Приложение 11
к приказу Министра
образования
и науки Республики
Казахстан
от 10 мая 2018 года № 199
Приложение 186
к приказу Министра
образования
и науки Республики
Казахстан
от 3 апреля 2013 года №
115

Типовая учебная программа по предмету "Физическая культура" для 1-4 классов уровня начального образования

Глава 1. Общие положения

1. Учебная программа по предмету "Физическая культура" разработана в соответствии с Государственным общеобязательным стандартом среднего образования (начального, основного среднего, общего среднего образования), утвержденным постановлением Правительства Республики Казахстан от 23 августа 2012 года № 1080.

2. Целью обучения является формирование основ физической культуры, направленных на здоровое физическое развитие, приобретение спортивно-специфических двигательных навыков и физических способностей.

3. Задачи обучения предмету "Физическая культура":

1) развитие теоретических знаний и практических навыков в области физического воспитания и спорта;

2) мотивация стремления укрепить свое физическое и психическое здоровье;

3) развитие двигательных навыков обучающихся, способствующих выносливости, быстроте, силе, ловкости и гибкости;

4) воспитание чувства патриотизма, уважения, ответственности и взаимопонимания;

5) стимулирование обучающихся вести здоровый образ жизни на протяжении всей жизни и применять приобретенные навыки в дальнейшем;

6) формирование представления о физической культуре как части общечеловеческой культуры.

4. Изучение предмета "Физическая культура" позволит обучающимся:

1) применять предметные знания, умения и навыки в повседневной жизни;

2) оценивать необходимость в улучшении двигательных компетенций и физического развития;

3) понять важность развития нравственного качества и осознать необходимость честного соперничества и непрерывного саморазвития;

4) понять необходимость соблюдения правил личной гигиены;

5) узнать о влиянии физических упражнений на физическую и энергетическую систему человека;

6) оценивать свое физическое состояние и физическое состояние других обучающихся;

7) развивать навыки критического и творческого мышления, навыки разрешения проблем и коммуникативные навыки.

5. Развитие личностных качеств в органическом единстве с навыками широкого спектра являются основой для привития обучающимся базовых ценностей образования: "казахстанский патриотизм и гражданская ответственность", "уважение", "сотрудничество", "труд и творчество", "открытость", "образование в течение всей жизни". Эти ценности призваны стать устойчивыми личностными ориентирами обучающегося, мотивирующими его поведение и повседневную деятельность.

Глава 2. Организация содержания учебного предмета "Физическая культура"

6. Объем учебной нагрузки по предмету "Физическая культура" составляет:

1) в 1 классе – 3 часа в неделю, 99 часов в учебном году;

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

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

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

7. Базовое содержание учебного предмета "Физическая культура":

1) базовое содержание учебного предмета "Физическая культура" для 1 класса: знания о здоровье; техника безопасности; что такое физическая культура; режим дня, утренняя зарядка и физкультминутки; бег и ходьба; прыжки и метания; развитие навыков общения через игры; сюжетно-ролевые подвижные игры; широкий ряд двигательных навыков; навыки общения в небольших группах и парах; польза физических занятий; креативность и критическое мышление посредством гимнастических упражнений; техника безопасности; осанка и координация; изучение ряда гимнастических фигур; движения на простых гимнастических снарядах; твои физические возможности; казахские национальные подвижные игры: знакомство с традициями и культурой казахского народа; вовлеченность через подвижные игры; обучение двигательным навыкам посредством игр; техника безопасности; сердцебиение и дыхание человека во время физической деятельности; игра как средство для развития индивидуальных физических качеств; динамика и передвижение в пространстве; подвижные игры с предметами; развитие опорно-двигательного аппарата через подвижные игры; навыки управления телом через имитационные упражнения; развитие опорно-двигательного аппарата; игры с мячом; игры и упражнения со скакалкой; творческие и коммуникативные навыки посредством игр; техника безопасности; творческие способности через игры; игры на развитие коммуникативных навыков; творческие идеи для игр; активность и самостоятельность в двигательной деятельности; формирование здорового образа жизни; физическая деятельность на открытом воздухе; быстрота, сила и ловкость; задания на развитие прыгучести; подвижные игры и эстафеты;

2) базовое содержание учебного предмета "Физическая культура" для 2 класса: развитие физических качеств через атлетику; техника безопасности;

обзор основных понятий здоровья; комплексы утренней зарядки; навыки бега, прыжков и метания; эстафеты с элементами бега, прыжков и метания; подвижные игры для освоения спортивных игр; спектр двигательных навыков в подвижных играх; подвижные игры с мячом; игры с передвижениями; работа в парах и в группах; физическое развитие средствами гимнастики; техника безопасности; развитие силы через серию различных физических нагрузок; широкий спектр гимнастических упражнений; лазанье и перелазанье; развитие равновесия; казахские национальные подвижные игры: ознакомление с казахскими национальными играми; сюжетно-ролевые игры; сотрудничество и честная игра; физические нагрузки и здоровье; техника безопасности; активная деятельность для воспитания выносливости; изменения в организме при физических нагрузках; традиционные казахские беговые игры; парные и групповые игры; многообразие подвижных игр; игры-аттракционы; интегрированные игры; игры с использованием нестандартного инвентаря; игры с атакующими действиями; социальные навыки через групповые игры; техника безопасности; развитие коммуникативных навыков; индивидуальные творческие способности; творчество через групповую деятельность; прогрессия в самостоятельной двигательной деятельности; здоровье и физическая активность; физическая деятельность на открытом воздухе; беговые способности через индивидуальную и групповую активность; различные прыжки в длину и в высоту; подвижные игры и эстафеты;

