

«Бекітемін»
Мектеп директоры м.у.а

Н.Білял
«09» 09 2023 ж.

«Келісілді»
Оқу ісінің меңгерушісі:
Ж.Алдашов

«09» 09 2023 ж.

«Қаралды»
ӘБ жетекшісі:
Г. Егемкулов
Хаттама № _____
«09» 09 2023 ж.

КҮНТІЗБЕЛІК-ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР

Пәні: Дене шынықтыру
Сыныбы: 8 А
Сағат саны: 102

Пән мұғалімі: Мейрбеков Б.

2023-2024 оқу жылы

**ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ПӘНІНЕН 8 СЫНЫПҚА АРНАЛҒАН
КҮНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР**
«Дене шынықтыру» пәні бойынша оқу жүктемесінің көлемі аптасына 3 сағат, оқу жылына 102 сағатты құрайды

№ р/с	Ауыспалы тақырыптар	Са бақ №	Сабақтардың тақырыптары	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі 8 А	Ескер- тулер
1-тоқсан 27 сағат							
I-бөлім Жеңіл атлетика арқылы денсаулық пен фитнес(12 сағат)							
1		1	Қауіпсіздік ережесі Төменгі сөре және сөрелік екпін. 60 м жүгіру ӨҚН Әсері мықты улы заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар.	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	01 09	
2		2	Төменгі сөре және сөрелік екпін. 4x10 м жүгіру ӨҚН Әсері мықты улы заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар.	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	06 09	
3		3	Орта қашықтыққа жүгіру дағдыларын дамыту Эстафетаға жүгіру 4x60 м ӨҚН Жарылыс және өрт алдын алуы	8.2.3.1 қолайлы оқып –үйрену ортасын қалыптастыру бойынша біріккен, әрі тиімді жұмыс дағдыларын қолдану және көрсете білу	1	07 09	
4		4	Орта қашықтыққа жүгіру дағдыларын дамыту 200 м жүгіру ӨҚН Жарылыс және өрт алдын алуы	8.2.3.1 қолайлы оқып –үйрену ортасын қалыптастыру бойынша біріккен, әрі тиімді жұмыс дағдыларын қолдану және көрсете білу	1	08 09	
5		5	Орта қашықтыққа жүгіру дағдыларын дамыту 400 м жүгіру	8.3.2.1 денені қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну	1	13 09	
6		6	Орта қашықтыққа жүгіру дағдыларын дамыту 6x10 м өрмек айнала жүгіру	8.3.2.1 денені қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну	1	14 09	
7		7	Секіруді дамытуға арналған іс – шаралар. Бір орыннан ұзындыққа секіру.	8.1.2.1 кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	15 09	
8		8	Секіруді дамытуға арналған іс – шаралар. Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру.	8.3.2.1 денені қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларының кешенін құру және түсіндіру және көрсете білу	1	20 09	
9		9	Секіруді дамытуға арналған іс –	8.3.2.1 денені қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларының кешенін құру және түсіндіру	1	21 09	

			шаралар. Бийіктікке секіру әдістері	және көрсете білу						
10	10		Лақтыру кезінде күш пен бұлшық ет төзімділігін дамыту. 150 г кіші допты қашықтыққа лақтыру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	22	09			
11	11		Лақтыру кезінде күш пен бұлшық ет төзімділігін дамыту. 150 г кіші допты нысанаға лақтыру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	27	09			
12	12		Лақтыру кезінде күш пен бұлшық ет төзімділігін дамыту. 150 г кіші допты қашықтыққа лақтыру	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды көрсете білу	1	28	09			
2-бөлім Спорт ойындары арқылы бірлескен жұмыс(12 сағат)										
13	13		Ойын жағдайында қабыл-дауды іске асыру.Баскетбол. Ойын ережелерін еске түсіру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	29	09			
14	14		Ойын жағдайында қабыл-дауды іске асыру.Баскетбол. Ойын техникасының элементтері.	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	04	10			
15	15		Ойын жағдайында қабыл-дауды іске асыру.Баскетбол. Допты ойыншыға беру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	05	10			
16	16		Ойын жағдайында қабыл-дауды іске асыру.Баскетбол. Допты екі қолмен алып жүру әдісі	8.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	06	10			
17	17		Ойын жағдайында қабыл-дауды іске асыру.Баскетбол. Допқа иелік ету, допсыз қозғалыстар.	8.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	11	10			
18	18		Ойын жағдайында қабыл-дауды іске асыру. Баскетбол. Қорғағыста ойнау техникасы	8.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және талқылай білу	1	12	10			
19	19		Ойын жағдайында қабыл-дауды іске асыру.Баскетбол. Допты бір орыннан торға тастау	8.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және талқылай білу	1	13	10			
20	20		Ойын құрылымы. Шабуылда ойнау техникасы	8.1.2.1 кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	18	10			
21	21		Ойын құрылымы. Допты торға екі адым жасап тастау	8.1.2.1 кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	19	10			
22	22		Жарыс ойынын ұйымдастыру Кіші баскетбол алаңында жылдамдықта ойнау	8.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай	1	20	10			

