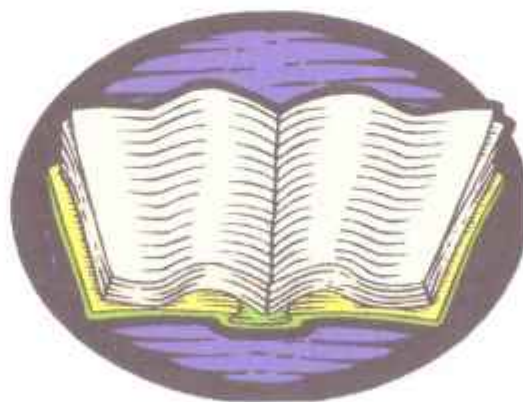


«Тілектес» жалпы білім беретін мектебі

Күнтізбелік жоспар

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ



Пән мұғалімі: О.Сайлауов

2024-2025 оқу жылы

«Бекітемін»
Мектеп директоры:
 Ж. А. Жайтаев
«19» 08. 2024ж



«Келісемін»
Оқу ісін орынбасары:
 С. Досымбетов
«19» 08. 2024ж

ӘБ отырысында каралды:
Хаттама № 2
 Г. Бейсекова
«19» 08. 2024ж

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ
«Тілектес» жалпы білім беретін мектебі

ҰЗАҚ МЕРЗІМДІ ЖОСПАР

5-8-11 сыныптар



Пән мұғалімі: О.Сайлауов

2024-2025 оқу жылы

**ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ПӘНІНЕН 5СЫНЫПҚА АРНАЛҒАН
КҮНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР**

«Дене шынықтыру» пәні бойынша оқу жүктемесінің көлемі аптасына 3 сағат, оқу жылына 102сағатты құрайды

№ р/с	Ауыспалы тақырыптар	Са бақ №	Сабақтардың тақырыптары	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі				Ескер- тулер
			1-тоқсан 24 сағат							
1	1-бөлім. Жүгіру, секіру, лақтыру дағдыларына оқыту. (12 сағат)	1	Қауіпсіздік ережесі. Қысқа қашықтыққа жүгіру техникасын оқу ӨҚН Адамның табиғатта өз бетінше өмір сүруі	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу.	1	02.09				
2		2	Қысқа қашықтыққа жүгіру техникасын оқу 30 м жүгіру ӨҚН Медициналық көмек көрсету жолдары	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу.	1	03				
3		3	Қысқа қашықтыққа жүгіру техникасын оқу. 60 м жүгіру ӨҚН Жер сілкінісі алдын алуы	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу.	1	05				
4		4	Орта және алыс қашықтық техникасын үйрету 200 м жүгіру ӨҚН Жер сілкінісі алдын алуы	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	09				
5		5	Орта және алыс қашықтық техникасын үйрету 400 м жүгіру	5.3.2.1 қыздырыну және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	1	10				
6		6	Орта және алыс қашықтық техникасын үйрету 800 метрге жүгіру	5.3.2.1 қыздырыну және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	1	12				
7		7	Жүгіріп келіп және бір орында ұзындыққа секіру техникасын үйрету Бір орыннан ұзындыққа секіру	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	15				
8		8	Жүгіріп келіп және бір орында ұзындыққа секіру техникасын үйрету Бір орыннан ұзындыққа секіру	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	17				
9		9	Жүгіріп келіп және бір орында ұзындыққа секіру техникасын үйрету Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	19				

10		10	Топтық эстафеталық жұмыс Эстафетаға 4х60 жүгіру	5.1.1.1. аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну	1	23				
11		11	Топтық эстафеталық жұмыс Эстафетаға 4х60 жүгіру	5.1.1.1. аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну	1	24				
12		12	Топтық эстафеталық жұмыс Эстафетаға 4х60 жүгіру	5.1.1.1. аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну	1	26				
13	2-бөлім Өзгертілген командалық ойын (12 сағат)	13	Ойынның қабылдау техникасын үйрету Баскетбол. Ойын ережелері	5.3.5.1. басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	1	30				
14		14	Ойынның қабылдау техникасын үйрету Баскетбол. Ойынның алаңдағы қозғалысы	5.3.5.1. басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	1	01.10				
15		15	Ойынның қабылдау техникасын үйрету Баскетбол. Допты екі қолмен беру және қабылдау әдістері	5.3.5.1. басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	1	03				
16		16	Ойынның қабылдау техникасын үйрету Баскетбол. Допты бір және екі қолмен ұстау	5.1.1.1. аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну	1	02				
17		17	Негізгі қабылдау тактикасын үйрету Баскетбол. Допты командаласына беру	5.1.3.1. қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	03				
18		18	Негізгі қабылдау тактикасын үйрету Баскетбол. Қорғаныста ойнау әдістері	5.2.4.1. дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді білу және түсіну	1	10				
19		19	Негізгі қабылдау тактикасын үйрету Баскетбол. Допсыз алаңдағы қозғалыстар	5.1.2.1. қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	14				
20		20	Негізгі қабылдау тактикасын үйрету Баскетбол. Допты торға тастау	5.1.5.1. аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының техникасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	15				
21		21	Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру Баскетбол. Айып добын торға тастау әдістері	5.1.2.1. қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	12				

	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,

			сырықта жаттығулар жасау								
34		10	Снарядтарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету Гимнастикалық кермеде жаттығулар жасау	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын білу және анықтау	1	25					
35		11	Снарядтарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету Гимнастикалық төсеніште жаттығулар жасау	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	26					
36		12	Снарядтарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету Гимнастикалық кіші 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	28					
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	02/12					
38		14	Гимнастикалық жиынтықтың негізін құру Гимнастикалық бөренеді жаттығулар жасау	5.2.7.1 жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа қататын мінез-құлық көрсету және түсіндіру	1	03					
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	05					
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	09					
41	4-бөлім Қазақтың ұлттық және зияткерлік 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	10					
42		18	Қазақтың ұлттық ойындары Тоғызқұмалақ ойыны	5.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	1	12					
43		19	Қазақтың ұлттық ойындары Тоғызқұмалақ ойыны	5.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	1	16					жетілген
44		20	Қазақтың ұлттық ойындары Тоғызқұмалақ ойыны	5.2.6.1 жарыс іс-әрекеттері және төрелік ету ережелерін білу	1	17					
45		21	Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену. Тоғызқұмалақ ойыны. Жүрістің түрлері	5.2.6.1 жарыс іс-әрекеттері және төрелік ету ережелерін білу	1	19					
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	23					