3) базовое содержание учебного предмета "Физическая культура" для 3 класса: двигательные действия через легкую атлетику; техника безопасности; основные понятия здоровья; обзор разминок для разных видов деятельности; разновидности бега, прыжков и метания; эстафеты с элементами легкой атлетики; подвижные и спортивные игры; двигательные навыки в подвижных играх; подвижные игры на координацию движений; подвижные игры на быстроту реакции; умение работать в коллективе; гимнастика с основами акробатики; техника безопасности; развитие ловкости через физические упражнения; гимнастика с элементами аэробики; последовательность в гимнастических упражнениях; игры на развитие равновесия; казахские национальные подвижные игры: приобщение к казахским национальным играм; сотрудничество и честная игра; здоровье и физические нагрузки; техника безопасности; физическая активность и выносливость; самоконтроль во время физических нагрузок; задания для работы в парах и в группах; игры на развитие выносливости; элементы командных игр; игры на развитие точности и меткости; развивающие игры; игры на развитие творчества в группе; эстафеты с элементами баскетбола; социальные навыки через игры; техника безопасности; коммуникативные навыки в играх; игры с элементами соревнования; развитие двигательных и волевых качеств; прогрессия в групповой двигательной деятельности; здоровый образ жизни через легкую атлетику; формирование здорового образа жизни; участие в играх с бегом; прыжки в длину и в высоту; эксперименты с метанием;

4) базовое содержание учебного предмета "Физическая культура" для 4 класса: бег, прыжки и метания; техника безопасности; бег на короткие

дистанции; основы прыжков в длину; эксперименты с различными типами бросков и метаний; эстафеты с элементами легкой атлетики; упрощенные варианты спортивных игр; игры с волейбольными мячами; игры спортивного характера; задания с несложными элементами техники; основы работы в команде; основные элементы гимнастики; техника безопасности; комплексы общеразвивающих упражнений; простые элементы акробатики; упражнения на простых гимнастических снарядах; задания с гимнастическим инвентарем; казахские национальные игры; казахские подвижные игры; национальные интеллектуальные игры; основы лыжной/кроссовой/коньковой подготовки; техника безопасности; развитие компонентов физического состояния через задания; польза аэробной тренировки; задания на прохождение дистанции; обучение через совместные и приключенческие задачи; лидерство и сотрудничество с другими; обучение через совместные и приключенческие задачи; развитие воображения в играх; игры с элементами баскетбола; игры на взаимодействие; техника безопасности; развитие навыков владения мячом; создание упражнений с использованием мяча; командные действия в играх; модифицированные игры с мячом; знания о здоровье; приобретение навыков через практику; компоненты физического здоровья через ряд игровых движений; развитие здоровья и навыков бега; игры и эстафеты на укрепление здоровья.

8. Настоящая программа отражает содержание всех основных форм физической культуры, составляющих целостную систему физического и нравственного воспитания в школе, и позволяет последовательно решать эти задачи на протяжении всех лет обучения. Каждый третий час направлен на увеличение двигательной активности обучающихся (за счет расширения количества спортивных и подвижных игр) и оздоровительный процесс.

Глава 3. Система целей обучения

9. Цели обучения в программе представлены с кодировкой. В коде первое число обозначает класс, второе и третье числа раздел и подраздел, четвертое число – нумерацию цели обучения. Например, в кодировке 1.2.1.4 "1" – класс, "2.1" – раздел и подраздел, "4" – порядковый номер цели обучения.

10. Система целей обучения:

1) раздел 1 "Двигательная деятельность":

Подраздел	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
1.1 Развитие основных двигательных навыков: опорно-двигательный аппарат, управление телом и объектом	1.?1.?1.?1 знать и уметь выполнять основные двигательные навыки и умения	2.?1.?1.?1 обсуждать и применять творческие задачи по мере необходимости	3.?1.?1.?1 знать, понимать и продолжать улучшать основные двигательные навыки при выполнении основных физических упражнений	4.?1.?1.?1 понимать и демонстрировать основные двигательные навыки и умения при выполнении различных физических упражнений
1.2. Улучшение и	1.?1.?2.?1	2.?1.?2.?1	3.?1.?2.?1 знать и	4.?1.?2.?1 понимать

выполнение сопряженных движений в различных физических упражнениях, способствующих физическому развитию	знать основные физические движения, знать, как они могут быть взаимосвязаны с простыми физическими упражнениями	понимать и улучшать основные двигательные навыки, обучаясь связывать их самостоятельно	понимать, как выполнять и связывать движения при выполнении различных физических упражнений, которые предусмотрены для физического развития	и демонстрировать повышение качества выполнения движений в различных последовательных упражнениях, способствующих физическому развитию
1.3 Правильное и эффективное выполнение упражнений и соблюдение последовательностей, демонстрация понимания времени, веса, пространства и потока	1.?1.?3.?1 знать о понятиях времени, пространства, веса и плавности в контексте выполнения движений в различных видах физических упражнений	2.?1.?3.?1 показать понимание времени, пространства и плавности при выполнении движений в простых физических упражнениях	3.?1.?3.?1 развивать и совершенствовать навыки и последовательность, демонстрирующие понимание времени, пространства и плавности выполнения движений	4.?1.?3.?1 понимать и уметь применять ряд точных и эффективных навыков и последовательностей, демонстрирующих понимание времени, пространства и плавности выполнения движений
1.4 Определение собственных и чужих умений, недостатков и потенциала в двигательных действиях	1.?1.?4.?1 уметь описать свои умения и недостатки по двигательным навыкам	2.?1.?4.?1 понимать и объяснять умения и недостатки по двигательным навыкам	3.?1.?4.?1 обсуждать свои и чужие качества выполнения упражнений, определяя умения и недостатки	4.?1.?4.?1 сравнивать свои и чужие умения и недостатки, определяя потенциал для лучшего выполнения физических упражнений
1.5 Умение анализировать и оценивать действия, динамику, связи и пространство,	1.?1.?5.?1 знать и уметь выполнять ряд простых действий в разных пространствах	2.?1.?5.?1 осознавать и уметь передать действия с простыми изменениями в пространстве и динамике	3.?1.?5.?1 демонстрировать и уметь определять ряд действий, пространства, динамики и связей при выполнении и оценивании	4.?1.?5.?1 сравнивать собственное выполнение действий и других, объясняя и показывая ряд действий, пространства, динамики и связей
1.6 Понимание трудностей и рисков на различных этапах обучения для	1.?1.?6.?1 знать возможные трудности, возникающи	2.?1.?6.?1 закрепить навыки и умения преодоления трудностей при	3.?1.?6.?1 совершенствовать навыки и умения преодоления трудностей на	4.?1.?6.?1 уметь распознавать уровень сложности выполняемых упражнений,

