

6 клас фізична культура

Перший семестр

Очікувані результати	Тема для опрацювання
Баскетбол 3х3	
Пояснює мету виконання фізичних вправ, з допомогою вчителя визначає завдання [6 ФІО 1.1.1-1] Дотримується правил безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ, пояснює важливість цих правил [6 ФІО 3.5.1] Дотримується правил безпечної поведінки під час фізкультурно-оздоровчої діяльності [6 ФІО 3.5] Пояснює, як фізкультурно-оздоровча діяльність впливає на спосіб життя та здоров'я людини [6 ФІО 3.4.1-1] Формує вольові якості у процесі виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.2] Аналізує та оцінює правильність виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.3.2-1] Розвиває свої когнітивні властивості у процесі фізичного виховання [6 ФІО 1.3] Виконує різні соціальні ролі під час взаємодії у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4] Обґрунтовує користь співпраці учасників у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4.1] Підтримує учасників команди, допомагає їм виконувати завдання під час рухової діяльності [6 ФІО 1.4.2] Дотримується етичних норм у руховій діяльності [6 ФІО 1.5] Розповідає про техніку виконання фізичних вправ [6 ФІО 2.1.1-1] Обґрунтовує підбір засобів за завданням учителя [6 ФІО 2.2.1-1] Застосовує нову для себе інформацію, зокрема щодо правил, у процесі спортивно-ігрової діяльності [6 ФІО 2.3.1-2] Пізнає факти, явища та закономірності фізичної культури і спорту [ФІО 3.1] Аналізує власне виконання рухових дій, ідентифікує помилки в себе та інших школярів із висуненням припущень щодо причин їх виникнення [6 ФІО 3.1.1-5] Описує свій фізичний стан за суб'єктивними показниками [6 ФІО 3.2.1-1] Пояснює вплив емоцій на стан здоров'я [6 ФІО 3.3.1-1] Описує ознаки гарного/ поганого настрою під час рухової діяльності [6 ФІО 3.3.1-3] Визначає мету систематичної рухової діяльності [ФІО 1.1] систематично виконує відповідні фізичні вправи для вирішення завдань фізичного	Історія розвитку українського баскетболу 3х3. Загальна характеристика гри (розмітка ігрового майданчика, розміщення гравців). Правила безпечної поведінки на ігровому майданчику. Санітарно-гігієнічні вимоги до спортивного інвентарю та обладнання. Особиста гігієна учня/учениці. Правила безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ. Основні правила гри у баскетбол 3х3. Загальна та спеціальна фізична підготовка. Базові стійки та пересування. Розміщення гравців на ігровому майданчику. Стрибкові вправи, спеціальні вправи для розвитку гнучкості, вправи на розтягування; вправи для розвитку швидкості та спритності. Пересування в нападі й захисті; зупинки стрибком та двома кроками; кидки м'яча однією рукою від плеча, двома руками від грудей з місця та в русі. Ведення м'яча на місці та в русі правою та лівою руками, обведення стійок, ловіння м'яча обома руками. Технічні прийоми нападу і захисту у взаємодіях з партнерами під час навчальної гри Рухливі ігри та естафети.

виховання [6 ФІО 1.1.1-2] демонструє володіння технікою фізичних вправ на рівні рухового вміння в обраних видах рухової діяльності [6 ФІО 2.1.1] застосовує фізичні вправи для профілактики (корекції) статичної плоскостопості [6 ФІО 3.4.1-3] бере участь у рухливих та спортивних іграх, виконує фізичні вправи (зокрема ідеомоторні, завдання для активізації уваги, підтримання її стійкості) [6 ФІО 1.3.1-2] Демонструє техніку фізичних вправ [ФІО 2.1] виконує рухові дії в рухливих/ спортивних іграх та естафетах, змагальній діяльності [6 ФІО 2.3.1-1] Контролює свій фізичний стан під час рухової діяльності [6 ФІО 3.2] Регулює свій психоемоційний стан у процесі рухової діяльності [6 ФІО 3.3]	
---	--

Баскетбол

Пояснює мету виконання фізичних вправ, з допомогою вчителя визначає завдання [6 ФІО 1.1.1-1] Дотримується правил безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ, пояснює важливість цих правил [6 ФІО 3.5.1] Дотримується правил безпечної поведінки під час фізкультурно-оздоровчої діяльності [6 ФІО 3.5] Пояснює, як фізкультурно-оздоровча діяльність впливає на спосіб життя та здоров'я людини [6 ФІО 3.4.1-1] Формує вольові якості у процесі виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.2] Аналізує та оцінює правильність виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.3.2-1] Розвиває свої когнітивні властивості у процесі фізичного виховання [6 ФІО 1.3] Виконує різні соціальні ролі під час взаємодії у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4] Обґрунтовує користь співпраці учасників у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4.1] Підтримує учасників команди, допомагає їм виконувати завдання під час рухової діяльності [6 ФІО 1.4.2] Дотримується етичних норм у руховій діяльності [6 ФІО 1.5] Розповідає про техніку виконання фізичних вправ [6 ФІО 2.1.1-1] Обґрунтовує підбір засобів за завданням учителя [6 ФІО 2.2.1-1] Застосовує нову для себе інформацію, зокрема щодо правил, у процесі спортивно-ігрової діяльності [6 ФІО 2.3.1-2] Пізнає факти, явища та закономірності фізичної культури і спорту [ФІО 3.1] Аналізує власне виконання рухових дій, ідентифікує помилки в себе та інших школярів із висуненням припущень щодо причин їх	Історія розвитку баскетболу. Основні правила гри. Вплив баскетболу на розвиток фізичних якостей і здоров'я людини. Основні поняття техніки й тактики гри. Правила безпечної поведінки під час занять баскетболом. Гігієна тіла, одягу, спортивної форми, режиму дня. Спеціальні засоби фізичної підготовки, рухливі ігри та естафети Пересування Різновиди стійок баскетболістів у нападі і захисті. Різновиди пересувань у нападі і захисті. Прискорення. Зупинки і повороти. Стрибки. Передачі, ловіння м'яча Утримання і укривання м'яча. Передачі двома і однією рукою на місці та в русі. Ловіння м'яча. Ведення м'яча Різновиди ведення м'яча; Захист м'яча. Кидки м'яча Техніка виконання подвійного кроку; кидки двома, однією рукою зверху; штрафний кидок, фінти. Взаємодії з партнерами під час ігор.
--	---

