

КАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
ТҮРКІСТАН ОБЛЫСЫ
КЕЛЕС АУДАНЫ

«№5 жалпы білім беретін мектебі» коммуналдық мемлекеттік мекемесі



Келісемін:
Оқу ісінің меңгерушісі
Алға Ж.Алдашов
«1» 09 2023ж.

О/Б отырысында
қаралды: Алға Т.Егемкулов
«01» 09 2023ж.

Денешынықтыру пәнінің ұзақ мерзімді жоспары
9-11 сыныптар
2023-2024 оқу жылы

Пән мұғалімі: Г.Рысбаев

Абай ауылы

№ р/с	Ауыспалы тақырыпта р	Саб ақ №	Сабақтардың тақырыптары	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі			Ескер- тулер
						А	Ә	Б	
1-тоқсан 27 сағат									
1-БӨЛІМ ЖЕҢІЛ АТЛЕТИКАЛЫҚ ОЙЫНДАР АРҚЫЛЫ ҚИЫН ҚОЗҒАЛЫС ДАҒДЫЛАРЫ (12 сағат)									
1		1	Қауіпсіздік ережесі. Адамның табиғи қозғалысы- жүгіру (Жүгіру және оның түрлері)	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулықты нығайтуға бағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтар өткізу	1	04.09	04.09	06.09	
2		2	Қауіпсіздік ережесі. Адамның табиғи қозғалысы- жүгіру (Жүгіру және оның түрлері)	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау	1	05.09	07.09	07.09	
3		3	Секіру және лақтыру: топтық дайындық жоспары (Секіру және оның түрлері)	11.3.3.3. Жеке жаттығу бағдарламасын жобалап енгізу үшін энергетикалық жүйелерді және жаттығудың қарқындылығын қарастыру	1	07.09	08.09	08.09	
4		4	Секіру және лақтыру: топтық дайындық жоспары (Секіру және оның түрлері)	11.3.3.3. Жеке жаттығу бағдарламасын жобалап енгізу үшін энергетикалық жүйелерді және жаттығудың қарқындылығын қарастыру	1	11.09	11.09	13.09	
5		5	Секіру және лақтыру: топтық дайындық жоспары (Лақтыру және оның түрлері)	11.3.2.2. Жас ерекшеліктерін ескере отырып дене қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларын жобалау, енгізу	1	12.09	14.09	14.09	
6		6	Секіру және лақтыру: топтық дайындық жоспары (Лақтыру және оның түрлері)	11.3.2.2. Жас ерекшеліктерін ескере отырып дене қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларын жобалау, енгізу	1	14.09	15.09	15.09	
7		7	«Денсаулық күнін» құру және ұйымдастыру (Жарыстың жоспарын дайындау)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	18.09	18.09	20.09	
8		8	«Денсаулық күнін» құру және ұйымдастыру (Жарыстың жоспарын дайындау)	11.3.5.5. Өзгелердің дене белсенділігінің тәжірибесін байыту үшін білім мен дағдыны қолдану	1	19.09	21.09	21.09	
9		9	Топтық динамиканы және көшбасшылық түсіну (Лақтыру және оның түрлері)	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау	1	21.09	22.09	22.09	
10		10	Топтық динамиканы және көшбасшылық түсіну (Лақтыру және оның түрлері)	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау	1	25.09	25.09	27.09	
11		11	Топтық динамиканы	11.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды дамыту жүйелі	1	26.09	28.09	28.09	