улучшения двигательных способностей	е при выполнении простых и измененных физических упражнений	совершенствовании простых и измененных физических упражнений	различных этапах обучения двигательной деятельности	демонстрируя способность сокращения рисков при их выполнении

2) раздел 2 "Творческие способности и критическое мышление через двигательные навыки":

Направление	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
2.1 Адаптация идей, стратегий и планов, связанных с движением, с помощью альтернативных решений для реагирования на изменяющиеся обстоятельства	1.2.1.1 знать и понимать двигательные идеи, стратегии и планы во время участия в физической деятельности	2.2.1.1 обсуждать и демонстрировать двигательные идеи, стратегии и планы	3.2.1.1 применять альтернативные решения в ряде двигательных идей, стратегий и планов	4.2.1.1 определять и организовывать двигательные идеи, стратегии и планы в альтернативных решениях
2.2 Самостоятельная и совместная работа для достижения целей, попеременное исполнение роли командного лидера	1.?2.?2.?1 знать, как работать самостоятельно для достижения двигательных целей	2.2.2.1 закреплять знания по самостоятельной работе и работе в команде для достижения двигательных целей	3.2.2.1 понимать и демонстрировать суть самостоятельной работы и командной работы со сменой лидерства	4.2.2.1 уметь работать самостоятельно и в группе, попеременно обмениваясь ролями лидерства для достижения двигательных целей
2.3 Знание и понимание навыков совместной работы по созданию благоприятной учебной среды	1.2.3.1 знать, как разделять пространство, ресурсы и идеи, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений	2.2.3.1 закреплять знания об обмене пространством, ресурсами и идеями, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений	3.2.3.1 применять знания об обмене пространством, ресурсами и идеями, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений	4.2.3.1 уметь разделять пространство, ресурсы и идеи, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений
2.4 Использование, применение, создание правил	1.2.4.1 перечислять и использовать простые правила	2.2.4.1 обсуждать и демонстрировать правила и	3.2.4.1 использовать и применять знание правил и	4.2.4.1 создавать и применять правила и структурные

и структурных приемов в ряде физических упражнений	и структурные приемы при выполнении физических упражнений	структурные приемы при выполнении различных физических упражнений	структурных приемов в ряде физических упражнений	приемы при выполнении различных физических упражнений
2.5 Критическое рассматривание собственных творческих задач и творческих задач других с предложением конструктивных рекомендаций по мере необходимости	1.2.5.1 понимать собственные и другие творческие задачи	2.2.5.1 обсуждать и применять творческие задачи по мере необходимости	3.2.5.1 использовать собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации по мере необходимости	4.2.5.1 объединять собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации по мере необходимости
2.6 Применение творческих способностей и идей в различных ситуациях для выражения тем, настроений и эмоций	1.2.6.1 называть и использовать основные творческие стратегии и идеи, передавая их учителю	2.2.6.1 объяснять и демонстрировать творческие способности и идеи	3.2.6.1 определять и анализировать свои творческие способности и идеи, а также других, передавая их учителю и сверстникам	4.2.6.1 объединять свои творческие способности и идеи с другими для создания новых элементов, которые могут быть переданы в разных ситуациях
2.7 Развитие чувства патриотизма, коллективной работы и умения честно соревноваться при выполнении индивидуальных и групповых заданий во время выполнения физической деятельности	1.2.7.1 понимать, в чем заключается патриотизм и как взаимодействовать во время выполнения индивидуальной и групповой деятельности	2.2.7.1 знать, что такое чувство патриотизма и как взаимодействовать друг с другом, понимая значение честного соперничества	3.2.7.1 объяснить значение патриотизма и демонстрировать взаимодействие и честную игру	4.2.7.1 демонстрировать чувство патриотизма и честное соперничество в индивидуальной и групповой физической деятельности
2.8 Исполнение ролей, обусловленных различными контекстами движений, и осознание их различий	1.2.8.1 знать свою роль и начинать распознавать роли других при выполнении простых движений	2.2.8.1 называть и демонстрировать роли при выполнении различных физических упражнений	3.2.8.1 демонстрировать свою роль и роли других при выполнении простых движений, объясняя различия	4.2.8.1 экспериментировать с различными ролями при выполнении различных движении, осознавая их различия

3) раздел 3 "Здоровье и здоровый образ жизни":

Направление	1 класс	2 класс	3 класс	4 класс
3.1 Понимание важности физической деятельности для здоровья и здорового образа жизни	1.3.1.1 осознавать важность физической деятельности, иметьобщее понятие о здоровье	2.3.1.1 уметь описывать и обсуждать оздоровительную пользу физических упражнений	3.3.1.1 демонстрировать знание и понимание оздоровительной пользы физических упражнений, способствующих укреплению здоровья	4.3.1.1 анализировать и понимать важность физической деятельности для здоровья и здорового образа жизни
3.2 Понимание необходимости в разминке и заминке тела в физической деятельности	1.3.2.1 понимать важность необходимости разминки и заминки тела в физической деятельности	2.3.2.1 объяснять и демонстрировать знание важности разминки перед физической деятельностью	3.3.2.1 определять процесс разминки и заминки в физической деятельности	4.3.2.1 демонстрировать и обсуждать необходимость разминки и заминки тела в физической деятельности
3.3 Знание, как контролировать физические изменения в организме, понимание влияния различных физических нагрузок на дыхание, частоту сердечных сокращений, температуру тела	1.3.3.1 определять физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений	2.3.3.1 знать, какие физические изменения в организме происходят во время выполнения физических упражнений	3.3.3.1 демонстрировать и объяснять ряд контрольных стратегий для определения физических изменений при выполнении физической деятельности	4.3.3.1 применять ряд контрольных стратегий, чтобы увидеть определенные физические изменения во время или после выполнения физической деятельности
3.4 Определение трудностей и рисков с соответствующей реакцией во время участия в ряде физических нагрузок, направленных на укрепление здоровья	1.3.4.1 определять трудности и риски при выполнении ряда физических упражнений	2.3.4.1 понимать трудности и риски, определяя некоторые основные пути реагирования на них при выполнении небольшого количества физических упражнений, способствующих укреплению здоровья	3.3.4.1 понимать и демонстрировать, как справляться с трудностями и риском, реагируя соответствующим образом при выполнении физических упражнений, способствующих укреплению здоровья	4.3.4.1 подобрать и применить соответствующие реакции, чтобы помочь справиться с трудностями и риском при выполнении ряда физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
3.5 Определение	1.3.5.1	2.3.5.1 понимать	3.3.5.1	4.3.5.1 изучить и

