БЕКІТЕМІН:
«№2 Жалпы білім беретін мектеп» КММ директоры
_____ М.К.Ташов
«01» 09 2022 ж

КЕЛІСЕМІН:
Оқу ісінің меңгерушісі
_____ Б.О.Боранғали
«31» 08 2022 ж

Ә.Б отырысында каралды
Әдістеме бірлестік жетекші
_____ Қ.С.Турлиев
«27» 08 2022 ж

Дене шынықтыру пәнінен 11-сыныптарға арналған күнтізбелік-тақырыптық жоспар (ҰЗАҚ МЕРЗІМДІ)

Мұнайлы ауданы
№2 жалпы білім беру орта мектеп

Сынып: 11 а,г,б

Дене тәрбиесі пәні мұғалімі : Бауыржан Бурабаев

2022-2023 оқу жылы

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ПӘНІНЕН 11 СЫНЫПҚА АРНАЛҒАН

КҮНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР

№	Ауыспалы тақырыптар	Сабақтардың тақырыбы	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі			Ескерту
		I тоқсан 17 - сағат			11 а	11 ə	11 б	
1	1-бөлім ЖЕҢІЛ АТЛЕТИКАЛЫҚ ОЙЫНДАР АРҚЫЛЫ ҚИЫН ҚОЗҒАЛЫС ДАҒДЫЛАРЫ	Қауіпсіздік ережесі. Адамның табиғи қозғалысы-жүгіру	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулықты нығайтуға бағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтар өткізу	1	01.09	06.09	01.09	
2		Жеңіл атлетика Адамның табиғи қозғалысы-жүгіру	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау	1	07.09	07.09	02.09	
3		«Денсаулық күнін» құру және ұйымдастыру	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	08.09	13.09	08.09	
4		«Денсаулық күнін» құру және ұйымдастыру	11.3.5.5. Өзгелердің дене белсенділігінің тәжірибесін байыту үшін білім мен дағдыны қолдану	1	14.09	14.09	09.09	
5		Секіру және лақтыру: топтық дайындық жоспары	11.3.3.3. Жеке жаттығу бағдарламасын жобалап енгізу үшін энергетикалық жүйелерді және жаттығудың қарқындылығын қарастыру	1	15.09	20.09	15.09	
6		Секіру және лақтыру: топтық дайындық жоспары	11.3.3.3. Жеке жаттығу бағдарламасын жобалап енгізу үшін энергетикалық жүйелерді және жаттығудың қарқындылығын қарастыру	1	21.09	21.09	16.09	
7		Секіру және лақтыру: топтық дайындық жоспары	11.3.2.2. Жас ерекшеліктерін ескере отырып дене қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларын жобалау, енгізу	1	22.09	27.09	22.09	
8		Секіру және лақтыру: топтық дайындық жоспары	11.3.2.2. Жас ерекшеліктерін ескере отырып дене қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларын жобалау, енгізу	1	28.09	28.09	23.09	
9		Кросс Адамның табиғи қозғалысы-жүгіру	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау	1	29.09	04.10	29.09	
10		Адамның табиғи қозғалысы-жүгіру	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау	1	05.10	05.10	30.09	
11		Адамның табиғи қозғалысы-жүгіру	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау	1	06.10	11.10	06.10	
12		Адамның табиғи қозғалысы-жүгіру	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау	1	12.10	12.10	07.10	
13	2-бөлім.	Футбол	11.1.3.3Арнайыспорттық техникаларды дамытуда жүйелі	1	13.10	18.10	13.10	

	...АЛЫ ...ҚУ АРҚЫЛЫ КӨШБАСШЫЛЫҚ ҚАСИЕТІ	Топтық динамиканы және көшбасшылық түсіну	қозғалыс тіркесінің дағдысынжәне біріздiлігін құру, түрлендіру және бағалау.					
		Топтық динамиканы және көшбасшылық түсіну	11.2.4.4. Дене жаттығуларының сапасын жақсарту мақсатында баламалы ережелер мен құрылымдық әдістерін бағалаужәнетүсіндіру	1	19.10	19.10	14.10	
15		Еркінкөшбасшылықролі	11.1.2.2.Түрлідене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пеншығармашылық комбинациясынқолданужәнеқұру.	1	20.10	25.10	20.10	
16		Жоғарғыкөшбасшылықдағды	11.2.2.2.Бірлескенжұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалыккөшбасшылық дағдысынтаңдаужәнетүсіндіру.	1	26.10	26.10	21.10	
17		Жоғарғыкөшбасшылықдағды	11.2.1.1.Қозғалыскабайланысты өзгермелiжағдайларда балама идеяларды құру.	1	27.10	26.10	27.10	

II тоқсан 16– сағат

18	Спортойындарынынтактикалықдағдылары.	Қауіпсіздік ережесі. **Футбол.** Ойыншының тактикалықіс-әрекеті.	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулығын нығайтуғабағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсізсабақтарөткізу.	1	09.11	08.11	10.11	
19		Допты бақылау және қозғалу бағытын өзгерту	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау	1	10.11	09.11	10.11	
20		Ойынпроцесіндегішығармашылықәлуеттілік	11.2.4.4. Дене жаттығуының сапасын жақсарту мақсатында баламалы ережелер мен құрылымдық әдістерінбағалау жәнетүсіндіру	1	16.11	15.11	11.11	
21		**Волейбол.** Ойыншының тактикалық іс-әрекеті.	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пеншығармашылыккомбинациясын қолдану және құру	1	17.11	16.11	17.11	
22		Ойынжарыстарынұйымдастыру петкізу	11.1.5.5.Сенімділікпенқабілеттілікті жақсартумақсатындажаңатактика,стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	23.11	22.11	18.11	
23		Командалық айла тәсілдермен допты шабуылдап соғу әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	11.3.1.1. Денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну. Спорттық ойын ережелерін және әдіс-тәсілдерін меңгеру	1	25.11	23.11	24.11	
24		Шабуылдап соғуға ыңғайсыз келген допты бос алаңға алдап тастау әдістері	11.2.1.1. Өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну. Спорттық ойын ережелерін және әдіс-тәсілдерін меңгеру	1	30.11	29.11	25.11	
25		**Баскетбол** Ойыншының тактикалық іс-әрекеті.	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулығын нығайтуғабағытталгандене белсенділігі көмегімен қауіпсізсабақтарөткізу.	1	02.12	30.11	01.12	
26		Допты ойыншыға беру әдісіОйыншының тактикалық	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылаудыжәне	1	07.12	06.12	02.12	

		іс- әрекеті.	икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау					
		Баскетбол. 2-3 ұпайлық тастау әдістеріОйын жарыстарын ұйымдастырыпөткізу	11.1.5.5.Сенімділікпен қабілеттілікті жақсарту мақсатындажанатактика,стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау		09.12	07.12	08.12	
28		Ойынжарыстарынұйымдастыры пөткізу	11.2.8.8.Рөлдерді орындауда туындағанәртүрлі қозғалысконтексіндежеке қабілеттілікті анықтау	1	14.12	13.12	09.12	
29		Ойынжарыстарынұйымдастыры пөткізу	11.1.6.6.Қиындықты жеңудегі және қозғалыс дағдыларында болатын жаңа стратегиялық дағдыларды бағалау менсалыстыру	1	21.12	14.12	15.12	
30		**Қол добы** Ойыншының тактикалық іс-әрекеті.	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулығын нығайтуға бағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсізсабақтарөткізу.	1	23.12	20.12	22.12	
31		Ойынжарыстарынұйымдастыры пөткізу	11.2.8.8.Рөлдерді орындауда туындағанәртүрлі қозғалысконтексіндежеке қабілеттілікті анықтау	1	28.12	21.12	23.12	
32		Ойынжарыстарынұйымдастыры пөткізу	11.1.6.6.Қиындықты жеңудегі және қозғалыс дағдыларында болатын жаңа стратегиялық дағдыларды бағалау менсалыстыру	1	30.12	27.12	29.12	
33		Ойынжарыстарынұйымдастыры пөткізу	11.1.6.6.Қиындықты жеңудегі және қозғалыс дағдыларында болатын жаңа стратегиялық дағдыларды бағалау менсалыстыру	1	30.12	28.12	30.12	
			III тоқсан 20 - сағат					
34	3-бөлім Гимнастика арқылытанымды қ дағдынықұрасты ру	**Гимнастика** Қауіпсіздік ережесі. Акробатикалық еркін жаттығулар элементінің жиынтығы	11.3.2.2.Жасерекшеліктерінескере отырып дене қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларын жобалау, енгізу.	1	11.01	10.01	12.01	
35		Гимнастикалықснарядтардағыж аттығуларжиынтығы.	11.1.5.5. Сенімділікпенқабілеттіліктіжақсартумақсатындажаңатактика, стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	13.01	11.01	13.01	
36		Гимнастикалықснарядтардағыж аттығуларжиынтығы.	1.1.4.4. Сапалы орындауды жақсартуүшінжаңақозғалыс кабілеттерін дамыту	1	17.01	17.01	19.01	
37		Топта талдау жасау мен.қатысу және құру поцесі	11.2.2.2.Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзініңжәне өзгенің командалыққөшбасшылық дағдысын таңдау жәнетүсіндіру	1	18.01	18.01	20.01	
38		Топта талдау жасау мен.қатысу және құру поцесі	11.2.5.5.Өзінің жәнеөзгеніңшығармашылыққабілетінбіріктір у нәтижелерінбағалау		24.01	24.01	26.01	
39	4-бөлім Ұлттықойындар ышығармашыл ықәлеует	**Қазақдәстүрліойындарындағы стратегия ментактика**	11.2.7.7.Бәсекелестіккезіндегі патриотизм,тәртіп,ынтымақтастық Жәнеәділойындыбақылажәне талқылау	1	25.01	25.01	27.01	
40		Қазақдәстүрліойындарындағы стратегия ментактика	11.2.3.3. Қолайлы оқу ортасын құру максатында басқалармен тиімді жұмысдағдысын анықтау.	1	31.01	31.01	02.02	