виникнення [6 ФІО 3.1.1-5] Описує свій фізичний стан за суб'єктивними показниками [6 ФІО 3.2.1-1] Пояснює вплив емоцій на стан здоров'я [6 ФІО 3.3.1-1] Описує ознаки гарного/ поганого настрою під час рухової діяльності [6 ФІО 3.3.1-3] Визначає мету систематичної рухової діяльності [ФІО 1.1] систематично виконує відповідні фізичні вправи для вирішення завдань фізичного виховання [6 ФІО 1.1.1-2] демонструє володіння технікою фізичних вправ на рівні рухового вміння в обраних видах рухової діяльності [6 ФІО 2.1.1] застосовує фізичні вправи для профілактики (корекції) статичної плоскостопості [6 ФІО 3.4.1-3] бере участь у рухливих та спортивних іграх, виконує фізичні вправи (зокрема ідеомоторні, завдання для активізації уваги, підтримання її стійкості) [6 ФІО 1.3.1-2] Демонструє техніку фізичних вправ [ФІО 2.1] виконує рухові дії в рухливих/ спортивних іграх та естафетах, змагальній діяльності [6 ФІО 2.3.1-1] Контролює свій фізичний стан під час рухової діяльності [6 ФІО 3.2] Регулює свій психоемоційний стан у процесі рухової діяльності [6 ФІО 3.3]	
--	--

Легка атлетика

Пояснює мету виконання фізичних вправ, з допомогою вчителя визначає завдання [6 ФІО 1.1.1-1] Дотримується правил безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ, пояснює важливість цих правил [6 ФІО 3.5.1] Дотримується правил безпечної поведінки під час фізкультурно-оздоровчої діяльності [6 ФІО 3.5] Пояснює, як фізкультурно-оздоровча діяльність впливає на спосіб життя та здоров'я людини [6 ФІО 3.4.1-1] Формує вольові якості у процесі виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.2] Аналізує та оцінює правильність виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.3.2-1] Розвиває свої когнітивні властивості у процесі фізичного виховання [6 ФІО 1.3] Виконує різні соціальні ролі під час взаємодії у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4] Обґрунтовує користь співпраці учасників у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4.1] Підтримує учасників команди, допомагає їм виконувати завдання під час рухової діяльності [6 ФІО 1.4.2] Дотримується етичних норм у руховій діяльності [6 ФІО 1.5] Розповідає про техніку виконання фізичних	Рухові якості, які розвиваються засобами легкої атлетики: швидкість, витривалість, спритність, гнучкість та швидкісно-силові якості. Рівномірний біг. Біг за сигналом. Біг з різних стартових положень. Біг з поворотом. Біг по віражу. Стрибки. Рухливі ігри з елементами бігу, стрибків. Естафети з елементами бігу. Вправи на відтворення ритму. Спеціально – бігові вправи. Вправи на комунікацію. Бігові види: біг 30м, 60м, біг з перешкодами (бар'єрами- висота 40см), Біг з перешкодами (слалом), Біг «по швидкісній драбині». «Формула – 1». Естафетний біг. Біг на витривалість без врахування часу. «Формула віражів»: спринтерський і бар'єрний біг Стрибкові види: Стрибок у довжину з місця. Стрибки через довгу скакалку Види метань: Метання дитячого спису, Метання в ціль через перешкоду (тенісний м'яч, вортекс), Метання стоячи на колінах, «Обертальне метання», Метання диска
---	---

вправ [6 ФІО 2.1.1-1] Обґрунтовує підбір засобів за завданням учителя [6 ФІО 2.2.1-1] Застосовує нову для себе інформацію, зокрема щодо правил, у процесі спортивно-ігрової діяльності [6 ФІО 2.3.1-2] Пізнає факти, явища та закономірності фізичної культури і спорту [ФІО 3.1] Аналізує власне виконання рухових дій, ідентифікує помилки в себе та інших школярів із висуненням припущень щодо причин їх виникнення [6 ФІО 3.1.1-5] Описує свій фізичний стан за суб'єктивними показниками [6 ФІО 3.2.1-1] Пояснює вплив емоцій на стан здоров'я [6 ФІО 3.3.1-1] Описує ознаки гарного/ поганого настрою під час рухової діяльності [6 ФІО 3.3.1-3] Визначає мету систематичної рухової діяльності [ФІО 1.1] систематично виконує відповідні фізичні вправи для вирішення завдань фізичного виховання [6 ФІО 1.1.1-2] демонструє володіння технікою фізичних вправ на рівні рухового вміння в обраних видах рухової діяльності [6 ФІО 2.1.1] застосовує фізичні вправи для профілактики (корекції) статичної плоскостопості [6 ФІО 3.4.1-3] бере участь у рухливих та спортивних іграх, виконує фізичні вправи (зокрема ідеомоторні, завдання для активізації уваги, підтримання її стійкості) [6 ФІО 1.3.1-2] Демонструє техніку фізичних вправ [ФІО 2.1] виконує рухові дії в рухливих/ спортивних іграх та естафетах, змагальній діяльності [6 ФІО 2.3.1-1] Контролює свій фізичний стан під час рухової діяльності [6 ФІО 3.2] Регулює свій психоемоційний стан у процесі рухової діяльності [6 ФІО 3.3]

Настільний теніс

Пояснює мету виконання фізичних вправ, з допомогою вчителя визначає завдання [6 ФІО 1.1.1-1] Дотримується правил безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ, пояснює важливість цих правил [6 ФІО 3.5.1] Дотримується правил безпечної поведінки під час фізкультурно-оздоровчої діяльності [6 ФІО 3.5] Пояснює, як фізкультурно-оздоровча діяльність впливає на спосіб життя та здоров'я людини [6 ФІО 3.4.1-1] Формує вольові якості у процесі виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.2] Аналізує та оцінює правильність виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.3.2-1] Розвиває свої когнітивні властивості у процесі фізичного виховання [6 ФІО 1.3] Виконує різні соціальні ролі під час взаємодії у процесі рухової

Загальна характеристика гри в настільний теніс. Основні правила гри в настільний теніс. Розвиток основних фізичних якостей тенісистів. Спеціальні фізичні вправи: ходьба; біг; присідання; стрибкові вправи; переміщення. Вправи для розвитку сили м'язів кистей рук Імітаційні вправи. Вправи для розвитку швидкості реакції Класифікація технічних прийомів у настільному тенісі. Виконання захисних прийомів техніки гри: зрізка справа та зліва. Виконання серій захисних прийомів техніки гри по прямій та діагоналі. Подачі з нижнім обертанням м'яча. Елементи навчальної гри Правила безпечної

(спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4] Обґрунтовує користь співпраці учасників у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4.1] Підтримує учасників команди, допомагає їм виконувати завдання під час рухової діяльності [6 ФІО 1.4.2] Дотримується етичних норм у руховій діяльності [6 ФІО 1.5] Розповідає про техніку виконання фізичних вправ [6 ФІО 2.1.1-1] Обґрунтовує підбір засобів за завданням учителя [6 ФІО 2.2.1-1] Застосовує нову для себе інформацію, зокрема щодо правил, у процесі спортивно-ігрової діяльності [6 ФІО 2.3.1-2] Пізнає факти, явища та закономірності фізичної культури і спорту [ФІО 3.1] Аналізує власне виконання рухових дій, ідентифікує помилки в себе та інших школярів із висуненням припущень щодо причин їх виникнення [6 ФІО 3.1.1-5] Описує свій фізичний стан за суб'єктивними показниками [6 ФІО 3.2.1-1] Пояснює вплив емоцій на стан здоров'я [6 ФІО 3.3.1-1] Описує ознаки гарного/ поганого настрою під час рухової діяльності [6 ФІО 3.3.1-3] Визначає мету систематичної рухової діяльності [6 ФІО 1.1] систематично виконує відповідні фізичні вправи для вирішення завдань фізичного виховання [6 ФІО 1.1.1-2] демонструє володіння технікою фізичних вправ на рівні рухового вміння в обраних видах рухової діяльності [6 ФІО 2.1.1] застосовує фізичні вправи для профілактики (корекції) статичної плоскостопості [6 ФІО 3.4.1-3] бере участь у рухливих та спортивних іграх, виконує фізичні вправи (зокрема ідеомоторні, завдання для активізації уваги, підтримання її стійкості) [6 ФІО 1.3.1-2] Демонструє техніку фізичних вправ [ФІО 2.1] виконує рухові дії в рухливих/ спортивних іграх та естафетах, змагальній діяльності [6 ФІО 2.3.1-1] Контролює свій фізичний стан під час рухової діяльності [6 ФІО 3.2] Регулює свій психоемоційний стан у процесі рухової діяльності [6 ФІО 3.3]	поведінки під час занять настільним тенісом
Пляжний волейбол	
Пояснює мету виконання фізичних вправ, з допомогою вчителя визначає завдання [6 ФІО 1.1.1-1] Дотримується правил безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ, пояснює важливість цих правил [6 ФІО 3.5.1] Дотримується правил безпечної поведінки під час фізкультурно-оздоровчої діяльності [6 ФІО 3.5] Пояснює, як фізкультурно-оздоровча	Етапи розвитку пляжного волейболу в світі та в Україні. Еволюція правил гри у пляжний волейбол. Основні правила гри у пляжний волейбол. Загальні ігрові положення гри пляжний волейбол. Шкідливі звички та їх вплив на здоров'я та досягнення у спорті. Попередження спортивного травматизму. Правила

діяльність впливає на спосіб життя та здоров'я людини [6 ФІО 3.4.1-1] Формує вольові якості у процесі виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.2] Аналізує та оцінює правильність виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.3.2-1] Розвиває свої когнітивні властивості у процесі фізичного виховання [6 ФІО 1.3] Виконує різні соціальні ролі під час взаємодії у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4] Обґрунтовує користь співпраці учасників у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4.1] Підтримує учасників команди, допомагає їм виконувати завдання під час рухової діяльності [6 ФІО 1.4.2] Дотримується етичних норм у руховій діяльності [6 ФІО 1.5] Розповідає про техніку виконання фізичних вправ [6 ФІО 2.1.1-1] Обґрунтовує підбір засобів за завданням учителя [6 ФІО 2.2.1-1] Застосовує нову для себе інформацію, зокрема щодо правил, у процесі спортивно-ігрової діяльності [6 ФІО 2.3.1-2] Пізнає факти, явища та закономірності фізичної культури і спорту [ФІО 3.1] Аналізує власне виконання рухових дій, ідентифікує помилки в себе та інших школярів із висуненням припущень щодо причин їх виникнення [6 ФІО 3.1.1-5] Описує свій фізичний стан за суб'єктивними показниками [6 ФІО 3.2.1-1] Пояснює вплив емоцій на стан здоров'я [6 ФІО 3.3.1-1] Описує ознаки гарного/ поганого настрою під час рухової діяльності [6 ФІО 3.3.1-3] Визначає мету систематичної рухової діяльності [6 ФІО 1.1] систематично виконує відповідні фізичні вправи для вирішення завдань фізичного виховання [6 ФІО 1.1.1-2] демонструє володіння технікою фізичних вправ на рівні рухового вміння в обраних видах рухової діяльності [6 ФІО 2.1.1] застосовує фізичні вправи для профілактики (корекції) статичної плоскостопості [6 ФІО 3.4.1-3] бере участь у рухливих та спортивних іграх, виконує фізичні вправи (зокрема ідеомоторні, завдання для активізації уваги, підтримання її стійкості) [6 ФІО 1.3.1-2] Демонструє техніку фізичних вправ [ФІО 2.1] виконує рухові дії в рухливих/ спортивних іграх та естафетах, змагальній діяльності [6 ФІО 2.3.1-1] Контролює свій фізичний стан під час рухової діяльності [6 ФІО 3.2] Регулює свій психоемоційний стан у процесі рухової діяльності [6 ФІО 3.3]

безпечної поведінки на ігровому майданчику. Спеціальні бігові вправи; «човниковий» біг; біг «ялинкою» з торканням поверхні майданчика, пересування різними способами та кроками. Спеціальні вправи для розвитку фізичних якостей; імітаційні вправи. Техніка виконання передачі м'яча двома руками зверху та знизу на місці, у русі, верхньої прямої подачі, блокування. Стійки, пересування приставними кроками. Імітація передачі м'яча двома руками зверху, знизу, на місці, після переміщення; імітація верхньої прямої подачі, блокування. Помилки, що зустрічаються при виконанні технічних прийомів. Вибір вихідного положення для виконання передач та прийому м'яча. Ігри: «Малюкбол», «Малюкбол двома м'ячами», «Міні волейбол», волейбол, пляжний волейбол за спрощеними умовами. Рухливі ігри та естафети з м'ячем.