и представление возможности для участия в физической деятельности внутри и за пределами школы	определять собственные возможности участия в физической деятельности	возможность участия в физической деятельности в контексте"дом-школа"	рассмотреть и объяснить, как получить возможность участвовать в физической деятельности в разных контекстах	сравнить разные возможности участия в физической деятельности и пути получения возможности участвовать в них

11. Настоящая учебная программа реализуется в соответствии с долгосрочным планом к Типовой учебной программе по предмету "Физическая культура" для 1-4 классов уровня начального образования согласно приложению.

Приложение
к Типовой учебной
программе
по предмету "Физическая
культура"
для 1-4 классов уровня
начального
образования

Долгосрочный план по реализации Типовой учебной программы по предмету "Физическая культура" для 1–4 классов уровня начального образования

1) 1 класс:

Разделы долгосрочного плана	Тема/ Содержание долгосрочного плана	Цели обучения
1 четверть		
Раздел 1. Знание и понимание о здоровье	Техника безопасности. "Что такое физическая культура"	1.3.4.1 определять трудности и риски при выполнении ряда физических упражнений
		1.3.1.1 осознавать важность физической деятельности, получить общее понятие о здоровье
	Режим дня, утренняя зарядка и физкультминутки	1.3.2.1 понимать важность необходимости разминки и заминки тела в физической деятельности
		1.3.3.1 определять физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений
	Бег и ходьба	1.1.2.1 знать основные физические движения и как они могут быть взаимосвязаны с простыми физическими упражнениями
	Прыжки и метания	1.1.1.1 знать и уметь выполнять основные двигательные навыки и умения
		1.3.5.1 определять собственные возможности участия в физической деятельности
Раздел 2. Развитие	Сюжетно-ролевые	1.2.8.1 знать свою роль и начинать распознавать

взаимоотношений и навыков общения через игры	подвижные игры	роли других при выполнении простых движений
	Широкий ряд двигательных навыков	1.1.2.1 знать основные физические движения и как они могут быть взаимосвязаны с простыми физическими упражнениями
		1.2.2.1 знать, как работать самостоятельно для достижения двигательных целей
	Навыки общения в небольших группах и парах	1.2.1.1 знать и понимать двигательные идеи, стратегии и планы во время участия в физической деятельности
		1.2.3.1 знать, как разделять пространство, ресурсы и идеи, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений
	Польза физических занятий	1.3.5.1 определять собственные возможности участия в физической деятельности
2 четверть		
Раздел 3. Креативность и критическое мышление посредством гимнастических упражнений	Техника безопасности. Осанка и координация	1.3.4.1 определять трудности и риски при выполнении ряда физических упражнений
		1.3.2.1 понимать важность необходимости разминки и заминки тела в физической деятельности
	Изучение ряда гимнастических фигур	1.1.2.1 знать основные физические движения и как они могут быть взаимосвязаны с простыми физическими упражнениями
	Движения на простых гимнастических снарядах	1.1.5.1 знать и уметь выполнять ряд простых действий в разных пространствах
		1.1.4.1 уметь описать свои умения и недостатки по двигательным навыкам
	Твои физические возможности	1.2.2.1 знать, как работать самостоятельно для достижения двигательных целей
		1.2.5.1 понимать собственные и другие творческие задачи
Раздел 4. Казахские национальные подвижные игры	Знакомство с традициями и культурой казахского народа	1.2.7.1 понимать, как взаимодействовать во время выполнения индивидуальной и групповой деятельности
		1.3.5.1 определять собственные возможности участия в физической деятельности
	Вовлеченность через подвижные игры	1.2.5.1 понимать собственные и другие творческие задачи
		1.2.6.1 называть и использовать основные творческие стратегии и идеи, передавая их учителю
3 четверть		
Раздел 5 . Обучение двигательным навыкам посредством игр	Техника безопасности. Сердцебиение и дыхание человека	1.3.4.1 определять трудности и риски при выполнении ряда физических упражнений
		1.3.3.1 определять физические изменения в организме во время выполнения физических

	во время физической деятельности	упражнений
	Игра как средство для развития индивидуальных физических качеств	1.3.1.1 осознавать важность физической деятельности, получить общее понятие о здоровье
		1.1.4. 1 уметь описать свои умения и недостатки по двигательным навыкам
	Динамика и передвижение в пространстве	1.1.5.1 знать и уметь выполнять ряд простых действий в разных пространствах
	Подвижные игры с предметами	1.1.3.1 знать о понятиях времени, пространства, веса и плавности в контексте выполнения движений в различных видах физических упражнений
Раздел 6. Развитие опорно-двигательного аппарата через подвижные игры	Навыки управления телом через имитационные упражнения	1.3.4.1 определять трудности и риски при выполнении ряда физических упражнений
		1.2.2. 1 знать, как работать самостоятельно для достижения двигательных целей
	Развитие опорно-двигательного аппарата	1.2.8.1 знать свою роль и начинать распознавать роли других при выполнении простых движений
		1.1.4.1 уметь описать свои умения и недостатки по двигательным навыкам
	Игры с мячом	1.2.3.1 знать, как разделять пространство, ресурсы и идеи, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений
		1.2.5.1 понимать собственные и другие творческие задачи
	Игры и упражнения со скакалкой	1.2.1.1 знать и понимать двигательные идеи, стратегии и планы во время участия в физической деятельности
		1.2.6.1 называть и использовать основные творческие стратегии и идеи, передавая их учителю
4 четверть		
Раздел 7. Творческие и коммуникативные навыки (посредством игр)	Техника безопасности.	1.3.4. 1 определять трудности и риски при выполнении ряда физических упражнений
	Творческие способности через игры	1.2.8.1 знать свою роль и начинать распознавать роли других при выполнении простых движений
	Игры на развитие коммуникативных навыков	1.1.2.1 знать основные физические движения и как они могут быть взаимосвязаны с простыми физическими упражнениями
		1.2.4.1 перечислять и использовать простые правила и структурные приемы при выполнении физических упражнений
	Творческие идеи	1.2.5.1 понимать собственные и другие