		Ұлттық ойындардан жарыс ұйымдастыру және өткізу	11.3.5.5. Өзгелердің дене белсенділігі тәжірибесін байытуүшін біліммендағдыны қолдану.	1	03.02	01.02	03.02	
		Ұлттық ойындардан жарыс ұйымдастыру және өткізу	11.2.6.6.Жарыс іс-шараларының шарттары және төреші ережесінталдаужәне бағалау.	1	07.02	07.02	09.02	
43	5-бөлімОйын-сауықойындарыаркылыынтымақтастықжәнекоммуникативтіорта	**Футбол** Ұшып және сырғып келе жатқан допты қабылдау	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулығын нығайтуғабағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсізсабақтарөткізу	1	10.02	08.02	10.02	
44		Шытырманойындаракылыкоммуникативтідағдылар	11.2.2.2.Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалыққешбасшылықдағдысын таңдау және түсіндіру.	1	14.02	14.02	16.02	
45		Ойын-сауықойындарынынмәселесін	11.2.8.8.Рөлдерді орындауда туындағанәртүрлі қозғалысконтексіндежеке қабілеттіліктіанықтау.	1	17.02	15.02	17.02	
46		Позициялық ойын Ойын-сауық ойындарының мәселесін	11.1.4.4.Сапалыорындауды жақсарту үшін жаңа қозғалыс қабілеттерін дамыту.	1	21.02	21.02	23.02	
47		**Волейбол** Тосқауыл қойған ойыншының орнын жабу әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	11.2.8.8. Түрлі қимыл-қозғалыстарға негізделген рөлдерді анықтай білу	1	24.02	22.02	24.02	
48	6-бөлім Спортойындарынынтактикалық дағдылары	Командалық оқытуда озық тәжірибе түрлері	11.2.5.5.Өзініңжәнеөзгенің шығармашылыққабілетінбіріктіру нәтижелерінбағалау	1	28.02	28.02	02.03	
49		Командалық оқытуда озық тәжірибе түрлері	11.2.6.6.Жарыс іс-шараларыныңшарттары және төреші ережесін талдау және бағалау	1	03.03	01.03	03.03	
50		Шабуылдап соққан допқа қарсы секіріп қолмен тосқауыл қою әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	11.3.3.3. Түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	07.03	07.03	09.03	
51		**Баскетбол** Ойынпроцесіндегішығармашылықәлуеттілік	11.1.2.2. Түрліденежаттығуларындажүйеліқозғалыс пен шығармашылыккомбинациясынқолданужәнеқұру	1	10.03	14.03	10.03	
52		Ойынпроцесіндегішығармашылықәлуеттілік	11.2.4.4.Дене жаттығуының сапасын жақсарту мақсатында баламалы ережелер мен құрылымдық әдістерінбағалау және түсіндіру	1	14.03	15.03	16.03	
53		Ойынжарыстарыныұйымдастыры пөткізу	11.1.5.5. Сенімділікпенқабілеттіліктіжақсартумақсатындажаңатактика,стратегия жәнеқұрылымдықидеялардыжобалау	1	17.03	15.03	17.03	
		IV тоқсан 19 - сағат						
54	7-бөлім	Қауіпсіздік ережесі. **Жеңіл атлетика** Дене белсенділік жаттығулары	11.3.3.3. Жеке жаттығу бағдарламасынжобалапенгізуүшінжаттығудыңэнергетикалық жүйесінжәнеқарқындылығын қарастыру.	1	28.03	28.03	30.03	
55		Дене белсенділік жаттығулары	11.1.3.3.Арнайыспорттықтехникаларды	1	31.03	29.03	31.03	

	...ақ ...е финтес		дамытудажүйелікозғалыстіркесініңдағдысынқұру,тү рлендіру және бағалау					
		Денсаулықты нығайту үшін фитнес жиындығы	11.2.5.5.Өзініңжәнеөзгеніңшығармашылыққабілетінбіріктіру нәтижелерін бағалау	1	04.04	04.04	06.04	
57		Денсаулықты нығайту үшін фитнес жиындығы	11.3.4.4.Өзгелердіңденсаулығыннығайтуғабағытталған денебелсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтареткізу	1	07.04	05.04	07.04	
58		Денсаулықты нығайту үшін фитнес жиындығы	11.2.5.5.Өзінің жәнеөзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	11.04	11.04	13.04	
59		Денсаулықты нығайту үшін фитнес жиындығы	11.3.4.4.Өзгелердіңденсаулығын нығайтуғабағытталған денебелсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтар өткізу	1	14.04	12.04	14.04	
60		**Кросс** Жеңіл атлетика және фитнес.	11.3.3.3. Ағзаға тиімді қыска және ұзақ мерзімді қарқындылығы бар жаттығуларды талқылау	1	18.04	18.04	20.04	
61		Жеңіл атлетика және фитнес.	11.3.1.1. Салауатты өмір салты мен дене белсенділігіне деген өз көзкарасын түсіндіру және нақтылау	1	21.04	19.04	21.04	
62		Жеңіл атлетика және фитнес.	11.3.3.3. Ағзаға тиімді қыска және ұзақ мерзімді қарқындылығы бар жаттығуларды талқылау	1	25.04	25.04	27.04	
63		Жеңіл атлетика және фитнес.	11.3.1.1. Салауатты өмір салты мен дене белсенділігіне деген өз көзкарасын түсіндіру және нақтылау	1	28.04	26.04	28.04	
64	Спортойындары нынтактикалықд ағдылары	**Футбол.** Пас беру және допты қабылдап,ойыншыдан кету	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі козғалыс пеншығармашылыккомбинациясын қолдану және құру	1	02.05	02.05	04.05	
65		Беру-қабылдапу ойыншыдан кету аяктау	11.2.4.4. Дене жаттығуының сапасын жақсарту мақсатында баламалы ережелер мен құрылымдық әдістерінбағалау және түсіндіру	1	05.05	09.05	05.05	
66		**Волейбол** Төрешілер кимыл-белгілері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	11.1.3.3. Қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	09.05	16.05	11.05	
67		Волейбол ойыны: Либеронын ойын әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	11.1.3.3. Қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	12.05	17.05	12.05	
68		Баскетбол Қорғаныста ойнау әдістер	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы кимыл-козғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды	1	16.05	23.05	18.05	
69		Шабуылда ойнау әдістер	және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау	1	19.05	24.05	19.05	
70		Тосқауыл қою	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы кимыл-козғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды	1	23.05	30.05	25.05	
71		Футбол. Дриблинг және қақпаға соққы жасау	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулығын нығайтуғабағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсізсабақтареткізу	1	26.05	31.05	26.05	
72		Волейбол ойыны: Қыска көтерілген допты шабуылдап соғу әдістері (3-аймақтан шабуыл жасау)	11.2.2.2. Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну. Спорттық ойын ережелерін және әдіс-тәсілдерін меңгеру	1	30.05	31.05	26.05	

		Орта және алыс қашықтық техникасын үйрету	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу;	1	06.10						
12		Орта және алыс қашықтық техникасын үйрету	5.3.2.1 қыздырыну және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	1	12.10						
13	2-бөлім. Спорт ойындары арқылы командалық бірлесу әрекеттері	**Футбол** Футбол ойынының қауіпсіздік ережесі, пайда болуы және даму тарихы.**ӨҚН Салауаттыөмірсалтыәдеттері туралытүсінік.**	5.1.1.1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну;	1	13.10						
14		Ойынның қабылдау техникасын үйрету	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау;	1	19.10						
15		Ойынның қабылдау техникасын үйрету	5.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді онтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді білу және түсіну	1	20.10						
16		Негізгі қабылдау тактикасын үйрету.	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау;	1	26.10						
17		Негізгі қабылдау тактикасын үйрету.**ӨҚН Салауаттыөмірсалтыәдеттері туралытүсінік**	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	27.10						
II тоқсан 16 – сағат											
18	3-бөлім Спорт ойындары арқылы командалық бірлесу әрекеттері	Қауіпсіздік ережесі. **Футбол.** Допты бақылау және қозғалыс бағытын өзгерту.	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау;	1	09.11						
19		Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну;	1	10.11						
20		Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру **ӨҚН Әсері мықты улы заттардан уланғанда көрсетілетін алғашқы медициналық көмек көрсету.**	5.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну	1	16.11						
21		**Волейбол.** Волейбол ойынының қауіпсіздік ережесі.	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау;	1	17.11						
22		Допты жоғарыдан және төменнен қабылдау.	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша	1	23.11						

БЕКІТЕМІН:
«№2 Жалпы білім беретін мектеп» КММ директоры
_____ М.К.Ташов
«01» 09 2022 ж

КЕЛІСЕМІН:
Оқу ісінің меңгерушісі
_____ Б.О.Борангали
«31» 08 2022 ж

Ә.Б отырысында қаралды
Әдістеме бірлестік жетекші
_____ Қ.С.Турлиев
«27» 08 2022 ж

Дене шынықтыру пәнінен
5-сыныптарға арналған
күнтізбелік-тақырыптық жоспар
(ҰЗАҚ МЕРЗІМДІ)

Мұнайлы ауданы
№2 жалпы білім беру орта мектеп

Сынып: 5 ше

Дене тәрбиесі пәні мұғалімі : Бауыржан Бурыбаев

2022-2023 оқу жылы

			хабардар болу;								
		Допты ойынға қосу әдісі.	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу;	1	24.11						
24		Үшке ойнау дағдысын үйрену. **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну.	1	30.11						
25		**Баскетбол** Баскетбол ойынының қауіпсіздік ережесі.	5.1.1.1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну;	1	01.12						
26		Алаңда қозғалу техникасы **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау;	1	07.12						
27		Ойыннынқабылдаутехникасын үйрету	5.1.1.1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну;	1	08.12						
28		Ойынның қабылдау техникасын үйрету	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау;	1	14.12						
29		Ойынның қабылдау техникасын үйрету	5.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді онтайландыру және балама түрлерін құруға кажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді білу және түсіну	1	15.12						
30		**Қол добы** Қол добы қауіпсіздік ережесі.	5.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді онтайландыру және балама түрлерін құруға кажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді білу және түсіну.	1	21.12						
31		Допты алып жүру және пас беру әдісін үйрену	5.1.2.2. Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	22.12						
32		Командалық және тактикалық іс әрекеттер	5.1.5.5. Аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	28.12						
33		Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру.	5.2.2.2. Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну		29.12						
III тоқсан 20 - сағат											
34	4 -бөлім Гимнастика арқылы когнитивті және денені	**Гимнастика** Қауіпсіздік ережелері	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу;	1	11.01						
35		Алға және артқа домалау	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	12.01						
36		Жауырынға тұру **ӨҚН Салауатты өмір салты**	5.3.2.1 қыздырыну және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы	1	17.01						