Пояснює мету виконання фізичних вправ, з допомогою вчителя визначає завдання [6 ФІО 1.1.1-1] Дотримується правил безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ, пояснює важливість цих правил [6 ФІО 3.5.1] Дотримується правил безпечної поведінки під час фізкультурно-оздоровчої діяльності [6 ФІО 3.5] Пояснює, як фізкультурно-оздоровча діяльність впливає на спосіб життя та здоров'я людини [6 ФІО 3.4.1-1] Формує вольові якості у процесі виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.2] Аналізує та оцінює правильність виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.3.2-1] Розвиває свої когнітивні властивості у процесі фізичного виховання [6 ФІО 1.3] Виконує різні соціальні ролі під час взаємодії у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4] Обґрунтовує користь співпраці учасників у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4.1] Підтримує учасників команди, допомагає їм виконувати завдання під час рухової діяльності [6 ФІО 1.4.2] Дотримується етичних норм у руховій діяльності [6 ФІО 1.5] Розповідає про техніку виконання фізичних вправ [6 ФІО 2.1.1-1] Обґрунтовує підбір засобів за завданням учителя [6 ФІО 2.2.1-1] Застосовує нову для себе інформацію, зокрема щодо правил, у процесі спортивно-ігрової діяльності [6 ФІО 2.3.1-2] Пізнає факти, явища та закономірності фізичної культури і спорту [ФІО 3.1] Аналізує власне виконання рухових дій, ідентифікує помилки в себе та інших школярів із висуненням припущень щодо причин їх виникнення [6 ФІО 3.1.1-5] Описує свій фізичний стан за суб'єктивними показниками [6 ФІО 3.2.1-1] Пояснює вплив емоцій на стан здоров'я [6 ФІО 3.3.1-1] Описує ознаки гарного/ поганого настрою під час рухової діяльності [6 ФІО 3.3.1-3] Визначає мету систематичної рухової діяльності [6 ФІО 1.1] систематично виконує відповідні фізичні вправи для вирішення завдань фізичного виховання [6 ФІО 1.1.1-2] демонструє володіння технікою фізичних вправ на рівні рухового вміння в обраних видах рухової діяльності [6 ФІО 2.1.1] застосовує фізичні вправи для профілактики (корекції) статичної плоскостопості [6 ФІО 3.4.1-3] бере участь у рухливих та спортивних іграх, виконує фізичні вправи (зокрема ідеомоторні, завдання для активізації уваги, підтримання її стійкості) [6 ФІО

Витоки українського футболу. Видатні футболісти України. Дитячо-юнацький та професіональний футбол в Україні. Рухливі ігри та естафети з м'ячем («День і ніч», «Виклик», «Виклик номерів», «Ривок за м'ячем», «Виштовхни з кола», «Мисливці й качки» та інші); прискорення та ривки з м'ячем; стрибки з імітуванням удару головою; спортивні ігри гандбол, баскетбол за спрощеними правилами з елементами футболу. Пересування: поєднання прийомів пересування з технікою володіння м'ячем. Удари по м'ячу ногою: удари зовнішньою частиною підйому; удар внутрішньою стороною стопи; удари в русі; удари на точність. Удари головою по м'ячу зменшеної ваги: удари по м'ячу середньою частиною лоба. Зупинки м'яча: зупинка внутрішньою стороною стопи; зупинки м'яча підшвою, внутрішньою стороною стопи, стегном та грудьми (для хлопців) у русі. Ведення м'яча: вивчені способи ведення м'яча. Вкидання м'яча: вкидання м'яча з різних вихідних положень. Жонглювання м'ячем: жонглювання м'ячем ногою, стегном, головою. Відволікальні дії (фінти): фінти «відходом», «ударом», «зупинкою», «випадам» і «перенесенням ноги через м'яч»; фінт «ударом ногою» з прибиранням м'яча під себе. Відбирання м'яча: вивчені прийоми, атакуючи суперника спереду, збоку, ззаду; відбирання м'яча під час двобою із суперником. Елементи гри воротаря: кидки м'яча рукою; ловіння, відбивання, переведення м'яча без падіння; вибір місця у штрафному майданчику під час ловіння м'яча на виході. Індивідуальні дії в нападі: маневрування на полі; вміння раціонально використовувати вивчені технічні прийоми. Групові дії в нападі: взаємодія з партнерами під час організації атаки. Індивідуальні дії в захисті: вибір моменту і способу дії для перехоплення м'яча. Групові дії в захисті: вибір позиції; вміння взаємодіяти в обороні при рівному співвідношенні сил із суперником.

1.3.1-2] Демонструє техніку фізичних вправ [ФІО 2.1] виконує рухові дії в рухливих/ спортивних іграх та естафетах, змагальній діяльності [6 ФІО 2.3.1-1] Контролює свій фізичний стан під час рухової діяльності [6 ФІО 3.2] Регулює свій психоемоційний стан у процесі рухової діяльності [6 ФІО 3.3]

Другий семестр

6 клас

Очікувані результати	Тема для опрацювання
Футзал	
Пояснює мету виконання фізичних вправ, з допомогою вчителя визначає завдання [6 ФІО 1.1.1-1] Дотримується правил безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ, пояснює важливість цих правил [6 ФІО 3.5.1] Дотримується правил безпечної поведінки під час фізкультурно-оздоровчої діяльності [6 ФІО 3.5] Пояснює, як фізкультурно-оздоровча діяльність впливає на спосіб життя та здоров'я людини [6 ФІО 3.4.1-1] Формує вольові якості у процесі виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.2] Аналізує та оцінює правильність виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.3.2-1] Розвиває свої когнітивні властивості у процесі фізичного виховання [6 ФІО 1.3] Виконує різні соціальні ролі під час взаємодії у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4] Обґрунтовує користь співпраці учасників у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4.1] Підтримує учасників команди, допомагає їм виконувати завдання під час рухової діяльності [6 ФІО 1.4.2] Дотримується етичних норм у руховій діяльності [6 ФІО 1.5] Розповідає про техніку виконання фізичних вправ [6 ФІО 2.1.1-1] Обґрунтовує підбір засобів за завданням учителя [6 ФІО 2.2.1-1] Застосовує нову для себе інформацію, зокрема щодо правил, у процесі спортивно-ігрової діяльності [6 ФІО 2.3.1-2] Пізнає факти, явища та закономірності фізичної культури і спорту [ФІО 3.1] Аналізує власне виконання рухових дій, ідентифікує помилки в себе та інших школярів із висуненням припущень щодо причин їх виникнення [6 ФІО 3.1.1-5] Описує свій фізичний стан за суб'єктивними показниками [6 ФІО	Етапи розвитку футзалу в світі та в Україні. Видатні футзалісти України (чоловіки та жінки). Еволюція правил гри у футзал. Основні правила гри у футзал. Загальні ігрові положення гри у футзал. Шкідливі звички та їх вплив на здоров'я та досягнення учня/учениці. Попередження травматизму. Правила безпечної поведінки на ігровому майданчику (спортивному залі). Шикання, ходьба, біг, стрибки, загально розвиваючі вправи (на місці та у русі, без предмета та з предметами, у парах), вправи для розвитку швидкості: повторний біг на коротких відрізках 10-30 м; прискорення до 10 м з різних вихідних положень; біг зі зміною напрямку та швидкості за сигналом. Вправи для розвитку спритності: різновиди стрибків; стрибки з поворотами на 90-180°. Для розвитку гнучкості: акробатичні вправи. Для розвитку спритності «човниковий» б біг; рухливі ігри Гра у гандбол чи баскетбол за спрощеними правилами з елементами футзалу та безпосередньо гра у футзал за спрощеними правилами.

