



Келіссізін  
Оқу ісі орынбасары *[Signature]*  
Г. Бағбаева: \_\_\_\_\_  
«18» 08 \_\_\_\_\_ 21 ж.

Әб отырсаңда құрады  
Хаттама № 1  
Әб жергенді: Уаһов М. *[Signature]*  
«18» 08 \_\_\_\_\_ 21 ж.

Түркістан облысы, Келес ауданы, Абай ауылы

№7 жалпы орта мектебі коммуналдық мемлекеттік мекемесі

## КҮНТІЗБЕЛІК - ТАҚЫРЫПТЫҚ

### ЖОСПАРЫ

Сынып: 7 «б»

Мұғалім: *Абай Садырұлы*

Сабақ: дене шынықтыру

**Күнітізбелік-тақырыптық жоспар**  
**7 сыныпжылдына,102 с. аптасына 3 с.**

Узақ мерзімді жоспардың бөлімдері	№	Тақырыптар/ Узақ мерзімді жоспардың мазмұны	Оқу мақсаты	Сағат	Мерзімі		Ескерту
					А	В	
<b>1-тоқсан (24 сағат)</b>							
	1	Кәуіпсіздік ережесі Қысқа қашықтыққа жүтіру	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде кәуіп-кәтерді анықтау	1		05.09	
	2	Қысқа қашықтыққа жүтіру	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде кәуіп-кәтерді анықтау	1		06.09	
	3	<i>Футбол ойынының символикасын, пайда болу тарихы</i>	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде кәуіп-кәтерді анықтау	1		07.09	
1. бөлім Жүтіру-сөкіру және дақтыру дағдыларын дамыту (15 сағат)	4	Орта және алыс қашықтықтарға жүтіру	7.3.2.1 – физикалық тапсырмалардың алдында жалпы бой қыздыру жаттығуларын жасау және алғаны қалыпқа келтіру	1		08.09	
	5	Орта және алыс қашықтықтарға жүтіру Су тасқыны (ОҚН)	7.3.3.1 – түрлі физикалық жүктемелерді орындау кезінде алғаны физикалық дайындалу талаптарын және олардың алғанын энергетикалық жүнесіне әсер етуін түсіну.	1		09.09	
	6	<i>Футбол ойыну кезіндегі кәуіпсіздік ережелері және спорттық киізге, аяқ киім мен спорт жабдықтарына қойылатын санитарлық-гигиеналық талаптар</i>		1			
	7	Сөкіру және оның түрлері	7.1.2.1 – қолғалыс қомбивацияларын жалпылау және түрлі дене жаттығуларының орындауу кәсетілігін жетілдіру	1		19.09	
	8	Сөкіру және оның түрлері	7.1.2.1 – қолғалыс қомбивацияларын жалпылау және түрлі дене жаттығуларының орындауу кәсетілігін жетілдіру	1		20.09	

9	<b>Жарыстың негізгі ережелері</b>	7.1.2.1 – қозғалыс комбинацияларын жалпылау және түрлі дене жаттығуларының орындалу кезектілігін жетілдіру	1		21.09	
10	Түрлі жабдықтарды дақтыру	7.1.1.1 – арнайы спорттық қозғалыс әрекеті кезінде дәлдікті, не болу және маневрліккілі дамыту дағдыларын жетілдіру	1		26.09	
11	Түрлі жабдықтарды дақтыру <b>Орман және дала орті (ОҚН)</b>	7.1.1.1 – арнайы спорттық қозғалыс әрекеті кезінде дәлдікті, не болу және маневрліккілі дамыту дағдыларын жетілдіру	1		27.09	
12	<b>Доппы бақылау және қолғау бағытты өлшеріну</b>	7.1.1.1 – арнайы спорттық қозғалыс әрекеті кезінде дәлдікті, не болу және маневрліккілі дамыту дағдыларын жетілдіру	1		22.09	
13	Эстафеталық жүгіруді модификациялау	7.3.5.1 – басқа адамдардың дене жаттығуларын толықтыру үшін білім мен дағдыларын анықтау	1		03.10	
14	Эстафеталық жүгіруді модификациялау	7.3.5.1 – басқа адамдардың дене жаттығуларын толықтыру үшін білім мен дағдыларын анықтау	1		04.10	
15	<b>Доппы бақылау және қолғау бағытты өлшеріну</b>	7.3.5.1 – басқа адамдардың дене жаттығуларын толықтыру үшін білім мен дағдыларын анықтау	1		05.10	
16	Ойын техникасын жетілдіру	7.1.2.1 – түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жалпылау және жетілдіру	1		10.10	
<b>7.2. бағым</b>						
<b>Спорттық командалық ойындар арқылы ірілес әрекет етуі (9 сағ)</b>						
17	Ойын техникасын жетілдіру <b>Өндірістік аяқтар және тіпалда аяқтар (ОҚН)</b>	7.1.2.1 – түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жалпылау және жетілдіру	1		11.10	
18	<b>Дырбыштың және қақпағы соққы жасау</b>	7.1.2.1 – түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жалпылау және жетілдіру	1		18.10	

	19 Спорт ойындарындағы тактикалық іс-әрекеттер	7.1.5.1 – композициялық идеялар мен стратегиялар, қарапайым тактикаларды бағалау және құрастыра білу	1	17.10		
	20 Спорт ойындарындағы тактикалық іс-әрекеттер	7.1.5.1 – композициялық идеялар мен стратегиялар, қарапайым тактикаларды бағалау және құрастыра білу	1	18.10		
	21 <i>Дибрулинг және қақпала соққы жасау</i>	7.1.5.1 – композициялық идеялар мен стратегиялар, қарапайым тактикаларды бағалау және құрастыра білу	1	19.10		
	22 Көшбасшылық және командада жұмыс істеу дағдылары	7.2.1.1 – қолталымға байланысты өзгерген жағдайға жауап қайтаруда алған білімдерін жетілдіру 7.2.2.1 – көшбасшылық және командалық дағдыларын көрсету және талқылау.	1	24.10		
	23 Көшбасшылық және командада жұмыс істеу дағдылары <b>Өндірістік апаттар және зиянда апаттар (ӨҚН)</b>	7.2.1.1 – қоғалымға байланысты өзгерген жағдайға жауап қайтаруда алған білімдерін жетілдіру	1	25.10		
	24 <i>Дибрулинг және қақпала соққы жасау</i>	7.2.2.1 – көшбасшылық және командалық дағдыларын көрсету және талқылау.	1	26.10		
<b>II тоқсан 24 сағат</b>						
7.3. бағам деңгеепі және	25 Кәуіпсіздік ережелері. Саптық жаттығуларды меңгеру	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған түрлі дене жаттығулары контекстеріндегі кәуіптер мен қатерлерді анықтау	1	07.11		
психология арқалы өзінің көнесін басқару дағдылары (12 сағ)	26 Саптық жаттығуларды меңгеру	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған түрлі дене жаттығулары контекстеріндегі кәуіптер мен қатерлерді анықтау	1	08.11		
	27 <i>Пас беру және допты қабылдау.</i>	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған түрлі дене жаттығулары контекстеріндегі	1	09.11		

	<i>ойыншымдан келіп</i>	жауаптар мен категорияларды анықтау				
28	Акробаттықшылық элементтер кешені	7.1.2.1 - түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жаттығылау және жетілдіру	1	14. 11		
29	Акробаттықшылық элементтер кешені Әсері мықты ұлы зәттардың қалдықтарынан тұрындайтын апаттар.(ӨҚН)	7.3.2.1 - физикалық жаттығулар алдында жаппы бой қыздыру жаттығуларын өткізу және алғашқы қалыпқа келтіру техникаларының компоненттерін көрсету;	1	15. 11		
30	<i>Доппын бақылау және қолдау бағытты өлгерілу</i>		1	16. 11		
31	Гимнастикалық жабдықтардың жаттығулардың түрлілігі	7.1.4.1 – өзінін және басқалардың қозғалыс қызметін орындауды жетілдіре білу;	1	21. 11		
32	Гимнастикалық жабдықтардың жаттығулардың түрлілігі	7.1.5.1 - композициялық икемдер мен стратегиялар, қарапайым тактикаларды бағылау және құрастыра білу;	1	22. 11		
33	<i>Доппын бақылау және қолдау бағытты өлгерілу</i>		1	23. 11		
34	Өнер көрсетуді құрастыру мен топтарда бағылау процесі	7.2.2.1 - көшбасшылық және командалық дағдыларын көрсету және талқылау;	1	28. 11		
35	Өнер көрсетуді құрастыру мен топтарда бағылау процесі Әсері мықты ұлы зәттардың қалдықтарынан тұрындайтын апаттар.(ӨҚН)	7.2.5.1 – өзінін және басқалардың шығармашылық қабілеттерін қолдану, сонымен қатар балама шешімдерді ұсыну	1	29. 11		
36	<i>Доппын қолдау және нас беру</i>		1	30. 11		
37	Қазақтың ұлттық ойындары	7.2.3.1 – қолбайлы оқу ортасын құру үшін бірлесе тиімді жұмыс жасау дағдыларын көрсетуді және талқылауды білу	1	05. 12		
38	Қазақтың ұлттық ойындары	7.2.7.1 – жарыс кезінде отансүйгіштікті, әділ ойынды, ынтымақтастықты көрсететін мінез-құлпты бейімдеу және талқылау;	1	07. 12		
39	<i>Ұшым немесе сымғым кезе жанқын допын қабылдау</i>		1	12. 12		
40	Қазақтың ұлттық ойындары		1	12. 12		
41	Қазақтың ұлттық ойындары <i>Жара мен жаракәт алу және басқа да</i>		1	13. 12		