	кару дағдылары	әдеттері туралы түсінік.	негізгі компоненттерді білу және түсіну.								
37		Акробатикалықжаттығуларорындау	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	20.01						
38		Акробатикалықжаттығуларорындау	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау		24.01						
39	5-бөлім. Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары	Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары.Тоғызқұмалақ.	5.2.7.7. Жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыкка жататын мінез-құлық көрсету және түсіндіру.	1	27.01						
40		Тоғызқұмалақ	5.3.5.5. Баска адамдардын дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	1	31.01						
41		Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық кабілеттерін білу және түсіну, оны шешудің карапайым балама жолдарын ұсыну	1	03.02						
42		Шахмат ойыны. **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік**	5.2.3.3. Қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау	1	07.02						
43	6-бөлім Спорт ойындары арқылы командалық бірлесу әрекеттері	**Футбол** Футболдын дене және техникалық арнайы жаттығулары.	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау;	1	10.02						
44		Допты аяқтың ішкі қырымен және үстімен тебу тәсілдері.	5.1.3.1 карапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау;	1	14.02						
45		Қақпашы ойыны және іс әрекеті	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу;	1	17.02						
46		Дриблинг және қақпаға соккы бағыттау. **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу;	1	21.02						
47		**Волейбол** Допты ойынға қосу әдісі	5.1.3.1 карапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау;	1	24.02						
48		Допты жоғарыдан қабылдау	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу;	1	28.02						
49		Допты төменнен қабылдау	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу;	1	03.03						

		Үшке ойнау дағдысын үйрену	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну.	1	07.03						
		Баскетбол Допты алып жүру әдісін үйрену	5.1.1.1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну;	1	10.03						
52		Аланда қозғалу техникасы. **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау;	1	14.03						
53		Айып добын орындау	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу;	1	17.03						
IV тоқсан 19 - сағат											
54	7-бөлім. Жүгіру, секіру және лақтыру дағдыларын дамыту және жақсарту	Қауіпсіздік ережесі. **Жеңіл атлетика** Ұзындыққа секіру. Секіруге арналған арнайы жаттығулар.	5.3.4.4 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу.	1	28.03						
55		150гр кіші допты алыска лақтыру әдісі	5.3.3.3 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу;	1	31.03						
56		Жүгіру және оның түрлері. Төменгі және жоғарғы сөре.	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	04.04						
57		Ойын арқылы жеңіл атлетика дағдысын дамыту	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу;	1	07.04						
58		Ойын арқылы жеңіл атлетика дағдысын дамыту	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық кабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	11.04						
59		Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу;	1	14.04						
60		**Кросс** Дала жарысы. Денелік және техникалық дайындықтың арнайы жаттығулары.	5.3.4.4 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу.	1	18.04						
61		Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту	5.3.1.1 денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну	1	21.04						
62		Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу;	1	25.04						
63		Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	28.04						

	Бөлім. Спорт ойындары арқылы командалық бірлесу әрекеттері	**Футбол.** Ойынның қабылдау техникасын үйрету **ӨҚНжол көлік оқиғаларынан өзін - өзі қорғаудың әдістері.**	5.1.1.1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну;	1	02.05						
65		Ойынның қабылдау техникасын үйрету	5.1.3.1 карапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау;	1	05.05						
66		**Волейбол** Негізгі қабылдау тактикасын үйрету	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау;	1	09.05						
67		Негізгі қабылдау тактикасын үйрету	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	12.05						
68		**Баскетбол** Ойынның қабылдау техникасын үйрету	5.1.1.1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну;	1	16.05						
69		Ойынның қабылдау техникасын үйрету **ӨҚНжол көлік оқиғаларынан өзін - өзі қорғаудың әдістері.**	5.1.3.1 карапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау;	1	19.05						
70		Волейбол Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну;	1	23.05						
71		Футбол. Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру	5.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну	1	26.05						
72		Негізгі қабылдау тактикасын үйрету	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау;	1	30.05						

БЕКІТЕМІН:
«№2 Жалпы білім беретін мектеп» КММ директоры
_____ М.К.Ташов
«01» 09 2022 ж

КЕЛІСЕМІН:
Оқу ісінің меңгерушісі
_____ Б.О.Боранғали
«31» 08 2022 ж

Ә.Б отырысында қаралды
Әдістеме бірлестік жетекші
_____ Қ.С.Турлиев
«27» 08 2022 ж

Дене шынықтыру пәнінен 6-сыныптарға арналған күнтізбелік-тақырыптық жоспар (ҰЗАҚ МЕРЗІМДІ)

Мұнайлы ауданы
№2 жалпы білім беру орта мектеп

Сынып: 9 Г

Дене тәрбиесі пәні мұғалімі : Фармаков О.О.

2022-2023 оқу жылы

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ПӘНІНЕН 6 СЫНЫПҚА АРНАЛҒАН

КҮНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР

№	Ауыспалы тақырыптар	Сабақтардың тақырыбы	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі			Ескерту
					6 8	6 11	6 __	
		I тоқсан 17 - сағат						
1	1-бөлім. Жүгіру, секіру және лақтыру дағдыларын дамыту және жақсарту	Қауіпсіздік ережесі. Саптық жаттығулар. **ӨҚН Адамның табиғатта өз бетінше өмір сүруі**	6.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулар кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	1	1.09	2.09		
2		**Жеңіл атлетика** Ұзындыққа секіру. Секіруге арналған арнайы жаттығулар.	6.3.3.1 - түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	1	2.09	5.09		
3		Жүгіріп келіп «тізені бүгу» әдісімен ұзындыққа секіру. **ӨҚН Медициналық көмек көрсету жолдары**	6.3.3.1 - түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	1	8.09	9.09		
4		150гр кіші допты алыска лақтыру әдісі	6.1.2.1 - қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру және қорытындылау	1	9.09	12.09		
5		Жүгіру және оның түрлері. Төменгі және жоғарғы сөре.	6.1.2.1 - қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру және қорытындылау	1	15.09	16.09		
6		Қысқа қашықтыққа жүгіру (60м 100м)	6.1.1.1 - кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	16.09	19.09		
7		Орта қашықтыққа жүгіру (400м 800м)	6.1.1.1 - кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	22.09	23.09		
8		Эстафета 4х100	6.1.1.1 - кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	23.09	26.09		
9		**Кросс** Дала жарысы. Денелік және техникалық дайындықтың арнайы жаттығулары. **ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек**	6.1.1.1 - кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	29.09	30 09		

		көрсету.						
10		Ұзақ қашықтыққа жүгіру (1000м уақытқа)	6.3.5.1 - басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды анықтай білу	1	30.09	3.10		
11		Ұзақ қашықтыққа жүгіру (1500м уақытсыз)	6.3.5.1 - басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды анықтай білу	1	6.10	7.10		
12		Ұзақ қашықтыққа жүгіру (2000м уақытсыз)	6.3.5.1 - басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды анықтай білу	1	7.10	10.10		
13	2-бөлім. Спорт ойындары арқылы командалық бірлесу әрекеттері	**Футбол** Футбол ойынының қауіпсіздік ережесі, пайда болуы және даму тарихы. **ӨҚН Салауаттыөмірсалтыәдеттерітуралытүсінік.**	6.1.1.1 - кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	13.10	14.10		
14		Футболдың дене және техникалық арнайы жаттығулары.	6.1.1.1 - кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	14.10	17.10		
15		Допты алып жүру және тартып алу тәсілдері	6.1.1.1 - кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуғаарналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	20.10	21.10		
16		Допты аяқтың ішкі қырымен және үстімен тебу тәсілдері.	6.1.2.1 - қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау	1	21.10	24.10		
17		Футболдағы доп беру және екеу ара доп беру әдісі. **ӨҚН Салауаттыөмірсалтыәдеттерітуралытүсінік**	6.1.2.1 - қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау	1	27.10	28.10		
II тоқсан 16– сағат								
18	3-бөлім Спорт ойындары арқылы командалық бірлесу әрекеттері	Қауіпсіздік ережесі. **Футбол.** Допты бақылау және қозғалыс бағытын өзгерту.	6.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезінде болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	1	10.11	10.11		
19		Қақпашы ойыны және іс әрекеті.	6.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезінде болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	1	11.11	11.11		
20		Дриблинг және қақпаға соққы бағыттау. **ӨҚН Әсері мықты улы заттардан уланғанда көрсетілетін алғашқы медициналық көмек көрсету.**	6.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезінде болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	1	17.11	17.11		