12	және көшбасшылық түсіну (Лақтыру және оның түрлері)	12	Топтық динамиканы және көшбасшылық түсіну Секіру және оның түрлері)	11.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды дамыту жүйесі қозғалыс тіркесінің дағдысын және бірізділігін құру, түрлендіру және бағалау	1	28.09	29.09	29.09	
13	2-БӨЛІМ ЭМПИРИКАЛЫҚ ОҚУ АРҚЫЛЫ КӨШБАСШЫЛЫҚ КАСИЕТІ (12 сағат)								
14	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	13	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	2.10	2.10	4.10	
15	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	14	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	3.10	5.10	5.10	
16	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	15	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	11.1.5.5. Сенімділікпен қабілеттілікті жақсарту мақсатында жана тактика, стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	5.10	6.10	6.10	
17	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындардың терминдері)	16	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындардың терминдері)	11.1.5.5. Сенімділікпен қабілеттілікті жақсарту мақсатында жана тактика, стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	9.10	9.10	11.10	
18	Жоғары көшбасшылық дағды (Спорттық ойындардың терминдері)	17	Жоғары көшбасшылық дағды (Спорттық ойындардың терминдері)	11.1.5.5. Сенімділікпен қабілеттілікті жақсарту мақсатында жана тактика, стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	10.10	12.10	12.10	
19	Жоғары көшбасшылық дағды (Волейбол. Ойын кезіндегі көшбасшының ролі)	18	Жоғары көшбасшылық дағды (Волейбол. Ойын кезіндегі көшбасшының ролі)	11.2.2.2. Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын тандау және түсіндіру	1	12.10	13.10	13.10	
20	Жоғары көшбасшылық дағды (Баскетбол. Ойын кезіндегі көшбасшының ролі)	19	Жоғары көшбасшылық дағды (Баскетбол. Ойын кезіндегі көшбасшының ролі)	11.2.2.2. Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын тандау және түсіндіру	1	16.10	16.10	18.10	
21	Жоғары көшбасшылық дағды (Волейбол. Ойын кезіндегі көшбасшының ролі)	20	Жоғары көшбасшылық дағды (Волейбол. Ойын кезіндегі көшбасшының ролі)	11.2.1.1. Қозғалысқа байланысты өзгермелі жағдайларда балама идеяларды құру	1	17.10	19.10	19.10	
22	Жоғары көшбасшылық дағды (Футбол. Ойын кезіндегі көшбасшының ролі)	21	Жоғары көшбасшылық дағды (Футбол. Ойын кезіндегі көшбасшының ролі)	11.2.1.1. Қозғалысқа байланысты өзгермелі жағдайларда балама идеяларды құру	1	19.10	20.10	20.10	
23	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	22	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	11.2.1.1. Қозғалысқа байланысты өзгермелі жағдайларда балама идеяларды құру	1	23.10	23.10	26.10	
24	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	23	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	24.10	26.10	27.10	
25	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	24	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	26.10	27.10	08.11	
4-БӨЛІМ ҰЛТТЫҚ ОЙЫНДАҒЫ ШЫҒАРМАШЫ-ЛЫҚ ӘЛЕУЕТ (3 сағат)									
25	Ұлттық ойындардан жарыс ұйымдастыру және өткізу (Асық ату және бестас ойыны)	25	Ұлттық ойындардан жарыс ұйымдастыру және өткізу (Асық ату және бестас ойыны)	11.2.5.5. Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау	1	6.11	6.11	09.11	*4-Тарау:

26		26	Ұлттық ойындардан жарыс ұйымдастыру және өткізу (Асық ату және бестас ойыны)	11.2.5.5. Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау	1	7.11	9.11	10.11	→3 сағат
27		27	Ұлттық ойындардан жарыс ұйымдастыру және өткізу (Асық ату және бестас ойыны)	11.2.5.5. Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау	1	9.11	10.11	12.11	
2-тоқсан 18 сағат									
3-БӨЛІМ ГИМНАСТИКА АРҚЫЛЫ ТАНЫМДЫҚ ДАҒДЫНЫ ҚҰРАСТЫРУ (16 сағат)									
28		1	Қауіпсіздік ережесі. Акробатикалық еркін жаттығулар элементінің жиынтығы	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулығын нығайтуға бағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтар өткізу	1	13.11	13.11	15.11	
29		2	Акробатикалық еркін жаттығулар элементінің жиынтығы (Саптық жаттығулар жиынтығы)	11.3.2.2. Жас ерекшеліктерін ескере отырып дене қыздару және қалпына келтіру жаттығуларын жобалау, енгізу	1	14.11	16.11	16.11	
30		3	Акробатикалық еркін жаттығулар элементінің жиынтығы (Саптық жаттығулар жасау және жетілдіру)	11.1.4.4. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	16.11	17.11	17.11	
31		4	Акробатикалық еркін жаттығулар элементінің жиынтығы (Гимнастикалық құрылымдардың түрлері және жаттығу жасау әдісі)	11.1.5.5. Сенімділікпен қабілеттілікті жақсарту мақсатында жаңа тактика, стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	20.11	21.11	22.11	
32		5	Гимнастикалық снаряд-тардағы жаттығулар жиынтығы (Гимнастикалық құралдар жиынтығы)	11.1.5.5. Сенімділікпен қабілеттілікті жақсарту мақсатында жаңа тактика, стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	21.11	23.11	23.11	
33		6	Гимнастикалық снаряд-тардағы жаттығулар жиынтығы (Гимнастикалық құрал-дармен жұмыс жасау)	11.1.4.4. Сапалы орындауды жақсарту үшін жаңа қозғалыс қабілеттерін дамыту	1	23.11	24.11	24.11	
34		7	Гимнастикалық снаряд-тардағы жаттығулар жиынтығы (Гимнастикалық құралдармен жарыстар)	11.1.5.5. Сенімділікпен қабілеттілікті жақсарту мақсатында жаңа тактика, стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	27.11	27.11	29.11	
35		8	Гимнастикалық снаряд-тардағы жаттығулар жиынтығы (Гимнастикалық құрал-жабдықтармен жаттығулар жасау)	11.1.4.4. Сапалы орындауды жақсарту үшін жаңа қозғалыс қабілеттерін дамыту	1	28.11	30.11	30.11	
36		9	Топта талдау жасау мен қатысу және құру процесі (Баскетбол жарыстарын талдау)	11.2.5.5. Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	30.11	01.12	01.12	
37		10	Топта талдау жасау мен қатысу және құру процесі (Футбол жарыстарын талдау)	11.2.5.5. Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	04.12	04.12	06.12	

