

«Тілектес» жалпы білім беретін мектеп коммуналдық мемлекеттік мекемесі

Күнтізбелік жоспар

Дене шынықтыру

Пән мұғалімі: Рахман Ж

2023-2024 оқу жылы

«Бекітемін»

Мектеп директоры:



«Келісемін»

Оқу ісінің орындасары:

..... С.Досымбетов

«28» 2023 жыл

ӘБ отырысында қаралды:

Хаттама № 1

..... Г.Бейсекова

«28» 2023 жыл

«Тілектес» жалпы білім беретін мектеп коммуналдық мемлекеттік мекемесі

Ұзақ мерзімді жоспар

5 «а» 5 «ә» 6 сыныптар

Дене шынықтыру

Пән мұғалімі: Рахман Ж

2023-2024 оқу жылы

	кездесу және әлеуметтік педагогикалық жұмыстар атқару	23.05.2025ж.	педагог Психолог	
39.	Ата аналарды педагогикалық қолдау» жобасы «Отбасы» Тәрбиенің алтын бесігі. Ата аналарға кеңес беру.	Үнемі	ДТЖО Әлеуметтік педагог Психолог Сынып жетекші	Мәлімет
40.	Ата аналарды педагогикалық қолдау» жобасы «Атадан- өсиет, анадан қасиет» ата аналарға арналған шебер сынып	15 мамыр	ДТЖО Әлеуметтік педагог Психолог Сынып жетекші	Мәлімет
41.	Ата аналарды педагогикалық қолдау» жобасы Отбасы күніне арналған «Отбасылық дәстүрлер» апталағы	11 қыркүйек	ДТЖО Әлеуметтік педагог Психолог Сынып жетекші	Мәлімет
VI. Диагностикалау-талдау қызметі				
42.	Оқушылардың әлеуметтік ерекшеліктерін анықтау: отбасы картасы, әлеуметтік картасы, оқушы картасы және т.б.	Тамыз Қаңтар	МДТЖО Әлеуметтік педагог	Отбасы картасы, әлеуметтік картасы, оқушы картасы
43.	«Буллинг жағдайы: агрессор, куәгер және жәбірленуші» семинар-тренингі	13.11.2024ж.	Әлеуметтік педагог	Мәлімет, сценарий
44.	Білім алушылар арасындағы зорлық-зомбылық сауалнамасы	02.12.2024ж.	Әлеуметтік педагог	Қорытынды
45.	«Әлеуметтік дағдылар: қарым-қатынас құпиялары» семинар-тренинг	12.04 2024ж.	Әлеуметтік педагог	Мәлімет, сценарий
46.	«Әр баланың құқығы – мемлекет құндылығы»	30.01.2025ж.	Әлеуметтік	Мәлімет,

[illegible]

22		22	Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру Баскетбол. Шабуылда ойнау әдісі	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуі түсіну	1		23			
23		23	Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру Баскетбол. Екі жақты ойын	5.2.1.1 - өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл- әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну	1		25			
24		24	Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру Баскетбол. Екі жақты ойын	5.2.1.1 - өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл- әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну	1		26			
2-тоқсан 24 сағат										
25	3-бөлім Гимнастикалық жаттығулар арқылы шығармашылық және сыни тұрғыдан ойлау 16 сағат	1	Қауіпсіздік ережесі. Кешенді жалпы дамыту жаттығуларының негізін құру. ӨКН Жердің опырылуы мен селі, көшкінің орын алдын алуы	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар болау	1		11 06			
26		2	Қауіпсіздік ережесі. Кешенді жалпы дамыту жаттығуларының негізін құру. Саптағы жаттығулар ӨКН Жердің опырылуы мен селі, көшкінің орын алдын алуы	5.3.2.1 қылдырыну және қалыңа келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	1		08			
27		3	Кешенді жалпы дамыту жаттығуларының негізін құру. Гимнастикалық төсөніште жаттығулар жасау. ӨКН. Дауыл, боран алдын алуы	5.3.2.1 қылдырыну және қалыңа келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	1		09			
28		4	Кешенді жалпы дамыту жаттығуларының негізін құру. Гимнастикалық көпір жасау арқылы 1 м көтерілу	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1		13			
29		5	Акробатикалық жаттығулар орындау. Гимнастикалық бөренеле жаттығулар жасау	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1		15			
30		6	Акробатикалық жаттығулар орындау. Гимнастикалық кәрмеде жаттығулар жасау	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1		16			
31		7	Акробатикалық жаттығулар орындау. Гимнастикалық сырғиста жаттығулар жасау	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1		20			