3.2.1-1] Пояснює вплив емоцій на стан здоров'я [6 ФІО 3.3.1-1] Описує ознаки гарного/ поганого настрою під час рухової діяльності [6 ФІО 3.3.1-3] Визначає мету систематичної рухової діяльності [6 ФІО 1.1] систематично виконує відповідні фізичні вправи для вирішення завдань фізичного виховання [6 ФІО 1.1.1-2] демонструє володіння технікою фізичних вправ на рівні рухового вміння в обраних видах рухової діяльності [6 ФІО 2.1.1] застосовує фізичні вправи для профілактики (корекції) статичної плоскостопості [6 ФІО 3.4.1-3] бере участь у рухливих та спортивних іграх, виконує фізичні вправи (зокрема ідеомоторні, завдання для активізації уваги, підтримання її стійкості) [6 ФІО 1.3.1-2] Демонструє техніку фізичних вправ [ФІО 2.1] виконує рухові дії в рухливих/ спортивних іграх та естафетах, змагальній діяльності [6 ФІО 2.3.1-1] Контролює свій фізичний стан під час рухової діяльності [6 ФІО 3.2] Регулює свій психоемоційний стан у процесі рухової діяльності [6 ФІО 3.3]	
Волейбол	
Пояснює мету виконання фізичних вправ, з допомогою вчителя визначає завдання [6 ФІО 1.1.1-1] Дотримується правил безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ, пояснює важливість цих правил [6 ФІО 3.5.1] Дотримується правил безпечної поведінки під час фізкультурно-оздоровчої діяльності [6 ФІО 3.5] Пояснює, як фізкультурно-оздоровча діяльність впливає на спосіб життя та здоров'я людини [6 ФІО 3.4.1-1] Формує вольові якості у процесі виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.2] Аналізує та оцінює правильність виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.3.2-1] Розвиває свої когнітивні властивості у процесі фізичного виховання [6 ФІО 1.3] Виконує різні соціальні ролі під час взаємодії у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4] Обґрунтовує користь співпраці учасників у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4.1] Підтримує учасників команди, допомагає їм виконувати завдання під час рухової діяльності [6 ФІО 1.4.2] Дотримується етичних норм у руховій діяльності [6 ФІО 1.5] Розповідає про техніку виконання фізичних вправ [6 ФІО 2.1.1-1] Обґрунтовує підбір засобів за завданням учителя [6 ФІО 2.2.1-1] Застосовує нову для себе інформацію, зокрема щодо	Правила безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ. Особливості впливу різних фізичних вправ на організм людини та попередження травматизму. Загальні та спеціальні фізичні вправи волейболіста. Стрибкові вправи, спеціальні вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового пояса, сили верхніх та нижніх кінцівок, черевного преса, спини, вправи на розтягування. Вправи для розвитку швидкості, спритності. Способи пересування гравців по ігровому майданчику, поєднання способів пересування. Передача м'яча двома руками зверху. Прийом м'яча двома руками знизу. Прийом м'яча двома руками знизу після переміщення. Вибір місця для виконання другої передачі. Вибір місця для виконання нижніх подач. Нижня пряма та бокова подача. Прийом м'яча знизу після виконання нижньої прямої (бокової). Рухливі ігри та естафети для удосконалення гри у волейбол, участь у навчальній грі за спрощеними правилами.

правил, у процесі спортивно-ігрової діяльності [6 ФІО 2.3.1-2] Пізнає факти, явища та закономірності фізичної культури і спорту [ФІО 3.1] Аналізує власне виконання рухових дій, ідентифікує помилки в себе та інших школярів із висуненням припущень щодо причин їх виникнення [6 ФІО 3.1.1-5] Описує свій фізичний стан за суб'єктивними показниками [6 ФІО 3.2.1-1] Пояснює вплив емоцій на стан здоров'я [6 ФІО 3.3.1-1] Описує ознаки гарного/ поганого настрою під час рухової діяльності [6 ФІО 3.3.1-3] Визначає мету систематичної рухової діяльності [ФІО 1.1] систематично виконує відповідні фізичні вправи для вирішення завдань фізичного виховання [6 ФІО 1.1.1-2] демонструє володіння технікою фізичних вправ на рівні рухового вміння в обраних видах рухової діяльності [6 ФІО 2.1.1] застосовує фізичні вправи для профілактики (корекції) статичної плоскостопості [6 ФІО 3.4.1-3] бере участь у рухливих та спортивних іграх, виконує фізичні вправи (зокрема ідеомоторні, завдання для активізації уваги, підтримання її стійкості) [6 ФІО 1.3.1-2] Демонструє техніку фізичних вправ [ФІО 2.1] виконує рухові дії в рухливих/ спортивних іграх та естафетах, змагальній діяльності [6 ФІО 2.3.1-1] Контролює свій фізичний стан під час рухової діяльності [6 ФІО 3.2] Регулює свій психоемоційний стан у процесі рухової діяльності [6 ФІО 3.3]