7.4. бөлім  
Ұлттық және  
интердік  
ойындар  
(12 сағ)

	келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)				
42	Ұшын немесе сырғып келе жатқан допты қабылдау			1	14.12
43	Эниеткерлік ойындар	7.2.5.1 - өзінің және басқалардың шығармашылық қабілеттерін қолдану, сонымен қатар балдама шешімдерді ұсыну,		1	19.12
44	Эниеткерлік ойындар	7.2.6.1 – жарыс қызметінің ережесін және төрешіліктің ережесін қолдану		1	20.12
45	Допты бақылау және қолдау бағыттың өңкерту			1	21.12
46	Эниеткерлік ойындар			1	26.12
47	Эниеткерлік ойындар Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)			1	27.12
48	Кеңістікте бағдарлау, шабуылдағы дербес тактикалық әрекетпен таныстыру			1	28.12

**III тоқсан 30 сағат**

49	Кауіпсіздік ережелері. Қажетті қызмет түріне арналған бой қыздыру жаттығулары және қалыпқа келтіру техникасы	7.3.2.1 - физикалық жаттығулар алында жалпы бой қыздыру жаттығуларын өткізу және алғаны қалыпқа келтіру техникаларының компоненттерін көрсету		1	09.01		
50	Қажетті қызмет түріне арналған бой қыздыру жаттығулары және қалыпқа келтіру техникасы	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуда арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде қауіп-қатерді анықтау.		1	10.01		
51	Шабуылдағы дербес тактикалық әрекетпен таныстыру			1	11.01		
52	Қажетті қызмет түріне арналған бой қыздыру жаттығулары және қалыпқа келтіру техникасы			1	16.01		
53	Күш және төзімділікті дамытудағы қоғалыс әрекеттері Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы	7.3.1.1 – сдлауатты өмір салтының өзінің денсаулығына әсер етуін түсіну және түсіндіру; 7.1.4.1 - өзінің және басқалардың қоғалыс		1	17.01		

Қым Шанты  
ке/Қоңқа  
Қызылты  
(12 сәт)

	медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)	қызметін орындауды жетілдіре білу				
54	<i>Домпы қадағалау және қолғау бағымын өлсерту</i>		1	18.01		
55	Күш және төзімділікті дамытудағы қолғалыс әрекеттері		1	23.01		
56	Күш және төзімділікті дамытудағы қолғалыс әрекеттері		1	24.01		
57	<i>Домпы бақылау және қолғау бағымын өлсерту</i>	7.1.3.1 - арнайы спорттық техниканы орындау кезіндегі қолғалыс кезектілігі мен дағдыларын жалпылау және жетілдіру;	1	25.01		
58	Келдергілерден өтуге арнайы жаттығулар	7.3.3.1 - түрлі физикалық жүктемелерді орындау кезінде ағзаны физикалық дайындау талаптарын және олардың ағзаның энергетикалық жүйесіне әсер етуін түсіну	1	30.01		
59	Келдергілерден өтуге арнайы жаттығулар Жара мен жаракат алу және басқа да кезеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)		1	34.01		
60	<i>Дибрилинг және қақпада соққы жасау</i>		1	01.02		
61	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық	7.2.2.1 - көшбасшылық және командалық дағдыларын көрсету және талқылау	1	06.02		
62	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуда арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде қауіп-қатерді анықтау;	1	07.02		
63	<i>Дибрилинг және қақпада соққы жасау</i>		1	08.02		
64	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық		1	13.02		
65	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық Жара мен жаракат алу және басқа да кезеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)		1	14.02		
66	<i>Дибрилинг және қақпада соққы жасау</i>	7.1.4.1 - өзінің және басқалардың қолғалыс қызметін орындауды жетілдіре білу	1	15.02		
67	Ойындар арқылы мәселелерді шешу дағдыларын жетілдіру	7.2.8.1 - түрлі қолғалыс контекстіндегі	1	20.02		

76. бағым  
шырман және  
ақша құрушы  
ойындар  
(18 сәт)

68	Ойындар арқылы мәселелерді шешу дағдыларын жетілдіру	келісілген рәсімдерді қолдану және оларды айыра білу;	1	21.02		
69	Пас беру және шөппен сырғып келген допты қабылдап ойынымыздан кету		1	22.02		
70	Бағалам ойын жағдайларын құру	7.2.3.1 - қоғамы оқу ортасын құру үшін бірнеше тиімді жұмыс жасау дағдыларын көрсетуді және талқылауды білу;	1	27.02		
71	Бағалам ойын жағдайларын құру Жара мен жарықат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)	7.2.5.1 - өзінің және басқалардың шығармашылық қабілеттерін қолдану, сонымен қатар бағалам шешімдерді ұсыну	1	28.02		
72	Пас беру және шөппен сырғып келген допты қабылдап ойынымыздан кету		1	29.02		
73	Бағалам ойын жағдайларын құру		1	05.03		
74	Топтарда шытырман ойындарын құру	7.2.1.1 - қоғалымға байланысты өзгерген жағдайға жауап қайтаруға алған білімдерін жетілдіру;	1	06.03		
75	Допты бақылау және қолдау бағамын өзгерту	7.2.6.1 - жарыс қызметінің ережесін және тәртібінің ережесін қолдану	1	07.03		
76	Топтарда шытырман ойындарын құру		1	18.03		
77	Топтарда шытырман ойындарын құру Жара мен жарықат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)		1	13.03 14.03		
78	Ұшым келе жатқан немесе шөппен сырғып келе жатқан допты қабылдау		1	19.03 20.03		
<b>IV тоқсан 24 сағат</b>						
79	Қауіпсіздік ережелері Ойын жағдайларында допты ыңғайлап алу техникасын орындау	7.1.1.1 - Кен ауықымдағы арнайы спорттық жоғалыс қызметіндегі маневрлік, не болу және дәлдік қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	02.04		
80	Ойын жағдайларында допты ыңғайлап алу техникасын орындау	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде қауіп-қатерді анықтау;	1	03.04		

7.2. бағам  
шытырман  
ойындары  
арқылы  
келенсіз  
жағдайлар  
дағдыларын  
жетілдіру  
(11 сағ)



81	Кеністікке бағдарлау, шабуылдағы дербес тактикалық әрекетпен таныстыру		1	09.04		
82	Кеністікте бағдарлау және допты беру бағдыларын дамыту	7.1.2.1 - түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жалпылау және жетілдіру.	1	09.04		
83	Кеністікте бағдарлау және допты беру бағдыларын дамыту Салдауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік (ӨҚН)	7.2.4.1 - дене жаттығулары аясындағы бағамаларды құрастыру және құрылымдық тәсілдерді қызметін тиімділеу әдістері мен ережелерін көрсету	1	10.04		
84	Допты бақылау және қолдау бағымын өзгерту		1	11.04		
85	Тактикалық іс-әрекет: жеке, топтық, командалық	7.1.5.1 - композициялық шешімдер мен стратегиялар, қаршығым тактикаларды бағалау және құрастыра білу	1	16.04		
86	Тактикалық іс-әрекет: жеке, топтық, командалық		1	17.04		
87	Допты бақылау және қолдау бағымын өзгерту	7.1.6.1 – түрлі қозғалыс белсенділігінде тәжірибе жасау кезінде қауіптерді білу мен алдын алу	1	18.04		
88	Өздерінің ойындарын құрастыру және өткізу	7.2.8.1 - түрлі қозғалыс контекстіндегі келісілген рөлдерді қолдану және оларды айыра білу.	1	23.04		
89	Өздерінің ойындарын құрастыру және өткізу Салдауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік (ӨҚН)		1	24.04		
90	Допты баспен соғу	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде қауіп-қатерді анықтау	1	25.04		
91	Сауықтыру жүгіру		1	30.04		
92	Сауықтыру жүгіру		1	01.05		
93	Шабуылдағы дербес тактикалық әрекетпен таныстыру	7.2.5.1 - өзінің және басқалардың шығармашылық қабілеттерін қолдану, сонымен қатар бапана шешімдерді ұсыну	1	02.05		
94	Белгілерге бірден жауап қайтару ойындары		1	07.05		

95	Белгілерге бірізден жауап қайтару ойындары			1	08.05		
96	<i>Дәлелі бақылау және қолғау бағытты өлшеуі</i>	7.3.3.1 - по түрлі физикалық жүктемелерді орындау кезінде алғаны физикалық дайындалу талаптарын және олардың алғанын энергетикалық жүйесіне әсер етуін түсіну		1	09.05		
97	Бой жазу жаттығулары және қалыпқа келтіру құралдары			1	14.05		
98	Арнайы спорттық техниканы орындау кезінде қозғалысты жетілдіру	7.1.3.1 - арнайы спорттық техниканы орындау кезіндегі қозғалыс келектілігі мен дағдыларды жалпылау және жетілдіру		1	15.05		
99	<i>Дәлелі баспен сөз</i>			1	16.05		
100	Арнайы спорттық техниканы орындау кезінде қозғалысты жетілдіру			1	21.05		
101	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту	7.3.1.1 - салауатты өмір салтының өзінің денсаулығына әсер етуін түсіну және түсіндіру		1	22.05		
102	<i>Бақылау сынағы</i>			1	23.05		



Келіссөзі  
Оқу ісі оқушылар бөлімі  
Т. Бағбанов: [Signature]  
« 21 » 08 21 ж.

