



«Бекітемін»
Мектеп директорының м.у.а
Н.Бітпа
«09» 09 2023 ж.

«Келісемін»
Директордың оқу ісі
жөніндегі орынбасары
Ж.Алдашов
«09» 09 2023 ж.

«Қаралды»
Хаттама №1 «09» 09 2023 ж.
Бірлестік жетекшісі
Егемкулов Г

«Дене шынықтыру» пәнінен

КҮНТІЗБЕЛІК- ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР

2023/2024 оқу жылы

Пәні: Дене шынықтыру
Пән мұғалімі: Нархозиев У
Сынып: 5а 5а 5б

1. «Мектепке дейінгі тәрбиесі мен оқытудың бастауыш, негізгі орта және жалпы орта, техникалық және кәсіптік, орта білімнен кейінгі білім берулі нәмілекеттік жалпыға міндетті стандарттарының бекіту туралы» (ҚРОҚ-ағарту министрінің 2022 жылғы 3 тамыздағы №3486 ұйрығы,
2. «Қазақстан Республикасының бастауыш, негізгі орта, жалпы орта білім беру деңгейлік оқу жоспарларының бекіту туралы» (ҚР БҒМ 8.11.2012 ж. №500 бұйрығы, ҚРОҚ-ағарту министрінің 12.08.2022 ж. №365, 30.09.2022 ж. №4126 ұйрығы мен негізгі өзгерістерімен
3. «Жалпы білім беру ұйымдарына арналған жалпы білім беретін пәндер, таңдау курастары мен факультативтер бойынша үлгілік оқу бағдарламаларын бекіту туралы» ҚРОҚ-ағарту министрінің 16.09.2022 ж. №3996 ұйрығы 21.11.2022 ж. №467, 05.07.2023 ж. №1996 ұйрығы мен негізгі өзгерістерімен

2023-2024 оқу жылы

**ДЕНЕ ШЫНЫКТЫРУ ПОШНЕН СЫЛЫПКА АРНАЛГАН
КУНТБЕБЕК ТАСҚЫРЫШТЫҚ ЖОСПАР**

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

№ р/с	Ауыспалы тақырыптар	Сабак №	Сабактардың тақырыптары	Оқудың мақсаттары	Сабақ саны	Мерзімі	
						Б.А. Б.А. Б.А.	Ескертулер
1-тоқсан 27 сағат							
1	1-бағам. Жүгіру, секіру, аяқтау дағдыларын оқыту. (12 сағат)	1	Кәуіпсіздік ережесі. Қысқа қашықтыққа жүгіру техникасын оқу ӨКН.Адамның табигатта өз бетінше өмір сүруі	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында кәуіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу.	1	4.09	
2		2	Қысқа қашықтыққа жүгіру техникасын оқу 30 м жүгіру ӨКН.Медициналық көмек көрсету жолдары	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында кәуіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу.	1	5.09	
3		3	Қысқа қашықтыққа жүгіру техникасын оқу. 60 м жүгіру ӨКН. Жер сілкінісі алдын алуы	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында кәуіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу.	1	7.09	
4		4	Орта және алыс қашықтық техникасын үйрету 200 м жүгіру ӨКН.Жер сілкінісі алдын алуы	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың алға тігізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	12.09	
5		5	Орта және алыс қашықтық техникасын үйрету 400 м жүгіру	5.3.2.1 қыздырыну және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау арасындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	1	14.09	
6		6	Орта және алыс қашықтық техникасын үйрету 800 метрге жүгіру	5.3.2.1 қыздырыну және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау арасындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	1	15.09	
7		7	Жүгіріп келіп және бір орында ұзындыққа секіру техникасын үйрету Бір орыннан ұзындыққа секіру	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулары ретінде білу және орындау	1	19.09	
8		8	Жүгіріп келіп және бір орында ұзындыққа секіру техникасын үйрету Бір орыннан ұзындыққа секіру	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулары ретінде білу және орындау	1	21.09	
9		9	Жүгіріп келіп және бір орында ұзындыққа секіру техникасын үйрету	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулары ретінде білу және орындау	1	22.09	