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	24				
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	26				
3-тоқсан 31 сағат										
49	5-бөлім. Кросс, көркем гимнастика дайындығы* (12 сағат)	1	Қауіпсіздік ережесі. Бой қыздыру жаттығулары және қалыпқа келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау. ӨҚН Дауыл, боран алдын алуы	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу	1	09.01.2025				
50		2	Бой қыздыру жаттығулары және қалыпқа келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау. Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау ӨҚН Әсері мықты улы заттардан, уланғанда көрсетілетін алғашқы медициналық көмек көрсету	5.3.2.1. қыздырыну және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	1	13				
51		3	Бой қыздыру жаттығулары және қалыпқа келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау. Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау ӨҚН Өртүрлі жаракат алу жағдайындағы алғашқы медициналық көмек	5.3.2.1. қыздырыну және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	1	14				
52		4	Бой қыздыру жаттығулары және қалыпқа келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау. Қыздырыну, қалыпқа келу техникасы ӨҚН Жаппай жаракат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек	5.3.1.1. денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну	1	16				
53		5	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету Қыздырыну, қалыпқа келу техникасы	5.1.4.1. қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын білу және анықтау	1	20				
54		6	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету Динамикалық жаттығулар арқылы шыдамдылықты анықтау	5.1.4.1. қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын білу және анықтау	1	21				
55		7	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету Динамикалық жаттығулар арқылы шыдамдылықты анықтау	5.1.3.1. қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	23				
56		8	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету Дене қасиеттерінің компоненттері	5.1.3.1. қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	27				

57		9	Қашықтықтан өту тактикасының негізі. Қалыпқа келу техникасы жаттығулар кешені	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	28				
58		10	Қашықтықтан өту тактикасының негізі. Қалыпқа келу техникасы жаттығулар кешені	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	30				
59		11	Қашықтықтан өту тактикасының негізі. Жүріс, жүгіру жаттығулары	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	03.02.25				
60		12	Қашықтықтан өту тактикасының негізі. Жүріс, жүгіру жаттығулары	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	09				
61	6-бөлім. Бірлескен іс-әрекеттегі ойын-сауық ойындары. 18 сағат	13	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық Волейбол. Ойын ережелері	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар болу	1	06				
62		14	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық Волейбол. Алаңдағы қозғалыстар.	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар болу	1	10				
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 болу	1	11				
64		16	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық Волейбол. Допты ойынға қосу (астынан, жанынан)	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	13				
65		17	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық Волейбол. Допты ойынға жоғарыдан қосу әдістері	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	14				
66		18	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық Волейбол. Допты ойыншыға беру әдістері	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	18				
67		19	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Допты қабылдау әдістері	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу	1	20				
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	24				
69		21	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Допқа тосқауыл қою	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу	1	25				
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 биіктілік сапасын білу және анықтау	1	27				

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							03.03.25
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							04
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							06
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							10
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							11
76		28	Ойын - сауық ойындарын құру Волейбол. Либеро іс - әрекеті	5.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну	1							13
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	2							17 18
78		30	Ойын - сауық ойындарын құру Волейбол. Екі жақты ойын	5.2.6.1 жарыс іс-әрекеттері және төрелік ету ережелерін білу	1							20
4-тоқсан 23 сағат												
79	7-бөлім . Ойын кезіндегі басып кіру дағдыларын түсіну және үйрету (15 сағат)	1	Қауіпсіздік ережесі Ойын кезінде допты иелену Футбол. Ойын ережелері ӨҚН Жаппай жаракат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек	5.1.1.1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну	1							06.04.25
80		2	Ойын кезінде допты иелену. Футбол. Футбол ойынына қойылатын гигиеналық талаптар ӨҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	5.1.1.1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну	1							03
81		3	Ойын кезінде допты иелену Футбол. Алаңдағы қозғалыстар ӨҚН Денсаулық және салауатты өмір салты туралы жалпы түсінік.	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар беру.	1							07

82		4	Ойын кеңістігінде бағдарлау дағдыларына үйрету. Футбол. Қақпашының ролі. ӨҚН. Денсаулық және салауатты өмір салты туралы жалпы түсінік.	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	08				
83		5	Ойын кеңістігінде бағдарлау дағдыларына үйрету. Футбол. Доппен алдап өту тәсілдері	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	10				
84		6	Ойын кеңістігінде бағдарлау дағдыларына үйрету. Футбол. Допты баспен ұру тәсілдері	5.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді білу және түсіну	1	14				
85		7	Ойын кеңістігінде бағдарлау дағдыларына үйрету. Футбол. Допты тартып алу тәсілдері	5.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді білу және түсіну	1	15				
86		8	Жеке және командалық ойын әрекеттері. Футбол. Шабуылда ойнау техникасы	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	17				
87		9	Жеке және командалық ойын әрекеттері. Футбол. Айып добын орындау	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	21				
88		10	Жеке және командалық ойын әрекеттері. Футбол. Пенальти орындау	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	22				
89		11	Жеке және командалық ойын әрекеттері. Футбол. Командалық шабуыл	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	24				
90		12	Ойын стратегиясын құрудағы дағдыны дамыту. Футбол. Командалық қорғаныс	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу	1	25				
91		13	Ойын стратегиясын құрудағы дағдыны дамыту.	5.1.6.1 қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және қауіп-қатерге жауап қайтара білудің қарапайым дағдыларын білу және анықтау	1	29				
92		14	Ойын стратегиясын құрудағы дағдыны дамыту. Футбол. Екі жақты ойын	5.1.6.1 қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және қауіп-қатерге жауап қайтара білудің қарапайым дағдыларын білу және анықтау	1	01.05.25				демокс
93		15	Ойын стратегиясын құрудағы дағдыны дамыту. Футбол. Екі жақты ойын	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу	1	05				
94	8-бөлім. Жеңіл атлетика дағдысын дамыту және шолу (9 сағат)	16	Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру 30 м жүгіру	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу.	1	06				

