

КАЛЕНДАРНЕ ПЛАНУВАННЯ

з фізичної культури

за модельною навчальною програмою

6 клас

Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-6 класи» для закладів загальної середньої освіти
(автори: Педан О.С., Коломоєць Г. А. , Боляк А. А., Ребрина А. А., Деревянко В. В., Стеценко В. Г.,
Остапенко О. І., Лакіза О. М., Косик В. М. та інші) «Рекомендовано Міністерством освіти і науки України»
наказ Міністерства освіти і науки України від 12 липня 2021 року № 795
(у редакції наказу Міністерства освіти і науки України від 10 серпня 2021 року № 898)
Міністерство освіти і науки України Модельна навчальна програма «Фізична культура.
5-6 класи» для закладів загальної середньої освіти
(автори: Педан О.С., Коломоєць Г. А. , Боляк А. А., Ребрина А. А., Деревянко В. В., Стеценко В. Г.,
Остапенко О. І., Лакіза О. М., Косик В. М. та інші)
«Рекомендовано Міністерством освіти і науки України»
наказ Міністерства освіти і науки України від 17.08.2022 року № 752

КАЛЕНДАРНЕ ПЛАНУВАННЯ

з фізичної культури І семестр

6 клас

*Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-6 класи» для закладів загальної середньої освіти
(автори: Педан О.С., Коломоєць Г. А. , Боляк А. А., Ребрина А. А., Деревянко В. В., Стеценко В. Г.,
Остапенко О. І., Лакіза О. М., Косик В. М. та інші) «Рекомендовано Міністерством освіти і науки України»
наказ Міністерства освіти і науки України від 12 липня 2021 року № 795*

(у редакції наказу Міністерства освіти і науки України від 10 серпня 2021 року № 898)

*Міністерство освіти і науки України Модельна навчальна програма «Фізична культура. 5-6 класи»
для закладів загальної середньої освіти (автори: Педан О.С., Коломоєць Г. А. , Боляк А. А., Ребрина А. А.,
Деревянко В. В., Стеценко В. Г., Остапенко О. І., Лакіза О. М., Косик В. М. та інші)*

«Рекомендовано Міністерством освіти і науки України» наказ Міністерства освіти і науки України від 17.08.2022 року № 752

МОДУЛІ : ВИДИ СПОРТУ : І СЕМЕСТР

І чверть : РУХЛИВІ ІГРИ . ДИТЯЧА ЛЕГКА АТЛЕТИКА . ФУТБОЛ = 21 год /Вересень-жовтень/

II чверть : ВОЛЕЙБОЛ. СТРИТБОЛ 3х3. ГАНДБОЛ – 27 год /Листопад – грудень//

Загальна кількість годин на І семестр = 48 год

№_Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	ДОМАШНІ ЗАВДАННЯ
	І чв. РУХЛИВІ ІГРИ . ДИТЯЧА ЛЕГКА АТЛЕТИКА . ФУТБОЛ	Громадянська компетентність	Дотримання правил техніки безпеки	I чверть	
1	Вступний інструктаж з безпеки життєдіяльності. Рухливі ігри за бажан -ням учнів. Рухливі ігри у системі фізичного виховання та історичні аспекти їх розвитку. Історія розвитку дитячої легкої атлетики,футболу.	Інформаційно -комунікаційн		А Б В Г	Вправи на координ. рухів
2	БЖД. Теоретико-методичні знання. Загальна фізична підготовка . Фізи-чна /рухова активність робить життя людини цікавим, насиченим, зміс- товним. Базові вправи . Рухливі ігри та естафети. Самоконтроль (ЧСС) під час занять фізичними вправами. Вікторини, теоретичні паузи з пи-тань легкої атлетики; рухливих ігор та футболу. Вправи для формуван -ня постави та запобігання плоскостопості,	а компетентність Аналізує власне	Обговорення та дискусії (орієнтовні теми з історії розвит- ку рухливих ігор).	А Б В Г	Вправи на координг. рухів

№_Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	ДОМАШНІ ЗАВДАННЯ
	профілактики (корекції) пору -шень постави. Формування ключових компетентностей.	виконання рухових дій, ідентифікує помилки в себе			
3	БЖД. Теоретико-методичні знання. Загальна фізична підготовка. ЗРВ. Рухливі ігри, естафети, розваги . Формування ключових компетентностей. Пересування по майданчику, кидки м'яча однією рукою від плеча з місця та в русі. Навчальна гра за спрощеними правилами – футбол. Вправи для формування постави та запобігання плоскостопості, профілактики (корекції) порушень постави.	Здоров'я-збер ежувальна компетентність	Фізкультура для здоров'я, самоконтроль, повага, Фронтальний: обговорення та дискусії (орієнтовні теми з видів спорту).	А Б В Г	Вправи на координ. рухів
4	БЖД. Теоретико-методичні знання. Рухова активність людини. Загальна фізична підготовка – загально-розвивальні та спеціальні вправи за видами спорту. Організація та проведення сюжетно-рольових ігор. Старт та стартовий розгін - біг 30 м. Технічні прийоми нападу і захисту у взаємодіях з партнерами під час навчальної гри у футбол. Самоконтроль емоцій під час спортивно-ігрової діяльності.	Пояснює вплив емоцій на стан здоров'я		А Б В Г	Вправи на поставу
5	БЖД. Теоретико-методичні знання. Прояви фізичної /рухової / діяльності у повсякденному житті. Формування ключових компетентностей. Стройові та загально-розвивальні вправи. Спеціальні вправи для метання. Метання стоячи на колінах, «обертальне метання» . Міні-футбол. Рівномірний біг (кросовий) до 3 хв. Вправи на відтворення ритму. Метання стоячи на колінах. Формування постави .	Здоров'я-збер ежувальна компетентність	Дотримується правил техніки безпеки	А Б В Г	Вправи на поставу
6	БЖД. Теоретико-методичні знання. Згубний вплив шкідливих звичок на дитячий організм і чому модно бути здоровим. Розмітка ігрового майданчика, розміщення гравців, основні правила гри. Правила безпеки на ігровому майданчику. ЗРВ. Технічні прийоми нападу і захисту у взаємодіях з партнерами під час навчальної гри у футбол. Стрибки у довжину з місця, багатоскоки, біг за сигналом (зоровим, слуховим). «Обертальне метання». Вправи на розслаблення. Рухливі ігри.	Комунікативна компетентність	Практичне виконання: завдань Вплив різних фізичних	А Б В Г	Вправи на поставу

№_Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	ДОМАШНІ ЗАВДАННЯ
7	БЖД. Теоретико-методичні знання. Чому модно бути здоровим. Фор -мування ключових компетентностей . Загальна фізична підготовка. Спе- ціальні вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового пояса. Стій ка футболіста. Розміщення гравців на ігровому майданчику. Рухлива гра «Вибивний (доджбол) ». .Пересування в нападі й захисті; зупинки стрибком кидки м'яча однією рукою від плеча, двома руками від гру- дей. вправи для формування постави та запобігання плоскостопості, (корекція порушень постави. Вправи на комунікацію - рухливі ігри..	Бере участь у грі футболі за спрощеними правилами	навантажень на організм людини. Дотримання правильного положення тіла	А Б В Г	Вправи на поставу
8	БЖД. Теоретико-методичні знання. Види та способи загартування. Формування ключових компетентностей. Стройові та загальнорозви -вальні вправи. .Вправи з елементами новизни; вправи з незвичних вихідних положень; асиметричні рухи. Різновиди кидків м'яча в па- рах, в колонах, в зустрічних колонах, кидки м'яча двома руками з за бокової лінії. Рухлива гра «Хто найвлучніший?». - біг за сигналом (зоровим, слуховим). «Формула віражів»: спринтерський біг.	Комунікативн а компетентніст ь		А Б В Г	Розвиток фізичних якостей
9	БЖД. Теоретико-методичні знання. Хто така вольова людина? Загаль- на фізична підготовка. Вправи для розвитку сили м'язів кистей рук. Вправи для формування постави та запобігання плоскостопості. Кидки та ведення футбольного м'яча. Передачі м'ча - лівою та правою ногою. Рухливі ігри «Мисливець і звірі», «Вибивний» (2 м'ячами-елементи доджбола). Обертальне метання. Вправи для розвитку швидкості та спритності. Естафети з елементами футболу.	Комунікативн а компетентніст ь	Дотримання правил безпеки, виконує загально -розвивальні вправи	А Б В Г	Розвиток фізичних якостей
10	БЖД. Теоретико-методичні знання. Вольові якості людини. Правила здо- рового способу життя; Формування ключових компетентностей. Стриб- кові , спеціальні вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового пояса. Рухливі ігри «М'яч ведучому, «Хто найвлучніший?». Стрибко-ві вправи. Стрибки через довгу скакалку. Метання в ціль через	Здоров'я-збер ежувальна компетентніст ь	Практичне виконання. Загальна та спеціальна	А Б В Г	Розвиток фізичних якостей