32		8	Акробатикалық жаттығулар орындау Гимнастикалық киші атта жаттығулар жасау	5.1.5.1 адамнан ауымыдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	22		
33		9	Спарияттарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету Гимнастикалық әртүрлі биіктіктегі сырықта жаттығулар жасау	5.1.5.1 адамнан ауымыдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	23		
34		10	Спарияттарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету Гимнастикалық көрменде жаттығулар жасау	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінші және өзгелердің біліктілік салысын білу және анықтау	1	27		
35		11	Спарияттарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету Гимнастикалық төсеніште жаттығулар жасау	5.2.2.1 қолбасшылық дағдылар мен қолданла құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	29		
36		12	Спарияттарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету Гимнастикалық киші атта 120 см биіктікке секіру	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	30		
37		13	Гимнастикалық жиынтықтың негізін құру Гимнастикалық сырықта жаттығулар жасау	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	12 04		
38		14	Гимнастикалық жиынтықтың негізін құру Гимнастикалық боренде жаттығулар жасау	5.2.7.1 жарыс кезінде әділ ойлау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсету және түсіндіру	1	06		
39		15	Гимнастикалық жиынтықтың негізін құру Асық ату және бестас ойыны	5.2.3.1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау	1	07		
40		16	Гимнастикалық жиынтықтың негізін құру Асық ату және бестас ойыны	5.2.3.1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау	1	11		
41	4-бөлім Қазақтың ұлттық және анықкерлік ойындары(5 сағат)	17	Қазақтың ұлттық ойындары Асық ату және бестас ойыны	5.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	1	13		*4-Тарау: -3 сағат
42		18	Қазақтың ұлттық ойындары Тоғысқұмалас ойыны	5.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	1	14		
43		19	Қазақтың ұлттық ойындары Тоғысқұмалас ойыны	5.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	1	18		
44		20	Қазақтың ұлттық ойындары Тоғысқұмалас ойыны	5.2.6.1 жарыс іс-әрекеттері және тәрелік ету ережелерін білу	1	20		

45	4-бөлім Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары (3 сағат)	21	Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену. Тоғызқұмалақ ойыны. Жүрістің түрлері	5.2.6.1 жарыс нәтижелері және төрелік ережелерін білу	1	21			
46		22	Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену Тоғызқұмалақ ойыны	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	25			
47		23	Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену Тоғызқұмалақ ойыны	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	27			
48		24	Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену Тоғызқұмалақ ойыны	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	28			
3-тоқсан 32 сағат									
49	5-бөлім. Кросс, көркем гимнастика дайындығы* (12 сағат)	1	Қауіпсіздік ережесі. Бой қалыңдыру жаттығулары және қалыңға келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау. ОҚН Дауыл, боран алдын алуы	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар беру	1	01/08			
50		2	Бой қалыңдыру жаттығулары және қалыңға келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау. Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау ОҚН Осері мықты ұлы заттардан ұланғанда көрсетілетін алғашқы медициналық көмек көрсету	5.3.2.1 қалыңдыру және қалыңға келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	1	10			
51		3	Бой қалыңдыру жаттығулары және қалыңға келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау. Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау ОҚН Өрттің жаралат алу жағдайындағы алғашқы медициналық көмек	5.3.2.1 қалыңдыру және қалыңға келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	1	11			
52		4	Бой қалыңдыру жаттығулары және қалыңға келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау. Қалыңдыру, қалыңға келу техникасы ОҚН Жалпы жаралат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек	5.3.1.1 денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну	1	15			

53		5	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету. Қалыңқа келу техникасы	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзіннің және өзгелерінің биіктігінің сапасын білу және анықтау	1	17		
54		6	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету. Динамикалық жаттығулар арқылы шыдамдылықты анықтау	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзіннің және өзгелерінің биіктігінің сапасын білу және анықтау	1	18		
55		7	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету. Динамикалық жаттығулар арқылы шыдамдылықты анықтау	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі заңдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	22		
56		8	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету. Дене қасиеттерінің компоненттері	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі заңдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	24		
57		9	Қашықтықтан өту тактикасының негізі. Қалыңқа келу техникасы жаттығулар кешені	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі заңдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	25		
58		10	Қашықтықтан өту тактикасының негізі. Қалыңқа келу техникасы жаттығулар кешені	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағара тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	29		
59		11	Қашықтықтан өту тактикасының негізі. Жүріс, жүгіру жаттығулары	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағара тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	31		
60		12	Қашықтықтан өту тактикасының негізі. Жүріс, жүгіру жаттығулары	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағара тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	02 d		
61	6-бөлім. Бірлескен іс-әрекеттері ойын-сауық ойындары, 18 сәзат	13	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық. Волейбол. Ойын ережелері	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар бөлу	1	05		
62		14	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық. Волейбол. Алаңдағы қозғалыстар.	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар бөлу	1	07		
63		15	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық. Волейбол. Ойын тактикасының элементтерін жетілдіру.	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар бөлу	1	08		
64		16	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық. Волейбол. Дәлгі ойынға көсу (астынан, жағынан)	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен жомалда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	12		
65		17	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық. Волейбол. Дәлгі ойынға жоғарыдан көсу әдістері	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен жомалда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	14		

66	18	Ойындардағы командалық іс-әрекет және кәсіпқандық Волейбол. Дәлелді ойыншыға беру әдістері	5.2.2.1 кәсіпқандық дағдылар мен командалық құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1		15			
67	19	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Дәлелді қабылдау әдістері	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу	1		19			
68	20	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Қорғаныста ойнау әдісі	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу	1		21			
69	21	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Дәлелді тосқауыл қою	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу	1		22			
70	22	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Екі үш адамдық тосқауыл қою.	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын білу және анықтау	1		26			
71	23	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Екі үш адамдық тосқауыл қою.	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын білу және анықтау	1		28			
72	24	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Шабуылда ойнау тактикасы	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын білу және анықтау	1		29			
73	25	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет Волейбол. Шабуылда ойнау тактикасы	5.2.3.1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау	1		03 04			
74	26	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет Волейбол. Шабуылда ойнау техникасы	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1		06			
75	27	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет Волейбол. Шабуыл мен қорғаныс	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1		07			
76	28	Ойын - сауық ойындарын құру Волейбол. Дүбери іс - әрекеті.	5.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну	1		11			
77	29	Ойын - сауық ойындарын құру Волейбол. Ойын тактикалары	5.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну	1		13			
78	30	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет Волейбол. Шабуыл мен қорғаныс	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну						