95		17	Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру 60 м жүгіру	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу	1	08					
96		18	Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру 200 м жүгіру	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	12					
97		19	Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру 800 м жүгіру	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	13					
98		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					
99		21	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту. 150 г кіші допты, қашықтыққа лақтыру	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	19					
100		22	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту 150 г кіші допты нысанаға лақтыру	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу							
101		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	20					
102		24	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту Эстафеталық ойындар	5.3.1.1 денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну	1	22					

**ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ПӘНІНЕН 8 СЫНЫПҚА АРНАЛҒАН
КҮНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР**

«Дене шынықтыру» пәні бойынша оқу жүктемесінің көлемі аптасына 3 сағат, оқу жылына 102сағатты құрайды

№ р/с	Ауыспалы тақырыптар	Са бақ №	Сабақтардың тақырыптары	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі				Ескер- тулер
			1-тоқсан 24 сағат							
1	1-бөлім Жеңіл атлетика арқылы денсаулық пен фитнес 12 сағат	1	Қауіпсіздік ережесі Төменгі сөре және сөрелік екпін. 60 м жүгіру ӨҚН Әсері мықты улы заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар.	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1					
						02.09				
2		2	Төменгі сөре және сөрелік екпін. 4x10 м жүгіру ӨҚН Әсері мықты улы заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар.	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1					
						04				
3		3	Орта қашықтыққа жүгіру дағдыларын дамытуЭстафетаға жүгіру 4x60 м ӨҚН Жарылыс және өрт алдын алуы	8.2.3.1 қолайлы оқып –үйрену ортасын калыптастыру бойынша біріккен, әрі тиімді жұмыс дағдыларын қолдану және көрсете білу	1					
						06				
4		4	Орта қашықтыққа жүгіру дағдыларын дамыту 200 м жүгіру ӨҚН Жарылыс және өрт алдын алуы	8.2.3.1 қолайлы оқып –үйрену ортасын калыптастыру бойынша біріккен, әрі тиімді жұмыс дағдыларын қолдану және көрсете білу	1					
						09				
5		5	Орта қашықтыққа жүгіру дағдыларын дамыту 400 м жүгіру	8.3.2.1 денені қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну	1					
						11				
6		6	Орта қашықтыққа жүгіру дағдыларын дамыту 6x10 м өрмек айнала жүгіру.	8.3.2.1 денені қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну	1					
						13				
7		7	Секіруді дамытуға арналған іс – шаралар. Бір орыннан ұзындыққа секіру.	8.1.2.1 кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1					
						16				
8		8	Секіруді дамытуға арналған іс – шаралар. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру.	8.3.2.1 денені қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларының кешенін құру және түсіндіру және көрсете білу	1					
						18				
9		9	Секіруді дамытуға арналған іс –	8.3.2.1 денені қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларының кешенін құру және түсіндіру	1					
						20				

			шаралар. Бийіктікке секіру әдістері	және көрсете білу						
10		10	Лақтыру кезінде күш пен бұлшық ет төзімділігін дамыту. 150 г кіші допты қашықтыққа лақтыру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	23				
11		11	Лақтыру кезінде күш пен бұлшық ет төзімділігін дамыту. 150 г кіші допты нысанаға лақтыру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	25				
12		12	Лақтыру кезінде күш пен бұлшық ет төзімділігін дамыту. 150 г кіші допты қашықтыққа лақтыру	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды көрсете білу	1	27				
13	2-бөлім Спорт ойындары арқылы бірлескен жұмыс 12 сағат	13	Ойын жағдайында қабыл-дауды іске асыру. Баскетбол. Ойын ережелерін еске түсіру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	30				
14		14	Ойын жағдайында қабыл-дауды іске асыру. Баскетбол. Ойын техникасының элементтері.	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	02.10				
15		15	Ойын жағдайында қабыл-дауды іске асыру. Баскетбол. Допты ойыншыға беру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	04				
16		16	Ойын жағдайында қабыл-дауды іске асыру. Баскетбол. Допты екі қолмен алып жүру әдісі	8.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	07				
17		17	Ойын жағдайында қабыл-дауды іске асыру. Баскетбол. Допқа иелік ету, допсыз қозғалыстар.	8.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	09				
18		18	Ойын жағдайында қабыл-дауды іске асыру. Баскетбол. Қорғаныста ойнау техникасы	8.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және талқылай білу	1	11				
19		19	Ойын жағдайында қабыл-дауды іске асыру. Баскетбол. Допты бір орыннан торға тастау	8.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және талқылай білу	1	14				
20		20	Ойын құрылымы. Шабуылда ойнау техникасы	8.1.2.1 кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	16				
21		21	Ойын құрылымы. Допты торға екі адым жасап тастау	8.1.2.1 кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	18				
22		22	Жарыс ойынын ұйымдастыру. Кіші баскетбол алаңында жылдамдықта ойнау	8.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1	21				

23		23	Жарыс ойынын ұйымдастыру Баскетбол. Екі жақты ойын ойнау	8.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу көрсете білу	1	23				
24		24	Жарыс ойынын ұйымдастыру. Баскетбол. Екі жақты ойын ойнау	8.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу қимыл-әрекеттерімен байланысты білімді	1	25				
2-тоқсан 24 сағат										
25	3-бөлім Гимнастикалық элементтер және оның түрлері 16 сағат	1	Қауіпсіздік ережесі Орында және қозғалыста орындау жаттығулары. Саптық жаттығулар ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	0411				
26		2	Орында және қозғалыста орындау жаттығулары. Бөрене үстінде теңе теңдік сақтау жаттығулары. ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	8.3.2.1 денені қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну.	1	06				
27		3	Орында және қозғалыста орындау жаттығулары. Өрмелеу. Арқанға жылдам өр-мелеу ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	8.1.2.1 кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	08				
28		4	Акробатикалық жаттығуларды тізбегі: Теңе теңдік және секіру. Қатаркермеде жасалатын жаттығулар	8.1.2.1 кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	11				
29		5	Акробатикалық жаттығуларды тізбегі: Теңе теңдік және секіру. Кіші аттың биіктігі 120 см секіру	8.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1	13				
30		6	Акробатикалық жаттығуларды тізбегі: Теңе теңдік және секіру. Кіші аттың биіктігі 120 см секіру	8.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1	15				
31		7	Снарядтағы гимнастика-лық жаттығулар жиынтығы. Гимнастикалық кермеде жаттығулар жасау	8.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін салыстыра білу	1	18				
32		8	Снарядтағы гимнастика-лық жаттығулар жиынтығы	8.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін	1	20				