	для игр	творческие задачи
		1.2.6.1 называть и использовать основные творческие стратегии и идеи, передавая их учителю
	Активность и самостоятельность в двигательной деятельности	1.1.6.1 знать возможные трудности, возникающие при выполнении простых и измененных физических упражнений
Раздел 8. Формирование здорового образа жизни	Физическая деятельность на открытом воздухе	1.3.4.1 определять трудности и риски при выполнении ряда физических упражнений
		1.3.1.1 осознавать важность физической деятельности, получить общее понятие о здоровье
	Быстрота, сила и ловкость	1.1.3.1 знать о понятиях времени, пространства, веса и плавности в контексте выполнения движений в различных видах физических упражнений
	Задания на развитие прыгучести	1.1.5.1 знать и уметь выполнять ряд простых действий в разных пространствах,
	Подвижные игры и эстафеты	1.2.5.1 понимать собственные и другие творческие задачи
		1.2.2.1 знать, как работать самостоятельно для достижения двигательных целей

2) 2 класс:

Разделы долгосрочного плана	Тема/ Содержание долгосрочного плана	Цели обучения
1 четверть		
Раздел 1. Физические качества через атлетику	Техника безопасности Обзор основных понятий здоровья	2.3.4.1 понимать трудности и риски, определяя некоторые основные пути реагирования на них при выполнении небольшого количества физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
		2.3.1.1 уметь описывать и обсуждать оздоровительную пользу физических упражнений
	Комплексы утренней зарядки	2.3.2.1 объяснять важность разминки и заминки тела в физической деятельности
		2.3.3.1 знать, как контролировать физические изменения в организме во время выполнения физических упражнений
	Навыки бега, прыжков и метания	2.1.2.1 понимать и улучшать основные двигательные навыки, обучаясь связывать их самостоятельно
	Эстафеты с элементами бега, прыжков и метания	2.1.1.1 улучшить качество основных двигательных навыков при выполнении разных физических упражнений
		2.3.5.1 осознавать возможности участия в физической деятельности в контексте "дом-школа"

Раздел 2. Подвижные игры для освоения спортивных игр	Спектр двигательных навыков в выполнении подвижных играх	2.2.8.1 называть и демонстрировать роли при различных физических упражнений
	Подвижные игры с мячом	2.1.2.1 понимать и улучшать основные двигательные навыки, обучаясь связывать их самостоятельно
		2.2.2.1 закреплять знания по самостоятельной работе и работе в команде для достижения двигательных целей
	Игры с передвижениями	2.2.1.1 обсуждать и демонстрировать двигательные идеи, стратегии и планы, показывая понимание альтернатив
		2.2.3.1 закреплять знания об обмене пространством, ресурсами, идеями, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений
	Работа в парах и в группах	2.3.5.1 осознавать возможность участия в физической деятельности в контексте "дом-школа"
2 четверть		
Раздел 3. Физическое развитие средствами гимнастики	Техника безопасности. Развитие силы через серию различных физических нагрузок	2.3.4.1 понимать трудности и риски, определяя некоторые основные пути реагирования на них при выполнении небольшого количества физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
		2.3.2.1 объяснять важность разминки и заминки тела в физической деятельности
	Широкий спектр гимнастических упражнений	2.1.2.1 соединять и сопоставлять двигательные навыки самостоятельно
	Лазанье и перелазанье	2.1.5.1 осознавать и уметь передать действия с простыми изменениями в пространстве и динамике
		2.1.4.1 применять и объяснять выполнение двигательных навыков
	Развитие целей равновесия	2.2.2.1 закреплять знания по самостоятельной работе и работе в команде для достижения двигательных
		2.2.5.1 обсуждать и применять творческие задачи по мере необходимости
Раздел 4. Казахские национальные подвижные игры	Ознакомление казахскими национальными играми	с 2.2.7.1 знать, как взаимодействовать друг с другом, понимая значение честного соперничества
		2.3.5.1осознаватьвозможностьучастияв физической деятельности в контексте "дом-школа"
	Сюжетно-ролевые игры	2.2.5.1 обсуждать и применять творческие задачи по мере необходимости
	Сотрудничество и честная игра	2.2.6.1 объяснять и демонстрировать творческие способности и идеи
3 четверть		
Раздел 5. Физические нагрузки и здоровье	Техника безопасности. Активная	2.3.4.1 понимать трудности и риски, определяя некоторые основные пути реагирования на них при выполнении небольшого количества физических