					1				
79		31	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет Волейбол. Шабуыл мен қорғаныс	5.2.5.1. өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	18			
80		32	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет Волейбол. Шабуыл мен қорғаныс	5.2.5.1. өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	20			
4-тоқсан 24-сағат									
81	7-бөлім. Ойын кезіндегі басып кіру дағдыларын түсіну және үйрету (15 сағат)	1	Қауіпсіздік ережесі Ойын кезінде допты иелену Футбол. Ойын ережелері ӨКНЖаппай жаракат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек	5.1.1.1. алдаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну	1	04	01		
82		2	Ойын кезінде допты иелену. Футбол. Футбол ойынына қойылатын еңгі мен нақты талаптар ӨКНЖара мен жаракат алу және басқа да кезеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	5.1.1.1. алдаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну	1		03		
83		3	Ойын кезінде допты иелену Футбол. Алдағышы қозғалыстар ӨКНДенсаулық және салдауатты өмір салты туралы жаңағы түсінік.	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар болу.	1		04		
84		4	Ойын кеністігінде бағдарлау дағдыларына үйрету. Футбол. Қақпашының ролі ӨКНДенсаулық және салдауатты өмір салты туралы жаңағы түсінік.	5.1.2.1. қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығуларындағы реттілігін білу және орындау	1		08		
85		5	Ойын кеністігінде бағдарлау дағдыларына үйрету. Футбол. Доппен алдау тәсілі	5.1.2.1. қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығуларындағы реттілігін білу және орындау	1		10		

[illegible]

98		18	Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру 200 м жүгіру	5.2.5.1 өзінің және өңгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны ішкі шындық қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	09			
99		19	Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру 800 м жүгіру	5.2.5.1 өзінің және өңгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны ішкі шындық қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	13			
100		20	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту Бір орынан ұзындыққа секіру	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	15			
101		21	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту 150 г кіші дөңгі қашықтыққа дақтыру	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	16			
102		22	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту 150 г кіші дөңгі нысанаға дақтыру	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	10			
103		23	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту Эстафета 4x60 м	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	22			
104		24	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту Эстафеталық ойындар	5.3.1.1 денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну	1	23			

	кездесу және әлеуметтік педагогикалық жұмыстар атқару	23.05.2025ж.	педагог Психолог	
39.	Ата аналарды педагогикалық қолдау» жобасы «Отбасы» Тәрбиенің алтын бесігі. Ата аналарға кеңес беру.	Үнемі	ДТЖО Әлеуметтік педагог Психолог Сынып жетекші	Мәлімет
40.	Ата аналарды педагогикалық қолдау» жобасы «Атадан- өсиет, анадан қасиет» ата аналарға арналған шебер сынып	15 мамыр	ДТЖО Әлеуметтік педагог Психолог Сынып жетекші	Мәлімет
41.	Ата аналарды педагогикалық қолдау» жобасы Отбасы күніне арналған «Отбасылық дәстүрлер» апталағы	11 қыркүйек	ДТЖО Әлеуметтік педагог Психолог Сынып жетекші	Мәлімет
VI. Диагностикалау-талдау қызметі				
42.	Оқушылардың әлеуметтік ерекшеліктерін анықтау: отбасы картасы, әлеуметтік картасы, оқушы картасы және т.б.	Тамыз Қаңтар	МДТЖО Әлеуметтік педагог	Отбасы картасы, әлеуметтік картасы, оқушы картасы
43.	«Буллинг жағдайы: агрессор, куәгер және жәбірленуші» семинар-тренингі	13.11.2024ж.	Әлеуметтік педагог	Мәлімет, сценарий
44.	Білім алушылар арасындағы зорлық-зомбылық сауалнамасы	02.12.2024ж.	Әлеуметтік педагог	Қорытынды
45.	«Әлеуметтік дағдылар: қарым-қатынас құпиялары» семинар-тренинг	12.04 2024ж.	Әлеуметтік педагог	Мәлімет, сценарий
46.	«Әр баланың құқығы – мемлекет құндылығы»	30.01.2025ж.	Әлеуметтік	Мәлімет,

[illegible]