			Гимнастикалық кермеде жаттығулар жасау	салыстыра білу							
33		9	Снарядтағы гимнастика-лық жаттығулар жиынтығы. Гимнастикалық сырықта жаттығулар жасау	8.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу	1	22					
34		10	Снарядтағы гимнастика-лық жаттығулар жиынтығы. Гимнастикалық сырықта жаттығулар жасау	8.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу	1	25					
35		11	Снарядтағы гимнастика-лық жаттығулар жиынтығы. Акробатикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды көрсете білу	1	27					
36		12	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығулары. Гимнастика кермеде жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды көрсете білу	1	29					
37		13	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығулары. Акробатикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды көрсете білу	1	02/2					
38		14	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығулары. Гимнастика сырықта жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды көрсете білу	1	09					
39		15	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығулары. Акробатикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды көрсете білу	1	06					
40		16	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығулары. Гимнастика кермеде жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды көрсете білу	1	09					
41	4-бөлім Қазақ халқының дәстүрлі ойындары 8 сағат	17	Қазақтың халық ойындары. Асық ату мен бас тас ойыны	8.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және тәрелік ету ережелерін көрсету және салыстыра білу	1	11					
42		18	Қазақтың халық ойындары. Тоғызқұмалақ ойыны	8.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және тәрелік ету ережелерін көрсету және салыстыра білу	1	13					
43		19	Қазақтың халық ойындары. Тоғызқұмалақ ойыны	8.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	16					
44		20	Қазақтың халық ойындары. Тоғызқұмалақ ойыны	8.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	18					
45		21	Қазақтың халық ойындары. Тоғызқұмалақ ойыны	8.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	20					

депін

46		22	Қазақтың халық ойындары. Асық ату мен бас тас ойыны	8.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін көрсету және салыстыра білу	1	23				
47		23	Қазақтың халық ойындары. Тоғызқұмалақ ойыны	8.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін көрсету және салыстыра білу	1	25				
48		24	Қазақтың халық ойындары. Тоғызқұмалақ ойыны	8.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	22				
3-тоқсан										
30 сағат										
49	5-бөлім Көркем гимнастика, кросс дайындығы.(12 сағат)	1	Қауіпсіздік ережесі Жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық қасиеттерді дамытуОҚН Жұкпалы аурулардың алдын алу	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	10.01.2025				
50		2	Жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық қасиеттерді дамыту.Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтауОҚН Жұкпалы аурулардың алдын алу	8.3.2.1 денені қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну	1	13				
51		3	Жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық қасиеттерді дамыту.Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтауОҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік	8.3.2.1 денені қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну	1	15				
52		4	Арнаулы дамыту жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту.Қыздырыну, қалыпқа желу техникасыОҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік	8.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жеке бастың үлгісімен көрсету	1	17				
53		5	Арнаулы дамыту жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Қыздырыну, қалыпқа желу техникасы	8.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жеке бастың үлгісімен көрсету	1	20				
54		6	Арнаулы дамыту жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Динамикалық жаттығулар арқылы шыдамдылықты анықтау	8.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін салыстыра білу	1	22				
55		7	Өр түрлі кедергілерден жүгіру.Гимнастикалық секіртпемен секіру	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	24				

56		8	Әр түрлі кедергілерден жүгіру. Гимнастикалық секіртпемен секіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	28					
57		9	Әр түрлі кедергілерден жүгіру. 30 м кедергілер арқылы жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	29					
58		10	Әр түрлі кедергілерден жүгіру. 30 м кедергілер арқылы жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	31					
59		11	Әр түрлі кедергілерден жүгіру. 3x10 м жылдамдыққа жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	03.02.25					
60		12	Әр түрлі кедергілерден жүгіру. 3x10 м жылдамдыққа жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	05					
61	6-бөлім. Командалық ойын-белсенді қозғалыстың іс-әрекеті 18 сағат	13	Командалық ойындағы көшбасшылық. Баскетбол. Ойын ережелері	8.3.4.1. денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	07					
62		14	Командалық ойындағы көшбасшылық. Баскетбол. Ойыншылардың алаңдағы қозғалыстары	8.2.2.1. көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу	1	10					
63		15	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Баскетбол. Доппен және допсыз қозғалыстар	8.2.8.1. түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді көрсету және салыстыра білу	1	12					
64		16	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Баскетбол. Допты ойыншыға беру әдісі	8.1.4.1. қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін салыстыра білу	1	14					
65		17	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Баскетбол. Допты торға тастау әдісі	8.1.4.1. қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін салыстыра білу	1	17					
66		18	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Баскетбол. 2-3 ұпайлық тастау әдістері	8.1.4.1. қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін салыстыра білу	1	19					
67		19	Логикалық ойлау қабілетін дамыту ойындары. Баскетбол. Қорғаныста ойлау әдістері	8.2.3.1. қолайлы оқып-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша біріккен, әрі тиімді жұмыс дағдыларын қолдану және көрсете білу	1	21					
68		20	Логикалық ойлау қабілетін дамыту ойындары. Баскетбол. Қорғаныста ойлау әдістері	8.2.3.1. қолайлы оқып-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша біріккен, әрі тиімді жұмыс дағдыларын қолдану және көрсете білу	1	24					
69		21	Логикалық ойлау қабілетін дамыту ойындары. Баскетбол. Қарсыласқа тосқауыл қою әдісі	8.2.3.1. қолайлы оқып-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша біріккен, әрі тиімді жұмыс дағдыларын қолдану және көрсете білу	1	26					