38		11	Топта талдау жасау мен қатысу және құру процесі (Асық ату жарыстарын талдау)	11.2.5.5. Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	05.12	07.12	07.12	
08.1 39		12	Топта талдау жасау мен қатысу және құру процесі (Баскетбол жарыстарын талдау)	11.2.5.5. Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	07.12	08.12	08.12	
40		13	Топта талдау жасау мен қатысу және құру процесі (Футбол жарыстарын талдау)	11.2.5.5. Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	11.12	11.12	13.12	
41		14	Топта талдау жасау мен қатысу және құру процесі (Асық ату жарыстарын талдау)	11.2.5.5. Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	12.12	14.12	14.12	
42		15	Топта талдау жасау мен қатысу және құру процесі (Футбол жарыстарын талдау)	11.2.5.5. Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	14.12	15.12	15.12	
43		16	Топта талдау жасау мен қатысу және құру процесі (Асық ату жарыстарын талдау)	11.2.5.5. Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	19.12	21.12	20.12	
4-БӨЛІМ ҰЛТТЫҚ ОЙЫНДАҒЫ ШЫҒАРМАШЫ-ЛЫҚ ӨЛЕУЕТ (2 сағат)									
44	17		Қазақ дәстүрлі ойын-дарындағы стратегия мен тактика (Асық ату және бестас ойыны)	11.3.5.5. Өзгелердің дене белсенділігі тәжірибесін байыту үшін білім мен дағдыны қолдану	1	21.12	22.12	21.12	*4- Тарау:- 6 сағат
45	18		Қазақ дәстүрлі ойын-дарындағы стратегия мен тактика (Асық ату және бестас ойыны)	11.3.5.5. Өзгелердің дене белсенділігі тәжірибесін байыту үшін білім мен дағдыны қолдану	1	25.12	25.12	22.12	
3-ТОҚСАН 30 САҒАТ									
5-БӨЛІМ ЭМПИРИКАЛЫҚ ОҚУ АРҚЫЛЫ КӨШБАСШЫЛЫҚ ҚАСИЕТІ (14 сағат)									
46	1		Топтық динамиканы және көшбасшылық түсіну (Лақтыру және оның түрлері)	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау	1	26.12	28.12	27.12	
47	2		Топтық динамиканы және көшбасшылық түсіну Секіру және оның түрлері)	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде көрсету және бағалау		27.12	08.01	28.12	
48	3		Топтық динамиканы және көшбасшылық түсіну (Секіру және оның түрлері)	11.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды дамыту жүйелі қозғалыс тіркесінің дағдысын және бірізділігін құру, түрлендіру және бағалау		08.01	11.01	10.01	
49	4		Топтық динамиканы және көшбасшылық түсіну (Секіру және оның түрлері)	11.2.4.4. Дене жаттығуларының сапасын жақсарту мақсатында баламалы ережелер мен құрылымдық әдістерін бағалау және түсіндіру		09.01	12.01	11.01	
50	5		Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	11.01	15.01	12.01	