Гандбол

Пояснює мету виконання фізичних вправ, з допомогою вчителя визначає завдання [6 ФІО 1.1.1-1] Дотримується правил безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ, пояснює важливість цих правил [6 ФІО 3.5.1] Дотримується правил безпечної поведінки під час фізкультурно-оздоровчої діяльності [6 ФІО 3.5] Пояснює, як фізкультурно-оздоровча діяльність впливає на спосіб життя та здоров'я людини [6 ФІО 3.4.1-1] Формує вольові якості у процесі виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.2] Аналізує та оцінює правильність виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.3.2-1] Розвиває свої когнітивні властивості у процесі фізичного виховання [6 ФІО 1.3] Виконує різні соціальні ролі під час взаємодії у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4] Обґрунтовує користь співпраці учасників у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6

Правила безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ. Особливості впливу різних фізичних вправ на організм людини та попередження травматизму. Місце українського гандболу на сучасному етапі розвитку європейського спорту. Виховання рухових якостей: сили, швидкості, витривалості. Порушення правил гри. Загально розвиваючі вправи учня. Спеціальні вправи для розвитку гнучкості, сили вправи на розтягування. Вправи для розвитку швидкості, спритності. Способи пересування по майданчику в нападі та захисті. Поеднання способів пересування. Пересування гравців без м'яча. Ловіння м'яча двома руками знизу, на рівні грудей, зверху. Передача з-за голови та від плеча на місці та в русі. Передача в русі парами зі зміною місць. Різноманітні передачі з різною

ФІО 1.4.1] Підтримує учасників команди, допомагає їм виконувати завдання під час рухової діяльності [6 ФІО 1.4.2] Дотримується етичних норм у руховій діяльності [6 ФІО 1.5] Розповідає про техніку виконання фізичних вправ [6 ФІО 2.1.1-1] Обґрунтовує підбір засобів за завданням учителя [6 ФІО 2.2.1-1] Застосовує нову для себе інформацію, зокрема щодо правил, у процесі спортивно-ігрової діяльності [6 ФІО 2.3.1-2] Пізнає факти, явища та закономірності фізичної культури і спорту [ФІО 3.1] Аналізує власне виконання рухових дій, ідентифікує помилки в себе та інших школярів із висуненням припущень щодо причин їх виникнення [6 ФІО 3.1.1-5] Описує свій фізичний стан за суб'єктивними показниками [6 ФІО 3.2.1-1] Пояснює вплив емоцій на стан здоров'я [6 ФІО 3.3.1-1] Описує ознаки гарного/ поганого настрою під час рухової діяльності [6 ФІО 3.3.1-3] Визначає мету систематичної рухової діяльності [ФІО 1.1] систематично виконує відповідні фізичні вправи для вирішення завдань фізичного виховання [6 ФІО 1.1.1-2] демонструє володіння технікою фізичних вправ на рівні рухового вміння в обраних видах рухової діяльності [6 ФІО 2.1.1] застосовує фізичні вправи для профілактики (корекції) статичної плоскостопості [6 ФІО 3.4.1-3] бере участь у рухливих та спортивних іграх, виконує фізичні вправи (зокрема ідеомоторні, завдання для активізації уваги, підтримання її стійкості) [6 ФІО 1.3.1-2] Демонструє техніку фізичних вправ [ФІО 2.1] виконує рухові дії в рухливих/ спортивних іграх та естафетах, змагальній діяльності [6 ФІО 2.3.1-1] Контролює свій фізичний стан під час рухової діяльності [6 ФІО 3.2] Регулює свій психоемоційний стан у процесі рухової діяльності [6 ФІО 3.3]	траєкторією руху м'яча. Перехват м'яча під час передачі. Кидки правою й лівою рукою зверху з замахом з місця та в русі. Кидки по воротах. Удосконалення загальної фізичної підготовленості. Рухливі ігри та естафети для удосконалення гри у гандбол, участь у навчальній .
--	--

Гімнастика

Пояснює мету виконання фізичних вправ, з допомогою вчителя визначає завдання [6 ФІО 1.1.1-1] Дотримується правил безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ, пояснює важливість цих правил [6 ФІО 3.5.1] Дотримується правил безпечної поведінки під час фізкультурно-оздоровчої діяльності [6 ФІО 3.5] Пояснює, як фізкультурно-оздоровча діяльність впливає на спосіб життя та здоров'я людини [6 ФІО 3.4.1-1] Формує вольові якості у процесі виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.2]	Теоретичні відомості: Історія виникнення і розвитку гімнастики. Досягнення видатних гімнастів України. Техніка безпеки під час занять гімнастикою. Вплив гімнастичних вправ на розвиток фізичних якостей та оздоровлення організму. Загальна фізична підготовка: Комплекси загальнорозвиваючих вправ без предметів, в парах, під музичний супровід та з предметами: скакалки, гімнастичні палиці, еспандери, м'ячі, гантелі. Вправи з обертанням скакалки:
--	---