		Волейбол. Волейбол ойынының қауіпсіздік ережесі.	6.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезінде болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	1	18.11	18.11		
22		Допты жоғарыдан және төменнен қабылдау.	6.3.2.1 - жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету	1	24.11	24.11		
23		Допты ойынға қосу әдісі.	6.3.2.1 - жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету	1	25.11	25.11		
24		Үшке ойнау дағдысын үйрену. **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	6.3.2.1 - жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету	1	1.12	1.12		
25		**Баскетбол** Баскетбол ойынының қауіпсіздік ережесі.	6.3.2.1 - жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету	1	2.12	2.12		
26		Алаңда қозғалу техникасы **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	6.1.5.1 - бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	1	8.12	8.12		
27		Ынтымақтастық дағдыларын дамыту. Ойын тактикасының элементтерін жетілдіру.	6.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді анықтау және қолдана білу		9.12	9.12		
28		Допты алып жүру әдісін үйрену	6.1.5.1 - бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	1	15.12	15.12		
29		Айып добын орындау.	6.1.5.1 - бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	1	22.12	22.12		
30		**Қол добы** Қол добы қауіпсіздік ережесі.	6.1.5.1 - бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	1	23.12	23.12		
31		Допты алып жүру және пас беру әдісін үйрену	6.2.2.1 - көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу	1	29.12	29.12		
32		Командалық және тактикалық іс әрекеттер	6.2.2.1 - көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу	1	30.12	30.12		
33		Ойын техникасын жақсарту.	6.2.4.1 Дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді онтайландыру және балама түрлерін құруға қажетті ережелер мен құрылымдық тәсілдерді көрсете білу	Е	30.12	30.12		
III тоқсан 20 - сағат								
34	4 -бөлім Гимнастика арқылы когнитивті және денені басқару дағдылары	**Гимнастика** Қауіпсіздік ережелері	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіне білу	1	12.01	12.01		
35		Алға және артқа домалау	6.3.2.1 дене қыздыру мен қалпына келу техникаларының басты құрамдарының ағзаға тигізетін әсерін түсіндіру және оларды орындау	1	13.01	13.01		
36		Жауырынға тұру **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	6.3.2.1 дене қыздыру мен қалпына келу техникаларының басты құрамдарының ағзаға тигізетін әсерін түсіндіру және оларды орындау	1	19.01	19.01		

		Көпірше жасау	6.1.4.1 қимыл-қозғалыс орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын түсіну және түсіндіре білу	1	20.01	20.01		
38		Қарлығаш бейнесін жасау	6.1.4.1 қимыл-қозғалыс орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын түсіну және түсіндіре білу		26.01	26.01		
39	5-бөлім. Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары.	Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары.Тоғызқұмалақ.	6.2.7.1 Жарыс кезінде адал ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсетуді талқылау және бейімдей білу	1	27.01	27.01		
40		Тоғызқұмалақ	6.2.7.1 Жарыс кезінде адал ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсетуді талқылау және бейімдей білу	1	2.02	2.02		
41		Қазақтың ұлттық ойындары (Асық ату және бес тас ойыны)	6.3.5.1 Басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды анықтай білу	1	3.02	3.02		
42		Шахмат ойыны. **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік**	6.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	1	9.02	9.02		
43	6-бөлім Спорт ойындары арқылы командалық бірлесу әрекеттері	**Футбол** Футболдың дене және техникалық арнайы жаттығулары.	6.3.2.1 - жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету	1	10.02	10.02		
44		Допты аяқтың ішкі қырымен және үстімен тебу тәсілдері.	6.3.2.1 - жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету	1	16.02	16.02		
45		Қақпашы ойыны және іс әрекеті	6.1.4.1 - қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын жақсарта білу	1	17.02	17.02		
46		Дриблинг және қақпаға соққы бағыттау. **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	6.1.4.1 - қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын жақсарта білу	1	23.02	23.02		
47		**Волейбол** Допты ойынға қосу әдісі	6.3.1.1 - өз денсаулығына салауатты өмір салтының тигізетін әсерін түсіну және түсіндіре білу	1	24.02	24.02		
48		Допты жоғарыдан қабылдау	6.3.1.1 - өз денсаулығына салауатты өмір салтының тигізетін әсерін түсіну және түсіндіре білу	1	2.03	2.03		
49		Допты төменнен қабылдау	6.3.3.1 - түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	1	3.03	3.03		
50		Үшке ойнау дағдысын үйрену	6.3.3.1 - түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	1	9.03	9.03		
51		**Баскетбол** Допты алып жүру әдісін үйрену	6.3.3.1 - түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	1	10.03	10.03		
52		Алаңда қозғалу техникасы. **ӨҚН Салауатты өмір салты**	6.1.3.1 - арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және	1	16.03	16.03		

		әдеттері туралы түсінік.	қорытындылау					
53		Айып добын орындау	6.1.3.1 - арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және қорытындылау	1	17.03	17.03		
			IV тоқсан 19 - сағат					
54	7-бөлім. Жүгіру, секіру және лақтыру дағдыларын дамыту және жақсарту	Қауіпсіздік ережесі. **Жеңіл атлетика** Ұзындыққа секіру. Секіруге арналған арнайы жаттығулар.	6.2.2.1 - көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу	1	30.03	30.03		
55		150гр кіші допты алыска лақтыру әдісі	6.2.2.1 - көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу	1	31.03	31.03		
56		Жүгіру және оның түрлері. Төменгі және жоғарғы сөре.	6.2.2.1 - көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу	1	6.04	6.04		
57		Қыска қашықтыққа жүгіру (60мм 100м)	6.2.8.1 - түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді қолдана білу	1	7.04	7.04		
58		Орта қашықтыққа жүгіру (400м 800м)	6.2.8.1 - түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді қолдана білу	1	13.04	13.04		
59		Эстафета 4х100 **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	6.1.4.1 - қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын жақсарта білу	1	14.04	14.04		
60		**Кросс** Дала жарысы. Денелік және техникалық дайындықтың арнайы жаттығулары.	6.1.4.1 - қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын жақсарта білу	1	20.04	20.04		
61		Ұзақ қашықтыққа жүгіру (1000м уақытқа)	6.2.3.1 - қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын талқылау және көрсете білу	1	21.04	21.04		
62		Ұзақ қашықтыққа жүгіру (1500м уақытсыз)	6.2.3.1 - қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын талқылау және көрсете білу	1	27.04	27.04		
63		Ұзақ қашықтыққа жүгіру (2000м уақытсыз)	6.2.5.1 - өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	28.04	28.04		
64	2-бөлім. Спорт ойындары арқылы командалық бірлесу әрекеттері	**Футбол.** Допты бақылау және қозғалыс бағытын өзгерту.**ӨҚНжол көлік оқиғаларынан өзін - өзі қорғаудың әдістері.**	6.2.5.1 - өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	4.05	4.05		
65		Дриблинг және қақпаға соққы бағыттау.	6.2.1.1 - өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді жетілдіре білу	1	5.05	5.05		
66		**Волейбол** Допты жоғарыдан және төменнен қабылдау.	6.2.1.1 - өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді жетілдіре білу	1	11.05	11.05		
67		Допты ойынға қосу әдісі.	6.2.6.1 - жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін қолдана білу	1	12.05	12.05		

		Баскетбол Допты алып жүру әдісін үйрену	6.2.6.1 - жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін қолдана білу	1	18,05	18.05		
69		Айып добын орындау. **ӨҚНжол көлік оқиғаларынан өзін - өзі қорғаудың әдістері.**	6.2.6.1 - жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін қолдана білу	1	19.05	19.05		
70		Волейбол Допты жоғарыдан және төменнен қабылдау.	6.2.1.1 - өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді жетілдіре білу	1	25.05	26.05		
71		Футбол. Шабуылда ойнау техникасы	6.1.5.1 бірқатар дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын түсіну және қолдана білу	1	26.05	26.05		
72		Волейбол Допты жоғарыдан және төменнен қабылдау.	6.2.1.1 - өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді жетілдіре білу	1	26.05	26.05		

БЕКІТЕМІН:
«№2 Жалпы білім беретін мектеп» КММ директоры
_____ М.Қ.Ташов
«01» 09 2022 ж

КЕЛІСЕМІН:
Оқу ісінің меңгерушісі
_____ Б.О.Боранғали
«31» 08 2022 ж

Ә.Б отырысында қаралды
Әдістеме бірлестік жетекші
_____ Қ.С.Турлиев
«27» 08 2022 ж

Дене шынықтыру пәнінен 9-сыныптарға арналған күнтізбелік-тақырыптық жоспар (ҰЗАҚ МЕРЗІМДІ)

Мұнайлы ауданы
№2 жалпы білім беру орта мектеп

Сынып: А Б В Г

Дене тәрбиесі пәні мұғалімі : Дарчаков В.О.Ә.

2022-2023 оқу жылы

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ПӘНІНЕН 9 СЫНЫПҚА АРНАЛҒАН

КҮНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР

№	Ауыспалы тақырыптар	Сабақтардың тақырыбы	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі					Ескерту
			I тоқсан 17 - сағат		9 А	9 Ә	9 Б	9 В	9 Г	
1	1-бөлім Жүгіру, сегіру, лақтыру техникасын жетілдіру	Қауіпсіздік ережесі. Спринттік жүгіруді жетілдіру	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1	2.09	2.09	1.09	5.09	2.09	
2		**Жеңіл атлетика** Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту	9.3.3.13 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру және сипаттау;	1	6.09	6.09	6.09	7.09	5.09	
3		Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту **ӨҚН Адамның табиғатта өз бетінше өмір сүруі.**	9.3.2.1 нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған дене қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау	1	9.09	9.09	8.09	12.09	9.09	
4		Секірудің түрлендірілген түрлері	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу	1	13.09	13.09	13.09	14.09	12.09	
5		Лақтыруды жетілдіруге арналған жаттығулар құрастыру	9.1.1.1 үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру	1	16.09	16.09	15.09	19.09	16.09	
6		Жүгіру эстафетасын өткізу жолдарын құрастыру **ӨҚН Медициналық көмек көрсету жолдары**	9.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды бағалай білу	1	20.09	20.09	20.09	21.09	19.09	
7		Секірудің түрлендірілген түрлері	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу	1	23.09	23.09	22.09	26.09	23.09	
8		Лақтыруды жетілдіруге арналған жаттығулар құрастыру	9.1.1.1 үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру	1	27.09	27.09	27.09	28.09	26.09	
9		**Кросс** Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту ӨҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда	9.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды бағалай білу	1	30.09	30.09	29.09	3.10	30.09	