	деятельность для воспитания выносливости	упражнений, способствующих укреплению здоровья
		2.3.3.1 знать, какие физические изменения в организме происходят во время выполнения физических упражнений
	Изменения в организме при физических нагрузках	2.3.1.1 уметь описывать и обсуждать оздоровительную пользу физических упражнений
		2.1.4.1 понимать и объяснять умения и недостатки по двигательным навыкам
	Традиционные казахские беговые игры	2.1.5.1 осознавать и уметь передать действия с простыми изменениями в пространстве и динамики
	Парные и групповые игры	2.1.3.1 показать понимание времени, пространства и плавности при выполнении движений в простых физических упражнениях
Раздел 6. Многообразие подвижных игр	Игры аттракционы	2.3.4.1 понимать трудности и риски, определяя некоторые основные пути реагирования на них при выполнении небольшого количества физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
		2.2.2.1 закреплять знания по самостоятельной работе и работе в команде для достижения двигательных целей
	Интегрированные игры	2.2.8.1 понимать и демонстрировать свою роль и роли других при выполнении различных физических упражнений, признавая их различия
		2.1.4.1 понимать и объяснять умения и недостатки по двигательным навыкам
	Игры с использованием нестандартного инвентаря	2.2.3.1 закреплять знания об обмене пространством, ресурсами, идеями, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений
		2.2.5.1 обсуждать собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации по мере необходимости
	Игры с атакующими действиями	2.2.1.1 обсуждать и демонстрировать двигательные идеи, стратегии и планы, показывая понимание альтернатив
		2.2.6.1 обобщать и демонстрировать творческие способности и идеи учителю и сверстникам
4 четверть		
Раздел 7. Социальные навыки через групповые игры	Техника безопасности. Развитие коммуникативных навыков	2.3.4.1 понимать трудности и риски, определяя основные пути реагирования на них при выполнении небольшого количества физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
		2.2.8.1 называть и демонстрировать роли при выполнении различных физических упражнений
	Индивидуальные творческие способности	2.1.2.1 понимать и улучшать основные двигательные навыки, обучаясь связывать их самостоятельно
		2.2.4.1 обсуждать и демонстрировать правила и структурные приемы при выполнении различных физических упражнений

	Творчество через групповую деятельность	2.2.5.1 обсуждать собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации по мере необходимости
		2.2.6.1 объяснять и демонстрировать творческие способности и идеи
	Прогрессия в самостоятельной двигательной деятельности	2.1.6.1 закрепить навыки и умения преодоления трудностей при совершенствовании простых и измененных физических упражнений
Раздел 8. Здоровье и физическая активность	Физическая деятельность на открытом воздухе	2.3.4.1 понимать трудности и риски, определяя некоторые основные пути реагирования на них при выполнении небольшого количества физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
		2.3.1.1 уметь описывать и обсуждать оздоровительную пользу физических упражнений
	Беговые способности через индивидуальную и групповую активность	2.1.3.1 показать понимание времени, пространства и плавности при выполнении движений в простых физических упражнениях
	Различные прыжки в длину и в высоту	2.1.5.1 осознавать и уметь передать действия с простыми изменениями в пространстве и динамике
	Подвижные игры и эстафеты	2.2.5.1 обсуждать собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации по мере необходимости
		2.2.2.1 закреплять знания по самостоятельной работе и работе в команде для достижения двигательных целей

3) 3 класс:

Разделы долгосрочного плана	Тема/ Содержание долгосрочного плана	Цели обучения
1 четверть		
Раздел 1. Двигательные действия через легкую атлетику	Техника безопасности. Основные понятия здоровья	3.3.4.1пониматьидемонстрировать,как справляться с трудностями и риском, реагируя соответствующим образом при выполнении физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
		3.3.1.1 демонстрировать знание и понимание оздоровительной пользы физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
	Обзор разминок для разных видов деятельности	3.3.2.1 определять процесс разминки и заминки в физической деятельности
		3.3.3.1демонстрироватьиобъяснятьряд контрольных стратегий для определения физических изменений при выполнении физической деятельности
	Разновидности бега,	3.1.2.1 знать и понимать, как выполнять и

	прыжков и метания	связывать движения при выполнении различных физических упражнений, которые предусмотрены для физического развития
	Эстафеты с элементами легкой атлетики	3.1.1.1 знать, понимать и продолжать улучшать основные двигательные навыки при выполнении основных физических упражнений
		3.3.5.1 рассмотреть и объяснить, как получить возможность участвовать в физической деятельности в разных контекстах
Раздел 2. Подвижные и спортивные игры	Двигательные навыки в подвижных играх	3.2.8.1 демонстрировать свою роль и роли других при выполнении простых движений, объясняя различия
	Подвижные игры на координацию движений	3.1.2.1 знать и понимать, как выполнять и связывать движения при выполнении различных физических упражнений, которые предусмотрены для физического развития
		3.2.2.1 понимать и демонстрировать суть самостоятельной работы и командной работы со сменой лидерства
	Подвижные игры на быстроту реакции	3.2.1.1 применять альтернативные решения в ряде двигательных идей, стратегий и планов
		3.2.3.1 применять знания об обмене пространством, ресурсами и идеями, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений
	Умение работать в коллективе	3.3.5.1 рассмотреть и объяснить, как получить возможность участвовать в физической деятельности в разных контекстах
2 четверть		
Раздел 3. Гимнастика с основами акробатики	Техника безопасности. Развитие ловкости черезфизические упражнения	3.3.4.1пониматьидемонстрировать,как справляться с трудностями и риском, реагируя соответствующим образом при выполнении физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
	Гимнастика с элементами аэробики	3.3.2.1 определять процесс разминки и заминки в физической деятельности
		3.1.2.1 знать и понимать, как выполнять и связывать движения при выполнении различных физических упражнений, которые предусмотрены для физического развития
	Последовательность в гимнастических упражнениях	3.1.5.1 демонстрировать и уметь определять ряд действий, пространства, динамики и связей при выполнении и оценивании
		3.1.4.1 обсуждать свои и чужие качества выполнения упражнений, определяя умения и недостатки
	Игры на развитие равновесия	3.2.2.1 понимать и демонстрировать суть самостоятельной работы и командной работы со сменой лидерства