70		22	Логикалық ойлау қабілетін дамыту ойындары. Баскетбол. Шабуылда ойнау әдістері	8.2.5.1. өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	23					
71		23	Логикалық ойлау қабілетін дамыту ойындары. Баскетбол. Шабуылда ойнау әдістері	8.2.5.1. өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	03.03.25					
72		24	Логикалық ойлау қабілетін дамыту ойындары. Баскетбол. Командалық шабуылдағы ойын	8.2.5.1. өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	05					
73		25	Сергектікті, тап-қырлықты және ұқыптылықты дамыту ойындары. Баскетбол. Командалық қорғаныстағы ойын	8.2.1.1. өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді көрсете білу	1	07					
74		26	Сергектікті, тап-қырлықты және ұқыптылықты дамыту ойындары. Баскетбол. Ойын техникасы мен тактикалары	8.2.1.1. өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді көрсете білу	1	10					
75		27	Сергектікті, тап-қырлықты және ұқыптылықты дамыту ойындары. Баскетбол. Ойын техникасы мен тактикалары	8.2.1.1. өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді көрсете білу	1	12					
76		28	Сергектікті, тап-қырлықты және ұқыптылықты дамыту ойындары. Баскетбол. Командалық қозғалыстар	8.2.6.1. жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін көрсету және салыстыра білу	1	14					
77		29	Сергектікті, тап-қырлықты және ұқыптылықты дамыту ойындары. Баскетбол. Екі жақты ойын	8.2.6.1. жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін көрсету және салыстыра білу	1	17					
78		30	Сергектікті, тап-қырлықты және ұқыптылықты дамыту ойындары. Баскетбол. Екі жақты ойын	8.2.6.1. жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін көрсету және салыстыра білу	1	19					
4-тоқсан 23 сағат											
79	7-бөлім Командалық ойынның негізгі дағдысы 12 сағат	1	Қауіпсіздік ережесі. Ойын техникасы. Футбол ойынының ережелері ОҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік	8.3.4.1. денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігі бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	22.04.25					
80		2	Ойын техникасы. Футбол. Алаңдағы қозғалыстар ОҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	8.1.1.1. арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын сарқату	1	04					

81		3	Ойын тактикасы. Футбол. Қакпашының ролі. ӨҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	8.1.2.1 кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсідіру және көрсете білу	1	07				
82		4	Ойын тактикасы. Футбол. Доппен алдап ету тәсілдері ӨҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	8.1.2.1 кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсідіру және көрсете білу	1	09				
83		5	Ойын тактикасы. Футбол. Допты баспен ұру түрлері	8.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және талқылай білу	1	11				
84		6	Ойын тактикасы. Футбол. Допты тартып алу тәсілдері	8.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және талқылай білу	1	14				
85		7	Ойындағы шығармашылық белсенділік. Футбол. Шабуылда ойнау техникасы	8.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1	16				
86		8	Ойындағы шығармашылық белсенділік. Футбол. Допты қақпаға бағыттау	8.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1	18				
87		9	Ойындағы шығармашылық белсенділік. Футбол. Допты бір екпінмен теуіп жарысу	8.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді көрсету және салыстыра білу	1	21				
88		10	Ойындағы шығармашылық белсенділік. Футбол. Айып добын орындау	8.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді көрсету және салыстыра білу	1	23				
89		11	Ойындағы шығармашылық белсенділік. Футбол. Екі жақты ойын	8.1.6.1 қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап қайтара білу дағдыларын жақсарту білу	1	25				
90		12	Ойындағы шығармашылық белсенділік. Футбол. Екі жақты ойын	8.1.6.1 қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап қайтара білу дағдыларын жақсарту білу	1	28				
91	8-бөлім. Жеңіл атлетика дағдысы арқылы денсаулықты нығайту 12 сағат	13	Ойлы-қырлы жерлерден жүгіру. 200 м жүгіру	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігі бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	30				
92		14	Ойлы-қырлы жерлерден жүгіру 400 м жүгіру	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігі бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	02.05				

93		15	Ойлы-қырлы жерлерден жүгіру. Кросс 6 минутқа жүгіру	8.3.4.1. денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігі бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	05				
94		16	Төзімділікті дамыту бағытындағы іс-әрекеттер. Эстафета 4x60 м ойыны	8.2.5.1. өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	07			депсана	
95		17	Төзімділікті дамыту бағытындағы іс-әрекеттер. 1000 м жүгіру	8.2.5.1. өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	09			депсана	
96		18	Төзімділікті дамыту бағытындағы іс-әрекеттер. Ұзақ қашықтыққа жүгіру	8.2.5.1. өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	12				
97		19	Секіру фазаларын қолдану. Бір орыннан ұзындыққа секіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	14				
98		20	Секіру фазаларын қолдану. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру						
99		21	Секіру фазаларын қолдану. Биіктікке секіру әдістері	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	16				
100		22	Лақтырудағы фитнес құрамдастығы. 150 г кіші допты қашықтыққа лақтыру	8.1.3.1. арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	19				
101		23	Лақтырудағы фитнес құрамдастығы. 150 г кіші допты қашықтыққа лақтыру	8.1.3.1. арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	21				
102		24	Лақтырудағы фитнес құрамдастығы. 150 г кіші допты нысанаға лақтыру	8.1.3.1. арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	23				

**ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ПӘНІНЕН ІІСЫНЫПҚА АРНАЛҒАН
КҮНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР**

«Дене шынықтыру» пәні бойынша оқу жүктемесінің көлемі аптасына 3 сағат, оқу жылына 102сағатты құрайды