51	6	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі қозғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	15.01	18.01	17.01
52	7	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындар және оның ережелері)	11.1.5.5. Сенімділікпен қабілеттілікті жақсарту мақсатында жаңа тактика, стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	16.01	19.01	18.01
53	8	Еркін көшбасшылық рөлі (Спорттық ойындардың терминдері)	11.1.5.5. Сенімділікпен қабілеттілікті жақсарту мақсатында жаңа тактика, стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	18.01	22.01	19.01
54	9	Жоғары көшбасшылық дағды (Спорттық ойындардың терминдері)	11.2.2.2. Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын тандау және түсіндіру	1	22.01	26.01	24.01
55	10	Жоғары көшбасшылық дағды (Волейбол. Ойын кезіндегі көшбасшының ролі)	11.2.2.2. Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын тандау және түсіндіру	1	23.01	29.01	25.01
56	11	Жоғары көшбасшылық дағды (Баскетбол. Ойын кезіндегі көшбасшының ролі)	11.2.1.1. Қозғалысқа байланысты өзгермелі жағдайларда балама идеяларды құру	1	25.01	01.02	26.01
57	12	Жоғары көшбасшылық дағды (Футбол. Ойын кезіндегі көшбасшының ролі)	11.2.1.1. Қозғалысқа байланысты өзгермелі жағдайларда балама идеяларды құру	1	29.01	02.02	31.01
6-БӨЛІМ ОЙЫН-САУЫҚ ОЙЫНДАРЫ АРҚЫЛЫ ҒЫНТЫМАҚТАСТЫҚ ЖӘНЕ КОММУНИКАТИВТІК ОРТА (18 сағат)							
58	13	Шытырман ойындар ақылы коммуникативтік дағдылар (Волейбол. Ойын ережелері)	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулығын нығайтуға бағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтар өткізу	1	30.01	05.02	01.02
59	14	Шытырман ойындар ақылы коммуникативтік дағдылар (Волейбол. Алаңдағы қозғалыстар, орын ауысулар)	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулығын нығайтуға бағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтар өткізу	1	01.02	06.02	02.02
60	15	Шытырман ойындар ақылы коммуникативтік дағдылар (Волейбол. Допты ойынға бір шетінен, астынан қосу)	11.2.2.2. Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын тандау және түсіндіру	1	05.02	08.02	07.02
61	16	Шытырман ойындар ақылы коммуникативтік дағдылар (Волейбол. Допты ойынға жоғарыдан қосу)	11.2.2.2. Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын тандау және түсіндіру	1	06.02	09.02	08.02
62	17	Шытырман ойындар ақылы коммуникативтік дағдылар (Волейбол. Допты ойынға жоғарыдан қосу)	11.2.8.8. Рөлдерді орындауда туындаған әртүрлі қозғалыс контекстінде жеке қабілеттілікті анықтау	1	08.02	12.02	09.02
63	18	Ойын-сауық ойындары-ның мәселесін шешу дағдысы (Волейбол. Допты құлай қабылдау әдістері)	11.2.8.8. Рөлдерді орындауда туындаған әртүрлі қозғалыс контекстінде жеке қабілеттілікті анықтау	1	12.02	15.02	14.02
64	19	Ойын-сауық ойындары-ның мәселесін шешу дағдысы (Волейбол. Қорғаныста ойнау әдістері)	11.2.8.8. Рөлдерді орындауда туындаған әртүрлі қозғалыс контекстінде жеке қабілеттілікті анықтау	1	13.02	16.02	15.02
65	20	Ойын-сауық ойындары-ның мәселесін шешу дағдысы (Волейбол. Доппен әртүрлі жаттығулар)	11.1.4.4. Сапалы орындауда жақсарту үшін жаңа қозғалыс қабілеттерін дамыту	1	15.02	19.02	16.02

[illegible]

80	5	Ойыншының тактикалық әрекеті (Волейбол ойыны кезіндегі тактикалық жүріс)	11.1.1.1. Өзінің және өзгелердің спорттық арнайы қимыл-козғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кен ауқыма жоғары дәрежеде көрсету және бағалау	1	01.04	08.04	05.04	
81	6	Ойын процесіндегі шығармашылық әлеуметтілік (Асық ату және бестас ойыны кезіндегі тактикалық әдістер)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі козғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	02.04	11.04	06.04	
82	7	Ойын процесіндегі шығармашылық әлеуметтілік (Асық ату және бестас ойыны кезіндегі тактикалық әдістер)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі козғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	04.04	12.04	10.04	
83	8	Ойын процесіндегі шығармашылық әлеуметтілік (Тоғызқұмалақ ойыны кезіндегі тактикалық әдістер)	11.1.2.2. Түрлі дене жаттығуларында жүйелі козғалыс пен шығармашылық комбинациясын қолдану және құру	1	08.04	15.04	11.04	
84	9	Ойын процесіндегі шығармашылық әлеуметтілік (Тоғызқұмалақ ойыны кезіндегі тактикалық әдістер)	11.2.4.4. Дене жаттығуларының сапасын жақсарту баламалы ережелер мен құрылымдық әдістерін бағалау және түсіндіру	1	09.04	18.04	12.04	
85	10	Ойын процесіндегі шығармашылық әлеуметтілік (Волейбол жарысын ұйымдастыру)	11.2.4.4. Дене жаттығуларының сапасын жақсарту баламалы ережелер мен құрылымдық әдістерін бағалау және түсіндіру	1	11.04	19.04	17.04	
86	11	Ойын жарыстарын ұйымдастырып өткізу (Футбол жарысын ұйымдастыру)	11.1.5.5. Сенімділіктен көбілеттілікті жақсарту мақсатында жаңа тактика, стратегия және құрылымдық идеяларды жобалау	1	14.04	22.04	18.04	
87	12	Ойын жарыстарын ұйымдастырып өткізу (Баскетбол жарысын ұйымдастыру)	11.2.8.8. Рөлдерді орындауда туындаған әртүрлі козғалыс контекстінде жеке көбілеттілікті анықтау	1	15.04	25.04	19.04	
8-БӨЛІМ ДЕНСАУЛЫҚ ЖӘНЕ ФИТНЕС (12 сағат) 26.04								
88	13	Денсаулық. Дене белсенділік жаттығулары (Жүгіру және оның түрлері)	11.3.3.3. Жеке жаттығу бағдарламасын жобалап енгізу үшін жаттығудың энергетикалық жүйесін және қарқындылығын қарастыру	1	16.04	26.04	24.04	
89	14	Денсаулық. Дене белсенділік жаттығулары (Жүгіру және оның түрлері)	11.3.3.3. Жеке жаттығу бағдарламасын жобалап енгізу үшін жаттығудың энергетикалық жүйесін және қарқындылығын қарастыру	1	18.04	29.04	25.04	
90	15	Денсаулық. Дене белсенділік жаттығулары (Жүгіру және оның түрлері)	11.3.3.3. Жеке жаттығу бағдарламасын жобалап енгізу үшін жаттығудың энергетикалық жүйесін және қарқындылығын қарастыру	1	22.04	02.05	26.04	
91	16	Денсаулық. Дене белсенділік жаттығулары (Секіру және оның түрлері)	11.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды дамытуда жүйелі козғалыс тіркесінің дағдысын құру, түрлендіру және бағалау	1	23.04	03.05	01.05	
92	17	Денсаулық. Дене белсенділік жаттығулары (Секіру және оның түрлері)	11.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды дамытуда жүйелі козғалыс тіркесінің дағдысын құру, түрлендіру және бағалау	1	25.04	06.05	02.05	
93	18	Денсаулықты нығайту үшін фитнес жиынтығы (Секіру және оның түрлері)	11.2.5.5. Өзінің және өзгелерінің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	29.04	09.05	03.05	