№_Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	ДОМАШНІ ЗАВДАННЯ
	перешкоду (тенісний м'яч, вортекс), Обертальне метання. Метання стоячи на колінах. Біг «по швидкісній драбині». Рухливі ігри .	Володіє: технікою пересування Міжпредметна компетентність	фізична підготовка.		
11	БЖД. Теоретико-методичні знання. Правила безпечної поведінки на уроках дитячої легкої атлетики. Історія розвитку дитячої легкої атлетики. Спеціальні та прикладні фізичні вправи. Вправи на розвиток сили: максимальної сили; швидкісної сили; вправи спрямовані на розвиток силової витривалості. Рухливі ігри та естафети з елементами бігу, стрибків, біг «по швидкісній драбині» удари внутрішньою стороною стопи, удари середньою частиною підйому по нерухомому м'ячу, та м'ячу що котиться; удари по м'ячу головою: середньою частиною лоба без стрибка та у стрибку (м'яч зменшеної ваги). Вправи на поставу.		Групово та парна робота: Практичне виконання завдань Обговорення та дискусії	А Б В Г	Самовдосконалення
12	БЖД. Теоретико-методичні знання. Особливості формування вольових якостей у шкільному віці. Формування ключових компетентностей. Види дитячої легкої атлетики. Спеціальні бігові вправи, стрибкові, для метань. Розучування старт та стартовий розгін, біг по дистанції. Естафети з елементами бігу. - передача естафетної палички у статичному, або динамічному положенні. Самоконтроль, повага до свого здоров'я,		Дотримується правил техніки безпеки Практичне виконання завдань під час уроку	А Б В Г	Самовдосконалення
13	БЖД. Теоретико-методичні знання. Спеціальні вправи легкоатлета. Стрибок у довжину з місця. Метання малого м'яча на дальність з місця. Рухливі ігри з елементами бігу, стрибків. Біг з перешкодами (бар'єр - висота 20 -30 см), біг з перешкодами (слалом) Міні-футбол. Удари по воротах (м'яч зменшеної ваги). Взаємодія під час навчальної гри.		Здоров'я-збережувальна та ключова компетентність	А Б В Г	Прави на спритність
14	БЖД. Теоретико-методичні знання. Емоційні стани під час фізичної активності. Формування ключових компетентностей. Загальна фізична підготовка. Техніка виконання дитячих легкоатлетичних вправ. Вправи на розвиток сили: швидкісної сили; вправи спрямовані на розвиток силової витривалості. Низький старт. Метання малого м'яча на дальність з місця, метання в горизонтальну та вертикальну ціль. Рухливі ігри, міні-футбол. Взаємодія з партнерами під час ігор. Обговорення порушень	Формування вольових якостей Ключова компетентність	Групово та парна робота, дискусія Знає, вміє основні елементи	А Б В Г	Вправи на координув. рухів

№_Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	ДОМАШНІ ЗАВДАННЯ
15	БЖД. Теоретико-методичні знання. Виконання вправ для розвитку фізичних якостей – основа твого успіху. Спеціальні бігові вправи «Фор-мула – 1». Особиста гігієна учня/учениці. Вправи, з елементами новизни; вправи з незвичних вихідних положень; асиметричні рухи. Вправи на розтягування; вправи для розвитку швидкості та спритності. Техніка передачі естафетної палички у статичному, або динамічному положенні. Вправи на розвиток силової витривалості. Робота над помилками.	Соціальна компетентність	техніки і правила гри	А Б В Г	Розвиток фізичних якостей
16	БЖД. Теоретико-методичні знання. Вправи для розвитку фізичних якостей. Формування ключових компетентностей. Загальна фізична підготовка. Бігові та стрибкові вправи. Стрибки в довжину з місця. Формування постави та запобігання плоскостопості. Гра у міні-футбол. Техніка пересування з технікою володіння м'ячем; удари середньою частиною підйому по нерухомому м'ячу, та м'ячу що котиться; удари по м'ячу головою: середньою частиною лоба без стрибка та у стрибку (м'яч зменшеної ваги); Взаємодія, самоконтроль, повага. Обговорення	Здоров'я-збережувальна та комунікативна компетентність	Групові та парна робота:	А Б В Г	Розвиток фізичних якостей
17	БЖД. Теоретико-методичні знання. Правила змагань з обраних видів спорту/варіативних модулів. ЗРВ. Базові вправи. Підбір інвентарю. Спеціальні та прикладні фізичні вправи. Тренування дихання через рівномірний біг до 200 м. Вправи на розвиток швидкісної сили. Самоконтроль. Обговорення помилок. Рухливі ігри.	Соціальна компетентність	Пошукові завдання, самостійний пошук і підбір інформації (історичних фактів, результатів змагань, прикладів поведінки згідно Духу гри, тактик тощо)	А Б В Г	ЗФП
18	БЖД. Теоретико-методичні знання. Права, обов'язки, соціальні ролі учасників рухової (спортивно-ігрової) діяльності. ЗРВ та спеціальні вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового пояса Біг з перешкодами (бар'єрами- 20 см). Гра у міні-футбол. Базові вправи футболіста. Вправи, з елементами новизни; вправи з незвичних вихідних положень; асиметричні рухи. Рухливі ігри. «Формула віражів».	Участь у конкурсах під час уроків,	для використання командою чи класом	А Б В Г	ЗФП
		Соціальна компетентність			

№_Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	ДОМАШНІ ЗАВДАННЯ
19	БЖД. Теоретико-методичні знання. Характерні особливості співпраці учасників у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності . Формуван- ня ключових компетентностей. Спеціальні вправи для метань. Вправи для формування постави та запобігання плоскостопості; Метання малого м'яча на дальність. Вправи для розвитку гнучкості. Навчальна гра. Обговорення порушень. Формування ключових компетентностей.	Взаємодія для досягнення спільних цілей	Знає, вміє основні елементи техніки і правила гри	А Б В Г	ЗФП
20	БЖД. Теоретико-методичні знання. Значення взаємодопомоги і спів -праці між учасниками рухової (спортивно-ігрової) діяльності. Спеціаль- ні вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового пояса Біг з пере- шкодами (слалом). Міні-футбол. Рухливі ігри та естафети на увагу. Вправи на комунікацію самооцінювання, дискусії.		Контролює самопочуття	А Б В Г	Вправи на формуван няпостави
21	БЖД. Теоретико-методичні знання. Спортивно-ігрова діяльність. Спе- ціальні вправи для метань. Стрибки зі скакалкою.Метання малого м'я- ча на дальність. Вправи на розтягування. Ведення м'яча на місті та в ру сі правою та лівою ногою обведення стійок, підкидання м'яча обома руками. Навчальна гра. Змагання, челенж, квести. Формування ключових компетентностей.		Дотримання техніки і правила гри	А Б В Г	Вправи на формуван няпостави
22	БЖД. Рухливі та спортивні ігри за бажанням учнів. Обговорення .	Взаємодія командна	Виконання фізичних вправ	А Б В Г	Вправи на формуван няпостави
	Тематична II чверть: ВОЛЕЙБОЛ. СТРІТБОЛ 3x3. ГАНДБОЛ				
23	БЖД.. Теоретико-методичні знання. Ознайомлення учнів з варіативни -ми модулями за їх вибором: Волейбол, Баскетбол 3x3.Гандбол. Історія розвитку українського волейболу, стрітболу (баскетбол 3x3), гандболу. За- гальна характеристика ігор (розмітка	Безпечний рівень умінь і навичок	Знає: історії розвитку українських видів спорту та загальні правила ігор	А Б В Г	Вивчити правила ТБ