№ р/с	Ауыспалы тақырыптар	Са бақ №	Сабақтардың тақырыптары	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі				Ескер- тулер
			І-тоқсан 24 сағат							
1	1-бөлім Жеңіл атлетикалық ойындар арқылы қиын қозғалыс дағдылары 12 сағат	1	Қауіпсіздік ережесі. Адамның табиғи қозғалысы- жүгіру (Жүгіру және оның түрлері)	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулықты нығайтуға бағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтар өткізу	1		02.02			
2		2	Қауіпсіздік ережесі. Адамның табиғи қозғалысы- жүгіру (Жүгіру және оның түрлері)	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кен ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау	1		04			
3		3	Секіру және лақтыру: топтық дайындық жоспары (Секіру және оның түрлері)	11.3.3.3. Жеке жаттығу бағдарламасын жобалап енгізу үшін энергетикалық жүйелерді және жаттығудың қарқындылығын қарастыру	1		06			
4		4	Секіру және лақтыру: топтық дайындық жоспары (Секіру және оның түрлері)	11.3.3.3. Жеке жаттығу бағдарламасын жобалап енгізу үшін энергетикалық жүйелерді және жаттығудың қарқындылығын қарастыру	1		09			
5		5	Секіру және лақтыру: топтық дайындық жоспары (Лақтыру және оның түрлері)	11.3.2.2. Жас ерекшеліктерін ескере отырып дене қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларын жобалау, енгізу	1		11			
6		6	Секіру және лақтыру: топтық дайындық жоспары (Лақтыру және оның түрлері)	11.3.2.2. Жас ерекшеліктерін ескере отырып дене қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларын жобалау, енгізу	1		13			
7		7	«Денсаулық күнін» құру және ұйымдастыру (Жарыстың жоспарын дайындау)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1		16			
8		8	«Денсаулық күнін» құру және ұйымдастыру (Жарыстың жоспарын дайындау)	11.3.5.5. Өзгелердің дене белсенділігін тәжірибесін байыту үшін білім мен дағды қолдану	1		18			
9		9	Топтық динамиканы және көшбасшылық түсіну (Лақтыру және оның түрлері)	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кен ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау	1		20			
10		10	Топтық динамиканы және көшбасшылық түсіну	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін,	1		23			

			(Лақтыру және оның түрлері)	бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау						
11		11	Топтық динамиканы және көшбасшылық түсіну (Лақтыру және оның түрлері)	11.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды дамыту жүйелі қозғалыс тіркесінің дағдысын және бірізділігін құру, түрлендіру және бағалау	1	25				
12		12	Топтық динамиканы және көшбасшылық түсіну Секіру және оның түрлері)	11.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды дамыту жүйелі қозғалыс тіркесінің дағдысын және бірізділігін құру, түрлендіру және бағалау	1	27				
13	2-бөлім Эмпирикалық оқу арқылы көшбасшылық қасиеті 12 сағат	13	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	30				
14		14	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	02, 10				
15		15	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	11.1.5.5. Сенімділікпен қабілеттілікті жақсарту мақсатында жаңа тактика, стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	04				
16		16	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындардың терминдері)	11.1.5.5. Сенімділікпен қабілеттілікті жақсарту мақсатында жаңа тактика, стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	07				
17		17	Еркін көшбасшылық рөлі(Спорттық ойындардың терминдері)	11.1.5.5. Сенімділікпен қабілеттілікті жақсарту мақсатында жаңа тактика, стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	09				
18		18	Жоғары көшбасшылық дағды (Спорттық ойындардың терминдері)	11.2.2.2.Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын таңдау және түсіндіру	1	11				
19		19	Жоғары көшбасшылық дағды (Волейбол. Ойын кезіндегі көшбасшының рөлі)	11.2.2.2.Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын таңдау және түсіндіру	1	14				
20		20	Жоғары көшбасшылық дағды (Баскетбол. Ойын кезіндегі көшбасшының рөлі)	11.2.1.1.Қозғалысқа байланысты өзгермелі жағдайларда балама идеяларды құру	1	16				
21		21	Жоғары көшбасшылық дағды (Волейбол. Ойын кезіндегі көшбасшының рөлі)	11.2.1.1.Қозғалысқа байланысты өзгермелі жағдайларда балама идеяларды құру	1	18				
22		22	Жоғары көшбасшылық дағды (Футбол. Ойын кезіндегі көшбасшының рөлі)	11.2.1.1.Қозғалысқа байланысты өзгермелі жағдайларда балама идеяларды құру	1	21				
23		23	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын	1	23				

			ережелері)	қолдану және құру							
24		24	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	25					
2-тоқсан 24 сағат											
25	3-бөлім Гимнастика арқылы танымдық дағдыны құрастыру 16 сағат	1	Қауіпсіздік ережесі. Акробатикалық еркін жаттығулар элементінің жиынтығы	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулығын нығайтуға бағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтар өткізу	1	24.11					
26		2	Акробатикалық еркін жаттығулар элементінің жиынтығы (Саптық жаттығулар жиынтығы)	11.3.2.2. Жас ерекшеліктерін ескере отырып дене қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларын жобалау, енгізу	1	06					
27		3	Акробатикалық еркін жаттығулар элементінің жиынтығы (Саптық жаттығулар жасау және жетілдіру)	11.1.4.4. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	08					
28		4	Акробатикалық еркін жаттығулар элементінің жиынтығы (Гимнастикалық құрылымдардың түрлері және жаттығу жасау әдісі)	11.1.5.5. Сенімділікпен қабілеттілікті жақсарту мақсатында жаңа тактика, стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	11					
29		5	Гимнастикалық снаряд-тардағы жаттығулар жиынтығы (Гимнастикалық құралдар жиынтығы)	11.1.5.5. Сенімділікпен қабілеттілікті жақсарту мақсатында жаңа тактика, стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	13					
30		6	Гимнастикалық снаряд-тардағы жаттығулар жиынтығы (Гимнастикалық құрал- дармен жұмыс жасау)	11.1.4.4. Сапалы орындауды жақсарту үшін жаңа қозғалыс қабілеттерін дамыту	1	15					
31		7	Гимнастикалық снаряд-тардағы жаттығулар жиынтығы (Гимнастикалық құралдармен жарыстар)	11.1.5.5. Сенімділікпен қабілеттілікті жақсарту мақсатында жаңа тактика, стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	18					
32		8	Гимнастикалық снаряд-тардағы жаттығулар жиынтығы (Гимнастикалық құрал- жабдықтармен жаттығулар жасау)	11.1.4.4. Сапалы орындауды жақсарту үшін жаңа қозғалыс қабілеттерін дамыту	1	20					