Әлеуметтік саясат бөлімі  
Хаттаманың № 7  
Әлеуметтік саясат бөлімі М. [Signature]  
« 21 » 08 21 ж.

Түркістан облысы, Келес ауданы, Абай ауылы

№7 жалпы орта мектебі коммуналдық мемлекеттік мекемесі

## КҮНТІЗБЕЛІК - ТАҚЫРЫПТЫҚ

### ЖОСПАРЫ

Сынып: 7 <sup>б</sup>

Мұғалім: Жұмдықова С.

Сайбақ: дене шынықтыру

**Күнітізбелік-тақырыптық жоспар**  
**7 сыныпжылына,102 с. аптасына 3 с.**

Узақ мерзімді жоспардың бөлімдері	№	Тақырыптар/ Узақ мерзімді жоспардың мазмұны	Оқу мақсаты	Сағат	Мерзімі		Ескерту
					А	В	
<b>1-тоқсан (24 сағат)</b>							
	1	Кәуіпсіздік ережесі Қысқа қашықтыққа жүтіру	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде кәуіп-кәтерді анықтау	1		05.09	
	2	Қысқа қашықтыққа жүтіру	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде кәуіп-кәтерді анықтау	1		06.09	
	3	<i>Футбол ойынының символдамасы, пайда болу тарихы</i>	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде кәуіп-кәтерді анықтау	1		07.09	
1. бөлім Жүтіру-сөкіру және дақтыру дағдыларын дамыту (15 сағат)	4	Орта және алыс қашықтықтарға жүтіру	7.3.2.1 – физикалық тапсырмалардың алдында жалпы бой қыздыру жаттығуларын жасау және алғаны қалыпқа келтіру	1		08.09	
	5	Орта және алыс қашықтықтарға жүтіру Су тасқыны (ОҚН)	7.3.3.1 – түрлі физикалық жүктемелерді орындау кезінде алғаны физикалық дайындалу талаптарын және олардың алғанын энергетикалық жүнесіне әсер етуін түсіну.	1		09.09	
	6	<i>Футбол ойыну кезіндегі кәуіпсіздік ережелері және спорттық киімге, аяқ киім мен спорт жабдықтарына қойылатын санитарлық-гигиеналық талаптар</i>		1		10.09	
	7	Сөкіру және оның түрлері	7.1.2.1 – қолғалыс комбинацияларын жалпылау және түрлі дене жаттығуларының орындауу кәсетілігін жетілдіру	1		19.09	
	8	Сөкіру және оның түрлері	7.1.2.1 – қолғалыс комбинацияларын жалпылау және түрлі дене жаттығуларының орындауу кәсетілігін жетілдіру	1		20.09	

9	<b>Жарыстың негізгі ережелері</b>	7.1.2.1 – қозғалыс комбинацияларын жалпылау және түрлі дене жаттығуларының орындалу кезектілігін жетілдіру	1		21.09	
10	Түрлі жабдықтарды дақтыру	7.1.1.1 – арнайы спорттық қозғалыс әрекеті кезінде дәлдікті, не болу және маневрліккілі дамыту дағдыларын жетілдіру	1		26.09	
11	Түрлі жабдықтарды дақтыру <b>Орман және дала орті (ОҚН)</b>	7.1.1.1 – арнайы спорттық қозғалыс әрекеті кезінде дәлдікті, не болу және маневрліккілі дамыту дағдыларын жетілдіру	1		27.09	
12	<b>Доппы бақылау және қолғау бағыттын өзгерту</b>	7.1.1.1 – арнайы спорттық қозғалыс әрекеті кезінде дәлдікті, не болу және маневрліккілі дамыту дағдыларын жетілдіру	1		22.09	
13	Эстафеталық жүгіруді модификациялау	7.3.5.1 – басқа адамдардың дене жаттығуларын толықтыру үшін білім мен дағдыларын анықтау	1		03.10	
14	Эстафеталық жүгіруді модификациялау	7.3.5.1 – басқа адамдардың дене жаттығуларын толықтыру үшін білім мен дағдыларын анықтау	1		04.10	
15	<b>Доппы бақылау және қолғау бағыттын өзгерту</b>	7.3.5.1 – басқа адамдардың дене жаттығуларын толықтыру үшін білім мен дағдыларын анықтау	1		05.10	
16	Ойын техникасын жетілдіру	7.1.2.1 – түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жалпылау және жетілдіру	1		10.10	
<b>7.2. бағым</b>						
<b>Спорттық командалық ойындар арқылы ірілес әрекет етуі (9 сағ)</b>						
17	Ойын техникасын жетілдіру <b>Өндірістік аяпаттар және ытпада аяпаттар (ОҚН)</b>	7.1.2.1 – түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жалпылау және жетілдіру	1		11.10	
18	<b>Дырбыштың және қақпағы соққы жасау</b>	7.1.2.1 – түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жалпылау және жетілдіру	1		18.10	

	19 Спорт ойындарындағы тактикалық іс-әрекеттер	7.1.5.1 – композициялық идеялар мен стратегиялар, қаралайым тактикаларды бағалау және құрастыра білу	1	17.10		
	20 Спорт ойындарындағы тактикалық іс-әрекеттер	7.1.5.1 – композициялық идеялар мен стратегиялар, қаралайым тактикаларды бағалау және құрастыра білу	1	18.10		
	21 Дибрулинг және қақпала соққы жасау	7.1.5.1 – композициялық идеялар мен стратегиялар, қаралайым тактикаларды бағалау және құрастыра білу	1	19.10		
	22 Көшбасшылық және командада жұмыс істеу дағдылары	7.2.1.1 – қолталымға байланысты өзгерген жағдайға жауап қайтаруға алған білімдерін жетілдіру 7.2.2.1 – көшбасшылық және командалық дағдыларын көрсету және талқылау.	1	24.10		
	23 Көшбасшылық және командада жұмыс істеу дағдылары Өндірістік апаттар және зиянда апаттар (ӨҚН)	7.2.1.1 – қоғалымға байланысты өзгерген жағдайға жауап қайтаруға алған білімдерін жетілдіру	1	25.10		
	24 Дибрулинг және қақпала соққы жасау	7.2.2.1 – көшбасшылық және командалық дағдыларын көрсету және талқылау.	1	26.10		
<b>II тоқсан 24 сағат</b>						
7.3. бағам деңгейі және	25 Кәуіпсіздік ережелері. Саптық жаттығуларды меңгеру	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған түрлі дене жаттығулары контекстеріндегі кәуіптер мен қатерлерді анықтау	1	07.11		
психология арқалы өзінің ішесін басқару дағдылары (12 сағ)	26 Саптық жаттығуларды меңгеру	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған түрлі дене жаттығулары контекстеріндегі кәуіптер мен қатерлерді анықтау	1	08.11		
	27 Пас беру және допты қабылдау.	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған түрлі дене жаттығулары контекстеріндегі	1	09.11		

	ойыншыдан келіу	жауаптар мен категорияларды анықтау					
28	Акробаттықшылық элементтер кешені	7.1.2.1 - түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жаттығылау және жетілдіру	1	14. 11			
29	Акробаттықшылық элементтер кешені Әсері мықты ұлы зәттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар.(ӨҚН)	7.3.2.1 - физикалық жаттығулар алдында жаппы бой қыздыру жаттығуларын өткізу және алғашқы қалыпқа келтіру техникаларының компоненттерін көрсету;	1	15. 11			
30	Доппын бақылау және қолдау бағытты өлгерілу		1	16. 11			
31	Гимнастикалық жабдықтардың жаттығулардың түрлілігі	7.1.4.1 - өзіннің және басқалардың қозғалыс қызметін орындауды жетілдіре білу;	1	21. 11			
32	Гимнастикалық жабдықтардың жаттығулардың түрлілігі	7.1.5.1 - композициялық идеялар мен стратегиялар, қарапайым тактикаларды бағылау және құрастыра білу;	1	22. 11			
33	Доппын бақылау және қолдау бағытты өлгерілу		1	23. 11			
34	Өнер көрсетуді құрастыру мен топтарда бағылау процесі	7.2.2.1 - көшбасшылық және командалық дағдыларын көрсету және талқылау;	1	28. 11			
35	Өнер көрсетуді құрастыру мен топтарда бағылау процесі Әсері мықты ұлы зәттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар.(ӨҚН)	7.2.5.1 - өзіннің және басқалардың шығармашылық қабілеттерін қолдану; сонымен қатар балама шешімдерді ұсыну	1	29. 11			
36	Доппын қолдау және нас беру		1	30. 11			
37	Қазақтың ұлттық ойындары	7.2.3.1 - қолайлы оқу ортасын құру үшін бірлесе тиімді жұмыс жасау дағдыларын көрсетуді және талқылауды білу	1	05. 12			
38	Қазақтың ұлттық ойындары	7.2.7.1 - жарыс кезінде отансүйгіштікті, әділ ойынды, ынтымақтастықты көрсететін мінез-құлпты бейімдеу және талқылау;	1	07. 12			
39	Ұлттық және спорттық ойындар (12 сағ)		1	12. 12			
40	Қазақтың ұлттық ойындары		1	13. 12			
41	Қазақтың ұлттық ойындары Жауап мен жауапқа алу және басқа да		1	13. 12			

	келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)				
42	Ұшын немесе сырғып келе жатқан допты қабылдау			14.12	
43	Эниеткерлік ойындар	7.2.5.1 - өзінің және басқалардың шығармашылық қабілеттерін қолдану, сонымен қатар балдама шешімдерді ұсыну,	1	19.12	
44	Эниеткерлік ойындар	7.2.6.1 – жарыс қызметінің ережесін және төрешіліктің ережесін қолдану	1	20.12	
45	Допты бақылау және қолдау бағыттың өңкерту		1	21.12	
46	Эниеткерлік ойындар		1	26.12	
47	Эниеткерлік ойындар Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)		1	27.12	
48	Кеңістікте бағдарлау, шабуылдағы дербес тактикалық әрекетпен таныстыру		1	28.12	

**III тоқсан 30 сағат**

49	Кауіпсіздік ережелері. Қажетті қызмет түріне арналған бой қыздыру жаттығулары және қалыпқа келтіру техникасы	7.3.2.1 - физикалық жаттығулар адында жалпы бой қыздыру жаттығуларын өткізу және алғаны қалыпқа келтіру техникаларының компоненттерін көрсету	1	09.01	
50	Қажетті қызмет түріне арналған бой қыздыру жаттығулары және қалыпқа келтіру техникасы	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуда арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде қауіп-қатерді анықтау.	1	10.01	
51	Шабуылдағы дербес тактикалық әрекетпен таныстыру		1	11.01	
52	Қажетті қызмет түріне арналған бой қыздыру жаттығулары және қалыпқа келтіру техникасы		1	16.01	
53	Күш және төзімділікті дамытудағы қоғалыс әрекеттері Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы	7.3.1.1 – сдлауатты өмір салтының өзінің денсаулығына әсер етуін түсіну және түсіндіру; 7.1.4.1 - өзінің және басқалардың қоғалыс	1	17.01	

Қым Шанты  
ке/Қоңқа  
Қызылты  
(12 сәт)



	медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)	қызметін орындауды жетілдіре білу				
54	<i>Доппны қадағалау және қоғалду бағымши өлсерну</i>			1	18. 01	
55	Күш және төзімділікті дамытудағы қоғалыс әрекеттері			1	23. 01	
56	Күш және төзімділікті дамытудағы қоғалыс әрекеттері			1	24. 01	
57	<i>Доппны бақылау және қоғалду бағымши өлсерну</i>	7.1.3.1 - арнайы спорттық техниканы орындау кезінде қоғалыс кезектілігі мен дағдыларын жалпылау және жетілдіру;		1	25. 01	
58	Келдертілерден өтуге арнайы жаттығулар	7.3.3.1 - түрлі физикалық жүктемелерді орындау кезінде ағаны физикалық дайындау талаптарын және олардын ағанын энергетикалық жүйесіне әсер етуін түсіну		1	30. 01	
59	Келдертілерден өтуге арнайы жаттығулар Жара мен жаракат алу және басқа да кезенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)			1	34. 01	
60	<i>Дибрилинг және қақпада соққы жасау</i>			1	01. 02	
61	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық	7.2.2.1 - көшбасшылық және командалық дағдыларын көрсету және талқылау		1	06. 02	
62	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуда арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде қауіп-қатерді анықтау;		1	07. 02	
63	<i>Дибрилинг және қақпада соққы жасау</i>			1	08. 02	
64	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық			1	13. 02	
65	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық Жара мен жаракат алу және басқа да кезенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)			1	14. 02	
66	<i>Дибрилинг және қақпада соққы жасау</i>	7.1.4.1 - өзінің және басқалардың қоғалыс қызметін орындауды жетілдіре білу		1	15. 02	
67	Ойындар арқылы мәселелерді шешу дағдыларын жетілдіру	7.2.8.1 - түрлі қоғалыс контекстіндегі		1	20. 02	

76. бағым  
шырман және  
шыман құрушы  
ойындар  
(18 сәт)

68	Ойындар арқылы мәселелерді шешу дағдыларын жетілдіру	келісілген рәсімдерді қолдану және оларды айыра білу;	1	21.02		
69	Пас беру және шөппен сырғып келген допты қабылдап ойынымыздан кету		1	22.02		
70	Бағалам ойын жағдайларын құру	7.2.3.1 - қолайлы оқу ортасын құру үшін бірнеше тиімді жұмыс жасау дағдыларын көрсетуді және талқылауды білу;	1	27.02		
71	Бағалам ойын жағдайларын құру Жара мен жарықат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)	7.2.5.1 - өзінің және басқалардың шығармашылық қабілеттерін қолдану, сонымен қатар бағалам шешімдерді ұсыну	1	28.02		
72	Пас беру және шөппен сырғып келген допты қабылдап ойынымыздан кету		1	29.02		
73	Бағалам ойын жағдайларын құру		1	05.03		
74	Топтарда шытырман ойындарын құру	7.2.1.1 - қозғалысқа байланысты өзгерген жағдайға жауап қайтаруға алған білімдерін жетілдіру;	1	06.03		
75	Допты бақылау және қолдау бағытын өзгерту	7.2.6.1 - жарыс қызметінің ережесін және тәртібінің ережесін қолдану	1	07.03		
76	Топтарда шытырман ойындарын құру		1	18.03		
77	Топтарда шытырман ойындарын құру Жара мен жарықат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)		1	13.03 14.03		
78	Ұшым келе жатқан немесе шөппен сырғып келе жатқан допты қабылдау		1	19.03 20.03		
<b>IV тоқсан 24 сағат</b>						
79	Қауіпсіздік ережелері Ойын жағдайларында допты ыңғайлап алу техникасын орындау	7.1.1.1 - Кен ауықымдағы арнайы спорттық жазғалыс қызметіндегі маневрлік, не болу және дәлдік қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	02.04		
80	Ойын жағдайларында допты ыңғайлап алу техникасын орындау	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде қауіп-қатерді анықтау;	1	03.04		

7.2. бағам  
шығармашы  
лық пен  
дағдыларды  
анықтау  
(11 сағ)

81	Кеністікке бағдарлау, шабуылдағы дербес тактикалық әрекетпен таныстыру		1	09.04		
82	Кеністікте бағдарлау және допты беру бағдыларын дамыту	7.1.2.1 - түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жалпылау және жетілдіру.	1	09.04		
83	Кеністікте бағдарлау және допты беру бағдыларын дамыту Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік (ӨҚН)	7.2.4.1 - дене жаттығулары аясындағы бағамаларды құрастыру және құрылымдық тәсілдерді қызметін тиімділеу әдістері мен ережелерін көрсету	1	10.04		
84	Допты бақылау және қолдау бағымын өзгерту		1	11.04		
85	Тактикалық іс-әрекет: жеке, топтық, командалық	7.1.5.1 - композициялық шешімдер мен стратегиялар, қаршығым тактикаларды бағалау және құрастыра білу	1	16.04		
86	Тактикалық іс-әрекет: жеке, топтық, командалық		1	17.04		
87	Допты бақылау және қолдау бағымын өзгерту	7.1.6.1 – түрлі қозғалыс белсенділігінде тәжірибе жасау кезінде қауіптерді білу мен алдын алу	1	18.04		
88	Өздерінің ойындарын құрастыру және өткізу	7.2.8.1 - түрлі қозғалыс контекстіндегі келісілген рөлдерді қолдану және оларды айыра білу.	1	23.04		
89	Өздерінің ойындарын құрастыру және өткізу Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік (ӨҚН)		1	24.04		
90	Допты баспен соғу	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде қауіп-қатерді анықтау	1	25.04		
91	Сауықтыру жүгіру		1	30.04		
92	Сауықтыру жүгіру		1	01.05		
93	Шабуылдағы дербес тактикалық әрекетпен таныстыру	7.2.5.1 - өзінің және басқалардың шығармашылық қабілеттерін қолдану, сонымен қатар бапана шешімдерді ұсыну	1	02.05		
94	Белгілерге бірден жауап қайтару ойындары		1	07.05		

95	Белгілерге бірізден жауап қайтару ойындары			1	08.05		
96	Дәлелмен бақылау және қолғау бағамын өлсеріңіз	7.3.3.1 - по түрлі физикалық жүктемелерді орындау кезінде алғашқы физикалық дайындалу талаптарын және олардың алғашқы энергетикалық жүйесіне әсер етуін түсінуді		1	09.05		
97	Бой жазу жаттығулары және қалыпта қолғау құралдары			1	14.05		
98	Арнайы спорттық техниканы орындау кезінде қозғалысты жетілдіру	7.1.3.1 - арнайы спорттық техниканы орындау кезіндегі қозғалыс келектілігі мен дағдыларды жалпылау және жетілдіру		1	15.05		
99	Дәлелмен баспен сөз			1	16.05		
100	Арнайы спорттық техниканы орындау кезінде қозғалысты жетілдіру			1	21.05		
101	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту	7.3.1.1 - салауатты өмір салтының өзінің денсаулығына әсер етуін түсінуді және түсіндіруді		1	22.05		
102	Бақылау сынағы			1	23.05		



Келісімін  
Оқу ісі орындастыру  
Г. Бабажан:   
« 28 » 01 2022 ж.

