21.09 23.09		
		1.2. Виды костюмов и основные способы их разведения				
11, 12	Броски и метания различных снарядов	6.1.2.1 - уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях	2	27.09 28.09		
		6.1.1.1 - применять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно - специфических двигательных действий	2	30.09 4.10		
13, 14	Броски и метания различных снарядов	6.1.1.1 - применять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно - специфических двигательных действий	1	5.10		
		6.1.1.1 - применять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно - специфических двигательных действий;	1	7.10		
15	Развитие навыков техники игры	6.1.1.1 - применять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно - специфических двигательных действий;	1	11.10		
		1.3. Оборудование укрытий от непогоды				
16	Развитие навыков техники игры	6.1.1.1 - применять двигательные навыки для развития точности, контроля и маневренности в небольшом диапазоне спортивно - специфических двигательных действий;	1	12.10		
		1.3. Оборудование укрытий от непогоды				
17	Развитие навыков техники игры	6.1.3.1 - уметь выбирать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно - специфических техник;	1			
		1.3. Оборудование укрытий от непогоды				
18	Развитие навыков техники игры	6.1.3.1 - уметь выбирать навыки и последовательность движений при выполнении	1			
		1.3. Оборудование укрытий от непогоды				

**II
Раздел**

Командные спортивные игры

1.4 Поиск воды и пищи						
19, 20	Использование тактических действий в спортивных играх	6.1.2.1 - уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях;	2	14.10 18.10		
21, 22	Развитие лидерских навыков работы в команде	6.2.2.1 - определять и использовать лидерские навыки и навыки работы в команде;	2	19.10 21.10		
1.5 Сигналы бедствия						
23, 24	Использование тактических действий в спортивных играх	6.1.2.1 - уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях;	2	25.10 26.10		
25	Развитие лидерских навыков работы в команде	6.2.2.1 - определять и использовать лидерские навыки и навыки работы в команде;	1	28.10		
26	Развитие лидерских навыков работы в команде	6.2.2.1 - определять и использовать лидерские навыки и навыки работы в команде;	1	28.10		

II –четвергь24 часа (27-50)

№ п/п	Раздел/ Сквозные темы	Темы урока	Цель обучения	Колич ество часов	Дата по календарю	дата	контр ексти ровк а
27	III Укрепле ние организм а через гимнасти	Техника безопасности. Строевые упр	6.3.4.1 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья	2	8.11 9.11		
28		Выполнение акробатических упражнений и комбинаций	6.3.2.1 - объяснять влияние на организм ключевых компонентов разминки и техники восстановления	1	11.11		

30, 31	ку 12 часов	и воспроизводить их;	2	15.11 16.11	
32, 33		6.1.5.1 - понимать и применять тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений;	2	18.11 22.11	
34		6.1.5.1 - понимать и применять тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений;	1	23.11	
35		6.2.2.1 - определять и использовать лидерские навыки и навыки работы в команде;	1	25.11	
36		6.1.4.1 - понимать и объяснять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий	1	29.11	
37, 38		6.2.5.1 - понимать и применять собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	2	30.11 2.12	
39, 40	IV Казахки е	1.6 Носимый аварийный запас, правила укомплектования и использования	2	6.12 7.12	
		Казахские национальные игры	2		

41,	национальные игры и интеллект	Казахские национальные игры	6.2.3.1 - определять и использовать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды;	2	9.12 13.12		
42	туальные игры	Изучение ряда стратегий и тактик в рамках национальной игры а	6.2.6.1 - понимать правила соревновательной деятельности и правила судейства;	2	14.12 16.12		
43,	12 часов	Казахские национальные игры	6.3.5.1 - применять знания и навыки для обогащения опыта физических упражнений других людей	2	20.12 21.12		
44		Изучение ряда стратегий и тактик в рамках национальной игры	6.2.5.1 - понимать и применять собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	2	23.12 27.12		
45,		Изучение ряда стратегий и тактик в рамках национальной игры	6.2.5.1 - понимать и применять собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	1	28.12		
46		Изучение ряда стратегий и тактик в рамках национальной игры	6.2.5.1 - понимать и применять собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	1	30.12		

III –четверть 2023 год.30 часов (51-80)

№ п/п	Раздел/Сквозные темы	Темы урока	Цель обучения	Количество часов	Дата по календарю	дата	корректировка
-------	----------------------	------------	---------------	------------------	-------------------	------	---------------

51	<i>V</i> Раздел. Лыжная/ кроссова я/ конькова я подготов ка 11 часов	Техника безопасности. Строевые упр	6.3.4.1 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья	1	10.01				
52	2.2 Ядовитые растения и грибы	Техника безопасности. Строевые упр	6.3.4.1 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья	1	11.01				
53	Упражнения на развитие силы и выносливости	6.3.1.1 - уметь определять риски по отношению к собственному здоровью;	1	13.01					
54	Творческие задания на прохождение дистанции	6.1.3.1 - уметь выбирать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно - специфических техник;	1	17.01					
55	Упражнения на развитие силы и выносливости	6.1.4.1 - понимать и объяснять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий	1	18.01					