33		9	Топта талдау жасау мен қатысу және құру процесі (Баскетбол жарыстарын талдау)	11.2.5.5.Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	22				
34		10	Топта талдау жасау мен қатысу және құру процесі (Футбол жарыстарын талдау)	11.2.5.5.Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	25				
35		11	Топта талдау жасау мен қатысу және құру процесі (Асық ату жарыстарын талдау)	11.2.5.5.Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	27				
36		12	Топта талдау жасау мен қатысу және құру процесі (Баскетбол жарыстарын талдау)	11.2.5.5.Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	29				
37		13	Топта талдау жасау мен қатысу және құру процесі (Футбол жарыстарын талдау)	11.2.5.5.Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	02/2				
38		14	Топта талдау жасау мен қатысу және құру процесі (Асық ату жарыстарын талдау)	11.2.5.5.Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	04				
39		15	Топта талдау жасау мен қатысу және құру процесі (Футбол жарыстарын талдау)	11.2.5.5.Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	06				
40		16	Топта талдау жасау мен қатысу және құру процесі (Асық ату жарыстарын талдау)	11.2.5.5.Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	09				
41	4-бөлім Ұлттық ойындағы шығармашылық әлеует 8 сағат	17	Қазақ дәстүрлі ойын-дарындағы стратегия мен тактика (Асық ату және бестас ойыны)	11.3.5.5.Өзгелердің дене белсенділігі тәжірибесін байыту үшін білім мен дағдыны қолдану	1	11				
42		18	Қазақ дәстүрлі ойын-дарындағы стратегия мен тактика (Асық ату және бестас ойыны)	11.3.5.5.Өзгелердің дене белсенділігі тәжірибесін байыту үшін білім мен дағдыны қолдану	1	13				
43		19	Ұлттық ойындардан жарыс ұйымдастыру және өткізу (Асық ату және бестас ойыны)	11.2.5.5.Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау	1	16				деме
44		20	Ұлттық ойындардан жарыс ұйымдастыру және өткізу (Асық ату және бестас ойыны)	11.2.5.5.Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау	1	18				
45		21	Ұлттық ойындардан жарыс ұйымдастыру және өткізу (Асық ату және бестас ойыны)	11.2.5.5.Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау	1	20				

			ойыны)							
46		22	Ұлттық ойындардан жарыс ұйымдастыру және өткізу (Асық ату және бестас ойыны)	11.2.6.6.Жарыс іс-шараларының шарттары және төреші ережесін талдау және бағалау	1	23				
47		23	Ұлттық ойындардан жарыс ұйымдастыру және өткізу (Тоғызқұмалақ ойынын өткізу)	11.2.6.6.Жарыс іс-шараларының шарттары және төреші ережесін талдау және бағалау	1	25				
48		24	Ұлттық ойындардан жарыс ұйымдастыру және өткізу (Асық ату және бестас ойынын өткізу)	11.2.6.6.Жарыс іс-шараларының шарттары және төреші ережесін талдау және бағалау	1	27				
3-тоқсан 30 сағат										
49	2-бөлім Эмпирикалық оқу арқылы көшбасшылық қасиеті 12 сағат	1	Топтық динамиканы және көшбасшылық түсіну (Лақтыру және оның түрлері)	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау	1	10.01.2025				
50		2	Топтық динамиканы және көшбасшылық түсіну (Секіру және оның түрлері)	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау	1	13				
51		3	Топтық динамиканы және көшбасшылық түсіну (Секіру және оның түрлері)	11.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды дамыту жүйелі қозғалыс тіркесімін дағдысын және бірізділігін құру, түрлендіру және бағалау	1	15				
52		4	Топтық динамиканы және көшбасшылық түсіну (Секіру және оның түрлері)	11.2.4.4. Дене жаттығуларының сапасын жақсарту мақсатында баламалы ережелер мен құрылымдық әдістерін бағалау және түсіндіру	1	17				
53		5	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	20				
54		6	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	21				
55		7	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	11.1.5.5. Сенімділікпен қабілеттілікті жақсарту мақсатында жаңа тактика, стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	24				
56		8	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындардың терминдері)	11.1.5.5. Сенімділікпен қабілеттілікті жақсарту мақсатында жаңа тактика, стратегия және	1	27				

				құрылымдық идеяларды жобалау								
57		9	Жоғары көшбасшылық дағды (Спорттық ойындардың терминдері)	11.2.2.2. Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын таңдау және түсіндіру	1	29						
58		10	Жоғары көшбасшылық дағды (Волейбол. Ойын кезіндегі көшбасшының ролі)	11.2.2.2. Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын таңдау және түсіндіру	1	31						
59		11	Жоғары көшбасшылық дағды (Баскетбол. Ойын кезіндегі көшбасшының ролі)	11.2.1.1. Қозғалысқа байланысты өзгермелі жағдайларда балама идеяларды құру	1	03.02.25						
60		12	Жоғары көшбасшылық дағды (Футбол. Ойын кезіндегі көшбасшының ролі)	11.2.1.1. Қозғалысқа байланысты өзгермелі жағдайларда балама идеяларды құру	1	05						
61	6-бөлім Ойын-сауық ойындары арқылы ынтымақтастық және коммуникативтік орта 18 сағат	13	Шытырман ойындар ақылы коммуникативтік дағдылар (Волейбол. Ойын ережелері)	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулығын нығайтуға бағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтар өткізу	1	07						
62		14	Шытырман ойындар ақылы коммуникативтік дағдылар (Волейбол. Алаңдағы қозғалыстар, орын ауысулар)	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулығын нығайтуға бағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтар өткізу	1	10						
63		15	Шытырман ойындар ақылы коммуникативтік дағдылар (Волейбол. Допты ойынға бір шетінен, астынан қосу)	11.2.2.2. Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын таңдау және түсіндіру	1	12						
64		16	Шытырман ойындар ақылы коммуникативтік дағдылар (Волейбол. Допты ойынға жоғарыдан қосу)	11.2.2.2. Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын таңдау және түсіндіру	1	14						
65		17	Ойын- сауық ойындары-ның мәселесін шешу дағдысы (Волейбол. Допты қабылдау әдістері)	11.2.8.8. Рөлдерді орындауда туындаған әртүрлі қозғалыс контекстінде жеке қабілеттілікті анықтау	1	17						
66		18	Ойын- сауық ойындары-ның мәселесін шешу дағдысы (Волейбол. Допты құлай қабылдау әдістері)	11.2.8.8. Рөлдерді орындауда туындаған әртүрлі қозғалыс контекстінде жеке қабілеттілікті анықтау	1	19						
67		19	Ойын- сауық ойындары-ның мәселесін шешу	11.2.8.8. Рөлдерді орындауда туындаған әртүрлі қозғалыс контекстінде жеке қабілеттілікті анықтау	1	21						