		үйрету Жүтіріп келіп ұымдыққа секіру	реттілігін білу және орындау			
10		10	Топтық эстафеталық жұмыс Эстафетаға 4х60 жүтіру	5.1.1.1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну	1	26.09
11		11	Топтық эстафеталық жұмыс Эстафетаға 4х60 жүтіру	5.1.1.1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну	1	28.09
12		12	Топтық эстафеталық жұмыс Эстафетаға 4х60 жүтіру	5.1.1.1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну	1	29.09
13	2-бөлім Өзгертілген командалық ойын (12 сығарт)	13	Ойынның қабылдау техникасын үйрету Баскетбол. Ойын ережелері	5.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	1	3.10
14		14	Ойынның қабылдау техникасын үйрету Баскетбол. Ойыншының алаңдағы қозғалысы	5.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	1	5.10
15		15	Ойынның қабылдау техникасын үйрету Баскетбол. Допты екі қолмен беру және қабылдау әдістері	5.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	1	6.10
16		16	Ойынның қабылдау техникасын үйрету Баскетбол. Допты бір және екі қолмен ұстау	5.1.1.1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну	1	10.10
17		17	Негізгі қабылдау тактикасын үйрету Баскетбол. Допты командалыққа беру	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	12.10
18		18	Негізгі қабылдау тактикасын үйрету Баскетбол. Қорғаныста ойнау әдістері	5.2.4.1 дене жаттығулары ақымдағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және баыма түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тесілерді білу және түсіну	1	13.10
19		19	Негізгі қабылдау тактикасын үйрету Баскетбол. Допсыз алаңдағы қозғалыстар	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	17.10

20	Негізгі кәсіпқұрылым тәжірибесін үйрену/баскетбол. Дыбыс торға тапсыру	20	Негізгі кәсіпқұрылым тәжірибесін үйрену/баскетбол. Дыбыс торға тапсыру	5.1.1.1	көлемін, ұзындығы мен жаттығулардың техникасын, стратегиясын және құрылымдық элементтерін білу және сипаттау	1	19.10	
21	Ойын кезінде көпбасшылық ағалыны қалыптастыру/баскетбол. Айып жасау торға тапсыру әдістері	21	Ойын кезінде көпбасшылық ағалыны қалыптастыру/баскетбол. Айып жасау торға тапсыру әдістері	5.1.2.1	көлемін, ұзындығы мен жаттығулардың техникасын, стратегиясын және құрылымдық элементтерін білу және сипаттау	1	20.10	
22	Ойын кезінде көпбасшылық ағалыны қалыптастыру/баскетбол. Шығуында ойыну әдісі	22	Ойын кезінде көпбасшылық ағалыны қалыптастыру/баскетбол. Шығуында ойыну әдісі	5.2.2.1	көпбасшылық ағалылар мен команда құрамында жұмыс істей білу және түсіну	1	24.10	
23	Ойын кезінде көпбасшылық ағалыны қалыптастыру/баскетбол. Екі жақты ойын	23	Ойын кезінде көпбасшылық ағалыны қалыптастыру/баскетбол. Екі жақты ойын	5.2.1.1	өткермені жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-арекеттерімен байланысты білімді білу және түсіну	1	26.10	
24	4-бөлім/Баскетбол ағалыны және зерттеуші ойындары/3 сағат	24	Ағалыны ойындар арасындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену/Топлаушылық ойыны	5.2.5.1	өзінің және өткермендік шығарылымдық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарпайым бағалау жолдарын ұсыну	1	26.10	«4-Тарап» - 3 сағат
25	Ағалыны ойындар арасындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену/Топлаушылық ойыны	25	Ағалыны ойындар арасындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену/Топлаушылық ойыны	5.2.5.1	өзінің және өткермендік шығарылымдық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарпайым бағалау жолдарын ұсыну	1	27.10	
26	Ағалыны ойындар арасындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену/Топлаушылық ойыны	26	Ағалыны ойындар арасындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену/Топлаушылық ойыны	5.2.5.1	өзінің және өткермендік шығарылымдық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарпайым бағалау жолдарын ұсыну	1	28.10	
2-тоқсан 21 сағат								
27	3-бөлім Гимнастикалық жаттығулар арқылы шығарылымдық және сыни тұрғыдан ойлау 16 сағат	1	Көпбасшылық ережелі Көпбасшылық жаттығулардың негізін құру ОҚЖЖердің ойыны мен сыни көпбасшылық ойыны ағалыны	5.3.4.1	денсаулықты нығайту жаттығулардың барысында көпбасшылық мәселелері бойынша қарпайым болу	1	29.11	
28	2	Көпбасшылық ережелі Көпбасшылық жаттығулардың негізін құру/Ағалыны жаттығулар/ОҚЖЖердің ойыны мен сыни көпбасшылық ойыны	5.3.2.1	көпбасшылық және қимыл-арекеттерімен байланысты білімді білу және түсіну	1	30.11		