		алғашқы медициналық көмек көрсету.								
10		Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту	9.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды бағалай білу	1	4.10	4.10	5.10	3.10	3.10	
11		Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту	9.3.3.13 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру және сипаттау;	1	7.10	7.10	10.10	7.10	7.10	
12		Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту	9.3.2.1 нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған дене қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау	1	11.10	11.10	12.10	10.10	10.10	
13	2-бөлім. Спорт ойындары арқылы бірлескен жұмыс	**Футбол** Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу;	1	14.10	14.10	17.10	14.10	14.10	
14		Ойын техникасы	9.1.1.1 үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру;	1	18.10	18.10	19.10	17.10	17.10	
15		Ойын техникасы	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу;	1	21.10	21.10	24.10	21.10	21.10	
16		Ойын техникасы	9.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді онтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді бағалау және салыстыра білу	1	25.10	25.10	26.10	24.10	24.10	
17		Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік**	9.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтару, қимыл-әрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу	1	28.10	28.10	31.10	28.10	28.10	
II тоқсан 16– сағат										
18	2-бөлім Спорт ойындары арқылы командалық бірлесу	Қауіпсіздік ережесі. **Футбол.** Ойын техникасы	9.1.1.1 үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру;	1	9.11	9.11	10.11	10.11	8.11	
19		Ойын тактикасы Қақпашы ойыны және іс әрекеті.	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу;	1	11.11	10.11	11.11	11.11	11.11	
20		Ойын тактикасы	9.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-	1	16.11	16.11	17.11	17.11	15.11	

	...тері	Дриблинг және қақпаға соққы бағыттау **ӨҚН Әсері мықты улы заттардан уланғанда көрсетілетін алғашқы медициналық көмек көрсету.**	әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді бағалау және салыстыра білу		18.11	17.11	18.11	18.11	18.11	
21		**Волейбол.** Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу;	1	23.11	23.11	24.11	24.11	22.11	
22		Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер	9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	1	25.11	24.11	25.11	25.11	25.11	
23		Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1	30.11	30.11	01.12	01.12	29.11	
24		Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	9.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтару, қимыл-әрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу	1	2.12	1.12	02.12	2.12	02.12	
25		**Баскетбол** Ойын техникасы	9.1.1.1 үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру;	1	7.12	7.12	8.12	8.12	6.12	
26		Ойын техникасы **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу;	1	9.12	8.12	9.12	9.12	9.12	
27		Ойын техникасы	9.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді бағалау және салыстыра білу		14.12	14.12	15.12	15.12	13.12	
28		Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу;	1	21.12	15.12	22.12	22.12	20.12	
29		Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер	9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	1	21.12	21.12	23.12	23.12	23.12	
30		**Қол добы** Қол добы қауіпсіздік ережесі.Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу;	1	23.12	22.12	23.12	23.12	23.12	
31		Ойын тактикасы және	9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының	1	23.12	28.12	29.12	29.12	27.12	

		тактикалық әрекеттер	түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу		28.12	28.12	29.12	29.12	27.12	
32		Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1	30.12	29.12	30.12	30.12	30.12	
33		Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы	9.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтару, қимыл-әрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу		30.12	29.12	30.12	30.12	30.12	
			III тоқсан 20 - сағат		9а	9б	9г	9в	9г	
34	3 -бөлім Гимнастика арқылыдененібасқару дағдылары	**Гимнастика** Қауіпсіздік ережесі. Топтық саптық жаттығулар	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1	11.01	12.01	11.01	12.01	13.01	
35		Акробатикалықэлементтердің жиынтығынқұру	9.3.2.1 нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау;	1	13.01	13.01	12.01	13.01	17.01	
36		Акробатикалық элементтердің жиынтығын құру **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу	1	18.01	19.01	18.01	19.01	20.01	
37		Гимнастикалық снарядта жүйелі жаттығулар құру	9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу;	1	20.01	20.01	19.01	20.01	24.01	
38		Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;		25.01	26.01	25.01	26.01	27.01	
39	4-бөлім. Қазақтын ұлттық және халық ойындары	Қазақтын ұлттық және зияткерлік ойындары.Тоғызқұмалақ	9.2.7.1 жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсетуді талдай білу;	1	27.01	27.01	26.01	27.01	31.01	
40		Тоғызқұмалақ	9.2.3.1 қолайлы оқып-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша бірқатар біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын бағалай білу;	1	1.02	2.02	1.02	2.02	3.02	
41		Қазақтын ұлттық ойындары (Асық ату және бес тас ойыны)	9.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды бағалай білу	1	3.02	3.02	2.02	3.02	7.02	
42		Зияткерлікойындар Шахмат ойыны. **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік**	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	8.02	9.02	8.02	9.02	10.02	
43	5-бөлім	**Футбол** Ойын кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-шаралар	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау	1	10.02	10.02	9.02	10.02	14.02	

					9а	9б	9г	9в	9н	
	...нда құру ойындары	Ойын кезіндегі мәселені шешу дағдысын жетілдіру	9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу	1	15.02	16.02	15,02	16.02	17.02	
45		Ойын комбинация ларынқұру	9.2.3.1 қолайлы оқып-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша біркатар біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын бағалай білу;	1	17.02	17.02	16,02	17.02	21,02	
46		Баламалы ойындар құрастыру **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	9.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу;	1	22.02	23.02	22.02	23.02	24,02	
47	6-бөлім Әлеуметтік дағдылар және мәселелерді командалық іс-әрекеттерде шешу	**Волейбол** Ойын кеністігінде бағыт-бағдар дағдысын жетілдіру	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу;	1	24,03	24.02	23.02	24,02	28.02	
48		Ойын кеністігінде бағыт-бағдар дағдысын жетілдіру	9.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді бағалау және салыстыра білу		3.03	2.03	1,03	2.03	3,03	
49		Жеке,топтық, командалықтактикалықәрекет тер	9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу		10.3	3.03	2.03	3,03	7.03	
50		Топта ойын- сауық ойындарын құру	9.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді бағалау және бейімдей білу;		15.03	9.03	9,03	9.03	10,03	
51		**Баскетбол** Жеке, топтық, командалық тактикалық әрекеттер	9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	1	17,03	10.03	15,03	10,03	14,03	
52		Топта ойын- сауық ойындарын құру **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	9.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді бағалау және бейімдей білу;	1	17.03	16.03	16.03	16.03	17.03	
53		Топта ойын- сауық ойындарын құру	9.1.6.1 қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жену және жауап қайтара білу дағдыларын бағалау	1	17.03	17.03	16,03	17.03	21.03	
			IV тоқсан 19 - сағат							
54	7-бөлім. Қозғалыс	Қауіпсіздік ережесі. **Жеңіл атлетика** Әртүрлі бұлшық еттерді қалпына келтіру жаттығулар жиынтығын құрастыру	9.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру және сипаттау	1	29,03	30.03	29.03	30.03	28.03	

	...ділігі арқылы денсаулық және фитнес	Стайерлікжүгірудағдысындамыту	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу	1	31.03	31.03	30.03	31.03	31.03	
56		Секіру, лақтырудағдысындамыту	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің карапайым балама жолдарын ұсыну;	1	5.04	6.04	5.04	6.03	4.04	
57		Секіру, лақтырудағдысындамыту	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1	7.04	7.04	6.04	7.04	7.04	
58		Қозғалыс қабілеті арқылы денсаулықты нығайту	9.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жекебастың үлгісімен көрсету	1	12.04	13.04	12.04	13.04	11.04	
59		Қозғалыс қабілеті арқылы денсаулықты нығайту **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	9.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жекебастың үлгісімен көрсету	1	14.04	14.04	13.04	14.04	14.04	
60		**Кросс** Спринттік жүгіруді жетілдіру	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1	19.04	20.04	19.04	20.04	18.04	
61		Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту	9.3.3.13 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру және сипаттау;	1	21.04	21.04	20.04	21.04	21.04	
62		Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту	9.3.2.1 нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған дене қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау	1	26.04	27.04	26.04	27.04	25.04	
63		Жүгіру эстафетасын өткізу жолдарын құрастыру	9.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды бағалай білу	1	28.04	28.04	27.04	28.04	28.04	
64	2-бөлім. Спорт ойындары арқылы командалық бірлесу әрекеттері	**Футбол.** Ойын техникасы **ӨҚН жол көлік оқиғаларынан өзін - өзі қорғаудың әдістері.**	9.1.1.1 үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру;	1	3.05	4.05	03.05	4.05	2.05	
65		Ойын техникасы	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу;	1	5.05	5.05	4.05	5.05	5.05	
66		**Волейбол** Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу;	1	10.05	11.05	10.05	11.05	12.05	

		Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер	9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	1	12.05	12.05	11.05	12.05	16.05	
68		**Баскетбол** Ойын техникасы	9.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға кажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді бағалау және салыстыра білу	1	17.05	18.05	17.05	18.05	19.05	
69		Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер **ӨҚН жол көлік оқиғаларынан өзін - өзі қорғаудың әдістері.**	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу;	1	19.05	19.05	18.05	19.05	23.05	
70		Волейбол Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер	9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	1	24.05	25.05	24.05	25.05	26.05	
71		Футбол. Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1	26.05	26.05	25.05	26.05	30.05	
72		Волейбол Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы	9.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтару, қимыл-әрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу	1	31.05	26.05	31.05	26.05	30.05	

БЕКІТЕМІН:
«№2 Жалпы білім беретін мектеп» КММ директоры
_____ М.К.Ташов
«01» 09 2022 ж

КЕЛІСЕМІН:
Оқу ісінің меңгерушісі
_____ Б.О.Боранғали
«31» 08 2022 ж

Ә.Б отырысында қаралды
Әдістеме бірлестік жетекші
_____ Қ.С.Турлиев
«27» 08 2022 ж

Дене шынықтыру пәнінен 6-сыныптарға арналған күнтізбелік-тақырыптық жоспар (ҰЗАҚ МЕРЗІМДІ)