94	19	Денсаулықты нығайту үшін фитнес жиынтығы (Лактыру және оның түрлері)	11.2.5.5. Өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру нәтижелерін бағалау	1	30.04	10.05	08.05	
95	20	Денсаулықты нығайту үшін фитнес жиынтығы (Лактыру және оның түрлері)	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулығын нығайтуға бағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтар өткізу	1	02.05	13.05	09.05	
96	21	Денсаулықты нығайту үшін фитнес жиынтығы (Лактыру және оның түрлері)	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулығын нығайтуға бағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтар өткізу	1	06.05	16.05	10.05	
97	22	«Денсаулық күні» іс-шараларын өткізу (Эстафетадан жарыс ұйымдастыру)	11.3.1.1. «Денсаулық» деген кең ауқымды ұғымға өз көзқарасын бағалау және тиісті таңдау жасау	1	13.05	17.05	15.05	
98	23	«Денсаулық күні» іс-шараларын өткізу (Секіруден жарыс ұйымдастыру)	11.3.1.1. «Денсаулық» деген кең ауқымды ұғымға өз көзқарасын бағалау және тиісті таңдау жасау	1	14.05	20.05	16.05	
99	24	«Денсаулық күні» іс-шараларын өткізу (Лактырудан жарыс ұйымдастыру)	11.3.1.1. «Денсаулық» деген кең ауқымды ұғымға өз көзқарасын бағалау және тиісті таңдау жасау	1	16.05	22.05	17.05	
4-БӨЛІМ ҰЛТТЫҚ ОЙЫНДАҒЫ ШЫҒАРМАШЫ-ЛЫҚ ӘЛЕУЕТ (3 сағат)								
100	25	Ұлттық ойындардан жарыс ұйымдастыру және өткізу (Асық ату және бестас ойыны)	11.2.6.6. Жарыс іс-шараларының шарттары және төреші ережесін таңдау және бағалау	1	20.05	23.05	22.05	*4- Тарау: +3 сағат
101	26	Ұлттық ойындардан жарыс ұйымдастыру және өткізу (Тоғызқұмалақ ойынын өткізу)	11.2.6.6. Жарыс іс-шараларының шарттары және төреші ережесін таңдау және бағалау	1	21.05	24.05	23.05	
102	27	Ұлттық ойындардан жарыс ұйымдастыру және өткізу (Асық ату және бестас ойынын өткізу)	11.2.6.6. Жарыс іс-шараларының шарттары және төреші ережесін таңдау және бағалау	1	23.05	25.05	24.05	

**ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ПӘНІНЕН 9 СЫНЫПКА АРНАЛҒАН
КҮНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР**

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

№ р/с	Ауыспалы тақырыптар	Саб ак №	Сабақтардың тақырыптары	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі		Есептеу үлгісін
						9а	9б	
1-тоқсан 27 сағат								
1		1	Қауіпсіздік ережесі. Спринттік жүгіруді жетілдіру ӨҚН Радиоактивтік заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1	01.09	01.09	
2		2	Спринттік жүгіруді жетілдіру (60 м жүгіру) ӨҚН Радиоактивтік заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1	04.09	04.09	
3		3	Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту (4x10 м жүгіру) ӨҚН Гидродинамикалық апаттар	9.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру және сипаттау;	1	05.09	05.09	
4		4	Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту (200 м жүгірту)ӨҚН Радиоактивтік заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар	9.3.2.1 нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған дене қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау	1	06.09	07.09	
5		5	Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту (400м жүгірту)	9.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру және сипаттау;	1	11.09	11.09	
6		6	Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту (эстафетаға 4x60 жүгірту)	9.3.2.1 нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған дене қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау	1	12.09	12.09	
7		7	Секірудің түрлендірілген түрлері (Ұзындыққа бір орыннан секіру)	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу	1	13.09	14.09	
8		8	Секірудің түрлендірілген түрлері (Ұзындыққа жүгіріп келіп секіру)	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу	1	18.09	18.09	
9		9	Лақтыруды жетілдіруге арналған жаттығулар құрастыру (150 г кіші допты нысанаға лақтыру)	9.1.1.1 үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру	1	19.09	19.09	
10		10	Лақтыруды жетілдіруге арналған жаттығулар құрастыру (150 г кіші допты қашықтыққа лақтыру)	9.1.1.1 үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру	1	20.09	21.09	