				білу						
23		23	Жарыс ойынын ұйымдастыру Баскетбол. Екі жақты ойын ойнау	8.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жарыс істей білулі көрсету және қолдана білу көрсете білу	1	26	10			
24		24	Жарыс ойынын ұйымдастыру. Баскетбол. Екі жақты ойын ойнау	8.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу қиымал-өрекеттерімен байланысты білімді	1	22	10			
4-бөлім Қазақ халқының дәстүрлі ойындары (3 сағат)										
25		25	Қазақтың халық ойындары. Тоғытқұмалақ ойыны	8.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	20	12			*4- Тарау: -3 сағат
26		26	Қазақтың халық ойындары. Тоғытқұмалақ ойыны	8.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	21	12			
27		27	Қазақтың халық ойындары. Тоғытқұмалақ ойыны	8.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	22	12			
2-тоқсан 18 сағат										
3-бөлім Гимнастикалық элементтер және оның түрлері(16 сағат)										
28		1	Қауіпсіздік ережесі Орында және қозғалыста орындау жаттығулары. Саптық жаттығулар ӨКН Жара мен жарақат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	52	11			
29		2	Орында және қозғалыста орындау жаттығулары. Бөрене үстінде тепе теңдік сақтау жаттығулары. ӨКН Жара мен жарақат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	8.3.2.1 денені қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну	1	09	11			
30		3	Орында және қозғалыста орындау жаттығулары. Өрмелеу. Арқанға жылдам өр-мелеу ӨКН Жара мен жарақат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	8.1.2.1 кен ауқымдағы қиымал-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	10	11			
31		4	Акробатикалық жаттығуларды тізбегі: Тепе теңдік және секіру. Қатар кермеде жасалатын	8.1.2.1 кен ауқымдағы қиымал-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	15	11			

[illegible]

4-бағын Қазақ халқының дәстүрлі ойындары (2 сағат)

44	17	Қазақтың халық ойындары. Асық ату мен бас тас ойыны	8.2.6.1 жарыс к-орекеттерін және тәрелік ету орекеттерін көрсету және салыстыра біту	2	10	12	12	12	Тәжіри 4 сағат
45	18	Қазақтың халық ойындары. Тоғысқармалық ойыны.	8.2.6.1 жарыс к-орекеттерін және тәрелік ету орекеттерін көрсету және салыстыра біту	2	10	12	12	12	сағат

3-ТОҚСАН

30 САҒАТ

5-бағын Жермен гимнастика, кросс дайындығы (12 сағат)

46	1	Қауіпсіздік ережесі Жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық касиеттерді дамыту ӨКН Жұрталы ауруларының алдын алу	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізу мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздік бойынша техника қауіпсіздігінің құрмет мәселелерін түсіне біту	1	10	12			
47	2	Жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық касиеттерді дамыту. Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау ӨКН Жұрталы ауруларының алдын алу	8.3.2.1 денені қысқарту және қалыңыа келтіру жаттығуларының көмегімен құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну		14	12			
48	3	Жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық касиеттерді дамыту. Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау ӨКН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік	8.3.2.1 денені қысқарту және қалыңыа келтіру жаттығуларының көмегімен құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну		12	12			
49	4	Арнаулы дамыту жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Қылдырылу, қалыңа кету техникасы ӨКН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік	8.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жеке бастық үлгісімен көрсету		12	12			
50	5	Арнаулы дамыту жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Қылдырылу, қалыңа кету техникасы	8.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жеке бастық үлгісімен көрсету	1	10	12			
51	6	Арнаулы дамыту жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Динамикалық жаттығулар арқылы шыдамдылықты анықтау	8.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кейіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін салыстыра біту	1	10	12			
52	7	Әр түрлі келергілерден жүгіру. Гимнастикалық секіртпемен секіру	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кейіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете біту	1	10	12			