ӘІБ отырысында қапталы  
Хаттама № 7  
ӘІБ жетекшісі: Уашир М.  
« 28 » 08 2022 ж. 

Түркістан облысы, Келес ауданы, Абай ауылы

№7 жалпы орта мектебі коммуналдық мемлекеттік мекемесі

## **КҮНТІЗБЕЛІК - ТАҚЫРЫПТЫҚ**

### **ЖОСПАРЫ**

Сынып: 7 (ӘБ)

Мұғалім: Уашир М.

Сабақ: дене шынықтыру

**Күнітізбелік-тақырыптық жоспар**  
**7 сыныпжылына,102 с. аптасына 3 с.**

Узақ мерзімді жоспардың бөлімдері	№	Тақырыптар/ Узақ мерзімді жоспардың мазмұны	Оқу мақсаты	Сағат	Мерзімі		Ескерту
					А	В	
<b>1-тоқсан (24 сағат)</b>							
	1	Кәуіпсіздік ережесі Қысқа қашықтыққа жүтіру	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде кәуіп-кәтерді анықтау	1		05.09	
	2	Қысқа қашықтыққа жүтіру	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде кәуіп-кәтерді анықтау	1		06.09	
	3	<i>Футбол ойынының символдамасы, пайда болу тарихы</i>	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде кәуіп-кәтерді анықтау	1		07.09	
1. бөлім Жүтіру-сөкіру және дақтыру дағдыларын дамыту (15 сағат)	4	Орта және алыс қашықтықтарға жүтіру	7.3.2.1 – физикалық тапсырмалардың алдында жалпы бой қыздыру жаттығуларын жасау және алғаны қалыпқа келтіру	1		08.09	
	5	Орта және алыс қашықтықтарға жүтіру Су тасқыны (ОҚН)	7.3.3.1 – түрлі физикалық жүктемелерді орындау кезінде алғаны физикалық дайындалу талаптарын және олардың алғанын энергетикалық жүнесіне әсер етуін түсіну.	1		09.09	
	6	<i>Футбол ойыну кезіндегі кәуіпсіздік ережелері және спорттық киімге, аяқ киім мен спорт жабдықтарына қойылатын санитарлық-гигиеналық талаптар</i>		1		10.09	
	7	Сөкіру және оның түрлері	7.1.2.1 – қолғалыс комбинацияларын жалпылау және түрлі дене жаттығуларының орындауу кәсетілігін жетілдіру	1		19.09	
	8	Сөкіру және оның түрлері	7.1.2.1 – қолғалыс комбинацияларын жалпылау және түрлі дене жаттығуларының орындауу кәсетілігін жетілдіру	1		20.09	

9	<b>Жарыстың негізгі ережелері</b>	7.1.2.1 – қозғалыс комбинацияларын жалпылау және түрлі дене жаттығуларының орындалу кезектілігін жетілдіру	1		21.09	
10	Түрлі жабдықтарды дақтыру	7.1.1.1 – арнайы спорттық қозғалыс әрекеті кезінде дәлдікті, не болу және маневрліккілі дамыту дағдыларын жетілдіру	1		26.09	
11	Түрлі жабдықтарды дақтыру <b>Орман және дала орті (ОҚН)</b>	7.1.1.1 – арнайы спорттық қозғалыс әрекеті кезінде дәлдікті, не болу және маневрліккілі дамыту дағдыларын жетілдіру	1		27.09	
12	<b>Доппы бақылау және қолғау бағыттын өзгерту</b>	7.1.1.1 – арнайы спорттық қозғалыс әрекеті кезінде дәлдікті, не болу және маневрліккілі дамыту дағдыларын жетілдіру	1		22.09	
13	Эстафеталық жүгіруді модификациялау	7.3.5.1 – басқа адамдардың дене жаттығуларын толықтыру үшін білім мен дағдыларын анықтау	1		03.10	
14	Эстафеталық жүгіруді модификациялау	7.3.5.1 – басқа адамдардың дене жаттығуларын толықтыру үшін білім мен дағдыларын анықтау	1		04.10	
15	<b>Доппы бақылау және қолғау бағыттын өзгерту</b>	7.3.5.1 – басқа адамдардың дене жаттығуларын толықтыру үшін білім мен дағдыларын анықтау	1		05.10	
16	Ойын техникасын жетілдіру	7.1.2.1 – түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жалпылау және жетілдіру	1		10.10	
<b>7.2. бағым</b>						
<b>Спорттық командалық ойындар арқылы ірілес әрекет етуі (9 сағ)</b>						
17	Ойын техникасын жетілдіру <b>Өндірістік аяқтар және тіпалда аяқтар (ОҚН)</b>	7.1.2.1 – түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жалпылау және жетілдіру	1		11.10	
18	<b>Дырбыштың және қақпағы соққы жасау</b>	7.1.2.1 – түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жалпылау және жетілдіру	1		18.10	

19	Спорт ойындарындағы тактикалық іс-әрекеттер	7.1.5.1 – композициялық идеялар мен стратегиялар, қарапайым тактикаларды бағалау және құрастыра білу	1	17.10		
20	Спорт ойындарындағы тактикалық іс-әрекеттер	7.1.5.1 – композициялық идеялар мен стратегиялар, қарапайым тактикаларды бағалау және құрастыра білу	1	18.10		
21	Дибрулинг және қақпала соққы жасау	7.1.5.1 – композициялық идеялар мен стратегиялар, қарапайым тактикаларды бағалау және құрастыра білу	1	19.10		
22	Көшбасшылық және командада жұмыс істеу дағдылары	7.2.1.1 – қолталымға байланысты өзгерген жағдайға жауап қайтаруға алған білімдерін жетілдіру 7.2.2.1 – көшбасшылық және командалық дағдыларын көрсету және талқылау.	1	24.10		
23	Көшбасшылық және командада жұмыс істеу дағдылары Өндірістік апаттар және зиянда апаттар (ӨҚН)	7.2.1.1 – қоғалымға байланысты өзгерген жағдайға жауап қайтаруға алған білімдерін жетілдіру	1	25.10		
24	Дибрулинг және қақпала соққы жасау	7.2.2.1 – көшбасшылық және командалық дағдыларын көрсету және талқылау.	1	26.10		
<b>II тоқсан 24 сағат</b>						
7.3. бағам деңгейі және	25	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған түрлі дене жаттығулары контекстеріндегі кәуіптер мен қатерлерді анықтау	1	07.11		
Пынастика арқалы өзінің кәсіпін басқару дағдылары (12 сағ)	26	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған түрлі дене жаттығулары контекстеріндегі кәуіптер мен қатерлерді анықтау	1	08.11		
	27	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған түрлі дене жаттығулары контекстеріндегі	1	09.11		



	ойыншыдан келіу	жауаптар мен кәтерілерді анықтау				
28	Акробаттықшылық элементтер кешені	7.1.2.1 - турлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жаттығылау және жетілдіру	1	14. 11		
29	Акробаттықшылық элементтер кешені Әсері мықты ұлы зәттардың қалдықтарынан тұрындайтын апаттар.(ӨҚН)	7.3.2.1 - физикалық жаттығулар алдында жаппы бой қыздыру жаттығуларын өткізу және алғашқы қалыпқа келтіру техникаларының компоненттерін көрсету.	1	15. 11		
30	Доппын бақылау және қоллау бағыттын өлгерілу		1	16. 11		
31	Гимнастикалық жабдықтардың жаттығулардың түрлілігі	7.1.4.1 - өзінін және басқалардың қозғалыс қызметін орындауды жетілдіре білу.	1	21. 11		
32	Гимнастикалық жабдықтардың жаттығулардың түрлілігі	7.1.5.1 - композициялық идеялар мен стратегиялар, қарапайым тактикаларды бағылау және құрастыра білу.	1	22. 11		
33	Доппын бақылау және қоллау бағыттын өлгерілу		1	23. 11		
34	Өнер көрсетуді құрастыру мен топтарда бағылау процесі	7.2.2.1 - көшбасшылық және командалық дағдыларын көрсету және талқылау.	1	28. 11		
35	Өнер көрсетуді құрастыру мен топтарда бағылау процесі Әсері мықты ұлы зәттардың қалдықтарынан тұрындайтын апаттар.(ӨҚН)	7.2.5.1 - өзінін және басқалардың шығармашылық қабілеттерін қолдану. сонымен қатар балама шешімдерді ұсыну	1	29. 11		
36	Доппын қоллау және пас беру		1	30. 11		
37	Қазақтың ұлттық ойындары	7.2.3.1 - қолбайлы оқу ортасын құру үшін бірлесе тіімді жұмыс жасау дағдыларын көрсетуді және талқылауды білу	1	05. 12		
38	Қазақтың ұлттық ойындары	7.2.7.1 - жарыс кезінде отансүйгіштікті, әділ ойынды, ынтымақтастықты көрсететін мінез-құлмқты бейімдеу және талқылау.	1	07. 12		
39	Ұшым немесе сымғым кезе жанқын допын қабайлау		1	12. 12		
40	Қазақтың ұлттық ойындары		1	12. 12		
41	Қазақтың ұлттық ойындары Жара мен жаракәт алу және басқа да		1	13. 12		

7.4. бағын  
Ұлттық және  
шығармашылық  
ойындар  
(12 сағ)

	келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)				
42	Ұшын немесе сырғыл келе жатқан допты қабылдау			1	14.12
43	Эниеткерлік ойындар	7.2.5.1 - өзінің және басқалардың шығармашылық қабілеттерін қолдану, сонымен қатар балдама шешімдерді ұсыну,		1	19.12
44	Эниеткерлік ойындар	7.2.6.1 – жарыс қызметінің ережесін және төрешіліктің ережесін қолдану		1	20.12
45	Допты бақылау және қолдау бағыттың өңкерту			1	21.12
46	Эниеткерлік ойындар			1	26.12
47	Эниеткерлік ойындар Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)			1	27.12
48	Кеңістікте бағдарлау, шабуылдағы дербес тактикалық әрекетпен таныстыру			1	28.12

**III тоқсан 30 сағат**

49	Кауіпсіздік ережелері. Қажетті қызмет түріне арналған бой қыздыру жаттығулары және қалыпқа келтіру техникасы	7.3.2.1 - физикалық жаттығулар адында жалпы бой қыздыру жаттығуларын өткізу және алғаны қалыпқа келтіру техникаларының компоненттерін көрсету		1	09.01		
50	Қажетті қызмет түріне арналған бой қыздыру жаттығулары және қалыпқа келтіру техникасы	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуда арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде қауіп-қатерді анықтау.		1	10.01		
51	Шабуылдағы дербес тактикалық әрекетпен таныстыру			1	11.01		
52	Қажетті қызмет түріне арналған бой қыздыру жаттығулары және қалыпқа келтіру техникасы			1	16.01		
53	Күш және төзімділікті дамытудағы қоғалыс әрекеттері Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы	7.3.1.1 – сдлауатты өмір салтының өзінің денсаулығына әсер етуін түсіну және түсіндіру; 7.1.4.1 - өзінің және басқалардың қоғалыс		1	17.01		

Қым Шаңты  
ке/Қоңқы  
Қызылты  
(12 сәт)

	медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)	қызметін орындауды жетілдіре білу				
54	<i>Доппны қадағалау және қолғау бағыттын өлсерну</i>			1	18.01	
55	Күш және төзімділікті дамытудағы қолғалыс әрекеттері			1	23.01	
56	Күш және төзімділікті дамытудағы қолғалыс әрекеттері			1	24.01	
57	<i>Доппны бақылау және қолғау бағыттын өлсерну</i>	7.1.3.1 - арнайы спорттық техниканы орындау кезінде қолғалыс кезектілігі мен дағдыларын жалпылау және жетілдіру;		1	25.01	
58	Келдертілерден өтуге арнайы жаттығулар	7.3.3.1 - түрлі физикалық жүктемелерді орындау кезінде ағзаны физикалық дайындау талаптарын және олардың ағзаның энергетикалық жүйесіне әсер етуін түсіну		1	30.01	
59	Келдертілерден өтуге арнайы жаттығулар Жара мен жаракат алу және басқа да кезеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)			1	34.01	
60	<i>Дибрилинг және қақпада соққы жасау</i>			1	01.02	
61	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық	7.2.2.1 - көшбасшылық және командалық дағдыларын көрсету және талқылау		1	06.02	
62	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуда арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде қауіп-қатерді анықтау;		1	07.02	
63	<i>Дибрилинг және қақпада соққы жасау</i>			1	08.02	
64	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық			1	13.02	
65	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық Жара мен жаракат алу және басқа да кезеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)			1	14.02	
66	<i>Дибрилинг және қақпада соққы жасау</i>	7.1.4.1 - өзінің және басқалардың қолғалыс қызметін орындауды жетілдіре білу		1	15.02	
67	Ойындар арқылы мәселелерді шешу дағдыларын жетілдіру	7.2.8.1 - түрлі қолғалыс контекстіндегі		1	20.02	

76. бағым  
шырман және  
шыман құрушы  
ойындар  
(18 сәт)

68	Ойындар арқылы мәселелерді шешу дағдыларын жетілдіру	келісілген рәшмерді қолдану және оларды айыра білу;	1	21.02		
69	Пас беру және шөппен сырғып келген допты қабылдап ойынымыздан кету		1	22.02		
70	Бағалам ойын жағдайларын құру	7.2.3.1 - қоғалы оқу ортасын құру үшін біресе тиімді жұмыс жасау дағдыларын көрсетуді және талқылауды білу;	1	27.02		
71	Бағалам ойын жағдайларын құру Жара мен жарықат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)	7.2.5.1 - өзінің және басқалардың шығармашылық қабілеттерін қолдану, сонымен қатар бағала шешімдерді ұсыну	1	28.02		
72	Пас беру және шөппен сырғып келген допты қабылдап ойынымыздан кету		1	29.02		
73	Бағалам ойын жағдайларын құру		1	05.03		
74	Топтарда шытырман ойындарын құру	7.2.1.1 - қоғалысқа байланысты өзгерген жағдайға жауап қайтаруға алған білімдерін жетілдіру;	1	06.03		
75	Допты бақылау және қолдау бағамын өзгерту	7.2.6.1 - жарыс қызметінің ережесін және тәртібінің ережесін қолдану	1	07.03		
76	Топтарда шытырман ойындарын құру		1	18.03		
77	Топтарда шытырман ойындарын құру Жара мен жарықат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)		1	13.03 14.03		
78	Ұшым келе жатқан немесе шөппен сырғып келе жатқан допты қабылдау		1	19.03 20.03		
<b>IV тоқсан 24 сағат</b>						
79	Қауіпсіздік ережелері Ойын жағдайларында допты ыңғайлап алу техникасын орындау	7.1.1.1 - Кен ауықымдағы арнайы спорттық жоғалыс қызметіндегі маневрлік, не болу және дәлдік қызметінде дағдыларын жетілдіру	1	02.04		
80	Ойын жағдайларында допты ыңғайлап алу техникасын орындау	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде қауіп-қатерді анықтау;	1	03.04		

7.2. бағам  
шытырман  
ойындары  
арқылы  
келенсіз  
жағдайлар  
дағдыларын  
жетілдіру  
(11 сағ)

81	Кеністікке бағдарлау, шабуылдағы дербес тактикалық әрекетпен таныстыру		1	09.04		
82	Кеністікте бағдарлау және допты беру пағдыларын дамыту	7.1.2.1 - түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жалпылау және жетілдіру.	1	09.04		
83	Кеністікте бағдарлау және допты беру пағдыларын дамыту Салдауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік (ӨҚН)	7.2.4.1 - дене жаттығулары аясындағы бағамаларды құрастыру және құрылымдық тәсілдерді қызметін тиімділеу әдістері мен ережелерін көрсету	1	10.04		
84	Допты бақылау және қолдау бағымын өзгерту		1	11.04		
85	Тактикалық іс-әрекет: жеке, топтық, командалық	7.1.5.1 - композициялық шешімдер мен стратегиялар, қаршығым тактикаларды бағалау және құрастыра білу	1	16.04		
86	Тактикалық іс-әрекет: жеке, топтық, командалық		1	17.04		
87	Допты бақылау және қолдау бағымын өзгерту	7.1.6.1 – түрлі қозғалыс белсенділігінде тәжірибе жасау кезінде қауіптерді білу мен алдын алу	1	18.04		
88	Өздерінің ойындарын құрастыру және өткізу	7.2.8.1 - түрлі қозғалыс контекстіндегі келісілген рөлдерді қолдану және оларды айыра білу.	1	23.04		
89	Өздерінің ойындарын құрастыру және өткізу Салдауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік (ӨҚН)		1	24.04		
90	Допты баспен соғу	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде қауіп-қатерді анықтау	1	25.04		
91	Сауықтыру жүтіру		1	30.04		
92	Сауықтыру жүтіру		1	01.05		
93	Шабуылдағы дербес тактикалық әрекетпен таныстыру	7.2.5.1 - өзінің және басқалардың шығармашылық қабілеттерін қолдану, сонымен қатар бапана шешімдерді ұсыну	1	02.05		
94	Белгілерге бірден жауап қайтару ойындары		1	07.05		

95	Белгілерге бірізден жауап қайтару ойындары			1	08.05		
96	<i>Дәлелі бақылау және қолғау бағамын өлсеріңі</i>	7.3.3.1 - по түрлі физикалық жүктемелерді орындау кезінде алғаны физикалық дайындалу талаптарын және олардың алғанын энергетикалық жүйесіне әсер етуін түсіну		1	09.05		
97	Бой жазу жаттығулары және қалыпқа келтіру құралдары			1	14.05		
98	Арнайы спорттық техниканы орындау кезінде қозғалысты жетілдіру	7.1.3.1 - арнайы спорттық техниканы орындау кезіндегі қозғалыс келектілігі мен дағдыларды жалпылау және жетілдіру		1	15.05		
99	<i>Дәлелі баспен сөз</i>			1	16.05		
100	Арнайы спорттық техниканы орындау кезінде қозғалысты жетілдіру			1	21.05		
101	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту	7.3.1.1 - салауатты өмір салтының өзінің денсаулығына әсер етуін түсіну және түсіндіру		1	22.05		
102	<i>Бақылау сынағы</i>			1	23.05		



Келісімге  
Оқу ісі орынбасары  
Г. Бейбітжан  
«18» 08 \_\_\_\_\_ ж

Об отприсланном варианте  
Хаттама № 7  
Об исполнении: Ушаев М.  
«18» 08 \_\_\_\_\_ ж