22		22	Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру Баскетбол. Шабуылда ойнау әдісі	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуі түсіну	1		23			
23		23	Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру Баскетбол. Екі жақты ойын	5.2.1.1 - өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл- әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну	1		25			
24		24	Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру Баскетбол. Екі жақты ойын	5.2.1.1 - өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл- әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну	1		26			
2-тоқсан 24 сағат										
25	3-бөлім Гимнастикалық жаттығулар арқылы шығармашылық және сыни тұрғыдан ойлау 16 сағат	1	Қауіпсіздік ережесі. Кешенді жалпы дамыту жаттығуларының негізін құру. ӨКН Жердің опырылуы мен селі, көшкірдің орын алдын алуы	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар болау	1		11 06			
26		2	Қауіпсіздік ережесі. Кешенді жалпы дамыту жаттығуларының негізін құру. Саптағы жаттығулар ӨКН Жердің опырылуы мен селі, көшкірдің орын алдын алуы	5.3.2.1 қылдырыну және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	1		08			
27		3	Кешенді жалпы дамыту жаттығуларының негізін құру. Гимнастикалық төсөніште жаттығулар жасау. ӨКН. Дауыл, боран алдын алуы	5.3.2.1 қылдырыну және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	1		09			
28		4	Кешенді жалпы дамыту жаттығуларының негізін құру. Гимнастикалық көпір жасау арқылы 1 м көтерілу	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1		13			
29		5	Акробатикалық жаттығулар орындау. Гимнастикалық бөренеле жаттығулар жасау	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1		15			
30		6	Акробатикалық жаттығулар орындау. Гимнастикалық кәрмеде жаттығулар жасау	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1		16			
31		7	Акробатикалық жаттығулар орындау. Гимнастикалық сырғиста жаттығулар жасау	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1		20			

32		8	Акробатикалық жаттығулар орындау Гимнастикалық киші атта жаттығулар жасау	5.1.5.1 адамнан ауымыдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	22		
33		9	Спарияттарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету Гимнастикалық әртүрлі биіктіктегі сырықта жаттығулар жасау	5.1.5.1 адамнан ауымыдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	23		
34		10	Спарияттарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету Гимнастикалық көрмене жаттығулар жасау	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінші және өзгелердің біліктілік салысын білу және анықтау	1	27		
35		11	Спарияттарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету Гимнастикалық төсеніште жаттығулар жасау	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен қолдану құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	29		
36		12	Спарияттарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету Гимнастикалық киші атта 120 см биіктікке секіру	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны нешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	30		
37		13	Гимнастикалық жиынтықтың негізін құру Гимнастикалық сырықта жаттығулар жасау	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны нешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	12 04		
38		14	Гимнастикалық жиынтықтың негізін құру Гимнастикалық боренде жаттығулар жасау	5.2.7.1 жарыс кезінде әділ ойлау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсету және түсіндіру	1	06		
39		15	Гимнастикалық жиынтықтың негізін құру Асық ату және бестас ойыны	5.2.3.1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау	1	07		
40		16	Гимнастикалық жиынтықтың негізін құру Асық ату және бестас ойыны	5.2.3.1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау	1	11		
41	4-бөлім Қазақтың ұлттық және анықкерлік ойындары(5 сағат)	17	Қазақтың ұлттық ойындары Асық ату және бестас ойыны	5.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	1	13		*4-Тарау: -3 сағат
42		18	Қазақтың ұлттық ойындары Тоғысқұмалас ойыны	5.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	1	14		
43		19	Қазақтың ұлттық ойындары Тоғысқұмалас ойыны	5.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	1	18		
44		20	Қазақтың ұлттық ойындары Тоғысқұмалас ойыны	5.2.6.1 жарыс іс-әрекеттері және тәрелік ету ережелерін білу	1	20		

45	4-бөлім Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары (3 сағат)	21	Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену. Тоғызқұмалақ ойыны. Жүрістің түрлері	5.2.6.1 жарыс нәтижелері және төрелік ережелерін білу	1	21			
46		22	Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену Тоғызқұмалақ ойыны	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	25			
47		23	Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену Тоғызқұмалақ ойыны	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	27			
48		24	Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену Тоғызқұмалақ ойыны	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	28			
3-тоқсан 32 сағат									
49	5-бөлім. Кросс, көркем гимнастика дайындығы* (12 сағат)	1	Қауіпсіздік ережесі. Бой қалыңдыру жаттығулары және қалыңға келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау. ОҚН Дауыл, боран алдын алуы	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар беру	1	01/08			
50		2	Бой қалыңдыру жаттығулары және қалыңға келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау. Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау ОҚН Осері мықты ұлы заттардан ұланғанда көрсетілетін алғашқы медициналық көмек көрсету	5.3.2.1 қалыңдыру және қалыңға келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	1	10			
51		3	Бой қалыңдыру жаттығулары және қалыңға келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау. Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау ОҚН Өрттің жаралат алу жағдайындағы алғашқы медициналық көмек	5.3.2.1 қалыңдыру және қалыңға келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	1	11			
52		4	Бой қалыңдыру жаттығулары және қалыңға келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау. Қалыңдыру, қалыңға келу техникасы ОҚН Жалпы жаралат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек	5.3.1.1 денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну	1	15			