№_Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	ДОМАШНІ ЗАВДАННЯ
	ігрових майданчиків, розміщення гравців, основні правила ігор). Загальна фізична підготовка.				
24	БЖД. Теоретико-методичні знання. Норми співпраці учасників рухової діяльності. Загальна фізична підготовка. Ознайомлення з обраними модулями, з історією розвитку українського волейболу, стрітболу, гандболу. Бакетбол 3х3. Пересування. Різновиди стійок баскетболістів у нападі і захисті. Волейбол. Базові стійки та пересування..	Практичне виконання - Загально розвиваючі вправи	Виконання творчих завдань	А Б В Г	Повторити правила ТБ на уроках
25	БЖД. Теоретико-методичні знання. Олімпійський принцип Fair Play («чесна гра»). ЗРВ у русі та на місці. Загальна характеристика гри волейбол, стрітбол та гандбол. Вчити техніці бігових вправ. Гандбол. Правила безпеки на ігровому майданчику. Стійка гандболіста, пересування м'яча без м'яча. Бакетбол 3х3. Пересування, різновиди стійок баскетболістів у нападі і захисті. Прискорення, зупинки і повороти.	Розвиток фізичних якостей	Володіє у команді	А Б В Г	Вправи на формування постави
26	БЖД. Теоретико-методичні знання. Про необхідність поваги до суперника, суддів, уболівальників, здобуття перемоги завдяки наполегливим тренуванням, а не за будь-яку ціну та ін. Волейбол. Стійка волейболіста. Розміщення та перехід гравців на ігровому майданчику. Гандбол. Стійка гандболіста, пересування без м'яча. Баскетбол 3х3. Різновиди пересувань у нападі і захисті. Прискорення, зупинки і повороти, стрибки. Рухливі ігри для спритності: «Клас, струнко!», «Котики».	Безпечний рівень умінь і навичок	Виконання творчих завдань	А Б В Г	Вивчити ТБ безпеки
27	БЖД. Теоретико-методичні знання. Правила безпечної поведінки на ігровому майданчику. Волейбол. Вибір вихідного положення для виконання передач та прийому м'яча, техніці бігових вправ. Базові стійки та пересування. Стійка волейболіста. Розміщення та перехід гравців на ігровому майданчику Баскетбол 3х3. Утримання і укривання м'яча. Передачі двома і однією рукою на місці та в русі, ловіння м'яча. Стійка гандболіста. Розміщення гравців, передачі,	Комфортна психологічна атмосфера	Виконання рухових дій	А Б В Г	Вправи на формування постави

№_Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	ДОМАШНІ ЗАВДАННЯ
	кидки. Рухливі ігри з елементами баскетболу 3х3 «Потяг», «Квач». Сомооцінювання. Дискусії.				
28	БЖД. Теоретико-методичні знання. Чому допінг це порушення етичних норм у спорті і руховій діяльності? Загальна фізична підготовка. Рухливі ігри для розвитку сили . Волейбол. Вчити передачі м'яча двома руками зверху над собою на місці, від стіни, в парах, в колонах, в зустрічних колонах . Прийом м'яча двома руками знизу від стіни, в парах, в колонах; з накидання партнера тощо.. Баскетбол 3х3. Утримання та укривання м'яча. Гандбол. Правила безпеки на ігровому майданчику. Стійка гандболіста, розміщення, пересування м'яча без м'яча, передачі. ЗФП.	Конунікативна компетентність	Взаємодіє з однолітками для досягнення спільних колективних дій	А Б В Г	Вправи на формування постави
29	БЖД. Теоретико-методичні знання. Санітарно-гігієнічні вимоги до спортивного інвентарю та обладнання. Загальна та спеціальна фізична підготовка. Пружні вправи з розслабленою мускулатурою. Волейбол. Прийом м'яча знизу над собою, від стіни, з накидання партнера (а/ки). Прийом м'яча двома руками знизу від стіни, в парах, в колонах; з накидання партнера тощо. Спеціальні індивідуальні вправи для розвитку фізичних якостей. Баскетбол 3х3. Гандбол. Звхисні дії на ігровому майданчику. Відбивання м'ячів однією та двома руками.	Соціальна компетентність	Спрямованість на досягнення спільної мети, сприймати свої переваги та недоліки	А Б В Г	Вправи на формування постави
30	БЖД. Теоретико-методичні знання. Згубний вплив заборонених препаратів допінгу на організм людини. Загальна фізична підготовка. Рухливі ігри для розвитку швидкості: «Останній вибуває», «Виклик номерів». Волейбол. Прийом м'яча двома руками знизу від стіни, в парах, в колонах; з накидання партнера тощо. Рухлива гра «Малюкбол» Різновиди ведення м'яча; Захист м'яча. Гандбол. Ловіння м'яча обома руками, передачі, кидки, відбивання м'ячів . Самоконтроль.	Коригування підходів до навчання,	Дотримується правил ЗСЖ	А Б В Г	Комплекс ЗРВ Вправи на формування постави
31	БЖД. Теоретико-методичні знання. Техніка фізичних вправ – основа успішного фізичного розвитку та самореалізації у руховій (спортивно-ігровій) діяльності. Формування ключових	Взаємооцінювання . прийомів	Називає спеціальні та підвідні вправи, спеціальні вправи з м'ячем	А Б В Г	Вправи на розтягування .

№_Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	ДОМАШНІ ЗАВДАННЯ
	компетентностей Загальна та спеціальна фізична підготовка. Волейбол. Способи пересування гравців по ігровому майданчику, поєднання способів пересування.. Баскетбол 3х3. Ведення м'яча. Різновиди ведення м'яча; захист м'яча. Гандбол. Пересування, передачі, кидки. Відбивання м'ячів.	форм та методів роботи			
32	БЖД. Теоретико-методичні знання. Загальна фізична підготовка. Робота у парах. Біг «по швидкісній драбині», вистрибування з напівприсіду та присіду; стрибки на скакалці та ін. Проектна діяльність з розподілом на групи і команди. Баскетбол 3х3. Ведення м'яча. Різновиди ведення м'яча; захист м'яча. Передача м'яча двома руками зверху. Базові пересування.. Вправи на розвиток сили та витривалості. Гандбол-н/гра.	Знання та їх застосування на практиці	Контроль самопочуття	А Б В Г	Вправи на розтягування.
33	БЖД. Теоретико-методичні знання. Оцінка техніки та динамічно-просторових параметрів виконання фізичних вправ. Вправи для запобігання плоскостопості. ЗРВ у парах, трійках. знизу. Прийом м'яча двома руками знизу після переміщення. Стрибкові вправи, спеціальні вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового пояса. Пружні вправи з розслабленою мускулатурою. Гандбол - передачі, кидки. Баскетбол 3х3 Повторити техніку ведення м'яча. Естафети. Обговорення та дискусії	Різноманітні прийоми, форми та методи роботи з навчальним матеріалом	Усвідомлення значення фізичних вправ	А Б В Г	Вправ для профілактики плоскостопості
34	БЖД. Теоретико-методичні знання. Використання правил у ігровій та змагальній діяльності. Загальна фізична підготовка. ЗРВ у парах. Волейбол. Стрибкові вправи, спеціальні вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового пояса. Прийом м'яча двома руками знизу після переміщення. Стрибкові вправи. Баскетбол 3х3. Зупинки двома кроками. Передачі, ведення. Гандбол. Навчання техніці ведення м'яча кроком правою та лівою руками. Навчальна гра. Самоконтроль, самооцінювання.	Особистий прогрес школяра	Інтегровані завдання	А Б В Г	Комплекс вправ на свіжому повітрі
35	БЖД. Теоретико-методичні знання. Вчимося відчувати власне тіло, емоції, відчуття здоров'я та задоволення після фізичної активності. Формування ключових компетентностей Волейбол.	Безпечний рівень умінь і навичок	Безпека та дисципліна ..	А Б В	Вправи на формування постави