		орын алынғандығы				
29	3	Көрсеніс жаттықтыру жаттығуларының негізін құру Гимнастикалық төсеңіште жаттығулар жасау ОҚНДары, боран алынғандығы	5.3.2.1 қыздырылу және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау арасындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	1	10.11	
30	4	Көрсеніс жалпы дайыту жаттығуларының негізін құру Гимнастикалық көпір жасау арқылы 1 м көтерілу	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	14.11	
31	5	Акробатикалық жаттығулар орындау Гимнастикалық беренде жаттығулар жасау	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	16.11	
32	6	Акробатикалық жаттығулар орындау Гимнастикалық кермеде жаттығулар жасау	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	17.11	
33	7	Акробатикалық жаттығулар орындау Гимнастикалық сырғиқта жаттығулар жасау	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	24.11	
34	8	Акробатикалық жаттығулар орындау Гимнастикалық күші атта жаттығулар жасау	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	25.11	
35	9	Сварықтарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету Гимнастикалық әртүрлі бейіктіктегі сырғиқта жаттығулар жасау	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	24.11	
36	10	Сварықтарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету Гимнастикалық кермеде жаттығулар жасау	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің бейіктілік сапасын білу және анықтау	1	28.11	
37	11	Сварықтарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету Гимнастикалық төсеңіште жаттығулар жасау	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	30.11	
38	12	Сварықтарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету Гимнастикалық төсеңіште жаттығулар жасау	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	1.12	
39	13	Сварықтарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету Гимнастикалық күші атта 120 см бейіктікке секіру	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарайымы бағытта жолдарын ұсыну	1	5.12	

40	14	Гимнастикалық жинақтың негізін құру Гимнастикалық сырықта жаттығулар жасау	5.2.5.1 өтілін және өткізілген шығармашылық кәсіпкерлерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарсылық бағыта жолдарын ұсыну	1	7.12		
41	15	Гимнастикалық жинақтың негізін құру Гимнастикалық бөренелер жаттығулар жасау	5.2.7.1 жарыс кезінде аяқ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсету және түсіндіру	1	8.12		
42	16	Гимнастикалық жинақтың негізін құру Асық ату және бестас ойыны	5.2.3.1 қолбалы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тінімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау	1	12.12		
43	17	Гимнастикалық жинақтың негізін құру Асық ату және бестас ойыны	5.2.3.1 қолбалы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тінімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау	1	14.12		
44	18	Қазақтың ұлттық ойындары Асық ату және бестас ойыны	5.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытта арналған дағдыларды білу және орындау	1	15.12	(16.12 жабық кірістіру)	
45	19	Қазақтың ұлттық ойындары Топырақмалақ ойыны	5.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытта арналған дағдыларды білу және орындау	1	19.12		
46	20	Қазақтың ұлттық ойындары Топырақмалақ ойыны	5.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытта арналған дағдыларды білу және орындау	1	21.12		
47	21	Қазақтың ұлттық ойындары Топырақмалақ ойыны	5.2.6.1 жарыс іс-әрекеттері және төресілік ету ережелерін білу	1	22.12		
48	22	Ұлттық ойындар асықмалақ тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену. Топырақмалақ ойыны Жүрістің түрлері	5.2.6.1 жарыс іс-әрекеттері және төресілік ету ережелерін білу	2	26.12		
3-тоқсан 30 сағат							
49	1	5-бағыт. Кросс, көркем гимнастикадан алынатын (12 сағат)	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар беру	1	9.01		
50	2	Бой қылаңыру жаттығулары және қалыңқа келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау. Тамырдың соғу жиылы (ТСЖ) анықтау ОЖН-Дері міндеті ұлы заттардан ұлағиында	5.3.2.1 қылаңыру және қалыңқа келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну		11.01		