53		5	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету. Қалыңқа келу техникасы	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзіннің және өзгелерінің биіктігік санасын білу және анықтау	1	17		
54		6	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету. Динамикалық жаттығулар арқылы шыдамдылықты анықтау	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзіннің және өзгелерінің биіктігік санасын білу және анықтау	1	18		
55		7	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету. Динамикалық жаттығулар арқылы шыдамдылықты анықтау	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі заңдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	22		
56		8	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету. Дене қасиеттерінің компоненттері	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі заңдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	24		
57		9	Қашықтықтан өту тактикасының негізі. Қалыңқа келу техникасы жаттығулар кешені	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі заңдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	25		
58		10	Қашықтықтан өту тактикасының негізі. Қалыңқа келу техникасы жаттығулар кешені	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың апата тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	29		
59		11	Қашықтықтан өту тактикасының негізі. Жүріс, жүгіру жаттығулары	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың апата тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	31		
60		12	Қашықтықтан өту тактикасының негізі. Жүріс, жүгіру жаттығулары	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың апата тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	02 d		
61	6-бөлім. Бірлескен іс-әрекеттері ойын-сауық ойындары, 18 сәзат	13	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық. Волейбол. Ойын ережелері	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар бөлу	1	05		
62		14	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық. Волейбол. Алаңдағы қозғалыстар.	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар бөлу	1	07		
63		15	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық. Волейбол. Ойын тактикасының элементтерін жетілдіру.	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар бөлу	1	08		
64		16	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық. Волейбол. Дәлті ойынға көсу (астынан, жағынан)	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен жомалда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	12		
65		17	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық. Волейбол. Дәлті ойынға жоғарыдан көсу әдістері	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен жомалда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	14		

66	18	Ойындардағы командалық іс-әрекет және кәсіпқандық Волейбол. Дәлелді ойыншыға беру әдістері	5.2.2.1 кәсіпқандық дағдылар мен командалық құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1		15			
67	19	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Дәлелді қабылдау әдістері	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу	1		19			
68	20	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Қорғаныста ойнау әдісі	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу	1		21			
69	21	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Дәлелді тосқауыл қою	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу	1		22			
70	22	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Екі үш адамдық тосқауыл қою.	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын білу және анықтау	1		26			
71	23	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Екі үш адамдық тосқауыл қою.	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын білу және анықтау	1		28			
72	24	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Шабуылда ойнау тактикасы	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын білу және анықтау	1		29			
73	25	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет Волейбол. Шабуылда ойнау тактикасы	5.2.3.1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау	1		03 04			
74	26	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет Волейбол. Шабуылда ойнау техникасы	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1		06			
75	27	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет Волейбол. Шабуыл мен қорғаныс	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1		07			
76	28	Ойын - сауық ойындарын құру Волейбол. Дүбери іс - әрекеті.	5.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну	1		11			
77	29	Ойын - сауық ойындарын құру Волейбол. Ойын тактикалары	5.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну	1		13			
78	30	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет Волейбол. Шабуыл мен қорғаныс	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1					

					1				
79		31	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет Волейбол. Шабуыл мен қорғаныс	5.2.5.1. өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	18			
80		32	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет Волейбол. Шабуыл мен қорғаныс	5.2.5.1. өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	20			
4-тоқсан 24-сағат									
81	7-бөлім. Ойын кезіндегі басып кіру дағдыларын түсіну және үйрету (15 сағат)	1	Қауіпсіздік ережесі Ойын кезінде допты иелену Футбол. Ойын ережелері ӨКНЖаппай жаракат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек	5.1.1.1. алдаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну	1	04	01		
82		2	Ойын кезінде допты иелену. Футбол. Футбол ойынына қойылатын еңгіменалық талаптар ӨКНЖара мен жаракат алу және басқа да кезеңіет жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	5.1.1.1. алдаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну	1		03		
83		3	Ойын кезінде допты иелену Футбол. Алдағышы қозғалыстар ӨКНДенсаулық және салдауатты өмір салты туралы жағаты түсінік.	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар болу.	1		04		
84		4	Ойын кеніетігінде бағдарлау дағдыларына үйрету.Футбол. Қақпашының ролі ӨКНДенсаулық және салдауатты өмір салты туралы жағаты түсінік.	5.1.2.1. қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1		08		
85		5	Ойын кеніетігінде бағдарлау дағдыларына үйрету.Футбол.Доппен ойнау тәсілдері	5.1.2.1. қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1		10		

[illegible]

98		18	Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру 200 м жүгіру	5.2.5.1 өзінің және өңгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны ішкі шындық қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	09			
99		19	Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру 800 м жүгіру	5.2.5.1 өзінің және өңгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны ішкі шындық қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	13			
100		20	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту Бір орынан ұзындыққа секіру	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	15			
101		21	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту 150 г кіші дөңгі қашықтыққа дақтыру	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	16			
102		22	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту 150 г кіші дөңгі нысанаға дақтыру	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	10			
103		23	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту Эстафета 4x60 м	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	22			
104		24	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту Эстафеталық ойындар	5.3.1.1 денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну	1	23			

**ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ПӘНІНЕН 6 СЫНЫПҚА АРНАЛҒАН
КҮНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР**

«Дене шынықтыру» пәні бойынша оқу жүктемесінің көлемі аптасына 3 сағат, оқу жылына 104 сағатты құрайды