Түркістан облысы, Келес ауданы, Абай ауылы

№7 жалпы орта мектебі коммуналдық мемлекеттік мекемесі

## КҮНТІЗБЕЛІК - ТАҚЫРЫПТЫҚ

### ЖОСПАРЫ

Сынып: \_\_\_\_\_ 7 «Ә»

Мұғалім: Жұманбеков С

Сабақ: дене шынықтыру

**Күнітізбелік-тақырыптық жоспар**  
**7 сыныпжылдына,102 с. аптасына 3 с.**

Узақ мерзімді жоспардың бөлімдері	№	Тақырыптар/ Узақ мерзімді жоспардың мазмұны	Оқу мақсаты	Сағат	Мерзімі		Ескерту
					А	В	
<b>1-тоқсан (24 сағат)</b>							
	1	Кәуіпсіздік ережесі Қысқа қашықтыққа жүгіру	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде кәуіп-кәтерді анықтау	1		05.09	
	2	Қысқа қашықтыққа жүгіру	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде кәуіп-кәтерді анықтау	1		06.09	
	3	<i>Футбол ойынының символикасын, пайда болу тарихы</i>	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде кәуіп-кәтерді анықтау	1		07.09	
1. бөлім Жүгіру-секіру және дақтыру дағдыларын дамыту (15 сағат)	4	Орта және алыс қашықтықтарға жүгіру	7.3.2.1 – физикалық тапсырмалардың алдында жалпы бой қыздыру жаттығуларын жасау және алғаны қалыпқа келтіру	1		08.09	
	5	Орта және алыс қашықтықтарға жүгіру Су тасқыны (ОҚН)	7.3.3.1 – түрлі физикалық жүктемелерді орындау кезінде алғаны физикалық дайындалу талаптарын және олардың алғанын энергетикалық жүйесіне әсер етуін түсіну.	1		09.09	
	6	<i>Футбол ойыну кезіндегі кәуіпсіздік ережелері және спорттық киімге, аяқ киім мен спорт жабдықтарына қойылатын санитарлық-гигиеналық талаптар</i>		1			
	7	Секіру және оның түрлері	7.1.2.1 – қозғалыс комбинацияларын жалпылау және түрлі дене жаттығуларының орындалу кезектілігін жетілдіру	1		19.09	
	8	Секіру және оның түрлері	7.1.2.1 – қозғалыс комбинацияларын жалпылау және түрлі дене жаттығуларының орындалу кезектілігін жетілдіру	1		20.09	



9	<b>Жарыстың негізгі ережелері</b>	7.1.2.1 – қозғалыс комбинацияларын жалпылау және түрлі дене жаттығуларының орындалу кезектілігін жетілдіру	1		21.09	
10	Түрлі жабдықтарды дақтыру	7.1.1.1 – арнайы спорттық қозғалыс әрекеті кезінде дәлдікті, не болу және маневрліккілі дамыту дағдыларын жетілдіру	1		26.09	
11	Түрлі жабдықтарды дақтыру <b>Орман және дала орті (ОҚН)</b>	7.1.1.1 – арнайы спорттық қозғалыс әрекеті кезінде дәлдікті, не болу және маневрліккілі дамыту дағдыларын жетілдіру	1		27.09	
12	<b>Доппы бақылау және қолғау бағыттын өзгерту</b>	7.1.1.1 – арнайы спорттық қозғалыс әрекеті кезінде дәлдікті, не болу және маневрліккілі дамыту дағдыларын жетілдіру	1		22.09	
13	Эстафеталық жүгіруді модификациялау	7.3.5.1 – басқа адамдардың дене жаттығуларын толықтыру үшін білім мен дағдыларын анықтау	1		03.10	
14	Эстафеталық жүгіруді модификациялау	7.3.5.1 – басқа адамдардың дене жаттығуларын толықтыру үшін білім мен дағдыларын анықтау	1		04.10	
15	<b>Доппы бақылау және қолғау бағыттын өзгерту</b>	7.3.5.1 – басқа адамдардың дене жаттығуларын толықтыру үшін білім мен дағдыларын анықтау	1		05.10	
16	Ойын техникасын жетілдіру	7.1.2.1 – түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жалпылау және жетілдіру	1		10.10	
<b>7.2. бағым</b>						
<b>Спорттық командалық ойындар арқылы ірілес әрекет етуі (9 сағ)</b>						
17	Ойын техникасын жетілдіру <b>Өндірістік аяқтар және тіпалда аяқтар (ОҚН)</b>	7.1.2.1 – түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жалпылау және жетілдіру	1		11.10	
18	<b>Дырбыштың және қақпағы соққы жасау</b>	7.1.2.1 – түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жалпылау және жетілдіру	1		18.10	

19	Спорт ойындарындағы тактикалық іс-әрекеттер	7.1.5.1 – композициялық идеялар мен стратегиялар, қаралайым тактикаларды бағалау және құрастыра білу	1	17.10		
20	Спорт ойындарындағы тактикалық іс-әрекеттер	7.1.5.1 – композициялық идеялар мен стратегиялар, қаралайым тактикаларды бағалау және құрастыра білу	1	18.10		
21	Дриблинг және қақпала соққы жасау	7.1.5.1 – композициялық идеялар мен стратегиялар, қаралайым тактикаларды бағалау және құрастыра білу	1	19.10		
22	Көшбасшылық және командада жұмыс істеу дағдылары	7.2.1.1 – қозғалысқа байланысты өзгерген жағдайға жауап қайтаруға алған білімдерін жетілдіру 7.2.2.1 – көшбасшылық және командалық дағдыларын көрсету және талқылау.	1	24.10		
23	Көшбасшылық және командада жұмыс істеу дағдылары Өндірістік апаттар және зиянда апаттар (ӨҚП)	7.2.1.1 – қозғалысқа байланысты өзгерген жағдайға жауап қайтаруға алған білімдерін жетілдіру	1	25.10		
24	Дриблинг және қақпала соққы жасау	7.2.2.1 – көшбасшылық және командалық дағдыларын көрсету және талқылау.	1	26.10		
<b>II тоқсан 24 сағат</b>						
25	7.3. бағам деңгейі және гимнастика арқалы өзінің кәсіпін басқару дағдылары (12 сағ)	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған түрлі дене жаттығулары контекстеріндегі кәуіптер мен қатерлерді анықтау	1	07.11		
26	Салтық жаттығуларды меңгеру	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған түрлі дене жаттығулары контекстеріндегі кәуіптер мен қатерлерді анықтау	1	08.11		
27	Пас беру және допты қабылдау.	7.3.4.1 – денсаулықты нығайтуға арналған түрлі дене жаттығулары контекстеріндегі	1	09.11		

	<i>ойыншымдан келіп</i>	жәуіптер мен кәтерілерді анықтау				
28	Акробаттықшылық элементтер кешені	7.1.2.1 - Түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жаттығылау және жетілдіру	1	14. 11		
29	Акробаттықшылық элементтер кешені Әсері мықты ұлы зәттардың қалдықтарынан тұрындайтын апаттар.(ӨҚН)	7.3.2.1 - физикалық жаттығулар алдында жаппы бой қыздыру жаттығуларын өткізу және алғашқы қалыпқа келтіру техникаларының компоненттерін көрсету;	1	15. 11		
30	<i>Доппын бақылау және қолдау бағытты өлгерілу</i>		1	16. 11		
31	Гимнастикалық жабдықтардың жаттығулардың түрлілігі	7.1.4.1 – өзінін және басқалардың қозғалыс қызметін орындауды жетілдіре білу;	1	21. 11		
32	Гимнастикалық жабдықтардың жаттығулардың түрлілігі	7.1.5.1 - композициялық икемдер мен стратегиялар, қарапайым тактикаларды бағылау және құрастыра білу;	1	22. 11		
33	<i>Доппын бақылау және қолдау бағытты өлгерілу</i>		1	23. 11		
34	Өнер көрсетуді құрастыру мен топтарда бағылау процесі	7.2.2.1 - көшбасшылық және командалық дағдыларын көрсету және талқылау;	1	28. 11		
35	Өнер көрсетуді құрастыру мен топтарда бағылау процесі Әсері мықты ұлы зәттардың қалдықтарынан тұрындайтын апаттар.(ӨҚН)	7.2.5.1 – өзінін және басқалардың шығармашылық қабілеттерін қолдану, сонымен қатар балама шешімдерді ұсыну	1	29. 11		
36	<i>Доппын қолдау және нас беру</i>		1	30. 11		
37	Қазақтың ұлттық ойындары	7.2.3.1 – қолбайлы оқу ортасын құру үшін бірлесе тиімді жұмыс жасау дағдыларын көрсетуді және талқылауды білу	1	05. 12		
38	Қазақтың ұлттық ойындары	7.2.7.1 – жарыс кезінде отансүйгіштікті, әділ ойынды, ынтымақтастықты көрсететін мінез-құлмқты бейімдеу және талқылау;	1	07. 12		
39	<i>Ұшым немесе сымғым кезе жанқын допын қабылдау</i>		1	12. 12		
40	Қазақтың ұлттық ойындары		1	12. 12		
41	Қазақтың ұлттық ойындары <i>Жара мен жаракәт алу және басқа да</i>		1	13. 12		

7.4. бөлім  
Ұлттық және  
интердік  
ойындар  
(12 сағ)

	келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)				
42	Ұшын немесе сырғыл келе жатқан допты қабылдау			14.12	
43	Эниеткерлік ойындар	7.2.5.1 - өзінің және басқалардың шығармашылық қабілеттерін қолдану, сонымен қатар балдыра шешімдерді ұсыну,	1	19.12	
44	Эниеткерлік ойындар	7.2.6.1 – жарыс қызметінің ережесін және төрешіліктің ережесін қолдану	1	20.12	
45	Допты бақылау және қолдау бағыттың өңкерту		1	21.12	
46	Эниеткерлік ойындар		1	26.12	
47	Эниеткерлік ойындар Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)		1	27.12	
48	Кеңістікте бағдарлау, шабуылдағы дербес тактикалық әрекетпен таныстыру		1	28.12	

III тоқсан 30 сағат

49	Кауіпсіздік ережелері. Қажетті қызмет түріне арналған бой қыздыру жаттығулары және қалыпқа келтіру техникасы	7.3.2.1 - физикалық жаттығулар алында жалпы бой қыздыру жаттығуларын өткізу және алғаны қалыпқа келтіру техникаларының компоненттерін көрсету	1	09.01	
50	Қажетті қызмет түріне арналған бой қыздыру жаттығулары және қалыпқа келтіру техникасы	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуда арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде қауіп-қатерді анықтау.	1	10.01	
51	Шабуылдағы дербес тактикалық әрекетпен таныстыру		1	11.01	
52	Қажетті қызмет түріне арналған бой қыздыру жаттығулары және қалыпқа келтіру техникасы		1	16.01	
53	Күш және төзімділікті дамытудағы қоғалыс әрекеттері Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы	7.3.1.1 – сдлауатты өмір салтының өзінің денсаулығына әсер етуін түсіну және түсіндіру; 7.1.4.1 - өзінің және басқалардың қоғалыс	1	17.01	

Қым Шаңты  
ке/Қоңқы  
Қызылты  
(12 сәт)

	медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)	қызметін орындауды жетілдіре білу				
54	<i>Доппны қадағалау және қоғалду бағымны өлсерну</i>			1	18. 01	
55	Күш және төзімділікті дамытудағы қоғалыс әрекеттері			1	23. 01	
56	Күш және төзімділікті дамытудағы қоғалыс әрекеттері			1	24. 01	
57	<i>Доппны бақылау және қоғалду бағымны өлсерну</i>	7.1.3.1 - арнайы спорттық техниканы орындау кезінде қоғалыс кезектілігі мен дағдыларын жалпылау және жетілдіру;		1	25. 01	
58	Келдертілерден өтуге арнайы жаттығулар	7.3.3.1 - түрлі физикалық жүктемелерді орындау кезінде ағзаны физикалық дайындау талаптарын және олардың ағзаның энергетикалық жүйесіне әсер етуін түсіну		1	30. 01	
59	Келдертілерден өтуге арнайы жаттығулар Жара мен жаракат алу және басқа да кезенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)			1	34. 01	
60	<i>Дибриллинг және қақпада соққы жасау</i>			1	01. 02	
61	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық	7.2.2.1 - көшбасшылық және командалық дағдыларын көрсету және талқылау		1	06. 02	
62	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуда арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде қауіп-қатерді анықтау;		1	07. 02	
63	<i>Дибриллинг және қақпада соққы жасау</i>			1	08. 02	
64	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық			1	13. 02	
65	Ойындардағы командалық іс-әрекет және көшбасшылық Жара мен жаракат алу және басқа да кезенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)			1	14. 02	
66	<i>Дибриллинг және қақпада соққы жасау</i>	7.1.4.1 - өзінің және басқалардың қоғалыс қызметін орындауды жетілдіре білу		1	15. 02	
67	Ойындар арқылы мәселелерді шешу дағдыларын жетілдіру	7.2.8.1 - түрлі қоғалыс контекстіндегі		1	20. 02	

76. бағым  
шырман және  
ында құрушы  
ойындар  
(18 сәт)

68	Ойындар арқылы мәселелерді шешу дағдыларын жетілдіру	келісілген рәсімдерді қолдану және оларды айыра білу;	1	21.02		
69	Пас беру және шөппен сырғып келген допты қабылдап ойынымыздан кету		1	22.02		
70	Бағалам ойын жағдайларын құру	7.2.3.1 - қоғалы оқу ортасын құру үшін біресе тиімді жұмыс жасау дағдыларын көрсетуді және талқылауды білу;	1	27.02		
71	Бағалам ойын жағдайларын құру Жара мен жарықат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)	7.2.5.1 - өзінің және басқалардың шығармашылық қабілеттерін қолдану, сонымен қатар бағалам шешімдерді ұсыну	1	28.02		
72	Пас беру және шөппен сырғып келген допты қабылдап ойынымыздан кету		1	29.02		
73	Бағалам ойын жағдайларын құру		1	05.03		
74	Топтарда шытырман ойындарын құру	7.2.1.1 - қоғалысқа байланысты өзгерген жағдайға жауап қайтаруға алған білімдерін жетілдіру;	1	06.03		
75	Допты бақылау және қолдау бағамын өзгерту	7.2.6.1 - жарыс қызметінің ережесін және тәртібіліктің ережесін қолдану	1	07.03		
76	Топтарда шытырман ойындарын құру		1	18.03		
77	Топтарда шытырман ойындарын құру Жара мен жарықат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. (ӨҚН)		1	13.03 14.03		
78	Ұшым келе жатқан немесе шөппен сырғып келе жатқан допты қабылдау		1	19.03 20.03		
<b>IV тәжірибе 24 сағат</b>						
79	Қауіпсіздік ережелері Ойын жағдайларында допты ыңғайлап алу техникасын орындау	7.1.1.1 - Кен ауықымдағы арнайы спорттық жоғалыс қызметіндегі маневрлілік, не болу және дәлдік қызметінде дағдыларын жетілдіру	1	02.04		
80	Ойын жағдайларында допты ыңғайлап алу техникасын орындау	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде қауіп-қатерді анықтау;	1	03.04		

7.2. бағам  
шытырман  
ойындары  
арқылы  
келенсіз  
жағдайлар  
дағдыларын  
жетілдіру  
(11 сағ)

81	Кеністікке бағдарлау, шабуылдағы дербес тактикалық әрекетпен таныстыру		1	09.04		
82	Кеністікте бағдарлау және допты беру бағдыларын дамыту	7.1.2.1 - түрлі дене жаттығуларын орындау барысында қозғалыс комбинацияларын жалпылау және жетілдіру.	1	09.04		
83	Кеністікте бағдарлау және допты беру бағдыларын дамыту Салдауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік (ӨҚН)	7.2.4.1 - дене жаттығулары аясындағы бағамаларды құрастыру және құрылымдық тәсілдерді қызметін тиімділеу әдістері мен ережелерін көрсету	1	10.04		
84	Допты бақылау және қолдау бағымын өзгерту		1	11.04		
85	Тактикалық іс-әрекет: жеке, топтық, командалық	7.1.5.1 - композициялық шешімдер мен стратегиялар, қаршығым тактикаларды бағалау және құрастыра білу	1	16.04		
86	Тактикалық іс-әрекет: жеке, топтық, командалық		1	17.04		
87	Допты бақылау және қолдау бағымын өзгерту	7.1.6.1 – түрлі қозғалыс белсенділігінде тәжірибе жасау кезінде қауіптерді білу мен алдын алу	1	18.04		
88	Өздерінің ойындарын құрастыру және өткізу	7.2.8.1 - түрлі қозғалыс контекстіндегі келісілген рөлдерді қолдану және оларды айыра білу.	1	23.04		
89	Өздерінің ойындарын құрастыру және өткізу Салдауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік (ӨҚН)		1	24.04		
90	Допты баспен соғу	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға арналған әртүрлі дене жаттығулар контекстінде қауіп-қатерді анықтау	1	25.04		
91	Сауықтыру жүтіру		1	30.04		
92	Сауықтыру жүтіру		1	01.05		
93	Шабуылдағы дербес тактикалық әрекетпен таныстыру	7.2.5.1 - өзінің және басқалардың шығармашылық қабілеттерін қолдану, сонымен қатар бапана шешімдерді ұсыну	1	02.05		
94	Белгілерге бірден жауап қайтару ойындары		1	07.05		

95	Белгілерге бірізден жауап қайтару ойындары			1	08.05		
96	Дәлелмен бақылау және қолғау бағамын өлшеуі	7.3.3.1 - по түрлі физикалық жүктемелерді орындау кезінде алғаны физикалық дайындалу талаптарын және олардың алғанын энергетикалық жүйесіне әсер етуін түсіну		1	09.05		
97	Бой жазу жаттығулары және қалыпқа келтіру құралдары			1	14.05		
98	Арнайы спорттық техниканы орындау кезінде қозғалысты жетілдіру	7.1.3.1 - арнайы спорттық техниканы орындау кезіндегі қозғалыс келектілігі мен дағдыларды жалпылау және жетілдіру		1	15.05		
99	Дәлелмен баспен сөз			1	16.05		
100	Арнайы спорттық техниканы орындау кезінде қозғалысты жетілдіру			1	21.05		
101	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту	7.3.1.1 - салауатты өмір салтының өзінің денсаулығына әсер етуін түсіну және түсіндіру		1	22.05		
102	Бақылау сынағы			1	23.05		