		көрсетілгенін алғашқы медициналық көмек көрсету			
51	3	Бой қызырму жаттығулары және қалыпқа кестіру техникасының түрлеріне шолу жасау. Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау ӨҚНӨртүрлі жарақат алу жағдайындағы алғашқы медициналық көмек	5.3.2.1 қыздырыну және қалыпқа кестіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну		12.01
52	4	Бой қызырму жаттығулары және қалыпқа кестіру техникасының түрлеріне шолу жасау. Қыздырыну, қалыпқа келу техникасыӨҚН Жаппай жарақат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек	5.3.1.1 денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну		16.01
53	5	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету Қыздырыну, қалыпқа келу техникасы	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын білу және анықтау	1	13.01
54	6	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету Динамикалық жаттығулар арқылы шыдамдылықты анықтау	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын білу және анықтау	1	19.01
55	7	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету Динамикалық жаттығулар арқылы шыдамдылықты анықтау	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	23.01
56	8	Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету Дене қасиеттерінің компоненттері	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	25.01
57	9	Қашықтықта өту техникасының негізі.Қалыпқа келу техникасы жаттығулар кешені	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	26.01
58	11	Қашықтықта өту техникасының негізі.Жүріс, жүгіру жаттығулары	5.3.3.1 түрлі дене жүктеме-лерінің арасындағы айырмашылықты және олардың аяға тітіретін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	30.01
59	12	Қашықтықта өту техникасының негізі.Жүріс, жүгіру жаттығулары	5.3.3.1 түрлі дене жүктеме-лерінің арасындағы айырмашылықты және олардың аяға тітіретін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	1.02

60	6-бап. Біріккен іс-аресттегі ойын-сауық ойындары. 18 сағат	13	Ойындардағы командалық іс-арест және көшбасшылық Волейбол. Ойын ережелері	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар болу	1	4.02	
61		14	Ойындардағы командалық іс-арест және көшбасшылық Волейбол. Адамдағы қолдастыр.	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар болу	1	6.02	
62		15	Ойындардағы командалық іс-арест және көшбасшылық Волейбол. Ойын тактикасының элементтерін жетілдіру.	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар болу	1	8.02	
63		16	Ойындардағы командалық іс-арест және көшбасшылық Волейбол. Дотты ойынға қосу (астың, жанынан)	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	9.02	
64		17	Ойындардағы командалық іс-арест және көшбасшылық Волейбол. Дотты ойынға жотардан қосу әдістері	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	13.02	
65		18	Ойындардағы командалық іс-арест және көшбасшылық Волейбол. Дотты ойынға беру әдістері	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	15.02	
66		19	Ойын арқылы қимылдықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Дотты қабылдау әдістері	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу	1	16.02	
67		20	Ойын арқылы қимылдықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Қорғаныста ойнау әдісі	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу	1	20.02	
68		21	Ойын арқылы қимылдықты шешу жолдарына оқыту.- Волейбол. Дотқа тосқауыл қою	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу	1	22.02	
69		22	Ойын арқылы қимылдықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Екі, үш адамдық тосқауыл қою.	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінін және өзгелердің біліктілік сағасын білу және анықтау	1	23.02	
70		23	Ойын арқылы қимылдықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Екі, үш адамдық тосқауыл қою	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінін және өзгелердің біліктілік сағасын білу және анықтау	1	27.02	
71		24	Ойын арқылы қимылдықты шешу жолдарына оқыту. Волейбол. Шабуылда ойнау тактикасы	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінін және өзгелердің біліктілік сағасын білу және анықтау	1	29.02	

72	25	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет Волейбол. Шабуылда ойнау тактикасы	5.2.3.1 қозғалыс оңу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тіпмді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау	1	1.03	
73	26	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет Волейбол. Шабуылда ойнау техникасы	5.2.5.1 өзіндік және өзгесердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым баалама жолдарын ұсыну	1	5.03	
74	27	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет Волейбол. Шабуыл мен қорғаныс	5.2.5.1 өзіндік және өзгесердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым баалама жолдарын ұсыну	1	7.03	(08.03 сабақ кіріктіру)
75	28	Ойын - сауық ойындарын құру Волейбол. Либро іс - әрекеті	5.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну	1	14.03	
76	29	Ойын - сауық ойындарын құру Волейбол. Ойын тактикалары	5.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну	1	15.03	
77	30	Ойын - сауық ойындарын құру Волейбол. Екі жақты ойын	5.2.6.1 жарыс іс-әрекеттері және төрелік ету ережелерін білу	1	19.03	
4-ТОҚСАН 27 сағат						
78	1	Кәуіпсіздік ережесі Ойын кезінде допты негеу Футбол. Ойын ережелері ӨҚЖЖаппай жаракат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек	5.1.1.1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерін даярлау бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну	1	2.04	
79	2	Ойын кезінде допты негеу Футбол. Футбол ойынына қойылатын гигиеникалық талаптар ӨҚЖЖаппай жаракат алу және басқа да келесіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	5.1.1.1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерін даярлау бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну	1	4.04	
80	3	Ойын кезінде допты негеу Футбол. Алғашқы қозғалыстар ӨҚЖДенсаулық және салауатты өмір салты туралы жалпы түсінік.	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығуларын барысында кәуіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар болу	1	5.04	
81	4	Ойын кезіндегі бағдарлау дағдыларына үйрету. Футбол. Қапашынның ролі ӨҚЖДенсаулық және салауатты өмір салты туралы жалпы түсінік.	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	9.04	