№ р/с	Ауыспалы тақырыптар	Са бақ №	Сабактардың тақырыптары	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі				Ескер- тулер
			1-тоқсан 24 сағат							
			1-бөлім Жүгіру, секіру, дақтыру дағдыларына дамыту.12 сағат							
1		1	Қауіпсіздік ережесі. Әртүрлі физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгеріс.ӨҚНАдамның табиғатта өз- бетінше өмір сүруі	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіну	1	09	05			
2		2	Қауіпсіздік ережесі. Әртүрлі физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгеріс. 30 м жүгіру. ӨҚНМедициналық көмек көрсету жолдары	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіну	1		06			
3		3	Қауіпсіздік ережесі. Әртүрлі физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгеріс. 60 м жүгіру. ӨҚНЖер сілкінісі алдын алуы	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіну	1		07			
4		4	Жүгіру секіру реттілігі. Орта қашықтыққа жүгіру 200,400 м. ӨҚНЖер сілкінісі алдын алуы	6.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ұсыну және көрсету	1		12			
5		5	Жүгіру секіру реттілігі. 800 метрге жүгіру	6.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ұсыну және көрсету	1		13			
6		6	Жүгіру секіру реттілігі. 1000 метрге жүгіру	6.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ұсыну және көрсету	1		14			
7		7	Жүгіру секіру реттілігі. Бір орыннан ұзындыққа секіру	6.3.2.1 дене қыздыру мен қалпына келу техникаларының басты құрамдарының ағзаға тигізетін әсерін түсіндіру және оларды орындау	1		19			
8		8	Жүгіру секіру реттілігі. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру	6.3.2.1 дене қыздыру мен қалпына келу техникаларының басты құрамдарының ағзаға	1		20			

9	9	Әр снарядтарды дақтыру. 150 г кіші допты нысанаға дақтыру.	тигілетін әсерін түсіндіру және оларды орындау 6.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды қолдана білу	1	21				
10	10	Әр снарядтарды дақтыру. 150 г кіші допты нысанаға дақтыру.	6.1.2.1. қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін құру және орындау	1	26				
11	11	Әр снарядтарды дақтыру. 150 г кіші допты қашықтыққа дақтыру	6.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды қолдана білу	1	27				
12	12	Эстафеталық ойындар. Эстафета 4x60 жүгіру.	6.1.1.1 аз ауқымды арнайы спорттық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты дағдыларын қолдану	1	28				
2-бөлім Командалық спорттық ойындар. (12 сағат)									
13	13	Ойын техникасының дағдысын дамыту Баскетбол. Ойын ережелері	6.1.1.1 аз ауқымды арнайы спорттық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты дағдыларын қолдану	1	10	03			
14	14	Ойын техникасының дағдысын дамыту Баскетбол. Ойыншының алаңдағы қозғалысы	6.1.1.1 аз ауқымды арнайы спорттық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты дағдыларын қолдану	1	04				
15	15	Ойын техникасының дағдысын дамыту Баскетбол. Допты екі қолмен беру және қабылдау әдістері	6.1.1.1 аз ауқымды арнайы спорттық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты дағдыларын қолдану	1	05				
16	16	Ойын техникасының дағдысын дамыту Баскетбол. Допты бір және екі қолмен ұстау	6.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті таңдай білу	1	10				
17	17	Ойын техникасының дағдысын дамыту Баскетбол. Допты командаласына беру	6.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті таңдай білу	1	11				
18	18	Ойын техникасының дағдысын дамыту Баскетбол. Қорғаныста ойнау әдістері	6.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді түсіну және қолдана білу	1	12				
19	19	Ойын техникасының дағдысын дамыту Баскетбол. Допсыз алаңдағы қозғалыстар	6.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді түсіну және қолдана білу	1	17				
20	20	Спорттық ойындарда тактикалық	6.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін құру	1	18				

			әрекеттерді қолдану Баскетбол. Допты торға тастау	және орындау							
21		21	Спорттық ойындарда тактикалық әрекеттерді қолдану Баскетбол. Айып добын торға тастау әдістері	6.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін құру және орындау	1		19				
22		22	Спорттық ойындарда тактикалық әрекеттерді қолдану Баскетбол. Шабуылдаушы әдісі	6.1.5.1 бірқатар дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын түсіну және қолдана білу	1		24				
23		23	Командалық жұмыста көшбасшылық дағдысын дамыту Баскетбол. Екі жақты ойын	6.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді анықтау және қолдана білу	1		25				
24		24	Командалық жұмыста көшбасшылық дағдысын дамыту Баскетбол. Екі жақты ойын	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіну	1		26				
2-тоқсан 24 сағат											
3-бөлім Құрал жабдықтар арқылы гимнастика дағдыларын арттыру. (16 сағат)											
25		1	Қауіпсіздік ережесі. Саптағы жаттығулардың элементтерін көрсету ӨҚН Жердің опырылуы мен селі, көшкірдің орын алуы	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіне білу	1		11	07			
26		2	Қауіпсіздік ережесі. Саптағы жаттығулардың элементтерін көрсету ӨҚН Дәуыл, бөрі алын алуы	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіне білу	1			08			
27		3	Акробатикалық жаттығулар комбинациясын орындау Гимнастикалық төсеңште жаттығулар жасау ӨҚН Әсері мықты уды заттардан ұланғанда көрсетілетін алғашқы медициналық көмек көрсету.	6.3.2.1 дене қыздыру мен қалпына келу техникаларының басты құрамдарынан ағзаға тигізетін әсерін түсіндіру және оларды орындау	1			09			
28		4	Акробатикалық жаттығулар комбинациясын орындау Гимнастикалық көпір жасау арқылы 1 м көтерілу	6.3.2.1 дене қыздыру мен қалпына келу техникаларының басты құрамдарынан ағзаға тигізетін әсерін түсіндіру және оларды орындау	1			14			
29		5	Акробатикалық жаттығулар комбинациясын орындау Гимнастикалық бөренеді жаттығулар жасау	6.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін құру және орындау	1			15			