[illegible]

79	7-бөлім Спорт ойындарының тактикалық дағдылары 12 сағат	1	Қауіпсіздік ережесі. Ойыншының тактикалық әрекеті	11.3.4.4.Өзгелердің денсаулығын нығайтуға бағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтар өткізу	1	02.04.2025					
80		2	Ойыншының тактикалық әрекеті (Спорттық ойындар кезіндегі тактикалық жүріс)	11.3.4.4.Өзгелердің денсаулығын нығайтуға бағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтар өткізу	1	04					
81		3	Ойыншының тактикалық әрекеті (Футбол ойыны кезіндегі тактикалық жүріс)	11.3.4.4.Өзгелердің денсаулығын нығайтуға бағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтар өткізу	1	07					
82		4	Ойыншының тактикалық әрекеті (Баскетбол ойыны кезіндегі тактикалық жүріс)	11.1.1.1.Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау	1	09					
83		5	Ойыншының тактикалық әрекеті (Волейбол ойыны кезіндегі тактикалық жүріс)	11.1.1.1.Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау	1	11					
84		6	Ойын процесіндегі шығармашылық әлеуметтілік (Асық ату және бестас ойыны кезіндегі тактикалық әдістер)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	14					
85		7	Ойын процесіндегі шығармашылық әлеуметтілік (Асық ату және бестас ойыны кезіндегі тактикалық әдістер)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	16					
86		8	Ойын процесіндегі шығармашылық әлеуметтілік (Тоғызқұмалақ ойыны кезіндегі тактикалық әдістер)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	18					
87		9	Ойын процесіндегі шығармашылық әлеуметтілік (Тоғызқұмалақ ойыны кезіндегі тактикалық әдістер)	11.2.4.4.Дене жаттығуларының сапасын жақсарту баламалы ережелер мен құрылымдық әдістерін бағалау және түсіндіру	1	21					
88		10	Ойын процесіндегі шығармашылық әлеуметтілік (Волейбол жарысын ұйымдастыру)	11.2.4.4.Дене жаттығуларының сапасын жақсарту баламалы ережелер мен құрылымдық әдістерін бағалау және түсіндіру	1	23					
89		11	Ойын жарыстарын ұйымдастырып өткізу (Футбол жарысын ұйымдастыру)	11.1.5.5.Сенімділікпен қабілеттілікті жақсарту мақсатында жаңа тактика, стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	25					

90		12	Ойын жарыстарын ұйымдастырып өткізу (Баскетбол жарысын ұйымдастыру)	11.2.8.8. Рөлдерді орындауда туындаған әртүрлі қозғалыс контекстінде жеке кабинеттілікті анықтау	1	18				
91	8-бөлім Денсаулық және Фитнес 12 сағат	13	Денсаулық. Дене белсенділік жаттығулары (Жүгіру және оның түрлері)	11.3.3.3. Жеке жаттығу бағдарламасын жобалап енгізу үшін жаттығудың энергетикалық жүйесін және қарқындылығын қарастыру	1	30				
92		14	Денсаулық. Дене белсенділік жаттығулары (Жүгіру және оның түрлері)	11.3.3.3. Жеке жаттығу бағдарламасын жобалап енгізу үшін жаттығудың энергетикалық жүйесін және қарқындылығын қарастыру	1	02.05				
93		15	Денсаулық. Дене белсенділік жаттығулары (Жүгіру және оның түрлері)	11.3.3.3. Жеке жаттығу бағдарламасын жобалап енгізу үшін жаттығудың энергетикалық жүйесін және қарқындылығын қарастыру	1	05				
94		16	Денсаулық. Дене белсенділік жаттығулары (Секіру және оның түрлері)	11.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды дамытуда жүйелі қозғалыс тіркесінің дағдысын құру, түрлендіру және бағалау	1	08				демонс
95		17	Денсаулық. Дене белсенділік жаттығулары (Секіру және оның түрлері)	11.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды дамытуда жүйелі қозғалыс тіркесінің дағдысын құру, түрлендіру және бағалау	1	09				демонс
96		18	Денсаулықты нығайту үшін фитнес жиынтығы (Секіру және оның түрлері)	11.2.5.5. Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау						
97		19	Денсаулықты нығайту үшін фитнес жиынтығы (Лактыру және оның түрлері)	11.2.5.5. Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	12				
98		20	Денсаулықты нығайту үшін фитнес жиынтығы (Лактыру және оның түрлері)	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулығын нығайтуға бағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтар өткізу	1	14				
99		21	Денсаулықты нығайту үшін фитнес жиынтығы (Лактыру және оның түрлері)	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулығын нығайтуға бағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтар өткізу	1	16				
100		22	«Денсаулық күні» іс-шараларын өткізу (Эстафетадан жарыс ұйымдастыру)	11.3.1.1. «Денсаулық» деген кең ауқымды ұғымға өз кезқарасын бағалау және тиісті таңдау жасау	1	19				
101		23	«Денсаулық күні» іс-шараларын өткізу (Секіруден жарыс ұйымдастыру)	11.3.1.1. «Денсаулық» деген кең ауқымды ұғымға өз кезқарасын бағалау және тиісті таңдау жасау	1	21				
102		24	«Денсаулық күні» іс-шараларын өткізу (Лактырудан жарыс ұйымдастыру)	11.3.1.1. «Денсаулық» деген кең ауқымды ұғымға өз кезқарасын бағалау және тиісті таңдау жасау	1	23				