№_Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	ДОМАШНІ ЗАВДАННЯ
	Проектна діяльність з розподілом на групи і команди. ЗРВ у парах, трійках. Човнико -вий біг 4х9. Гандбол. Кидок м'яча зігнутою рукою зверху. Різноманітні передачі з різною траєкторією руху м'яча. Баскетбол 3х3. Зупинки стрибком та двома кроками , передачі, ведення.		вміння боротися, гідно поводитись	Г	
36	БЖД. Теоретико-методичні знання. Захоплюючий світ спорту. ЗРВ. Повторити правила поведінки під час занять фізичною культурою. Вправи для профілактики плоскостопості та для формування постави. Баскетбол 3х3. Зупинки стрибком та двома кроками. Ведення м'яча Різновиди ведення м'яча; захист м'яча. Гандбол. Кидок м'яча зігнутою рукою зверху. Волейбол. Стрибкові вправи, спеціальні вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового пояса. Різноманітні передачі з різною траєкторією руху м'яча. Вправи на розвиток фізичних якостей..	Розвиток фізичних якостей	Проектна діяльність. Досягнення спільних командних цілей	А Б В Г	Вправи на формування постави
37	БЖД. Теоретико-методичні знання. Українці на олімпійських іграх, спортивній світовій арені. Волейбол. Нижня пряма та бокова подача. Естафети для розвитку фізичних якостей: «Естафета звичайна», «Чов -ник». Баскетбол 3х3. Зупинки стрибком та двома кроками . Баскетбол 3х3. Ведення м'яча . Різновиди ведення м'яча; захист м'яча. Спеціальні вправи для розвитку гнучкості. Самооцінювання.	Виконання освітніх завдань	Обговорення та дискусії Командна взаємодія – шлях до успіху!	А Б В Г	Вправи для розвитку сили нижніх кінцівок.
38	БЖД. Теоретико-методичні знання. Від Стародавньої Греції до сучасної України.. Загальна фізична підготовка. Ігри для розвитку спритності та уваги:«Правильний рух», «Абетка», «Баранець» Баскетбол 3х3. Волей -бол. Прийом м'яча знизу після виконання нижньої прямої (бокової) подачі від стіни. Вправи для розвитку швидкості та спритності. Жонглювання м'ячем . Гандбол. Способи пересування гравців по майданчику в нападі та захисті. Вправи, з елементами новизни. Самоконтроль.	Популяризація фізичної активності	Формування життєво необхідних умінь і навичок. Пошукові завдання	А Б В Г	Вправи для розвитку сили рук.
39	БЖД. Теоретико-методичні знання. Формування ключових компетентностей Вправи для формування постави . Пересування в нападі й захисті. Волейбол. Рухлива гра «Малюкбол» за спрощеними	Взаємооцінювання та самооцінювання	Формування відчуття відповідальності	А Б В Г	Вправи для розвитку сили м'язів тулуба.

№_Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	ДОМАШНІ ЗАВДАННЯ
	правила -ми. Баскетбол 3х3. Зупинки стрибком та двома кроками. Кидки м'яча . Техніка виконання подвійного кроку; кидки двома, однією рукою звер- ху; штрафний кидок, фінти. Взаємодії з партнерами під час ігор. Човни- ковий біг 4х9. Гандбол. Передача в русі парами зі зміною місць. Технічні прийоми у взаємодіях у грі.				
40	БЖД. Теоретико-методичні знання. Самоконтроль під час занять та виконання фізичних вправ. Біг «по швидкісній драбині», «Формула – 1»); вправи з різкою зміною темпу і напрямку руху; швидкісносилові вправи: стрибки з ноги на ногу; вистрибування з напівприсіду та присі- ду; стрибки на скакалці та ін. ЗРВ. волейболіста. Нижня пряма та бокова подачі з-за лицьової лінії. Кидки двома руками від грудей з місця та в русі. Баскетбол 3х3. Техніка виконання подвійного кроку; кидки дво -ма, однією рукою зверху; штрафний кидок, фінти. Взаємодії на ігрово- му майданчику. Технічні прийоми нападу і захисту. Гандбол. Передача з-за голови та від плеча на місці та в русі. Кидки правою й лівою рукою зверху з замахом з місця та в русі. Навчальна гра «Міні-гандбол». Ігрова вправа 2*1;2*2.	Популяризаці я школярами фізичної активності	Практичне виконан -ня інтегрованих завдань у пересуваннях і технічних прийомів під час уроків	А Б В Г	Вправи для гнучкості тіла.
41	БЖД. Теоретико-методичні знання. Характерні помилки під час вико -нання фізичних вправ та їх причини. Формування ключових компетент- ностей . Баскетбол 3х3. Техніка виконання подвійного кроку; кидки двома, однією рукою зверху; штрафний кидок, фінти. Волейбол. Верх- ня пряма подача в стіну та на партнера. Зупинки стрибком та двома кроками . Вправи на розвиток сили.. Техніка подвійного кроку; кидки двома, однією рукою зверху; штрафний кидок, фінти Технічні прийо -ми . Гандбол. Спеціальні вправи для метан ня. Пересування без м'яча. Кидки правою й лівою рукою зверху з замахом з місця та в русі. Навча- льна гра «Міні-гандбол». Ігрова вправа 2*1;2*2. Елементи новизни.	Використання різних комп'ютерних програм	Обговорення та дискусії. Усвідомлення значення фізичних вправ для здоров'я	А Б В Г	Присіди, стрибки угору
42	БЖД. Теоретико-методичні знання. Вплив різних фізичних наванта -жень на організм людини. Дотриманням правильного положення тіла щодо розвитку спритності . Волейбол. Верхня	Гармонійний розвиток та особисті	Практичне виконання.	А Б В	Стрибки зі скакалкою.

№_Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	ДОМАШНІ ЗАВДАННЯ
	пряма подача в стіну. Верхня пряма подача . Баскетбол 3х3. Зупинки стрибком та двома кро -ками . Естафети за спрямованістю рухових дій. Стрибки на скакалці. Верхня пряма подача через сітку із скороченої відстані. Кидки м'яча однією рукою від плеча. Баскетбол 3х3. Кидки м'яча, подвійний крок; кидки двома, однією рукою зверху; штрафний кидок, фінти Гандбол. Спеціальні вправи для метання, пересування без м'яча . Передача з-за голови та від плеча на місці та в русі. Ігрова вправа 2*1;2*2.	можливості організму		Г	
43	БЖД. Теоретико-методичні знання. Самоконтроль за об'єктивними показниками (ЧСС) під час занять фізичними вправами. Формування ключових компетентностей Волейбол. Прийом м'яча двома руками знизу після верхньої прямої подачі від стіни та в парах. Кидки двома руками від грудей з місця та в русі. Баскетбол 3х3. Обведення стійок, ловіння м'яча обома руками. Волейбол. Навчальні ігри .Жонгливання м'ячем . Способи пересування у нападі та захисті. Передача в русі па- рами зі зміною місць,вільні кидки . Обговорення та дискусії	Учнівство є пріоритетом і знаходиться у центрі уваги	Загальна та спеціальна фізична підготовка	А Б В Г	Спеціальні вправи щодо модулів
44	БЖД. Теоретико-методичні знання. Самостійна розминка.. Баскетбол 3х3. Загальна фізична підготовка. Вправи для формування постави. Ведення м'яча на місці та в русі правою та лівою руками. Обведення стійок, ловіння м'яча обома руками. Жонгливан ня м'ячем . Спеціальні вправи для метання.. Гандбол. Вправи для розвитку сили ніг.. Передача в русі парами зі зміною місць. Естафети комбіновані: за модулями. Вправи для розвитку гнучкості. Навчальні ігри .	Нестандартни й інструментарі й для організації освітнього процесу	Реалізація ключових компетентностей при вивченні видів спорту	А Б В Г	Присіди. Вправи з м'ячем
45	БЖД. Теоретико-методичні знання. Стан людини, його об'єктивні та суб'єктивні показники. Особиста розминка. Вправи для розвитку сприт ності. Баскетбол 3х3 - Кидки м'яча однією рукою від плеча . Техніка виконання подвійного кроку; штрафного , фінти. Волейбол. Повторен- ня прийому м'яча . Повторити вправи на дихання під час виконання вправ. Гандбол. Передача м'яча. Гра за спрощеними	Досягання успіху	Реалізація ключових компетентностей при вивченні видів спорту	А Б В Г	Комплекс вправ на свіжому повітрі Вправи з м'ячем

№_Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	ДОМАШНІ ЗАВДАННЯ
	правилами. Естафети за спрямованістю рухових дій: Пружні вправи з розслабленням.				
46	БЖД. Теоретико-методичні знання. Навантаження при фізичній активності, механізми втоми та їх вплив на фізичний стан. Урок закріплення набутих вмінь та навичок з варіативних модулів. Вправи для розвитку спритності, силової витривалості. Баскетбол 3х3. Зупинки стрибком та двома кроками. Кидки м'яча, фінти. Волейбол. Естафета «Ривок за м'ячем». «Правильний рух». Жонглювання м'ячем. Гандбол. Вправи для розвитку сили ніг. Передача в русі парами зі зміною місць. Перехват м'яча під час передачі. Штрафні і вільні кидки з опорного положення. Навчальна гра за спрощеними правилами. ЗФП.	Спрямування на ЗСЖ	Участь у змаганнях внутрішньошкільних змагань і фестивалів	А Б В Г	Вправи\ з м'ячем
47	БЖД. Теоретико-методичні знання. Основи самоконтролю. Формування ключових компетентностей. Урок закріплення набутих вмінь та навичок. Вправи для розвитку швидкості виконання вправ варіативних модулів. Проектна діяльність. Волейбол. Навчальні ігри з модулів. Баскетбол 3*3. Гандбол. Стрибки на скакалці. Вправи на формування постави. Обговорення та дискусії	Гармонійний розвиток та особисті можливості організму	Формування необхідних умінь і навичок на різних етапах навчання	А Б В Г	Стрибкові вправи
48	БЖД. Теоретико-методичні знання. Урок закріплення набутих вмінь та навичок з варіативних модулів: Пошукові завдання - самостійний пошук і підбір інформації (історичних фактів, цікавих прикладів), формування соціалізації. Квест – захід або змагання з видів спорту - «Вгадай, виконай, досягни».	Участь у конкурсах та змаганнях Шкільної ліги	Квест «Вгадай, виконай, досягни» Проектна діяльність	А Б В Г	Самовдосконалення
	Тематично-формувальне оцінювання. Підведення підсумків I семестр.				