Мұнайлы ауданы
№2 жалпы білім беру орта мектеп

Сынып: 6Б, 6В

Дене тәрбиесі пәні мұғалімі : Бүлтөре Мейрамбек

2022-2023 оқу жылы

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ПӘНІНЕН 6 СЫНЫПҚА АРНАЛҒАН

КҮНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР

№	Ауыспалы тақырыптар	Сабақтардың тақырыбы	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі			Ескерту
		I тоқсан 17 - сағат			6 Б	6 В	6	
1	1-бөлім. Жүгіру, секіру және лақтыру дағдыларын дамыту және жақсарту	Қауіпсіздік ережесі. Саптық жаттығулар. **ӨҚН Адамның табиғатта өз бетінше өмір сүруі.**	6.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулар кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	1	05.09.	01.09.		
2		**Жеңіл атлетика** Ұзындыққа секіру. Секіруге арналған арнайы жаттығулар.	6.3.3.1 - түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	1	06.09.	05.09.		
3		Жүгіріп келіп «тізені бүгу» әдісімен ұзындыққа секіру. **ӨҚН Медициналық көмек көрсету жолдары**	6.3.3.1 - түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	1	12.09.	08.09		
4		150гр кіші допты алыска лақтыру әдісі	6.1.2.1 - қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру және қорытындылау	1	13.09	12.09		
5		Жүгіру және оның түрлері. Төменгі және жоғарғы сөре.	6.1.2.1 - қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру және қорытындылау	1	19.09	15.09		
6		Қыска қашықтыққа жүгіру (60м 100м)	6.1.1.1 - кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	20.09	19.09		
7		Орта қашықтыққа жүгіру (400м 800м)	6.1.1.1 - кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	26.09	22.09.		
8		Эстафета 4х100	6.1.1.1 - кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	27.09	26.09		
9		**Кросс** Дала жарысы. Денелік және техникалық дайындықтың арнайы жаттығулары. **ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек**	6.1.1.1 - кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	03.10	29.09		

		көрсету.						
9		Ұзақ қашықтыққа жүгіру (1000м уақытқа)	6.3.5.1 - басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды анықтай білу	1	04.10	03.10		
11		Ұзақ қашықтыққа жүгіру (1500м уақытсыз)	6.3.5.1 - басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды анықтай білу	1	10.10	06.10		
12		Ұзақ қашықтыққа жүгіру (2000м уақытсыз)	6.3.5.1 - басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды анықтай білу	1	11.10	10.10.		
13	2-бөлім. Спорт ойындары арқылы командалық бірлесу әрекеттері	**Футбол** Футбол ойынының қауіпсіздік ережесі, пайда болуы және даму тарихы. **ӨҚН Салауаттыөмірсалтыәдеттерітуралытүсінік.**	6.1.1.1 - кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	17.10	13.10		
14		Футболдың дене және техникалық арнайы жаттығулары.	6.1.1.1 - кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	18.10	17.10		
15		Допты алып жүру және тартып алу тәсілдері	6.1.1.1 - кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуғаарналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	24.10	20.10.		
16		Допты аяқтың ішкі қырымен және үстімен тебу тәсілдері.	6.1.2.1 - қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау	1	25.10.	24.10		
17		Футболдағы доп беру және екеу ара доп беру әдісі. **ӨҚН Салауаттыөмірсалтыәдеттерітуралытүсінік**	6.1.2.1 - қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау	1		27.10		
II тоқсан 16– сағат								
18	3-бөлім Спорт ойындары арқылы командалық бірлесу әрекеттері	Қауіпсіздік ережесі. **Футбол.** Допты бақылау және қозғалыс бағытын өзгерту.	6.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезінде болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	1	07.11	07.11		
19		Қақпашы ойыны және іс әрекеті.	6.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезінде болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	1	08.11	10.11		
20		Дриблинг және қақпаға соққы бағыттау. **ӨҚН Әсері мықты улы заттардан уланғанда көрсетілетін алғашқы медициналық көмек көрсету.**	6.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезінде болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	1	14.11	15.11		

		Волейбол. Волейбол ойынының қауіпсіздік ережесі.	6.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезінде болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	1	15.11.	18.11		
22		Допты жоғарыдан және төменнен қабылдау.	6.3.2.1 - жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету	1	21.11	22.11		
23		Допты ойынға қосу әдісі.	6.3.2.1 - жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету	1	22.11	25.11		
24		Үшке ойнау дағдысын үйрену. **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	6.3.2.1 - жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету	1	28.11	29.11		
25		**Баскетбол** Баскетбол ойынының қауіпсіздік ережесі.	6.3.2.1 - жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету	1	29.11	02.12		
26		Аланда қозғалу техникасы **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	6.1.5.1 - бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	1	05.12.	06.12		
27		Ынтымақтастық дағдыларын дамыту. Ойын тактикасының элементтерін жетілдіру.	6.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді анықтау және қолдана білу		06.12.	09.12		
28		Допты алып жүру әдісін үйрену	6.1.5.1 - бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	1	12.12.	13.12.		
29		Айып добын орындау.	6.1.5.1 - бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	1	13.12	20.12		
30		**Қол добы** Қол добы қауіпсіздік ережесі.	6.1.5.1 - бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	1	19.12	23.12.		
31		Допты алып жүру және пас беру әдісін үйрену	6.2.2.1 - көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу	1	20.12	27.12.		
32		Командалық және тактикалық іс әрекеттер	6.2.2.1 - көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу	1	26.12	30.12.		
33		Ойын техникасын жақсарту.	6.2.4.1 Дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажетті ережелер мен құрылымдық тәсілдерді көрсете білу		27.12			
			III тоқсан 20 - сағат					
34	4 -бөлім Гимнастика арқылы когнитивті және денені басқару дағдылары	**Гимнастика** Қауіпсіздік ережелері	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіне білу	1	09.01.	10.01		
35		Алға және артқа домалау	6.3.2.1 дене қыздыру мен қалпына келу техникаларының басты құрамдарының ағзаға тигізетін әсерін түсіндіру және оларды орындау	1	10.01.	13.01.		
36		Жауырынға тұру **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	6.3.2.1 дене қыздыру мен қалпына келу техникаларының басты құрамдарының ағзаға тигізетін әсерін түсіндіру және оларды орындау	1	16.01	17.01		

		Көпірше жасау	6.1.4.1 қимыл-қозғалыс орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын түсіну және түсіндіре білу	1	17.01	20.01		
38		Қарлығаш бейнесін жасау	6.1.4.1 қимыл-қозғалыс орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын түсіну және түсіндіре білу		23.01	24.01		
39	5-бөлім. Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары.	Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары.Тоғызқұмалақ.	6.2.7.1 Жарыс кезінде адал ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсетуді талқылау және бейімдей білу	1	24.01	24.01.		
40		Тоғызқұмалақ	6.2.7.1 Жарыс кезінде адал ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсетуді талқылау және бейімдей білу	1	30.01	31.01		
41		Қазақтың ұлттық ойындары (Асық ату және бес тас ойыны)	6.3.5.1 Басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды анықтай білу	1	31.01	03.02.		
42		Шахмат ойыны. **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік**	6.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	1	07.02.	07.02.		
43	6-бөлім Спорт ойындары арқылы командалық бірлесу әрекеттері	**Футбол** Футболдың дене және техникалық арнайы жаттығулары.	6.3.2.1 - жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету	1	09.02.	10.02.		
44		Допты аяқтың ішкі қырымен және үстімен тебу тәсілдері.	6.3.2.1 - жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету	1	14.02.	14.02.		
45		Қақпашы ойыны және іс әрекеті	6.1.4.1 - қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын жақсарта білу	1	16.02.	17.02.		
46		Дриблинг және қақпаға соққы бағыттау. **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	6.1.4.1 - қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын жақсарта білу	1	21.02.	21.02.		
47		**Волейбол** Допты ойынға қосу әдісі	6.3.1.1 - өз денсаулығына салауатты өмір салтының тигізетін әсерін түсіну және түсіндіре білу	1	23.02	24.02		
48		Допты жоғарыдан қабылдау	6.3.1.1 - өз денсаулығына салауатты өмір салтының тигізетін әсерін түсіну және түсіндіре білу	1	27.02	28.02		
49		Допты төменнен қабылдау	6.3.3.1 - түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	1	02.03	03.03		
50		Үшке ойнау дағдысын үйрену	6.3.3.1 - түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	1	07.03	07.03.		
51		**Баскетбол** Допты алып жүру әдісін үйрену	6.3.3.1 - түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	1	09.03	10.03.		
52		Алаңда қозғалу техникасы. **ӨҚН Салауатты өмір салты**	6.1.3.1 - арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және	1	14.03	14.03		

		әдеттері туралы түсінік.	қорытындылау					
		Айып добын орындау	6.1.3.1 - арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және қорытындылау	1	16.03.	17.03		
			IV тоқсан 19 - сағат					
54	7-бөлім. Жүгіру, секіру және лақтыру дағдыларын дамыту және жақсарту	Қауіпсіздік ережесі. **Жеңіл атлетика** Ұзындыққа секіру. Секіруге арналған арнайы жаттығулар.	6.2.2.1 - көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу	1	28.03	29.03		
55		150гр кіші допты алыска лақтыру әдісі	6.2.2.1 - көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу	1	30.03	31.03		
56		Жүгіру және оның түрлері. Төменгі және жоғарғы сөре.	6.2.2.1 - көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу	1	04.04	04.04		
57		Қыска қашықтыққа жүгіру (60мм 100м)	6.2.8.1 - түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді қолдана білу	1	06.04.	07.04		
58		Орта қашықтыққа жүгіру (400м 800м)	6.2.8.1 - түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді қолдана білу	1	11.04	11.04.		
59		Эстафета 4х100 **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	6.1.4.1 - қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын жақсарта білу	1	13.04	14.04		
60		**Кросс** Дала жарысы. Денелік және техникалық дайындықтың арнайы жаттығулары.	6.1.4.1 - қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын жақсарта білу	1	17.04	18.04		
61		Ұзақ қашықтыққа жүгіру (1000м уақытқа)	6.2.3.1 - қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын талқылау және көрсете білу	1	20.04	21.04		
62		Ұзақ қашықтыққа жүгіру (1500м уақытсыз)	6.2.3.1 - қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын талқылау және көрсете білу	1	25.04	25.04		
63		Ұзақ қашықтыққа жүгіру (2000м уақытсыз)	6.2.5.1 - өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	27.04	28.04		
64	2-бөлім. Спорт ойындары арқылы командалық бірлесу әрекеттері	**Футбол.** Допты бақылау және қозғалыс бағытын өзгерту.**ӨҚНжол көлік оқиғаларынан өзін - өзі қорғаудың әдістері.**	6.2.5.1 - өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	02.05	02.05		
65		Дриблинг және қақпаға соққы бағыттау.	6.2.1.1 - өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді жетілдіре білу	1	04.05.	05.05		
66		**Волейбол** Допты жоғарыдан және төменнен қабылдау.	6.2.1.1 - өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді жетілдіре білу	1	09.05.	09.05.		
67		Допты ойынға қосу әдісі.	6.2.6.1 - жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін қолдана білу	1	11.05	12.05.		