		3.2.5.1 использовать собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации по мере необходимости
Раздел 4. Казахские национальные подвижные игры	Приобщение к казахским национальным играм	3.2.7.1 демонстрировать взаимодействие и честную игру
		3.3.5.1 рассмотреть и объяснить, как получить возможность участвовать в физической деятельности в разных контекстах
	Сотрудничество и честная игра	3.2.5.1 использовать собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации по мере необходимости
		3.2.6.1определятьианализироватьсвои творческие способности и идеи, а также других, передавая их учителю и сверстникам
3 четверть		
Раздел 5. Здоровье и физические нагрузки	Техника безопасности Физическая активность и выносливость	3.3.4.1пониматьидемонстрировать,как справляться с трудностями и риском, реагируя соответствующим образом при выполнении физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
		3.3.3.1демонстрироватьиобъяснятьряд контрольных стратегий для определения физических изменений при выполнении физической деятельности
	Самоконтроль во время физических нагрузок	3.3.1.1 демонстрировать знание и понимание оздоровительной пользы физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
		3.1.4.1 обсуждать свои и чужие качества выполнения упражнений, определяя умения и недостатки
	Задания для работы в парах и в группах	3.1.5.1 демонстрировать и уметь определять ряд действий, пространства, динамики и связей при выполнении и оценивании
	Игры на развитие последовательности выносливости	3.1.3.1 развивать и совершенствовать навыки и последовательность, демонстрирующие понимание времени, пространства и плавности выполнения движений
	Игры на развитие точности и меткости	3.3.4.1пониматьидемонстрировать,как справляться с трудностями и риском, реагируя соответствующим образом при выполнении физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
Раздел 6. Элементы командных игр		3.2.8.1 демонстрировать свою роль и роли других при выполнении простых движений, объясняя различия
	Развивающие игры	3.2.2.1 понимать и демонстрировать суть самостоятельной работы и командной работы со сменой лидерства
		3.1.4.1 обсуждать свои и чужие качества выполнения упражнений, определяя умения и

		недостатки
	Игры на развитие при группе упражнений	3.2.3.1 применять знания об обмене пространством, ресурсами и идеями, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических творчества в
		3.2.5.1 использовать собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации по мере необходимости
	Эстафеты с элементами баскетбола	3.2.1.1 применять альтернативные решения в ряде двигательных идей, стратегий и планов
		3.2.6.1определятьианализироватьсвои творческие способности и идеи, а также других, передавая их учителю и сверстникам
4 четверть		
Раздел 7. Социальные навыки через игры	Техника безопасности Коммуникативные навыки в играх	3.3.4.1пониматьидемонстрировать,как справляться с трудностями и риском, реагируя соответствующим образом при выполнении физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
		3.2.8.1 демонстрировать свою роль и роли других при выполнении простых движений, объясняя различия
	Игры с элементами соревнования	3.1.2.1 знать и понимать, как выполнять и связывать движения при выполнении различных физических упражнений, которые предусмотрены для физического развития
		3.2.4.1 использовать и применять знание правил и структурных приемов в ряде физических упражнений
	Развитие двигательных и волевых качеств	3.2.5.1 использовать собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации по мере необходимости
		3.2.6.1 определять и анализировать свои творческие способности и идеи, а также других, передавая их учителю и сверстникам
	Прогрессия в групповой двигательной деятельности	3.1.6.1 совершенствовать навыки и умения преодоления трудностей на различных этапах обучения двигательной деятельности
Раздел 8. Здоровый образ жизни через легкую атлетику	Формирование здорового образа жизни	3.3.4.1пониматьидемонстрировать,как справляться с трудностями и риском, реагируя соответствующим образом при выполнении физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
		3.3.1.1 демонстрировать знание и понимание оздоровительной пользы физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
	Участие в играх с бегом	3.1.3.1 развивать и совершенствовать навыки и последовательность, демонстрирующие понимание

		времени, пространства и плавности выполнения движений
	Прыжки в длину и в высоту	3.1.5.1 демонстрировать и уметь определять ряд действий, пространства, динамики и связей при выполнении и оценивании
	Эксперименты с метанием	3.2.5.1 использовать собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации по мере необходимости
		3.2.2.1 понимать и демонстрировать суть самостоятельной работы и командной работы со сменой лидерства

4) 4 класс:

Разделы долгосрочного плана	Тема/ Содержание долгосрочного плана	Цели обучения
1 четверть		
Раздел 1. Бег, прыжки и метания	Техника безопасности. Бег на короткие дистанции	4.3.4.1 подобрать и применить соответствующие реакции, чтобы помочь справиться с трудностями и риском при выполнении ряда физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
		4.3.1.1анализироватьипонимать важность физической деятельности для здоровья и здорового образа жизни
	Основы прыжков в длину	4.3.2.1 демонстрировать и обсуждать необходимость разминки и заминки тела в физической деятельности
		4.3.3.1 применять ряд контрольных стратегий, чтобы увидеть определенные физические изменения во время или после выполнения физической деятельности
	Эксперименты с различными типами бросков и метаний	4.1.2.1 понимать и демонстрировать повышение качества выполнения движений в различных последовательных упражнениях, способствующие физическому развитию
	Эстафеты с элементами легкой атлетики	4.1.1.1 понимать и демонстрировать основные двигательные навыки и умения при выполнении различных физических упражнений
		4.3.5.1 изучить и сравнить разные возможности участия в физической деятельности и пути получения возможности участвовать в них
Раздел 2. Упрощенные варианты спортивных игр	Игры с волейбольными мячами	4.2.8.1 экспериментировать с различными ролями при выполнении различных движений, осознавая их различия