КАЛЕНДАРНЕ ПЛАНУВАННЯ

з фізичної культури II семестр

6 клас

Наскрізнi лiнii:

НЛ-1 «Громадянська відповідальність» є формування відповідального члена громади й суспільства, який розуміє принципи й механізми його функціонування, а також важливість національної ініціативи. Ця наскрізна лінія освоюється через колективну діяльність – дослідницькі роботи, роботи в групі, проекти тощо, яка розвиває в учнів готовність до співпраці, толерантність щодо різноманітних способів діяльності і думок.

НЛ-2 «Екологічна безпека та сталий розвиток» – це формування в учнів соціальної активності, відповідальності й екологічної свідомості, у результаті яких вони дбайливо й відповідально ставитимуться до довкілля, усвідомлюючи важливість сталого розвитку для збереження довкілля й розвитку суспільства.

НЛ-3 «Здоров'я і безпека» є становлення учня як емоційно стійкого члена суспільства, здатного вести здоровий спосіб життя і формувати навколо себе безпечне життєве середовище.

НЛ-4 «Підприємливість і фінансова грамотність» забезпечить краще розуміння молодим поколінням українців практичних аспектів фінансових питань (здійснення заощаджень, інвестування, запозичення, страхування, кредитування тощо); сприятиме розвитку лідерських ініціатив, здатності успішно діяти в технологічному швидкозмінному середовищі.

Ключові компетентності:

1. Спілкування державною (і рідною у разі відмінності)
2. Спілкування іноземними мовами.
3. Математична компетентність.
4. Основні компетентності у природничих науках і технологіях.
5. Інформаційно-цифрова компетентність.
6. Уміння вчитися впродовж життя.
7. Ініціативність і підприємливість.
8. Соціальна та громадянська компетентності.
9. Обізнаність та самовираження у сфері культури.
10. Екологічна грамотність і здорове життя.

МОДУЛІ : ВИДИ СПОРТУ : II СЕМЕСТР

III чверть: БАСКЕТБОЛ . ГІМНАСТИКА .ФУТЗАЛ - /Січень-березень/ = 29 год.

IV чверть: НАСТІЛЬНИЙ ТЕНІС. РЕГБІ-5 . ДОДЖБОЛ. Елементи АЛТИМАТ ФРІЗБІ - /Квітень-червень/ = 29 год.

Загальна кількість годин на II семестр = 58 год

№ п/п	№ Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	Примітки Д/З
1	49	ІІІ чверть: БАСКЕТБОЛ . ГІМНАСТИКА .ФУТЗАЛ Інструктаж з правилами безпеки життєдіяльності на уроках фізичної культури (ІБЖ). Теорія. Обговорення та дискусії.	Громадянська компетентність	Дотримання - правил безпеки, обговорення та дискусії		Повторити правила ТБ
2	50	БЖД. Теоретико-методичні знання. Ознайомлення учнів з варіативними модулями та їх вибір. Рухливі ігри за бажанням учнів. Історія розвитку видів спорту: Баскетбол. Гімнастика. Футзал. Загальна фізична підготовка . Вправи, з елементами новизни; вправи з незвичних вихідних положень; асиметричні рухи.	Інформаційно-комунікаційна компетентність		А Б В Г	Комплекс РГГ
3	51	БЖД. Теоретико-методичні знання. Причини коливань настрою під час рухової активності та ігрової діяльності. Розвиток основних рухових якостей та особистісних властивостей. Самоконтроль за об'єктивними показниками (ЧСС) під час занять фізичними вправами-вікторини, теоретичні паузи. Гімнастика. Вплив гімнастичних вправ на розвиток фізичних якостей . Рухливі ігри.	Ааналіз виконання рухових дій, ідентифікація помилок	Повага до свого тіла	А Б В Г	Стрибки зі скакалкою
4	52	БЖД. Теоретико-методичні знання. Стройові та загальнорозвивальні вправи. Формування ключових компетентностей . Гімнастика. Пересування в нападі й захисті та в русі.Біг зі зміною напрямку та швидкості за сигналом. Футзал: Удари внутрішньою стороною стопи по нерухомому м'ячу. Ведення м'яча підосвою,та зі зміною напрямку. Навчальна гра– взаємодія.	Здоров'я-збережувальна компетентність	Вплив фізичних навантажень на організм	А Б В Г	Стрибки зі скакалкою
5	53	БЖД. Теоретико-методичні знання. Рухливі ігри – як вагомий засіб фізичного виховання дітей та молоді України. Організація та проведення сюжетно-рольових ігор. Технічні прийоми у взаємодіях у футзал, баскетбол (рухливі ігри). Основні поняття техніки й тактики гри.Різновиди пересувань у нападі і захисті. Гімнастика. Вправи з обертанням скакалки: переступання, перекач (з п'ятки на носок).	Здоров'я-збережувальна компетентність Комунікативна компетентність	Виконання освітніх завдань під час уроків Розробка проєктів	А Б В Г	Вправи на гнучкість

№ п/п	№_Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	Примітки Д/З
6	54	БЖД. Теоретико-методичні знання. Про зародження футзалу в світі. Формування ключових компетентностей. Загально-розвивальні та спеціальні вправи. Історія розвитку: гімнастика. Баскетбол. Правила гри. Жести судді. Навчальні ігри.	Математична компетентність. Спілкування державною мовою	Зростання динаміки формування ключових компетент.	А Б В Г	Вправи на гнучкість
7	55	БЖД. Теоретико-методичні знання. Здоровий спосіб життя. Загально-на характеристика- футзал, баскетбол. Розмітка ігрового майданчика, розміщення гравців, основні правила ігор. Правила безпеки. Баскетбол. Різновиди пересувань у нападі і захисті. Прискорення. Зупинки і повороти. Технічні прийоми нападу і захисту у взаємодіях з партнерами. Акробатичні вправи. Футзал: Різновиди ведення			А Б В Г	Вправи на гнучкість
8	56	БЖД. Теоретико-методичні знання. ЗРВ. Вправи на гімнастичній стінці. Акробатика. Стійка баскетболіста, футзаліста. Розміщення гравців на ігровому майданчику. Правила ігор. Вправи для оволодіння технікою метання малого м'яча. Футзал: Ведення м'яча зі зміною напрямку. Жонгливання м'ячем: ногою, стегном. Баскетбол Кидки однією рукою зверху з місця та у русі. Самооцінювання.	Ініціативність, підприємливість	Визначення видів фізичної активності за бажанням учнів	А Б В Г	Стрибок і вправи
9	57	БЖД. Теоретико-методичні знання. Необхідний інвентар та обладнання для занять різними видами спорту. Баскетбол. Кидки, утримання, укривання, ловіння, передачі м'яча. Футзал: ЗФП. Техніка ведення м'яча. Рухливі ігри з м'ячем. Ловіння м'яча однією та обома руками. Прискорення та ривки з м'ячем. Навчальні ігри.	Соціальна та громадянська компетентності	Олімпійський принцип «Fair Play».	А Б В Г	Стрибок і вправи
10	58	БЖД. Теоретико-методичні знання. Формування ключових компетентностей. Вправи з різкою зміною темпу і напрямку руху; швидкіс носилкові вправи. Футзал: Удари по м'ячу, ведення м'яча (робота в парах, трійках). Пересування, зупинка двома кроками. Способи пересування гравців по майданчику в нападі та захисті. Штрафний кидок. Навчання сучасній техніці виконання	Володіння методами самоконтролю	Об'єднання дітей для взаємодії	А Б В Г	Присіди