Аналізує та оцінює правильність виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.3.2-1] Розвиває свої когнітивні властивості у процесі фізичного виховання [6 ФІО 1.3] Виконує різні соціальні ролі під час взаємодії у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4] Обґрунтовує користь співпраці учасників у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4.1] Підтримує учасників команди, допомагає їм виконувати завдання під час рухової діяльності [6 ФІО 1.4.2] Дотримується етичних норм у руховій діяльності [6 ФІО 1.5] Розповідає про техніку виконання фізичних вправ [6 ФІО 2.1.1-1] Обґрунтовує підбір засобів за завданням учителя [6 ФІО 2.2.1-1] Застосовує нову для себе інформацію, зокрема щодо правил, у процесі спортивно-ігрової діяльності [6 ФІО 2.3.1-2] Пізнає факти, явища та закономірності фізичної культури і спорту [ФІО 3.1] Аналізує власне виконання рухових дій, ідентифікує помилки в себе та інших школярів із висуненням припущень щодо причин їх виникнення [6 ФІО 3.1.1-5] Описує свій фізичний стан за суб'єктивними показниками [6 ФІО 3.2.1-1] Пояснює вплив емоцій на стан здоров'я [6 ФІО 3.3.1-1] Описує ознаки гарного/ поганого настрою під час рухової діяльності [6 ФІО 3.3.1-3] Визначає мету систематичної рухової діяльності [ФІО 1.1] систематично виконує відповідні фізичні вправи для вирішення завдань фізичного виховання [6 ФІО 1.1.1-2] демонструє володіння технікою фізичних вправ на рівні рухового вміння в обраних видах рухової діяльності [6 ФІО 2.1.1] застосовує фізичні вправи для профілактики (корекції) статичної плоскостопості [6 ФІО 3.4.1-3] бере участь у рухливих та спортивних іграх, виконує фізичні вправи (зокрема ідеомоторні, завдання для активізації уваги, підтримання її стійкості) [6 ФІО 1.3.1-2] Демонструє техніку фізичних вправ [ФІО 2.1] виконує рухові дії в рухливих/ спортивних іграх та естафетах, змагальній діяльності [6 ФІО 2.3.1-1] Контролює свій фізичний стан під час рухової діяльності [6 ФІО 3.2] Регулює свій психоемоційний стан у процесі рухової діяльності [6 ФІО 3.3]	Переступання, переكات (з п'ятки на носок), стрибки з обертанням скакалки однією рукою (іншою рукою, по чергово з передачею скакалки з однієї руки в іншу), стрибки на двох, схресно (у стійці схресно правою (лівою)), на правій (лівій), з правої на ліву (біг), подвійний підскок (основний і додатковий низький стрибок з повільним обертанням скакалки), петлею. Комбіновані стрибки для розвитку координації: нарізно-разом (по чергово), нарізно-схресно (по чергово), на двох-з високим підніманням стегна (по чергово стрибок на двох-стрибок на правій стрибок на двох-стрибок на лівій). Стрибки через довгу скакалку (обертають двоє, учні виконують по черзі): вхід, стрибки вдвох (втрюх), в напівприсіді, в присіді. Орієнтовна комбінація видів стрибків зі скакалкою: 3 подвійним підскоком (4), стрибки на двох (4), на правій (4), на лівій (4), з правої на ліву з високим підніманням стегна (по чергово права-ліва) (4), на двох (2), петлею (4), схресно правою (4), на двох (2), схресно лівою (4), по чергово нарізно-разом (4), на двох (4). Стрибки на час на двох(30 секунд). Опорний стрибок: Настрибування в упор присівши –зістрибування прогнувшись з утриманням о.с. після приземлення (гімнастичний козел в ширину, висота 80-90 см, розбіг 5-7 кроків). Опорний стрибок способом «зігнувши ноги» з утриманням о.с. після приземлення. Опорний стрибок способом «ноги нарізно» (гімнастичний козел в довжину, висота 80-90 см, розбіг 5-7 кроків). Вправи з рівноваги: Ходьба по гімнастичній колоді на носках, з високим підніманням стегна, приставними кроками правим (лівим) боком, швидкі кроки, переступання через предмети (кубики), повороти на 90 і 180 на носках, повороти в присіді. Статичні вправи на гімнастичній колоді: Присід, випад, рівновага («ластівка»); стійки на носках, на правій (лівій) зі зміною положення рук, стійка на одному коліні руки на пояс. Орієнтовна комбінація вправ на гімнастичній колоді (або гімнастичній лаві): Вхід на колоду з додатковою опорою (без опори на низьку колоду чи гімнастичну лаву), стійка на носках, руки на пояс – 4 кроки на носках – 4
--	---

	кроки з високим підніманням стегна руки в сторони (з оплеском під стегном), руки в сторони – присід, руки на пояс – поворот ліворуч (праворуч)– стійка - 3 приставних кроки лівим (правим) боком, руки на пояс – стійка схресно правою (лівою) – поворот кругом – три приставних кроки правим (лівим) боком – поворот праворуч (ліворуч) – рівновага, руки в сторони («ластівка») – поворот кругом на носках – 5-6 швидких кроків на носках – випад правою (лівою), руки в сторони – ходьба до кінця колоди – зістрибування з утриманням основної стійки після приземлення. Акробатичні вправи: Перекат назад з упору присівши, перекат вперед в упор присівши, круговий перекат, перекат вправо (вліво), перекид вперед, перекид назад, довгий перекид, перекид вперед схресно, «міст» з положення лежачи на спині, стійка на лопатках, стійка на голові і руках з допомогою вчителя. Орієнтовна комбінація елементів вправ: Рівновага, руки в сторони («ластівка») - випад правою (лівою) –перекид вперед – перекид вперед схресно – поворот кругом – перекид назад -перекат назад в стійку на лопатках - перекат вперед – стійка ноги нарізно - «міст» з положення стоячи (з допомогою) упор присівши – перекид вперед – перекид назад в напівшпагат, руки в сторони – опора руками, стрибком упор присівши – о.с. Вправи у висах і упорах: Дівчата: підтягування з вису лежачи на низькій перекладині (висота 95 см); згинання-розгинання рук в упорі лежачи від гімнастичної лави. Хлопці: підтягування з вису; Орієнтовна комбінація: вис стоячи – махом однієї, поштовхом другої підйом переворотом в упор – махом назад зістрибування – о.с. після приземлення; згинання-розгинання рук в упорі лежачи від підлоги. Лазіння по канату та гімнастичній стінці: Лазіння і перелізання по гімнастичній стінці: в різних напрямках (вертикальному, горизонтальному та по діагоналі) однойменним способом, різнойменним. Лазіння по канату в три прийоми.
Доджбол	
Пояснює мету виконання фізичних вправ, з допомогою вчителя визначає завдання [6 ФІО	Місце українського доджболу на сучасному етапі розвитку європейського спорту та