82	5	Ойын кеністігінде бағдарлау дағдыларына үйрету, Футбол. Доппеналапотут әсілері	5.1.2.1 кимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы ретілігін білу және орындау	1	11.04	
83	6	Ойын кеністігінде бағдарлау дағдыларына үйрету, Футбол. Доптыбаспенүрут үрлері	5.2.4.1 дене жаттығуларын аясындағы іс-арекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ерекшелер мен құрылымдық тәсілдерді білу және түсіну	1	12.04	
84	7	Ойын кеністігінде бағдарлау дағдыларына үйрету, Футбол. Доптытартыпалут әсілері	5.2.4.1 дене жаттығуларын аясындағы іс-арекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ерекшелер мен құрылымдық тәсілдерді білу және түсіну	1	16.04	
85	8	Жеке және командалық ойын әрекетте рі Футбол. Шабуылда ойнау техникасы	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	18.04	
86	9	Жеке және командалық ойын әрекетте рі Футбол. Айып добын орындау	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	19.04	
87	10	Жеке және командалық ойын әрекеттеріФутбол. Пенальти орындау	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	23.04	
88	11	Жеке және командалық ойын әрекетте рі Футбол. Командалықшабуыл	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	25.04	
89	12	Ойын стратегиясын құрудағы дағдыны дамытуФутбол. Командалықкорф аныс	5.2.8.1 түрлі кимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу	1	26.04	
90	13	Ойын стратегиясын құрудағы дағдыны дамыту.	5.1.6.1 кимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты кимылдықтарды жөнү және қауіп-қатерге жауап қайтара білудің қарапайым дағдыларын білу және анықтау	1	30.04	
91	14	Ойын стратегиясын құрудағы дағдыны дамыту, Футбол. Екі жақты ойын	5.1.6.1 кимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты кимылдықтарды жөнү және қауіп-қатерге жауап қайтара білудің қарапайым дағдыларын білу және анықтау	1	2.05	
92	15	Ойын стратегиясын құрудағы дағдыны дамыту, Футбол. Екі жақты ойын	5.1.6.1 кимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты кимылдықтарды жөнү және қауіп-қатерге жауап қайтара білудің қарапайым дағдыларын білу және анықтау	1	3.05	

93	В-фасет. Желіні өзінен алауымен алауы және алауы (9 сәт)	16	Желіні қолдану және тыныс алу жүйесін қолдана келтіру 30 м жүтіру	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барынша қауіпсіздік мәселелері бойынша кеңестер болу	1	10.05	
94		17	Желіні қолдану және тыныс алу жүйесін қолдана келтіру 60 м жүтіру	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барынша қауіпсіздік мәселелері бойынша кеңестер болу	1	10.05	(07 05 сабақ күніне)
95		18	Желіні қолдану және тыныс алу жүйесін қолдана келтіру 200 м жүтіру	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің тығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым бағам жолдарын ұсыну	1	14.05	
96		19	Желіні қолдану және тыныс алу жүйесін қолдана келтіру 800 м жүтіру	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің тығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым бағам жолдарын ұсыну	1	16.05	
97		20	Қоғамдық белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту бір орында ұйымдық секіру	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арсындағы айырмашылықты және олардың аялаға тиісетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	17.05	
98		21	Қоғамдық белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту. 150 г еліні астықшылыққа ақтыру	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арсындағы айырмашылықты және олардың аялаға тиісетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	2	21.05	
99		23	Қоғамдық белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту Эстафета 4x60 м	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арсындағы айырмашылықты және олардың аялаға тиісетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	2	23.05	
100		24	Қоғамдық белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту Эстафеталық ойындар	5.3.1.1 денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну	1	24.05	