№ п/п	№ Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	Примітки Д/З
		подвійного кроку; кидки двома, однією рукою зверху; фінти. Самоконтроль.				
11	59	БЖД. Теоретико-методичні знання. Формування ключових компетентностей. Вправи для формування постави. Загальна фізична підготовка. Колове тренування: вправи з акробатики, вправи на брусах, вправи піднімання тулуба; згання, розгинання рук в упорі лежачи. Удосконалення техніки ведення м'яча кроком, правою та лівою руками, обведення стійок. Кидки двома, однією рукою зверху. Навчання сучасній техніці виконання подвійного кроку; кидки двома, однією рукою зверху; штрафний кидок, фінти.	Повага до суперника, здобуття успіху	Формує навколо себе безпечне середовище.	А Б В Г	Стрибок і вправи
12	60	БЖД. Теоретико-методичні знання. Загальна фізична підготовка. Пересування футболіста (праворуч, ліворуч, вперед, назад, через перешкоди). Вправи для розвитку швидкості та спритності, сили. Гімнастика: лазіння - горизонтально і вертикально. Вправа ЗФП: стрибки «змійкою» через лаву. Піднімання тулуба в сід. Техніка виконання подвійного кроку. Розвиток гнучкості: акробатичні вправи. Вправи на гімнастичній стінці. Системи гри у нападі та захисті.	Обізнаність та самовираження у сфері культури.	Освітня, виховна, оздоровча, розвивальна спрямованість	А Б В Г	Стрибок і вправи
13	61	БЖД. Теоретико-методичні знання. Історія виникнення паролімпійських ігор. Баскетбол. Кидок в ціль правою та лівою рукою. Взаємодія з партнерами під час ігор. Захист, передачі, ловіння м'яча. Футзал: Удари по м'ячу що котиться, на точність внутрішньою і серединою підйому. Гімнастика: перекид вперед та назад. Формування ключових компетентностей. Обговорення	«Підприємливість і фінансова грамотність»	Формування навичок	А Б В Г	Комплекс ЗРВ
	62	БЖД. Теоретико-методичні знання. Танцювальні кроки. Акробатичні вправи. Баскетбол: Системи гри у нападі та захисті.	Обізнаність та самовираження	Поєднання технік	А Б В	Присіди

№ п/ п	№ Уро ку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	Примітки Д/З
14		Передача м'яча однією та двома руками з місця. Взаємодії з партнерами під час ігор. Поєднання прийомів пересування з веденням м'яча. Метан ня м'ячика у вертикальну і горизонтальну ціль. Ловіння м'яча дво- ма руками знизу, на рівні грудей, зверху. Рухливі ігри.			Г	
15	63	БЖД. Теоретико-методичні знання. Основи ЗСЖ. Профілактика (корекції) порушень постави. Урок закріплення набутих вмінь та навичок з: бігу, стрибків; двостороння гра у баскетбол. Футзал: Поєднання прийомів пересування з веденням м'яча.	Екологічна грамотність і здорове життя	Виконання теоретичних та практичних завдань під час уроку	А Б В Г	Присіди
16	64	БЖД. Теоретико-методичні знання. Футзал: Ведення м'яча середі- ною підйому з наступним ударом по воротах. Удари по м'ячу сере- дньою частиною підйому по нерухомому м'ячу. Баскетбол: исте- ми гри у нападі та захист і. Передача з-за голови та від плеча на міс -ці та в русі. Вчити передачі м'яча двома руками зверху над собою на місці, від стіни, в парах, в зустрічних колонах.	Уміння вчитися впродовж життя.	Правильне виконання завдань	А Б В Г	Вправи на поставу
17	65	БЖД. Теоретико-методичні знання. Колове тренування. Передача в русі парами зі зміною місць. Удари по м'ячу в ворота на точність. Перехват м'яча під час передачі. Рухливі ігри для розвитку витри- валості. Кид-ки двома руками від грудей ЗРВ. Вправи з незвичних вихідних положень. Вчити передачі м'яча двома руками зверху над собою на місці, від стіни, в парах, в зустрічних колонах. Проєктна діяльність. Формування ключових компетентностей.	Математична компетентність	Пошукова діяльність	А Б В Г	Вправи на поставу
18	66	БЖД. Теоретико-методичні знання. Самостійна розминка. Спеці- альні вправи. Вправи на гнучкість. Комбінації вправ з висів і упорів на брусах. Вправи на гімнастичній стінці. Баскетбол. Взаємодії з партнерами під час ігор. Самострахування. Обговорення та дискусії	Ідентифікує помилки в себе та інших	Вміння комунікувати	А Б В Г	Комплекс ЗРВ

№ п/п	№ Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	Примітки Д/З
19	67	БЖД. Теоретико-методичні знання. Формування ключових компетентностей – «Спілкування державною та «Спілкування іноземними мовами». Відомі гімнасти України. Елементи акробатичних та танцювальні кроки. Вправи з рівноваги та колоді. Комбінації вправ з висів. Акробатичні вправи. Футзал: Кидки, пересування.	Комунікативна компетентність	Вміння працювати у команді,	А Б В Г	Вправи на поставу
20	68	БЖД. Теоретико-методичні знання. Формування ключових компетентностей Баскетбол: Штрафні і вільний кидки з опорного положення. Смуга перешкод з елементами гімнастики. Акробатика.. Перетягування канату – міні – змагання.. Вправи, з елементами новизни; вправи з незвичних вихідних положень; асиметричні рухи.	Здоров'я-збережувальна та комунікативна компетентність	Вміння спілкування	А Б В Г	Вправи на поставу
21	69	БЖД. Теоретико-методичні знання. Футзал: Різноманітні передачі з різною траєкторією руху м'яча. Загальна фізична підготовка. Повторення технік удару, прийому і ведення м'яча. Комбінована естафета. Гімнастика: комбінація. Ведення м'яча на місці і у русі.	Збереження наступності і послідовності вивчення	Загальна та спеціальна фізична підготовка	А Б В Г	Вправи на координацію рухів
22	70	БЖД. Теоретико-методичні знання. Урок закріплення набутих вмінь та навичок з баскетболу, футзалу, гімнастики. Спеціальні індивідуальні вправи.. Смуга перешкод з елементами гімнастики. Рівновага. Футзал: Ведення м'яча підшвою, внутрішньою та зовнішньою частинами підйому. Баскетбол: Передачі м'яча.	Громадянська компетентність	Уміння працювати у нападі і захисті	А Б В Г	Вправи на координацію рухів
23	71	БЖД. Теоретико-методичні знання. Загальна фізична підготовка. Рухливі ігри для розвитку швидкості: «Останній вибуває», «Виклик номерів», «Коники». Баскетбол: Подвійний крок. Зупинки і повороти. Ловіння м'яча. Вправи на координацію. Футзал: Ведення м'яча зі зміною напрямку. Жонглювання	Забезпечення гармонійного фізичного розвитку	Застосування умінь і навичок	А Б В Г	Вправи на координацію рухів
24	72	БЖД. Теоретико-методичні знання. Вправи на гімнастичній стінці на координацію та рівновагу. Стрибкові вправи. Баскетбол: Зупинки і повороти. Кидки двома, однією рукою зверху. Смуга	Здоров'я-збережувальна компетентність	Підвищення рівня	А Б В	ЗФП