53	8	Әр түрлі кедергілерден жүгіру. Гимнастикалық секіртпемен секіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	25	01			
54	9	Әр түрлі кедергілерден жүгіру. 30 м кедергілер арқылы жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	26	01			
55	10	Әр түрлі кедергілерден жүгіру. 30 м кедергілер арқылы жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	31	01			
56	11	Әр түрлі кедергілерден жүгіру. 3x10 м жылдамдыққа жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	01	02			
57	12	Әр түрлі кедергілерден жүгіру. 3x10 м жылдамдыққа жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	02	02			
6-бөлім Командалық ойын-белсенді қозғалыстың іс-әрекеті.18 сағат									
58	13	Командалық ойындағы көшбасшылық. Баскетбол. Ойын ережелері	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	02	02			
59	14	Командалық көшбасшылық. Ойыншылардың қозғалыстары	8.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу	1	08	02			
60	15	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Баскетбол. Доппен және допсыз қозғалыстар	8.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді көрсету және салыстыра білу	1	09	02			
61	16	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Баскетбол. Допты ойыншыға беру әдісі	8.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін салыстыра білу	1	14	02			
62	17	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Баскетбол. Допты торға тастау әдісі	8.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін салыстыра білу	1	15	02			
63	18	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Баскетбол. 2-3 ұпайлық тастау әдістері	8.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін салыстыра білу	1	16	02			
64	19	Логикалық ойлау қабілетін дамыту ойындары. Баскетбол. Қорғаныста ойнау әдістері	8.2.3.1 қолайлы оқып-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша біріккен, әрі тиімді жұмыс дағдыларын қолдану және көрсете білу	1	21	02			

65	20	Логикалық ойлау қабілетін дамыту ойындары. Баскетбол. Қорғаныста ойнау әдістері	8.2.3.1 қолайлы оқып үйрену ортасын қалыптастыру бойынша біріккен, әрі тиімді жұмыс дағдыларын қолдану және көрсете білу	1	22	02				
66	21	Логикалық ойлау қабілетін дамыту ойындары. Баскетбол. Қарсыласқа тосқауыл қою әдісі	8.2.3.1 қолайлы оқып үйрену ортасын қалыптастыру бойынша біріккен, әрі тиімді жұмыс дағдыларын қолдану және көрсете білу	1	23	02				
67	22	Логикалық ойлау қабілетін дамыту ойындары. Баскетбол. Шабуылда ойнау әдістері	8.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	28	02				
68	23	Логикалық ойлау қабілетін дамыту ойындары. Баскетбол. Шабуылда ойнау әдістері	8.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	29	02				
69	24	Логикалық ойлау қабілетін дамыту ойындары. Баскетбол. Командалық шабуылдағы ойын	8.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	01	03				
70	25	Сергектікті,тап-қырлықты және ұқыптылықты дамыту ойындары. Баскетбол. Командалық қорғаныстағы ойын	8.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді көрсете білу	1	06	03				
71	26	Сергектікті,тап-қырлықты және ұқыптылықты дамыту ойындары. Баскетбол. Ойын техникасы мен тактикалары	8.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді көрсете білу	1	02	03				
72	27	Сергектікті,тап-қырлықты және ұқыптылықты дамыту ойындары. Баскетбол. Ойын техникасы мен тактикалары	8.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді көрсете білу	1	13	03				
73	28	Сергектікті,тап-қырлықты және ұқыптылықты дамыту ойындары. Баскетбол. Командалық қозғалыстар	8.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін көрсету және салыстыра білу	1	14	03				
74	29	Сергектікті,тап-қырлықты және ұқыптылықты дамыту ойындары. Баскетбол. Екі жақты ойын	8.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін көрсету және салыстыра білу	1	15	03				
75	30	Сергектікті,тап-қырлықты және ұқыптылықты дамыту ойындары. Баскетбол. Екі жақты ойын	8.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін көрсету және салыстыра білу	1	20	03				
			4-тоқсан 27 сағат							
7-бөлім Командалық ойынның негізгі дағдысы(12 сағат)										
76	1	Қауіпсіздік ережесі. Ойын техникасы. Футбол ойынының ережелері ОҚН	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігі бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	3	04				

			Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік						
77	2	Ойын техникасы. Футбол. Алаңдағы қозғалыстар ӨҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл-әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	04	04			
78	3	Ойын тактикасы. Футбол. Қақпашының ролі. ӨҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	8.1.2.1 кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	05	04			
79	4	Ойын тактикасы. Футбол. Доппен алдап өту тәсілдері ӨҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	8.1.2.1 кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	10	04			
80	5	Ойын тактикасы. Футбол. Допты баспен ұру түрлері	8.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және талқылай білу	1	11	04			
81	6	Ойын тактикасы. Футбол. Допты тартып алу тәсілдері	8.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және талқылай білу	1	12	04			
82	7	Ойындағы шығармашылық белсенділік. Футбол. Шабуылда ойнау техникасы	8.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1	13	04			
83	8	Ойындағы шығармашылық белсенділік. Футбол. Допты қақпаға бағыттау	8.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1	18	04			
84	9	Ойындағы шығармашылық белсенділік. Футбол. Допты бір екпінмен теуіп жарысу	8.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді көрсету және салыстыра білу	1	19	04			
85	10	Ойындағы шығармашылық белсенділік. Футбол. Айып добын орындау	8.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді көрсету және салыстыра білу	1	24	04			
86	11	Ойындағы шығармашылық белсенділік. Футбол. Екі жақты ойын	8.1.6.1 қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап қайтара білу дағдыларын жақсарту білу	1	25	04			
87	12	Ойындағы шығармашылық белсенділік. Футбол. Екі жақты ойын	8.1.6.1 қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап қайтара білу дағдыларын жақсарту білу	1	26	04			

		Салмауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік							
77	2	Ойын техникасы. Футбол. Алғандағы қозғалыстар ОҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл-өрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1		04	04		
78	3	Ойын тактикасы. Футбол. Қақпашының ролі. ОҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	8.1.2.1 кен ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1		05	04		
79	4	Ойын тактикасы. Футбол. Дөңгені алдап өту тәсілдері ОҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	8.1.2.1 кен ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1		10	04		
80	5	Ойын тактикасы. Футбол. Дөңгі баспен ұру түрлері	8.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-өрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және талқылай білу	1		11	04		
81	6	Ойын тактикасы. Футбол. Дөңгі тартып алу тәсілдері	8.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-өрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және талқылай білу	1		12	04		
82	7	Ойындағы шығармашылық белсенділік. Футбол. Шабуылда ойнау техникасы	8.1.5.1 кен ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1		13	04		
83	8	Ойындағы шығармашылық белсенділік. Футбол. Дөңгі қақпаға бағыттау	8.1.5.1 кен ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1		18	04		
84	9	Ойындағы шығармашылық белсенділік. Футбол. Дөңгі бір екпімен теуіп жарысу	8.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен таңдаған рөлдерді көрсету және салыстыра білу	1		19	04		
85	10	Ойындағы шығармашылық белсенділік. Футбол. Айып добын орындау	8.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен таңдаған рөлдерді көрсету және салыстыра білу	1		24	04		
86	11	Ойындағы шығармашылық белсенділік. Футбол. Екі жақты ойын	8.1.6.1 қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап қайтара білу дағдыларын жақсарту білу	1		25	04		
87	12	Ойындағы шығармашылық белсенділік. Футбол. Екі жақты ойын	8.1.6.1 қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап қайтара білу дағдыларын жақсарту білу	1		26	04		

8-бөлім. Жеңіл атлетика дағдысы арқылы денсаулықты нығайту (12 сағат)

88	13	Ойлы-қырлы жерлерден жүгіру. 200 м жүгіру	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігі бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	02	05			
89	14	Ойлы-қырлы жерлерден жүгіру 400 м жүгіру	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігі бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	03	05			
90	15	Ойлы-қырлы жерлерден жүгіру. Кросс 6 минутқа жүгіру	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігі бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	08	05			
91	16	Төзімділікті дамыту бағытындағы іс-әрекеттер. Эстафета 4x60 м ойыны	8.2.5.1 өзінің және өңгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	10	05			
92	17	Төзімділікті дамыту бағытындағы іс-әрекеттер. 1000 м жүгіру	8.2.5.1 өзінің және өңгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	15	05			
93	18	Төзімділікті дамыту бағытындағы іс-әрекеттер. Ұзақ қашықтыққа жүгіру	8.2.5.1 өзінің және өңгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	16	05			
94	19	Секіру фазаларын қолдану. Бір орынан ұшындаыққа секіру	8.1.3.1. тұлғи дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың азата тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	17	05			
95	20	Секіру фазаларын қолдану. Жүгіріп келіп ұшындаыққа секіру	8.1.3.1. тұлғи дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың азата тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	22	05			
96	21	Секіру фазаларын қолдану. Бийіктікке секіру әдістері	8.1.3.1. тұлғи дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың азата тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	23	05			
97	22	Лақтырудағы құрамадастығы. 150 г кіші донты қашықтыққа лақтыру	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	24	05			
98	23	Лақтырудағы құрамадастығы. 150 г кіші донты қашықтыққа лақтыру	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1					
99	24	Лақтырудағы құрамадастығы. 150 г кіші донты нысанаға лақтыру	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1					
4-бөлім Қызақ халқының дәстүрлі ойындары (3 сағат)									
100	25	Қызақтың халық ойындары. Асық ату мен бас тас ойыны	8.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін көрсету және салыстыра білу	1					
101	26	Қызақтың халық ойындары. Асық ату мен бас тас ойыны	8.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін көрсету және салыстыра білу	1					