30		6	Акробатикалық жаттығулар комбинациясын орындау Гимнастикалық кермеде жаттығулар жасау	6.1.2.1. қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін құру және орындау	1		16		
31		7	Акробатикалық жаттығулар комбинациясын орындау Гимнастикалық сырықта жаттығулар жасау	6.1.2.1. қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін құру және орындау	1		21		
32		8	Снарядтағы жаттығулар кезіндегі өзін-өзі реттеу Гимнастикалық күш атта жаттығулар жасау	6.1.5.1. бірқатар және жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын түсіну және қолдана білу	1		22		
33		9	Снарядтағы жаттығулар кезіндегі өзін-өзі реттеу Гимнастикалық әртүрлі биіктіктегі сырықта жаттығулар жасау	6.1.4.1. қимыл-қозғалыс орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің биіктілік сапасын түсіну және түсіндіре білу	1		23		
34		10	Снарядтағы жаттығулар кезіндегі өзін-өзі реттеу Гимнастикалық кермеде жаттығулар жасау	6.1.4.1. қимыл-қозғалыс орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің биіктілік сапасын түсіну және түсіндіре білу	1		28		
35		11	Снарядтағы жаттығулар кезіндегі өзін-өзі реттеу Гимнастикалық төсеңште жаттығулар жасау	6.1.4.1. қимыл-қозғалыс орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің биіктілік сапасын түсіну және түсіндіре білу	1		29		
36		12	Снарядтағы жаттығулар кезіндегі өзін-өзі реттеу Гимнастикалық күш атта 120 см биіктікке секіру	6.1.4.1. қимыл-қозғалыс орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің биіктілік сапасын түсіну және түсіндіре білу	1		30		
37		13	Снарядтағы жаттығулар кезіндегі өзін-өзі реттеу Гимнастикалық сырықта жаттығулар жасау	6.1.4.1. қимыл-қозғалыс орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің биіктілік сапасын түсіну және түсіндіре білу	1	12	05		
38		14	Снарядтағы жаттығулар кезіндегі өзін-өзі реттеу Гимнастикалық бөренеле жаттығулар жасау	6.1.4.1. қимыл-қозғалыс орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің биіктілік сапасын түсіну және түсіндіре білу	1		06		
39		15	Снарядтағы жаттығулар кезіндегі өзін-өзі реттеу Гимнастикалық сырықта жаттығулар жасау	6.1.4.1. қимыл-қозғалыс орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің биіктілік сапасын түсіну және түсіндіре білу	1		07		
40		16	Снарядтағы жаттығулар кезіндегі өзін-өзі реттеу Гимнастикалық бөренеле жаттығулар жасау	6.1.4.1. қимыл-қозғалыс орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің биіктілік сапасын түсіну және түсіндіре білу	1		12		
4-бөлім Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары(2 сағат)									
41		17	Қазақтың ұлттық ойындары Асық ату және бестас ойыны	6.2.3.1. қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын анықтау және қолдана білу	1		13		*4- Тарау: -8 сағат
42		18	Қазақтың ұлттық ойындары Тоғысқұмазақ ойыны	6.2.3.1. қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын анықтау және қолдана білу	1		14		

43	19	Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену. Тоғызқұмалас ойыны. Жүрістерді пайдау	6.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін түсіне білу	1	19				
44	20	Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену. Тоғызқұмалас ойыны. Ілгері және кері есеп	6.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін түсіну және қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	20				
45	21	Қазақтың ұлттық ойындары Асық ату және бестас ойыны	6.2.3.1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын анықтау және қолдана білу	1	21				
46	22	Қазақтың ұлттық ойындары Асық ату және бестас ойыны	6.2.3.1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын анықтау және қолдана білу	1	22				
47	23	Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену. Тоғызқұмалас ойыны. Отауларға тоқталу	6.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін түсіну және қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	23				
48	24	Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену. Тоғызқұмалас ойыны. Отауларға тоқталу	6.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін түсіну және қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	24				

3-ТОҚСАН

32 САҒАТ

5-бөлім. Кросс, гимнастика дайындығы* (12 сағат)

49	1	Қауіпсіздік ережесі. Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту. ӨКНӨртүрлі жарақат алу жағдайындағы алғашқы медициналық көмек	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіне білу	1	01	09			
50	2	Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту. Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау ӨКНЖаннай жарақат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіне білу	1	10				
51	3	Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту. Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау ӨКНЖаннай жарақат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек	6.3.2.1 дене қыздыру мен қалыңа келу техникаларының басты құрамдарының ағзаға тиімді есерін түсіндіру және оларды орындау	1	11				
52	4	Арнайы қозғалыс дағдыларын дамытуҚыздырыну, қалыңа келу техникасыӨКНЖара мен жарақат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық	6.3.2.1 дене қыздыру мен қалыңа келу техникаларының басты құрамдарының ағзаға тиімді есерін түсіндіру және оларды орындау	1	12				

[illegible]

[illegible]