№ п/п	№ Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	Примітки Д/З
		перешкод з елементами гімнастики. Баскетбол та футзал: технічні прийоми. Вчити передачі м'яча двома руками зверху над собою на місці, від стіни, в парах, в зустрічних колонах.		фізичного розвитку	Г	
25	73	БЖД. Теоретико-методичні знання. Спеціальні індивідуальні вправи для розвитку фізичних якостей. Стрибкові вправи. Вправи на координацію. Акробатика. Баскетбол: Кидки м'яча в кошик на відстані =1,5м. Передачі м'яча у парах і трійках- футзал, баскетбол.	Інформаційно-комунікативна компетентність	Володіння спеціальними вправами	А Б В Г	ЗФП
26	74	БЖД. Теоретико-методичні знання. Загальна фізична підготовка. «Естафета комбінована», «Скакалка під ногами», «Альпіністи», «Боксери». Підтягування (дів.у висі лежачи). Гімнастика: комбінація акробатичних впра: у висі на перекладині (хл.) і з вису лежачи на н/перекладині (д). Гра у баскетбол за спрощеними правилами.	Компетентності та наскрізні уміння учнів	Взаємодія з партнерами, застосовує вміння і навички	А Б В Г	Фізичне самовдосконалення
27	75	БЖД. Теоретико-методичні знання. Пружні вправи з розслабленою мускулатурою. Баскетбол: Техніка виконання подвійного кроку. Загальна та спеціальна фізична підготовка. Гімнастика. Підтягування у висі на перекладині (хл.) і з вису лежачи на н/перекладині (д.). Футзал: Бігова смуга перешкод. Вправи на координацію рухів.	Аналіз виконання рухових дій, ідентифікація помилок в себе та інших	Визначає основні елементи техніки	А Б В Г	Фізичне самовдосконалення
28	76	БЖД. Теоретико-методичні знання. Гімнастика: Вправи на рівно-вагу: вправи на колоді. Підтягування у висі на перекладині (хл.) і з вису лежачи на н/перекладині (д.). Серійні стрибки з діставанням підвішених предметів. Баскетбол: Кидки м'яча у кошик. Удари внутрішньою стороною стопи по нерухомому м'ячу. Удари по м'ячу ногою що котиться. Формування ключових компетентностей.	Інформаційно-комунікативна компетентність	Корегування діяльнісного компоненту	А Б В Г	Стрибки угору
29	77	БЖД. Теоретико-методичні знання. БЖД. Теорія. Підсумковий урок з видів спорту: «Баскетбол. Гімнастика. Футзал». Міні-змагання, квести, оздоровчі заходи за Олімпійським принципом .	Розвиток рухового досвіду	Знаневий компонент	А Б В Г	Стрибки угору

№ п/п	№_Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	Примітки Д/З
		Додатковий урок.				
30	78	Тематична IV чверть: НАСТІЛЬНИЙ ТЕНІС. РЕГБІ-5 . ДОДЖБОЛ. Елементи АЛТИМАТ ФРІЗБІ БЖД. Інструктаж з правилами безпеки життєдіяльності на уроках фізичної культури. Ознайомлення з обраними модулями (настільний теніс, регбі-5, доджбол, елементи алтимат фрізбі). Базові знання правил алтимат: розмітка поля, мета гри, як просувати диск в атаці, що може робити гравець з диском, перехід володіння, що може робити гравець захисту, «столл»-рахунок, початок гри (введення диску). Обговорення та дискусії	Забезпечення безпеки під час занять фізичною культурою	Дбайливе і відповідальне ставитимуться до довкілля	А Б В Г	ЗФП
31	79	БЖД. Теоретико-методичні знання. Ознайомити учнів з видами спорту : настільний теніс, доджбол, регбі-5, фрізбі. Історії розвитку цих видів спорту в світі, Україні. Настільний теніс: хватка ракетки, види хваток. Ігро- ва початкова стійка тенісиста, її різновиди. Прийом подачі. Правила гри у регбі-5. Вправи для розвитку сили м'язів кистей рук. Загальна фізична підготовка. Елементи Алтимат фрізбі: розмітка поля, мета гри. Доджбол: Вправи з м'ячем.	Формування стійкої мотивації учнів до занять	Розуміння принципів національної ініціативи	А Б В Г	Вправи м'ячем
32	80	БЖД. Теоретико-методичні знання. Формування ключових компетентностей. Настільний теніс. Вправи для розвитку сили м'язів кистей рук. Хватка ракетки, види хваток. Переміщення тенісиста. Способи переміщення (однокрокові, багатокрокові). Доджбол: Пересування в стійці доджболіста. Вікторина з історії регбі-5. Елементи Алтимат фрізбі: Кидки бекхендом і форхендом	Вдосконалення життєво необхідних рухових умінь та навичок	Участь у колективній діяльності	А Б В Г	Вправи м'ячем

№ п/п	№ Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	Примітки Д/З
		на гравця який руха-ється, контакт очі-ма, прийом диску: на місці та в русі.				
33	81	БЖД. Теоретико-методичні знання. ЗФП. Загальна характеристика інвентарю для гри в настільний теніс. Переміщення тенісиста (од -нокрокові, багатокрокові). Доджбол: Пересування в стійці доджбо -ліста. Виконання основних технічних прийомів (подача, поштовхів удар). Вправи на координацію рухів . Елементи Алтимат Фрізбі: навичками прямих кидків диску: прийомом диску технікою «бутер -брод».Навчальна гра-регбі-5. Взаємодії з партнерами	Доступність, систематичність і послідовність до опанування навчального матеріалу	Дослідницька та проєктна робота	А Б В Г	Вправи м'ячем
34	82	БЖД. Теоретико-методичні знання. Загальна фізична підготовка. Формування ключових компетентностей. Елементи Алтимат фрізбі: Кидки диску: прийомом диску технікою «бутерброд». Регбі-5 – прийом м'яча після передачі, що котиться, що лежить.. Доджбол: Стійка доджболіста. Настільний теніс: хватка ракетки, види хваток.	Самостійне виконання завдань	Обговорення заходів	А Б В Г	Ігри на свіжому повітрі
35	83	БЖД. Теоретико-методичні знання. Формування ключової компетентності – «Ініціативність і підприємливість». Поштовховий удар з партнером; подачу та прийом подачі. Подачі з верхнім обертанням м'яча. Пересування поєднання бігу із зупинками, стрибками, поворотами. Способи переміщення тенісиста. Доджбол: Пересування в стійці доджболіста. Н/теніс: переміщення тенісиста в стійці.	Компетентнісний потенціал освітньої галузі	Свідоме ставлення до власного здоров'я	А Б В Г	Ігри на свіжому повітрі
36	84	БЖД. Теоретико-методичні знання. «Формування ключової компетентності- «Інформаційно-цифрова компетентність»..Настільний теніс:Захисні прийоми техніки гри: подачі з нижнім обертанням м'яча; елементи навчальної гри. Прийом подачі.. Доджбол:р/гра Регбі-5: перекладання м'яча.Елементи фрізбі: бекхенд. Н/ ігри.	Формування ключових компетентностей	Застосовання технічних прийомів	А Б В Г	Ігри на свіжому повітрі

№ п/п	№ Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	Примітки Д/З
37	85	БЖД. Теоретико-методичні знання. Загальна фізична підготовка. Доджбол: Кидки м'яча однією рукою зверху над собою на місці, від стіни, в парах, в колонах, в зустрічних колонах. Настільний теніс: жонгливання м'ячем, відкритою та закритою сторонами ракетки на місці. Регбі-5 – прийом м'яча після передачі, що котиться, що лежить. Навчальні ігри. Міні-змагання.	Науковість у змісті уроку та індивідуалізація навчання	Проектна діяльність, яка розвиває готовність до співпраці	А Б В Г	Ігри на свіжому повітрі
38	86	БЖД. Теоретико-методичні знання. Доджбол: кидки м'яча однією рукою зверху над собою на місці, від стіни, в парах, в колонах, в зустрічних колонах. Настільний теніс: жонгливання м'ячем для настільного тенісу відкритою та закритою сторонами ракетки в русі та біля стіни. Регбі-5: Гра у захисті, поняття-«тач»-торкання суперника, який володіє м'ячем. Атакувальні прийоми техніки гри: накат справа та зліва, удар, контрудар..	Компетентніс-ний потенціал освітньої галузі	Повага до свого тіла	А Б В Г	Жонгливання м'ячем
39	87	БЖД. Теоретико-методичні знання. Формування ключової компетентності – «Вміння вчитися впродовж життя». Ігри у захисті, поняття-«тач»-торкання суперника, який володіє м'ячем. Настільний теніс: жонгливання м'ячем для настільного тенісу відкритою та закритою сторонами ракетки на місці. Релакс.	Науковість у змісті уроку	Обговорення заходів	А Б В Г	Жонгливання м'ячем
40	88	БЖД. Теоретико-методичні знання. Біг, стрибки, метання. Настільний теніс: прийом подачі. Повороти при ударах накатами зліва та справа. Регбі-5: Гра у Регбі-5: захист-напад. Жонгливання, подачі. Елементи Алтимат фрізбі: базовий кидок: бекхенд. Доджбол: Кидки м'яча однією рукою зверху над собою на місці, у парах. Самоконтроль. Формування ключових компетентностей.	Гармонійний фізичний розвиток особистості	Комплекс ключових компетентностей	А Б В Г	Жонгливання м'ячем