		Баскетбол Допты алып жүру әдісін үйрену	6.2.6.1 - жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін қолдана білу	1	16.05	16.05		
69		Айып добын орындау. **ӨҚНжол көлік оқиғаларынан өзін - өзі қорғаудың әдістері.**	6.2.6.1 - жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін қолдана білу	1	18.05.	19.05		
70		Волейбол Допты жоғарыдан және төменнен қабылдау.	6.2.1.1 - өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді жетілдіре білу	1	23.05	23.05.		
71		Футбол. Шабуылда ойнау техникасы	6.1.5.1 бірқатар дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын түсіну және қолдана білу	1	25.05.	26.05.		
72		Волейбол Допты жоғарыдан және төменнен қабылдау.	6.2.1.1 - өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді жетілдіре білу	1	30.05.	30.05.		

БЕКІТЕМІН:
«№2 Жалпы білім беретін мектеп» КММ директоры
_____ А.Н.Тургунбекова
«04» 01 2023 ж

КЕЛІСЕМІН:
Оқу ісінің меңгерушісі
_____ Б.О.Боранғали
«04» 01 2023 ж

Ә.Б отырысында қаралды.
Әдістеме бірлестік жетекші
_____ Қ.С.Турлиев
«27» 08 2023 ж

Дене шынықтыру пәнінен 10-сыныптарға арналған күнтізбелік-тақырыптық жоспар (ҰЗАҚ МЕРЗІМДІ)

Мұнайлы ауданы
№2 жалпы білім беру орта мектеп

Сынып: 10 "А"

Дене тәрбиесі пәні мұғалімі : Муратов Ерболат

2022-2023 оқу жылы

		Жұптық және топтық ойынның қозғалыс дағдысы.	10.2.4.4. Дене жаттығуының сапасын жақсарту мақсатында баламалы ережелер мен құрылымдық әдістер құру	1				
27		Доппен топтық тапсырмалар.	10.1.2.2. Түрлі дене жаттығулары аясында және жағдаяттарда үйлесімділік пен бірізділікті ойлап табу және қолдану					
28		Баскетбол. Допты бір немесе екі қолмен алып жүру Ойын арқылы сенімділікті бекіту.	10.2.2.2. Бірлескен жұмысты ұйтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын бағалау	1				
29		Ойын арқылы сенімділікті бекіту.	10.2.1.1.Өзгермелі жағдайларға жауап қайтара білу қимыл әрекеттерімен байланысты және балама идеяларды бағалау	1				
30		Қол добы Жұптық және топтық ойынның қозғалыс дағдысы	10.2.4.4. Дене жаттығуының сапасын жақсарту мақсатында баламалы ережелер мен құрылымдық әдістер құру	1				
31		Доппен топтық тапсырмалар.	10.1.2.2. Түрлі дене жаттығулары аясында және жағдаяттарда үйлесімділік пен бірізділікті ойлап табу және қолдану	1				
32		Ойын арқылы сенімділікті бекіту.	10.2.2.2. Бірлескен жұмысты ұйтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын бағалау	1				
33		Ойын арқылы сенімділікті бекіту.	10.2.1.1.Өзгермелі жағдайларға жауап қайтара білу қимыл әрекеттерімен байланысты және балама идеяларды бағалау	1				
			III тоқсан 20 - сағат					
34	3 -бөлім Гимнастика арқылыденені басқарудағдылары	Гимнастика Қауіпсіздік ережесі. Гимнастикада компази-циялық элементтер құру.	10.3.4.4. Дене белсенділігін дамыту және бағалау үшін тәуекелді басқару стратегиясын жүзеге асыру	1	09.01			
35		Гимнастикалық снарядтарда денені басқару қозғалысының дағдысы.	10.1.2.2. Түрлі дене жаттығулары аясында және жағдаяттарда үйлесімділік пен бірізділікті ойлап табу және қолдану	1	12.01			
36		Гимнастикалық снарядтарда денені басқару қозғалысының дағдысы.	10.1.2.2. Түрлі дене жаттығулары аясында және жағдаяттарда үйлесімділік пен бірізділікті ойлап табу және қолдану	1	18.01			
37		Тепе - теңдік гимнастика-лық жаттығулар және кеңістіктегі дене қозғалысы.	10.1.5.5. Сенімділік қабілетін жақсарту үшін тактикалық, стратегиялық, құрылымдық идеялар-мен тәжірибе жасау	1	19.01			
38		Тепе - теңдік гимнастика-лық жаттығулар және кеңістіктегі дене қозғалысы.	10.1.4.4.Өзінің және өзгелердің қозғалыс қабілетін сын тұрғысынан бағалау		25.01			
39	4-бөлім.	Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары	10.2.7.7. Бәсекелестік кезіндегі патриотизм, тәртіп, ынтымақтастық және әділ ойынды анықтау	1	26.01			

40	Қазақтың ұлттық және халық ойындары	Қазақ ұлттық ойындарының балама нұсқалары.						
		Қазақ ұлттық ойындарының балама нұсқалары.	10.2.3.3. Қолайлы оқу ортасын құру мақсатында басқалармен тиімді жұмыс дағдысын таңдау және пайдалану	1	01.02			
41		Қазақ ұлттық ойындарының балама нұсқалары.	10.3.5.5. Дене-белсенділік тәжірибесі үшін білім мен дағдыны дамыту	1	02.02			
42		Ұлттық ойындардың іс-шараларын ұйымдастыру және өткізу.	10.2.5.5. Баламалы идеяларды дамыту мақсатында өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру	1	08.02			
43	5-бөлім Команда құру ойындары	**Футбол** Жарыс өткізу және төрешілікті ұйымдастыру.	10.3.3.3. Ағзаға тиімді қысқа және ұзақ мерзімді қарқындылығы бар жаттығуларды талқылау	1	09.02			
44		Жарыс өткізу және	10.3.1.1. Салауатты өмір салты мен дене белсенділігіне деген өз көзқарасын түсіндіру және нақтылау	1	15.02			
45		төрешілікті ұйымдастыру	10.3.3.3. Ағзаға тиімді қысқа және ұзақ мерзімді қарқындылығы бар жаттығуларды талқылау	1	16.02			
46		Жарыс өткізу және	10.3.1.1. Салауатты өмір салты мен дене белсенділігіне деген өз көзқарасын түсіндіру және нақтылау	1	22.02			
47	6-бөлім Командалық ойын – белсенді қозғалыс нысаны	**Волейбол** Топта ойын -сауық ойынын құру.	10.1.2.2. Түрлі дене жаттығулары аясында және жағдаяттарда үйлесімділік пен бірізділікті ойлап табу және қолдану	1	28.02			
48		Командалық ойындағы көшбасшылық және көшбасшылық дағдысы.	10.1.1.1. Спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде шеберлік көрсете отырып үйлестіру	1	01.03			
49		Командалық ойындағы көшбасшылық және көшбасшылық дағдысы.	10.1.1.1. Спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде шеберлік көрсете отырып үйлестіру	1	02.03			
50		Топта ойын -сауық ойынын құру.	10.1.2.2. Түрлі дене жаттығулары аясында және жағдаяттарда үйлесімділік пен бірізділікті ойлап табу және қолдану	1	09.03			
51		**Баскетбол** Ойын кеңістігіндегі бағыт - бағдар дағдысы.	10.1.5.5. Сенімділік қабілетін жақсарту үшін тактикалық, стратегиялық, құрылымдық идеялармен тәжірибе жасау	1	15.03			
52		Баскетбол. Шабуылда ойнау әдістер Ойын кеңістігіндегі бағыт - бағдар дағдысы.	10.2.8.8 Рөлдерді орындауда туындаған әртүрлі қозғалыс контекстің жеке ерекшеліктерін қарау	1	16.03			
53		Ойын кеңістігіндегі бағыт - бағдар дағдысы.	10.1.6.6. Қимыл қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жаңа стратегиялық дағдыларын дамыту	1	29.03			

IV тоқсан 19 - сағат

БЕКІТЕМІН:	**КЕЛІСЕМІН:**	**Ә.Б отырысында қаралды**
«№2 Жалпы білім беретін мектеп» КММ директоры	**Оқу ісінің меңгерушісі**	**Әдістеме бірлестік жетекші**
_____ М.Қ.Ташов	**_____ Б.О.Боранғали**	**_____ Қ.С.Турлиев**
«01» 09 2022 ж	**«31» 08 2022 ж**	**«27» 02 2022 ж**

Дене шынықтыру пәнінен 7-сыныптарға арналған күнтізбелік-тақырыптық жоспар (ҰЗАҚ МЕРЗІМДІ)

Мұнайлы ауданы
№2 жалпы білім беру орта мектеп

Сынып: 7а, 7в

Дене тәрбиесі пәні мұғалімі : Хисметова Ұлжан

2022-2023 оқу жылы

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ПӘНІНЕН 7 СЫНЫПҚА АРНАЛҒАН

КҮНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР

№	Ауыспалы тақырыптар	Сабақтардың тақырыбы	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі			Ескерту
		I тоқсан 17 - сағат			7 „Ә"	7 „Б"	7 __	
1	1-бөлім. Жүгіру, секіру және лақтыру дағдыларын дамыту және жақсарту	Қауіпсіздік ережесі. Саптық жаттығулар. **ӨҚН Адамның табиғатта өз бетінше өмір сүруі.**	7.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	1	1.09	5.		
2		**Жеңіл атлетика** Ұзындыққа секіру. Секіруге арналған арнайы жаттығулар.	7.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	1	7.09.	7		
3		Жүгіріп келіп «тізені бүгу» әдісімен ұзындыққа секіру. **ӨҚН Медициналық көмек көрсету жолдары**	7.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	1	8,09	12.		
4		Әртүрлі құралдарды лақтыру	7.1.1.1 кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	14.09	14		
5		Жүгіру және оның түрлері. Төменгі және жоғарғы сөре.	7.3.3.3. Түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	1	15.09	19.		
6		Қысқа қашықтыққа жүгіру (60м 100м)	7.3.2.2. Дене жаттығуларының алдында жалпы қыздыру жаттығуларын жасау және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету	1	21.09	21		
7		Орта және алыс қашықтыққа жүгіру	7.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау;	1	22.09	26.		
8		Эстафеталық жүгіруді түрлендіру	7.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды анықтай білу	1	28.09	28		
9		**Кросс** Денелік және техникалық дайындықтың арнайы жаттығулары. **ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.**	7.2.5.5. Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	29,09	3,10		
10		Орта және алыс қашықтыққа жүгіру	7.2.5.5. Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің	1	5.10	4.10		