1.1.1-1] Дотримується правил безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ, пояснює важливість цих правил [6 ФІО 3.5.1] Дотримується правил безпечної поведінки під час фізкультурно-оздоровчої діяльності [6 ФІО 3.5] Пояснює, як фізкультурно-оздоровча діяльність впливає на спосіб життя та здоров'я людини [6 ФІО 3.4.1-1] Формує вольові якості у процесі виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.2] Аналізує та оцінює правильність виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.3.2-1] Розвиває свої когнітивні властивості у процесі фізичного виховання [6 ФІО 1.3] Виконує різні соціальні ролі під час взаємодії у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4] Обґрунтовує користь співпраці учасників у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4.1] Підтримує учасників команди, допомагає їм виконувати завдання під час рухової діяльності [6 ФІО 1.4.2] Дотримується етичних норм у руховій діяльності [6 ФІО 1.5] Розповідає про техніку виконання фізичних вправ [6 ФІО 2.1.1-1] Обґрунтовує підбір засобів за завданням учителя [6 ФІО 2.2.1-1] Застосовує нову для себе інформацію, зокрема щодо правил, у процесі спортивно-ігрової діяльності [6 ФІО 2.3.1-2] Пізнає факти, явища та закономірності фізичної культури і спорту [ФІО 3.1] Аналізує власне виконання рухових дій, ідентифікує помилки в себе та інших школярів із висуненням припущень щодо причин їх виникнення [6 ФІО 3.1.1-5] Описує свій фізичний стан за суб'єктивними показниками [6 ФІО 3.2.1-1] Пояснює вплив емоцій на стан здоров'я [6 ФІО 3.3.1-1] Описує ознаки гарного/ поганого настрою під час рухової діяльності [6 ФІО 3.3.1-3] Визначає мету систематичної рухової діяльності [6 ФІО 1.1] систематично виконує відповідні фізичні вправи для вирішення завдань фізичного виховання [6 ФІО 1.1.1-2] демонструє володіння технікою фізичних вправ на рівні рухового вміння в обраних видах рухової діяльності [6 ФІО 2.1.1] застосовує фізичні вправи для профілактики (корекції) статичної плоскостопості [6 ФІО 3.4.1-3] бере участь у рухливих та спортивних іграх, виконує фізичні вправи (зокрема ідеомоторні, завдання для активізації уваги, підтримання її стійкості) [6 ФІО 1.3.1-2] Демонструє техніку фізичних вправ [ФІО 2.1] виконує рухові дії в рухливих/	Всесвітніх ігор. Значення для команди точних кидків та ловіння гравцем м'яча. Правила безпеки на ігровому майданчику. Правила здорового способу життя. Стрибкові вправи, спеціальні вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового пояса, сили верхніх та нижніх кінцівок, черевного преса, спини, вправи на розтягування. Вправи для розвитку швидкості, спритності. Вправи для розвитку сили м'язів кистей рук. Імітаційні вправи в ускладнених умовах. Способи пересування гравців по ігровому майданчику, поєднання способів пересування. Кидки м'яча однією рукою зверху. Кидки м'яча однією рукою знизу. Ловіння м'яча однією рукою знизу після переміщення. Вибір місця для виконання кидка. Вибір місця для ловіння. Кидки м'яча різними способами. Ловіння м'яча знизу після виконання кидка. Навчальна гра доджбол за спрощеними правилами, рухлива гра «Вибивний» та інші.
---	---

спортивних іграх та естафетах, змагальній діяльності [6 ФІО 2.3.1-1] Контролює свій фізичний стан під час рухової діяльності [6 ФІО 3.2] Регулює свій психоемоційний стан у процесі рухової діяльності [6 ФІО 3.3]	
Пляжний бадмінтон	
Пояснює мету виконання фізичних вправ, з допомогою вчителя визначає завдання [6 ФІО 1.1.1-1] Дотримується правил безпечної поведінки під час виконання фізичних вправ, пояснює важливість цих правил [6 ФІО 3.5.1] Дотримується правил безпечної поведінки під час фізкультурно-оздоровчої діяльності [6 ФІО 3.5] Пояснює, як фізкультурно-оздоровча діяльність впливає на спосіб життя та здоров'я людини [6 ФІО 3.4.1-1] Формує вольові якості у процесі виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.2] Аналізує та оцінює правильність виконання фізичних вправ [6 ФІО 1.3.2-1] Розвиває свої когнітивні властивості у процесі фізичного виховання [6 ФІО 1.3] Виконує різні соціальні ролі під час взаємодії у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4] Обґрунтовує користь співпраці учасників у процесі рухової (спортивно-ігрової) діяльності [6 ФІО 1.4.1] Підтримує учасників команди, допомагає їм виконувати завдання під час рухової діяльності [6 ФІО 1.4.2] Дотримується етичних норм у руховій діяльності [6 ФІО 1.5] Розповідає про техніку виконання фізичних вправ [6 ФІО 2.1.1-1] Обґрунтовує підбір засобів за завданням учителя [6 ФІО 2.2.1-1] Застосовує нову для себе інформацію, зокрема щодо правил, у процесі спортивно-ігрової діяльності [6 ФІО 2.3.1-2] Пізнає факти, явища та закономірності фізичної культури і спорту [ФІО 3.1] Аналізує власне виконання рухових дій, ідентифікує помилки в себе та інших школярів із висуненням припущень щодо причин їх виникнення [6 ФІО 3.1.1-5] Описує свій фізичний стан за суб'єктивними показниками [6 ФІО 3.2.1-1] Пояснює вплив емоцій на стан здоров'я [6 ФІО 3.3.1-1] Описує ознаки гарного/ поганого настрою під час рухової діяльності [6 ФІО 3.3.1-3] Визначає мету систематичної рухової діяльності [6 ФІО 1.1] систематично виконує відповідні фізичні вправи для вирішення завдань фізичного виховання [6 ФІО 1.1.1-2] демонструє володіння технікою фізичних вправ на рівні рухового вміння в обраних видах	Місце українського пляжного бадмінтону на сучасному етапі розвитку європейських та світових ігор. Значення для команди точних ударів та прийому гравцем волана. Правила безпечної поведінки на ігровому майданчику Спеціальні та прикладні фізичні вправи. Стрибкові вправи, спеціальні вправи для розвитку гнучкості верхнього плечового пояса, сили верхніх та нижніх кінцівок, черевного преса, спини, вправи на розтягування. Вправи для розвитку швидкості, спритності. Вправи для розвитку сили м'язів кистей рук. Імітаційні вправи в ускладнених умовах. Техніко-тактичні вправи. Способи пересування гравців по ігровому майданчику, поєднання способів пересування. Подача волана знизу. Удари знизу. Прийом знизу після переміщення. Вибір місця для виконання удару. Вибір місця для прийому. Подачі в парній грі. Прийом після виконання удару. Навчальна гра за спрощеними правилами, рухлива гра «Хто зайвий?» та інші.

рухової діяльності [6 ФІО 2.1.1] застосовує фізичні вправи для профілактики (корекції) статичної плоскостопості [6 ФІО 3.4.1-3] бере участь у рухливих та спортивних іграх, виконує фізичні вправи (зокрема ідеомоторні, завдання для активізації уваги, підтримання її стійкості) [6 ФІО 1.3.1-2] Демонструє техніку фізичних вправ [ФІО 2.1] виконує рухові дії в рухливих/ спортивних іграх та естафетах, змагальній діяльності [6 ФІО 2.3.1-1] Контролює свій фізичний стан під час рухової діяльності [6 ФІО 3.2] Регулює свій психоемоційний стан у процесі рухової діяльності [6 ФІО 3.3]	
---	--