№ п/п	№ Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	Примітки Д/З
41	89	БЖД. Теоретико-методичні знання. Формування ключової компетентності – «Вміння вчитися впродовж життя». Регбі-5: Доджбол кидки м'яча однією рукою зверху над собою на місці, від стіни, в парах, в колонах, в зустрічних колонах. Спеціальні вправи з фрізбі в русі та на місці. Настільний теніс: жонглювання м'ячем для настільного тенісу відкритою та закритою сторонами ракетки в русі та біля стіни. Вправи на координацію рухів.	Формування майбутньої готовності щодо відстоювання інтересів	Застосування навчальної інформації на практиці	А Б В Г	Вімір ЧСС
42	90	БЖД. Теоретико-методичні знання. ЗФП. Настільний теніс: Подачі м'яча :з відкиданням, підрізкою, короткі та довгі подачі. Передача м'яча, способом «звичайна». Н/ гра: Доджбол. Самоконтроль.	Методики діяльнісного підходів	Соціальна активність	А Б В Г	Вімір ЧСС
43	91	БЖД. Теоретико-методичні знання. Фізична підготовка.. Урок за- кріплення набутих вмінь та навичок. Доджбол: р/гра «Влучно в ціль».з застосуванням вивченої техніки. Регбі-5: Технічні прийоми нападу і захисту у взаємодіях з партнерами під час навчальної гри. Настільний теніс –влучні подачі. Навчальні ігри.	Зміна видів навчальної діяльності	Реалізація умінь і знань	А Б В Г	Вімір ЧСС
44	92	БЖД. Теоретико-методичні знання. Розвиток фізичних якостей. Набивання м'яча ракеткою-на оцінку. Передача м'яча на місці і в русі у парах і трійках. Кидки м'яча з місця однією рукою збоку у доджболі. Робота у парах.. Обговорення та дискусії	Формування ставлення до фізичної активності	Формування ціннісних орієнтацій щодо здоров'я	А Б В Г	Вімір ЧСС
45	93	БЖД. Теоретико-методичні знання. Урок закріплення набутих вмінь та навичок. Загальна фізична підготовка . Руханка під музич- ний супровід. Настільний теніс: техніка гри по прямій та діагоналі. Доджбол: кидки м'яча. Регбі-5 Відбивання м'яча. Взаємодія гравців Тримання м'яча в двох руках перед собою на місці, в русі під час бігу, під час оббігання перешкод, перекладання м'яча	Формування особистісних якостей навчального досвіду	Освоєння знань розуміння сутності руху	А Б В Г	Фізичне самовдо с-коналення
46	94	БЖД. Теоретико-методичні знання. Згубний вплив шкідливих звичок на дитячий організм і чому модно бути здоровим. Елементи	Розвиток комунікативних	Формування дбайливого	А Б	Фізичне самовдо

№ п/п	№ Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	Примітки Д/З
		Алтимат фрізбі: серійні кидки бекхендом і форхендом з різних точок середньої і близької відстані - навчальна гра. Доджбол: Кидки м'яча. Настільний теніс: Вправи для розвитку швидкості .	компетентностей та соціалізація учнів	ставлення до довкілля	В Г	с-коналення
47	95	БЖД. Теоретико-методичні знання. Формування ключових компетентностей. Настільний теніс. Подачі та жонгливання. Навчальна гра теніс настільний. Просування диску в атаці. Доджбол: кидки м'яча знизу однією рукою, від стіни. Регбі-5 : міні-змагання.	Забезпечення функціональних можливостей організму	Формування позитивного ставлення	А Б В Г	Фізичне самовдосконалення
48	96	БЖД. Теорія. Загальна фізична підготовка . Розвиток фізичних якостей – через смугу перешкод. Релакс. Обговорення та дискусії Настільний теніс: Вправи для розвитку координації рухів.	Розширення рухового досвіду	Прагнення ЗСЖ	А Б В Г	ЗФП
49	97	БЖД. Теоретико-методичні знання. Загальна фізична підготовка Розвиток фізичних якостей. Техніка метання малого м'яча в горизонтальну та вертикальну ціль. Елементи Алтимат фрізбі: навичками прямих кидків диску. Естафети. Доджбол: кидки м'яча знизу однією рукою, від стіни. Настільний теніс: виконання основних технічних прийомів. Твінцювальні кроки..	Формування психоемоційного стану у процесі рухової діяльності	Усвідомлює значення рухової активності	А Б В Г	Вправи на поставу
50	98	БЖД. Теоретико-методичні знання. Смуга перешкод – розминка. Подачі м'яча :з відкиданням у настільному тенісі. Рухливі ігри. Доджбол: ловіння м'яча знизу, від стіни. Гра у захисті: поняття «тач» - торкання двома руками суперника, який володіє м'ячем; поняття «тег» -зривання стрічки. Інтегровані завдання: поєднання засобів спеціальної фізичної підготовки з окремими завданнями із вивчення інших предметів. Навчальні та рухливі ігри.	Взаємодія для досягнення спільних командних цілей	Комплекс ключових компетентностей	А Б В Г	Вправи на поставу
51	99	БЖД. Теоретико-методичні знання. Спеціальна підготовка за мо -дулями. Навчальні ігри. Взаємоперевірка «Вкажи на помилку та виконай вірно». Обговорення та дискусії.	Розвиток природних здібностей	Самостійне навчання	А Б В Г	ЗФП

№ п/п	№_Уроку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	Примітки Д/З
52	100	БЖД. Теоретико-методичні знання. Загальна фізична підготовка. Виконання атакувальних прийомів техніки гри: накат справа та зліва, удар, контрудар. Стрибки через набивні м'ячі, встановлені на різній відстані; стрибки (ліворуч – праворуч) через гімнастичну лаву з просуванням вперед; вистрибування з напівприсіду.	Формування знань, умінь	Аналіз рухової активності	А Б В Г	ЗФП
53	101	БЖД. Теоретико-методичні знання. Настільний теніс. Серійні види подач, повороти при ударах накатами зліва та справа. Елементи Алтимат фрізбі: серійні кидки Доджбол: навчальна гра з застосуванням вивченої техніки. Регбі-5: Передачі м'яча в русі у парах (із запобіганням вперед, зупинкою, поворотом). Обговорення та дискусії. Рухливі ігри за бажанням учнів.	Формування здатності до моделювання рухової діяльності	Формування позитивної самооцінки	А Б В Г	ЗФП
54	102	БЖД. Теоретико-методичні знання. Навчальна гра 1x1, 2x2. Кидки та ловіння фрізбі на оцінку. Рухливі ігри за бажанням учнів: базовий кидок: бекхенд. Рухливі ігри та естафети. Вправи ЗФП: Алтимат: розмітка поля, мета гри.. доджбол: Ходьба з заплученими очима у різних напрямках. Настільний теніс: 1x1; 2x2.	Створення умов для мотивації до навчання	Комплекс ключових компетентностей	А Б В Г	Фізичне самовдосконалення
55	103	БЖД. Теоретико-методичні знання. Регбі-5: Передача м'яча з місця на точність партнеру (звичайна) із 4м. Елементи Алтимат фрізбі: навчальна гра. Передачі способом «звичайна» в трійках з просуванням уперед «віялом». Відпрацювання захисту «лінією» та напад «віялом», торкання двома руками суперника, який володіє м'ячем. Доджбол: навчальна гра на обмеженій площі.	Створення умов для формування особистісних якостей	Самостійний пошук і підбір інформації	А Б В Г	Вправи на увагу
56	104	БЖД. Теоретико-методичні знання. Навчальна гра 1x1, 2x2. Рухлива гра з регбійним м'ячем. Метання м'яча у вертикальну ціль. Зворотні відтискання. Передачі м'яча на точність партнеру (звичайна) = 4м. Навчальна гра. Набивання м'яча ракеткою-на оцінку. Урок закріплення набутих вмінь та навичок з оцінюванням.	Досягнення мети та ціннісних орієнтацій	Формування соціальної активності	А Б В Г	Вправи на увагу

№ п/ п	№_ Уро ку	Зміст уроку 6 - клас	Вимоги державного стандарту	Державні вимоги до рівня підготовки учнів	Дата	Примітки Д/З
57	105	БЖД. Теоретико-методичні знання. Підсумковий урок з видів спор- ту «Настільний теніс», Доджбол», Регбі -5, елементи Алтимат фрізбі. Формування ключових компетентностей. Міні-змагання, квести, оздоровчі заходи за Олімпійським принципом «Fair Play».	Участь у конкурсах та змаганнях	Формування соціальної активності	А Б В Г	Фізичне самовдос- коналенн я
58	106	<i>Додатковий урок.</i>				
		<i>Тематично-формувальне оцінювання. Підведення підсумків за II семестр</i>				