11	11	Жүгіру эстафетасын өткізу жолдарын құрастыру Эстафеталық таяқты беру техникасы)	9.3.5.1 баска адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды бағалай білу	1	25.09	25.09
12	12	Жүгіру эстафетасын өткізу жолдарын құрастыру (эстафетаға жүгіру 4x60 м)	9.3.5.1 баска адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды бағалай білу	1	26.09	26.09
13	13	Ойын техникасы (Футбол. Ойын ережелерімен еске түсіру)	9.1.1.1 үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру;	1	27.09	28.09
14	14	Ойын техникасы (Футбол. Қорғаныста ойнау)	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу;	1	02.10	02.10
15	15	Ойын техникасы (Футбол. шабуылда ойнау)	9.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді бағалау және салыстыра білу	1	03.10	03.10
16	16	Ойын техникасы (Футбол. Допты ойыншымен алмасу)	9.1.1.1 үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру;	1	04.10	05.10
17	17	Ойын техникасы (Футбол. Допты қақпаға тебу)	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу;	1	09.10	09.10
18	18	Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер, (Футбол. Айып добын тебу)	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу;	1	10.10	10.10
19	19	Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер (Футбол. Допты игеру әдісі)	9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	1	11.10	12.10
20	20	Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер (Футбол. Баспен ойнау әдісі)	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу;	1	16.10	16.10
21	21	Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы (Футбол. Допты тартып алу әдістері)	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1	17.10	17.10
22	22	Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы (Футбол. Командалық қозғалыстар)	9.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтару, қимыл-әрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу	1	18.10	19.10
23	23	Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы ((Футбол. Екі жақты ойын)	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1	23.10	23.10
24	24	Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы (Футбол. Допты тартып алу)	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1	24.10	24.10
25	25	Зияткерлік ойындар (шахмат ойыны)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	06.11	26.10

26	26	Зияткерлік ойындар (дойбы ойыны)	9.2.6.6 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу;	1	07.11	06.11	+3 сағат
27	27	Зияткерлік ойындар Шахмат және дойбы ойыны)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	08.11	07.11	
28	1	Қауіпсіздік ережесі. Топтық саптық жаттығулар ӨҚН Гидродинамикалық апаттар	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1	13.11	09.11	
29	2	Топтық саптық жаттығулар. (Арнайы жаттығуларды сапалы жасау.) ӨҚН Радиоактивтік заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1	14.11	13.11	
30	3	Акробатикалық элемент-тердің жиынтығын құру (Топтастыру жаттығуларын жасау) ӨҚН Мектеп жасындағы балалардың жара-қат алуының және жарақат алған кездегі естен тануының алдын алу шаралары.	9.3.2.1 нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған қызыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау;	1	15.11	14.11	
31	4	Акробатикалық элемент-тердің жиынтығын құру (Жинақтаушы жаттығуларды орындау)	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу	1	20.11	16.11	
32	5	Акробатикалық элемент-тердің жиынтығын құру (Гимнастикалық керемде жаттығулар жасау)	9.3.2.1 нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған қызыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау;	1	21.11	20.11	
33	6	Акробатикалық элемент-тердің жиынтығын құру (Гимнастикалық сырықта жаттығулар жасау)	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу	1	22.11	21.11	
34	7	Гимнастикалық снарядта жүйелі жаттығулар құру (Гимнастикалық атта нұсқама көрсету)	9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу;	1	27.11	23.11	
35	8	Гимнастикалық снарядта жүйелі жаттығулар құру (Еденде жатып орындалатын жаттығулар)	9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу;	1	28.11	27.11	
36	9	Гимнастикалық снарядта жүйелі жаттығулар құру (Гимнастикалық жаттығу-лардың орындалу реті)	9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу;	1	29.11	28.11	
37	10	Гимнастикалық снарядта жүйелі жаттығулар құру (Төсеніште орындалатын жаттығулар жасау)	9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу;	1	04.12	30.11	
38	11	Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау (Жұпта орындалатын еркін жаттығулар жасау)	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1	05.12	04.12	
39	12	Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау (Акробатикалық жаттығулар жасау)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	06.12	05.12	