			балама жолдарын ұсыну		72	76		
		Орта және алыс қашықтыққа жүгіру	7.3.3.3. Түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	1	6.10	10.		
12		Орта және алыс қашықтыққа жүгіру	7.3.3.3. Түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	1	12	12.		
13	2-бөлім. Спорт ойындары арқылы командалық бірлесу әрекеттері	**Футбол** Футбол ойынының қауіпсіздік ережесі, пайда болуы және даму тарихы.**ӨҚН Салауаттыөмірсалтыәдеттерітуралытүсінік.**	7.1.1.1. Кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және икемділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	13.10	17.10		
14		Ойын әдісін жақсартуФутболдың дене және техникалық арнайы жаттығулары.	7.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді онтайландыру және балама түрлерін құруға қажетті ережелер мен құрылымдық тәсілдерді көрсете білу	1	19.10	19 10		
15		Спорт ойындарындағы тактика және тактикалық іс-әрекеттер	7.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау;	1	20.10	24.10		
16		Спорт ойындарындағы тактика және тактикалық іс-әрекеттер	7.1.5.1 бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	1	26.10	26.10		
17		Командадағыкөшбасшылықдағдыларындамыту.**ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік**	7.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу;	1	27,10			
			II тоқсан 16– сағат					
18	3-бөлім Спорт ойындары арқылы командалық бірлесу әрекеттері	Қауіпсіздік ережесі. **Футбол.** Допты бақылау және қозғалыс бағытын өзгерту.	7.1.2.2. Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау	1	9.11	7.11		
19		Спорт ойындарындағы тактика және тактикалық іс-әрекеттер.	7.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау;	1	10.11	9.11		
20		Спорт ойындарындағы тактика және тактикалық іс-әрекеттер **ӨҚН Әсері мықты улы заттардан уланғанда көрсетілетін алғашқы медициналық көмек көрсету.**	7.1.5.1 бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	1	16.11	14.11		
21		**Волейбол.** Волейбол ойынының қауіпсіздік	7.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен	1	17.11	16.11		

		ережесі.	қорытындылау;					
22		Ойын әдісін жақсарту	7.1.1.1 кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру;	1	23.	25.		
23		Ойын әдісін жақсарту	7.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және қорытындылау;	1	24.	23		
24		Командадағы көшбасшылық дағдыларын дамыту **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	7.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу;	1	30.11	28.		
25		**Баскетбол** Баскетбол ойынының қауіпсіздік ережесі.	7.3.5.5. Басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды анықтай білу	1	1.12	30.11		
26		Алаңда қозғалу техникасы **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	7.2.5.5. Өзінің және өзгелердің шығармашылық кабілеттерін қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	5.12	5.12.		
27		Ойын техникасын жетілдіру	7.2.4.4. Дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді көрсете білу		7.12	7.12		
28		Допты алып жүру әдісін үйрену	7.2.6.6. Жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін қолдана білу	1	12	8.		
29		Айып добын орындау.	7.1.1.1. Кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және икемділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	14.	14.		
30		**Қол добы** Қол добы қауіпсіздік ережесі.	7.1.2.2. Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау	1	19.	19.		
31		Допты алып жүру және пас беру әдісін үйрену	7.1.2.2. Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау	1	21	21.		
32		Командалық және тактикалық іс әрекеттер	7.1.5.5. Біркатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	1	26.12	28		
33		Көшбасшылық және командада жұмыс істеу дағдылары	7.2.1.1. Өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді жетілдіре білу		22.12	29.12		
			III тоқсан 20 - сағат					
34	4 -бөлім Гимнастика арқылы когнитивті және денені	**Гимнастика** Қауіпсіздік ережелері	7.3.2.2. Дене жаттығуларының алдында жалпы қыздыру жаттығуларын жасау және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету	1	11.01	9.01		
35		Алға және артқа домалау	7.1.2.2. Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау	1	12.01	11.01		

					7г	7б		
	Басқару дағдылары	Жауырынға тұру **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	7.1.5.5. Бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	1	18,	16		
37		Көпірше жасау	7.1.4.4. Қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын жаксарта білу	1	19.	17.		
38		Қарлығаш бейнесін жасау	7.3.2.2. Дене жаттығуларының алдында жалпы қыздыру жаттығуларын жасау және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету		25.	23.		
39	5-бөлім. Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары.	Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары.Тоғызқұмалақ.	7.2.3.3. Қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын талқылау және көрсете білу	1	26,	25.		
40		Тоғызқұмалақ	7.3.5.5. Баска адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды анықтай білу	1	1,02	30.		
41		Қазақтың ұлттық ойындары (Асық ату және бес тас ойыны)	7.2.5.5. Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	2.02	1.02		
42		Шахмат ойыны. **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік**	7.2.6.6. Жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін қолдана білу	1	8.02	6.		
43	6-бөлім Спорт ойындары арқылы командалық бірлесу әрекеттері	**Футбол** Футболдың дене және техникалық арнайы жаттығулары.	7.1.1.1. Кең аукымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және икемділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	9,02	8.02		
44		Спорт ойындарындағы тактика және тактикалық іс-әрекеттер.	7.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау;	1	15.	13.		
45		Спорт ойындарындағы тактика және тактикалық іс-әрекеттер	7.1.5.1 бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	1	16.	15		
46		**ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	7.1.5.5. Бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	1	22.	20		
47		**Волейбол** Допты ойынға қосу әдісі	7.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау;	1	23.	22		
48		Ойын әдісін жаксарту	7.1.1.1 кең аукымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру;	1	1.03	27		
49		Ойын әдісін жаксарту	7.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және қорытындылау;	1	2.03	1.03		
50		Үшке ойнау дағдысын үйрену	7.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен	1	9.03	6.03		

			шарттастырылған рөлдерді қолдана білу;		7а	7б		
		Баскетбол Допты алып жүру әдісін үйрену	7.3.5.5. Баска адамдардын дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды анықтай білу	1	15.03	13.03		
52		Аланда қозғалу техникасы. **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	7.2.5.5. Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	16.03	15.03		
53		Айып добын орындау	7.2.6.6. Жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін қолдана білу	1	22.03	—		
			IV тоқсан 19 - сағат					
54	7-бөлім. Жүгіру, секіру және лақтыру дағдыларын дамыту және жақсарту	Қауіпсіздік ережесі. **Жеңіл атлетика** Ұзындыққа секіру. Секіруге арналған арнайы жаттығулар.	**7.1.2.2.** Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау	1	27.03	29.		
55		150гр кіші допты алыска лақтыру әдісі	**7.1.5.5.** Бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	1	29.03	30.		
56		Жүгіру және оның түрлері. Төменгі және жоғарғы сөре.	**7.1.5.5.** Бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	1	3.	5		
57		Қыска қашықтыкка жүгіру (60мм 100м)	**7.2.8.8.** Түрлі қимыл-қозғалыстарға негізделген рөлдерді қолдана білу	1	5.	6.		
58		Орта қашықтыкка жүгіру (400м 800м)	**7.1.6.6.** Түрлі қимыл-қозғалыс белсенділігін орындауды сынақтан өткізу кезіндегі қауіп-қатерді білу және алдын алу	1	10.	12		
59		Эстафета 4х100 **ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік.**	7.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	12.	13		
60		**Кросс** Дала жарысы. Денелік және техникалық дайындықтың арнайы жаттығулары.	7.3.3.3. Түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	1	17.	19.		
61		Ұзақ қашықтыкка жүгіру (1000м уақытка)	7.3.3.3. Түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	1	19.04	20		
62		Ұзақ қашықтыкка жүгіру (1500м уақытсыз)	7.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және жинақтау	1	24.04	26		
63		Ұзақ қашықтыкка жүгіру (2000м уақытсыз)	7.3.1.1. Өзінің денсаулығына салауатты өмір салтының тигізетін әсерін түсіну және түсіндіре білу	1	26.04	27.		
64	2-бөлім. Спорт ойындары	**Футбол.** Допты бақылау және қозғалыс бағытын өзгерту.**ӨҚН жол көлік оқиғаларынан өзін - өзі**	7.1.1.1. Кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және икемділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	1.05	4		

					72	76		
	...рқылы командалық бірлесу әрекеттері	**...қорғаудың әдістері.**						
		Көшбасшылық және командада жұмыс істеу дағдылары	7.2.1.1. Өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді жетілдіре білу	1	3.05	11.05		
66		**Волейбол** Допты жоғарыдан және төменнен қабылдау.	7.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау	1	4.05	12.05		
67		Допты ойынға қосу әдісі.	7.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді онтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді көрсете білу	1	10.05	13.05		
68		**Баскетбол** Допты алып жүру әдісін үйрену	7.3.5.5. Басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды анықтай білу	1	11	14.05		
69		Айып добын орындау. **ӨҚН жол көлік оқиғаларынан өзін - өзі қорғаудың әдістері.**	7.2.5.5. Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	17.	20.05		
70		Волейбол Спорт ойындарындағы тактика және тактикалық іс-әрекеттер	7.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау;	1	18.	21.05		
71		Футбол. Спорт ойындарындағы тактика және тактикалық іс-әрекеттер	7.1.5.1 біркатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	1	24.05	24.05		
72		Волейбол Допты жоғарыдан және төменнен қабылдау.	7.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді онтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді көрсете білу	1	25.05	26		