	Игры спортивного характера	4.1.2.1 понимать и демонстрировать повышение качества выполнения движений в различных последовательных упражнениях, способствующие физическому развитию
		4.2.2.1 уметь работать самостоятельно и в группе, попеременно обмениваясь ролями лидерства для достижения двигательных целей
	Задания с несложными элементами техники	4.2.1.1 определять и организовывать двигательные идеи, стратегии и планы в альтернативных решениях
		4.2.3.1 уметь разделять пространство, ресурсы и идеи, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений
	Основы работы в команде	4.3.5.1 изучить и сравнить разные возможности участия в физической деятельности и пути получения возможности участвовать в них
2 четверть		
Раздел 3. Основные элементы гимнастики	Техника безопасности Комплексы общеразвивающих упражнений	4.3.4.1 подобрать и применить соответствующие реакции, чтобы помочь справиться с трудностями и риском при выполнении ряда физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
		4.3.2.1 демонстрировать и обсуждать необходимость разминки и заминки тела в физической деятельности
	Простые элементы акробатики	4.1.2.1 понимать и демонстрировать повышение качества выполнения движений в различных последовательных упражнениях, способствующих физическому развитию
	Упражнения на простых гимнастических снарядах	4.1.5.1 сравнивать собственное выполнение действий и других, объясняя и показывая ряд действий, пространства, динамики и связей
		4.1.4.1 сравнивать свои и чужие умения и недостатки, определяя потенциал для лучшего выполнения физических упражнений
	Задания с гимнастическим инвентарем	4.2.2.1 уметь работать самостоятельно и в группе, попеременно обмениваясь ролями лидерства для достижения двигательных целей
		4.2.5.1 объединять собственные и другие творческие задачи, предлагая

		конструктивные рекомендации по мере необходимости
Раздел 4. Казахские национальные игры	Казахские подвижные игры	4.2.7.1 демонстрировать чувство патриотизма и честное соперничество в индивидуальной и групповой физической деятельности
		4.3.5.1 изучить и сравнить разные возможности участия в физической деятельности и пути получения возможности участвовать в них
	Национальные интеллектуальные игры	4.2.5.1 объединять собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации по мере необходимости
		4.2.6.1 объединять свои творческие способности и идеи с другими для создания новых элементов, которые могут быть переданы в разных ситуациях
3 четверть		
Раздел 5. Основы лыжной/кроссовой/коньковой подготовки*	Техника безопасности. Развитие компонентов физического состояния через задания	4.3.4.1 подобрать и применить соответствующие реакции, чтобы помочь справиться с трудностями и риском при выполнении ряда физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
		4.3.3.1 применять ряд контрольных стратегий, чтобы увидеть определенные физические изменения во время или после выполнения физической деятельности
	Польза аэробной тренировки	4.3.1.1 анализировать и понимать важность физической деятельности для здоровья и здорового образа жизни
		4.1.4.1 сравнивать свои и чужие умения и недостатки, определяя потенциал для лучшего выполнения физических упражнений
	Задания на прохождение дистанции	4.1.5.1 сравнивать собственное выполнение действий и других, объясняя и показывая ряд действий, пространства, динамики и связей
		4.1.3.1 понимать и уметь применять ряд точных и эффективных навыков и последовательностей, демонстрирующих понимание о времени, пространстве и плавности выполнения движений
Раздел 6. Обучение через совместные и приключенческие задачи	Лидерство и сотрудничество с другими	4.3.4.1 подобрать и применить соответствующие реакции, чтобы помочь справиться с трудностями и риском при выполнении ряда физических

			упражнений, способствующих укреплению здоровья
			4.2.2.1 уметь работать самостоятельно и в группе, попеременно обмениваясь ролями лидерства для достижения двигательных целей
	Обучение через совместные и приключенческие задачи		4.2.8.1 экспериментировать с различными ролями при выполнении различных движений, осознавая их различия
			4.1.4.1 сравнивать свои и чужие умения и недостатки, определяя потенциал для лучшего выполнения физических упражнений
	Развитие воображения в играх		4.2.3.1 уметь разделять пространство, ресурсы и идеи, осознавая важность создания благоприятной учебной среды при выполнении различных физических упражнений
			4.2.5.1 объединять собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации по мере необходимости
	Игры с элементами баскетбола		4.2.1.1 определять и организовывать двигательные идеи, стратегии и планы в альтернативных решениях
			4.2.6.1 объединять свои творческие способности и идеи с другими для создания новых элементов, которые могут быть переданы в разных ситуациях
4 четверть			
Раздел 7. Игры на взаимодействие	Техника безопасности. Развитие навыков владения мячом		4.3.4.1 подобрать и применить соответствующие реакции, чтобы помочь справиться с трудностями и риском при выполнении ряда физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
			4.2.8.1 экспериментировать с различными ролями при выполнении различных движений, осознавая их различия
	Создание упражнений с использованием мяча		4.2.6.1 объединять свои творческие способности и идеи с другими для создания новых элементов, которые могут быть переданы в разных ситуациях
			4.2.4.1 создавать и применять правила и структурные приемы при выполнении различных физических упражнений
	Командные действия в играх		4.2.5.1 объединять собственные и другие творческие задачи, предлагая

		конструктивные рекомендации по мере необходимости
		4.1.2.1 понимать и демонстрировать повышение качества выполнения движений в различных последовательных упражнениях, способствующие физическому развитию
	Модифицированные игры с мячом	4.1.6.1 уметь распознавать уровень сложности выполняемых упражнений, демонстрируя способность сокращения рисков при их выполнении
Раздел 8. Знание о здоровье и приобретение навыков через практику	Компоненты физического здоровья через ряд игровых движений	4.3.4.1 подобрать и применить соответствующие реакции, чтобы помочь справиться с трудностями и риском при выполнении ряда физических упражнений, способствующих укреплению здоровья
		4.3.1.1 анализировать и понимать важность физической деятельности для здоровья и здорового образа жизни
	Развитие здоровья и навыков бега	4.1.3.1 понимать и уметь применять ряд точных и эффективных навыков и последовательностей, демонстрирующих понимание о времени, пространстве и плавности выполнения движений
		4.1.5.1 сравнивать собственное выполнение действий и других, объясняя и показывая ряд действий, пространства, динамики и связей
	Игры и эстафеты на укрепление здоровья	4.2.5.1 объединять собственные и другие творческие задачи, предлагая конструктивные рекомендации по мере необходимости
		4.2.2.1 уметь работать самостоятельно и в группе, попеременно обмениваясь ролями лидерства для достижения двигательных целей

Примечание:

* уроки лыжной/коньковой/кроссовой подготовки взаимозаменяемы в соответствии с климатическими условиями регионов.

© 2012. РГП на ПХВ Республиканский центр правовой информации Министерства юстиции Республики Казахстан