40	13	Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау (Топта домалау, секіру жаттығуларын жасау)	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1	11.12	07.12	
41	14	Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау (флешмоб)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	12.12	11.12	
42	15	Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау (Топта дома-лау, секіру жаттығуларын жасау)	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1	13.12	12.12	
43	16	Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау (флешмоб)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	19.12	14.12	
44	17	Халықаралық ойындар (шахмат ойыны)	9.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды бағалай білу	1	20.12	19.12	*4-Тарау: -6 сағат
45	18	Халықаралық ойындар (дойбы ойыны)	9.2.7.1 жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсетуді талдай білу;	1	25.12	21.12	
46	1	Қауіпсіздік ережесі. Денені қыздыру және қалпына келтіру әдістерінің кешенін құрастыру ӨҚН Мектеп жасындағы балалардың жара-кат алуының және жарақат алған кездегі естен тануының алдын алу шаралары.	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу;	1	26.12	25.12	
47	2	Денені қыздыру және қалпына келтіру әдістерінің кешенін құрастыру (Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау)ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	9.3.2.1 нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау		27.12	26.12	
48	3	Денені қыздыру және қалпына келтіру әдістерінің кешенін құрастыру (Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау)ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	9.3.2.1 нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау		08.01	08.01	
49	4	Күшті, төзімділікті жақсарту жатығулар жиынтығы (Қыздыру, қалыпқа келу техникасы)ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	9.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жекебастың үлгісімен көрсету;		09.01	09.01	
50	5	Күшті, төзімділікті жақсарту жатығулар жиынтығы (Қыздыру, қалыпқа келу техникасы)	9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу	1	10.01	11.01	
51	6	Күшті, төзімділікті жақсарту жатығулар жиынтығы(Дене қасиет-терінің	9.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жекебастың үлгісімен көрсету;	1	15.01	15.01	

			компоненттері (Динамикалық жаттығулар арқылы шыдамдылықты анықтау)					
52	7		Күшті, төзімділікті жақсарту жаттығулар жиынтығы (Дене қасиеттерінің компоненттері	9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу	1	16.01	16.01	16.01
53	8		Күшті, төзімділікті жақсарту жаттығулар жиынтығы (қалыпқа келу техникасы жаттығулар кешені)	9.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жекебастың үлгісімен көрсету;	1	17.01	17.01	18.01
54	9		Күшті, төзімділікті жақсарту жаттығулар жиынтығы (қалыпқа келу техникасы жаттығулар кешені)	9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу	1	22.01	22.01	22.01
55	10		Кедергілерден өтудегі арнайы спецификалық жаттығуларды жетілдіру (қалыпқа келу техникасы жаттығулар кешені)	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу;	1	23.01	23.01	23.01
56	11		Кедергілерден өтудегі арнайы спецификалық жаттығуларды жетілдіру (жүріс,жүгіру жаттығулары)	9.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру және сипаттау	1	24.01	24.01	25.01
57	12		Кедергілерден өтудегі арнайы спецификалық жаттығуларды жетілдіру (дайындық және арнайы жаттығулар)	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу;	1	29.01	29.01	29.01
58	13		Ойын кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-шаралар (Баскетбол. Ойын ережелері)	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу;	1	30.01	30.01	30.01
59	14		Ойын кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-шаралар (Баскетбол. Допсыз алаңда қозғалыстар)	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау	1	31.01	31.01	01.02
60	15		Ойын кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-шаралар (Баскетбол. Допты ойыншыға беру әдісі)	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу;	1	05.02	05.02	05.02
61	16		Ойын кезіндегі мәселені шешу дағдысын жетілдіру (Баскетбол өзара әрекеттестік)	9.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді бағалау және бейімдей білу;	1	06.02	06.02	06.02
62	17		Ойын кезіндегі мәселені шешу дағдысын жетілдіру (Баскетбол. Командалық жұмыс)	9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу	1	07.02	07.02	08.02
63	18		Ойын кезіндегі мәселені шешу дағдысын жетілдіру (Баскетбол тактикасы, стратегиялар)	9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу	1	12.02	12.02	12.02
64	19		Ойын комбинацияларын құру (Баскетбол. Доп беру, допты ойыншыға беру)	9.2.3.1 қолайлы оқып-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша бірқатар біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын бағалай білу;	1	13.02	13.02	13.02
65	20		Ойын комбинацияларын құру (Баскетбол. Дриблинг, финттар)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	14.02	14.02	15.02