6

56	Творческие задания на прохождение дистанции	6.3.3.1 - предлагать и демонстрировать упражнения с различной физической нагрузкой и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам	1	20.01	18	
57, 58	Творческие задания на прохождение дистанции	6.3.3.1 - предлагать и демонстрировать упражнения с различной физической нагрузкой и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам	2	24.01 25.01	23 29	
59, 60	Развитие навыков сотрудничества	2.3 Ядовитые змеи и насекомые 6.3.4.1 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья;	2	27.01 31.01		
61	Развитие навыков сотрудничества	6.2.2.1 - определять и использовать лидерские навыки и навыки работы в команде	1	1.02		
62	Решение проблем посредством игры	2.4 Правила безопасного поведения при встрече с дикими животными 6.2.8.1 - осознавать и объяснять роли и их различия, обусловленные различными контекстами движений;	1	3.02		
63, 64	Решение проблем посредством игр	6.2.8.1 - осознавать и объяснять роли и их различия, обусловленные различными контекстами движений;	2	7.02 8.02		
65, 66	Решение проблем посредством игр	6.1.4.1 - понимать и объяснять собственные умения и умения других для улучшения выполнения двигательных действий	2	10.02 14.02	12	

6 К 1

67	Развитие критического мышления через приключенческие игры	6.2.3.1 - определять и использовать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды;	1	15.02		
68, 69	Развитие критического мышления через приключенческие игры	6.2.3.1 - определять и использовать ряд навыков совместной эффективной работы по созданию благоприятной учебной среды;	2	17.02 21.02		
70, 71	Развитие критического мышления через приключенческие игры	6.2.5.1 - понимать и применять собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	2	22.02 24.02		
72, 73	Развитие критического мышления через приключенческие игры	6.2.5.1 - понимать и применять собственные творческие способности и способности других, а также предлагать альтернативные решения	2	28.02 1.03		
74, 75	«Честная игра» и сотрудничество	6.2.1.1 - определять и применять приобретенные знания, связанные с движением, для реагирования на изменяющиеся обстоятельства;	2	3.03 7.03		
76, 77	«Честная игра» и сотрудничество	6.2.6.1 - понимать правила соревновательной деятельности и правила судейства	2	10.03 14.03		
78, 79	«Честная игра» и сотрудничество	6.2.6.1 - понимать правила соревновательной деятельности и правила судейства	2	15.03 17.03		

80	Развитие основных элементов техники владения мячом	6.1.1.1 - применять двигательные навыки для развития точности, контроля и манерности в небольшом диапазоне спортивно - специфических двигательных действий	1	17.03			
IV –четверть 28 часов (81-108)							
№ п/п	Раздел/ Сквозные темы	Темы урока	Цель обучения	Количество часов	Дата по календарю	дата	коррект провка
81	VII Раздел. Улучшен ие навыков посредст вом игр	Техника безопасности	6.1.2.1 - уметь составлять и выполнять комбинации движений и их последовательность в некоторых упражнениях;	1	28.03		
82, 83		Навыки ориентирования в игровом пространстве	6.2.4. 1 - понимать и применять правила и структурные приемы для оптимизации деятельности и разработки альтернатив в рамках физических упражнений	2	29.03 31.03		
84		Основы тактических действий	6.1.5.1 - понимать и применять тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений	1	4.04		
85, 86		Основы тактических действий	6.1.5.1 - понимать и применять тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений	2	5.04 7.04		
87, 88		Основы тактических действий	6.1.5.1 - понимать и применять тактики, стратегии и композиционные идеи в ряде физических упражнений	2	11.04 12.04		
89, 90		Обзор и демонстрация собственных игр	6.2.8.1 - осознавать и объяснять роли и их различия, обусловленные различными контекстами	2	14.04 18.04		

91, 92	Обзор и демонстрация собственных игр	движений; 6.1.6.1 - понимать и уметь применять навыки преодоления трудностей и реагирования на риски, связанные с двигательной активностью;	2	19.04 21.04	
93, 94	Развитие адаптационных способностей организма	6.3.4.1 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья;	2	25.04 26.04	
95	Развитие адаптационных способностей организма	6.3.4.1 - понимать спортивно-специфическую технику безопасности, нормы и правила, направленные на укрепление здоровья;	1	28.04	
96	VIII раздел. Улучшение навыков бега, прыжков и метания	6.3.3.1 - предлагать и демонстрировать упражнения с различной физической нагрузкой и их влияние на энергетическую систему организма по внешним признакам;	1	3.05	
97, 98	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;	2	5.05 10.05	
99, 100	Элементы динамической разминки	6.1.3.1 - уметь выбирать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно - специфических техник	2	12.05 16.05	
101, 102	Элементы динамической разминки	6.1.3.1 - уметь выбирать навыки и последовательность движений при выполнении спортивно - специфических техник	2	17.05 19.05	
103, 104	Укрепление здоровья через двигательную активность	6.3.1.1 - уметь определять риски по отношению к собственному здоровью	2	23.05 24.05	