77		29	Әділ ойын және ынтымақтастық Волейбол Ойын тактикалары	6.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін түсіне білу	1	13				
78		30	Әділ ойын және ынтымақтастық Волейбол Екі жақты ойын	6.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін түсіне білу	1	14				
79		31	Әділ ойын және ынтымақтастық Волейбол Шабуыл мен қорғаныс	6.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу қимыл әрекеттерімен байланысты білімді анықтау және қолдана білу	1	19				
80		32	Әділ ойын және ынтымақтастық Волейбол Либро іс - әрекеті	6.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу қимыл әрекеттерімен байланысты білімді анықтау және қолдана білу	1	20				
4-тоқсан 24 сағат										
7-бөлім . Шабуыл ойындарда дағдыларды және түсінуді дамыту (12 сағат)										
81		1	Қауіпсіздік ережесі Допка не болу әдісінің негізгі элементтерін дамыту Футбол Ойын ережелері ӨҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздіктің нормалары мен ережелерін түсіне білу	1	04 02				
82		2	Допка не болу әдісінің негізгі элементтерін дамыту Футбол Футбол ойынына қойылатын ең неғізді талаптар ӨҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	6.1.1.1 аз ауқымды арнайы спорттық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл- қозғалысты дағдыларын қолдану	1	03				
83		3	Допка не болу әдісінің негізгі элементтерін дамыту Футбол Алаңдағы қозғалыстар ӨҚН Денсаулық және салауатты өмір салты туралы жалпы түсінік.	6.1.1.1 аз ауқымды арнайы спорттық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл- қозғалысты дағдыларын қолдану	1	04				
84		4	Ойын кезінде алаңда бағдарлау дағдыларын оқып үйрену. Футбол Қақпашының ролі ӨҚН Денсаулық және салауатты өмір салты туралы жалпы түсінік.	6.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін құру және орындау	1	09				
85		5	Ойын кезінде алаңда бағдарлау дағдыларын оқып үйрену. Футбол, Доппен алаңдау тәсілдері	6.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін құру және орындау	1	10				

86		6	Ойын кезінде алаңда бағдарлау дағдыларын оқып үйрену. Футбол. Допты баспен үрүтүүлері	6.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді түсіну және қолдана білу	1	11			
87		7	Ойын кезінде алаңда бағдарлау дағдыларын оқып үйрену. Футбол. Допты тартып алу тәсілдері	6.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді түсіну және қолдана білу	1	16			
88		8	Тактикалық іс-әрекеттерді негіздері. Футбол. Шабуылда ойнау техникасы	6.1.5.1 бірқатар дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын түсіну және қолдана білу	1	17			
89		9	Тактикалық іс-әрекеттерді негіздері. Футбол. Айып добын орындау	6.1.5.1 бірқатар дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын түсіну және қолдана білу	1	18			
90		10	Өт ойындарын қайта қарау және көрсету. Футбол. Екі жақты ойын	6.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді сезініп, олардың айырмашылықтарын түсіндіре білу	1	23			
91		11	Өз ойындарын қайта қарау және көрсету. Футбол. командалық шабуыл	6.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді сезініп, олардың айырмашылықтарын түсіндіре білу	1	24			
92		12	Өт ойындарын қайта қарау және көрсету. Футбол. Екі жақты ойын	6.1.6.1 қимыл-қозғалыс безеуімен байланысты жандықтарды жеңу және қауіп-қатерге сету дағдыларын түсіну және қолдана білу	1	25			
93		13	Қауіпсіздік ережесі Допқа не бөлу әдісінің негізгі элементтерін дамыту Футбол. Ойын ережелері ӨҚНЖара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіне білу	1	30			
94		14	Допқа не бөлу әдісінің негізгі элементтерін дамыту. Футбол. Футбол ойынына қоюлатын игиленалық талтар ӨҚНЖара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	6.1.1.1 ат ауқымды арнайы спорттық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты дағдыларын қолдану	1	01			
95		15	Допқа не бөлу әдісінің негізгі элементтерін дамыту Футбол. Алаңдағы қозғалыстар ӨҚНДенсаулық және салауатты өмір салты туралы жалпы түсінік.	6.1.1.1 ат ауқымды арнайы спорттық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты дағдыларын қолдану	1	02			

8-бөлім. Жеңіл атлетика арқылы белсенді өмір салтын қалыптастыру(12 сағат)									
96		16	Ағзаның бейімділік қабілеттерін дамыту.60 м жүгіру	6.3.4.1 денеаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіне білу	1		07		
97		17	Ағзаның бейімділік қабілеттерін дамыту.200 м жүгіру	6.3.4.1 денеаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіне білу	1		08		
98		18	Ағзаның бейімділік қабілеттерін дамыту.Кедергілерден секіре жүгіру	6.3.4.1 денеаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіне білу	1		09		
99		19	Ағзаның бейімділік қабілеттерін дамыту.Ұзындыққа бір орыннан секіру әдісі	6.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін түсіну және қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1		14		
100		20	Ағзаның бейімділік қабілеттерін дамыту.4x10 м жылдамдыққа жүгіру	6.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін түсіну және қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1		15		
101		21	Ағзаның бейімділік қабілеттерін дамыту. 800 м жүгіру	6.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін түсіну және қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1		16		
102		22	Қозғалысты дене қыздыру элементтері. 150 с.кіші дөңгі қашықтыққа лақтыру	6.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларынан тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды қолдана білу	1		21		
4-бөлімҚазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары(3 сағат)									
103		23	Қазақтың ұлттық ойындары Тоғысқұмалақ ойыны	6.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды қолдана білу	1		22		44-Тарау: 2-сағат
104		24	Қазақтың ұлттық ойындары Тоғысқұмалақ ойыны	6.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды қолдана білу	1		23		