66	21	Ойын комбинацияларын құру (Баскетбол. Допты алып жүру)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	19.02	19.02
67	22	Баламалы ойындар құрастыру (Баскетбол. Шабуылға тосқауыл қою)	9.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-өрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу;	1	20.02	20.02
68	23	Баламалы ойындар құрастыру (Баскетбол. Допты торға тастау)	9.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу	1	21.02	22.02
69	24	Баламалы ойындар құрастыру (Баскетбол. Командалық қозғалыстар)	9.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-өрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу;	1	26.02	26.02
70	25	Баламалы ойындар құрастыру (Баскетбол. Қоганыста ойнау әдістері)	9.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу	1	27.02	27.02
71	26	Баламалы ойындар құрастыру (Баскетбол Шабуылда ойнау әдістері)	9.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-өрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу;	1	28.02	29.02
72	27	Баламалы ойындар құрастыру (Баскетбол. Екі жақты ойын)	9.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу	1	04.03	04.03
73	28	Баламалы ойындар құрастыру (Баскетбол. Шабуылға тосқауыл қою)	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу;	1	05.03	05.03
74	29	Баламалы ойындар құрастыру (Баскетбол. Допты торға тастау)	9.2.2.1 қосбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау	1	06.03	07.03
75	30	Ойын кезіндегі қосбасшылық және командалық іс-шаралар (Баскетбол. Екі жақты ойын)	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу;	1	11.03	11.03
76	1	Қауіпсіздік ережесі. Ойын жағдайында допты игеру техникасы (Волейбол. Ойын ережелері) ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу;	1	12.03	12.03
77	2	Ойын жағдайында допты игеру техникасы (Волейбол, алаңдағы қозғалыстар) ӨҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	9.1.1.1 үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-өрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру	1	13.03	14.03
78	3	Ойын кеңістігінде бағыт-бағдар дағдысын жетілдіру (Волейбол, алаңдағы қозғалыстар) ӨҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене қаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу;	1	18.03	18.03
79	4	Ойын кеңістігінде бағыт-бағдар дағдысын жетілдіру (Волейбол, допты қабылдау түрлері)ӨҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене қаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу;	1	19.03	19.03

80	5	Ойын кеңістігінде бағыт-бағдар дағдысын жетілдіру (Волейбол, допты қабылдау түрлері)	9.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді бағалау және салыстыра білу	1	20.03	01.04
81	6	Ойын кеңістігінде бағыт-бағдар дағдысын жетілдіру (Волейбол, допты ойынға қосу түрлері)	9.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді бағалау және салыстыра білу	1	01.04	02.04
82	7	Жеке, топтық, командалық тактикалық әрекеттер (Волейбол, допты ойынға қосу түрлері)	9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	1	02.04	04.04
83	8	Жеке, топтық, командалық тактикалық әрекеттер (Волейбол, допты ойынға қосу түрлері)	9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	1	03.04	08.04
84	9	Топта ойын- сауық ойындарын құру (Волейбол, қорғаныста ойнау)	9.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді бағалау және бейімдей білу;	1	08.04	09.04
85	10	Топта ойын- сауық ойындарын құру (Волейбол, шабуылда ойнау)	9.1.6.1 қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап қайтара білу дағдыларын бағалау	1	09.04	11.04
86	11	Топта ойын- сауық ойындарын құру (Волейбол, тосқауыл қою)	9.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді бағалау және бейімдей білу;	1	10.04	15.04
87	12	Топта ойын- сауық ойындарын құру (Волейбол, екі жақты ойын)	9.1.6.1 қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап қайтара білу дағдыларын бағалау	1	15.04	16.04
88	13	Әртүрлі бұлшық еттерді қалпына келтіру жаттығулар жиынтығын құрастыру. (60 м жүгіру)	9.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың азғаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру және сипаттау	1	16.04	18.04
89	14	Әртүрлі бұлшық еттерді қалпына келтіру жаттығулар жиынтығын құрастыру (эстафетаға жүгіру)	9.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың азғаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру және сипаттау	1	17.04	22.04
90	15	Стайерлік жүгіру дағдысын дамыту (200 м жүгіру)	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу	1	22.04	23.04
91	16	Стайерлік жүгіру дағдысын дамыту (400 м жүгіру)	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу	1	23.04	25.04
92	17	Секіру, лақтыру дағдысын дамыту (допты нысанаға лақтыру)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	24.04	29.04
93	18	Секіру, лақтыру дағдысын дамыту (допты нысанаға лақтыру)	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1	29.04	30.04
94	19	Секіру, лақтыру дағдысын дамыту (допты қашықтыққа лақтыру)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	30.04	02.05
95	20	Секіру, лақтыру дағдысын дамыту (допты қашықтыққа лақтыру)	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1	06.05	06.05

96	21	Секіру, лақтыру дағдысын дамыту (бір орыннан ұзындыққа секіру)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	08.05	10.05	
97	22	Қозғалыс қабілеті арқылы денсаулықты нығайту (1000м жүгіру)	9.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жекебастың үлгісімен көрсету	1	13.05	13.05	
98	23	Қозғалыс қабілеті арқылы денсаулықты нығайту (эстафетаға жүгіру4x60)	9.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жекебастың үлгісімен көрсету	1	14.05	14.05	
99	24	Қозғалыс қабілеті арқылы денсаулықты нығайту (эстафетаға жүгіру4x60)	9.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жекебастың үлгісімен көрсету	1	15.05	16.05	
100	25	Зияткерлік ойындар (асық ату мен бес тас ойыны)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	20.05	20.05	*4- Тарау: +3 сағат
101	26	Зияткерлік ойындар (асық ату мен бес тас ойыны)	9.2.6.6 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу;	1	21.05	21.05	
102	27	Зияткерлік ойындар (асық ату мен бес тас ойыны)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	22.05	23.05	