



Келісетін
Оқу ісі бұйырығы
Т. Бекбергін
« 21 » 08

Әб-отпұсқұла қаған
Хаттама № 1
Әб-жетекші: Уәлиә М.
« 21 » 08

Түркістан облысы, Келес ауданы, Абай ауылы

№7 жалпы орта мектебі коммуналдық мемлекеттік мекемесі

КҮНТІЗБЕЛІК - ТАҚЫРЫПТЫҚ

ЖОСПАРЫ

Сынып: 8 «Б»

Мұғалім: Аманжол Е

Сабақ: дене шынықтыру

**ДЕЛЕ ШЫНЫКТЫРУУ ПАИШЕН 8 СЫНЫПКА АРНАЛГАН
КУНТӘБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР**

«Деле шынықтыру» пәні бойынша оқу жүзетемесінің қалғанды аяғына 3 сағат, оқу жылдығы 102 сағатты құрайды

№ р/с	Ауыспалы тақырыптар	Са бағ №	Сабақтардың тақырыптары	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі				Есеп-құрап
						А	Ә	Б	В	
1-тоқсан										
22 сағат										
1		1	Қайыңдике ересекі Төменгі сөре және сөресік сөнім, 60 м ағытыр ОҚЖ Әсері шықты ұлы заттарын салыстырғынны тусылдығын аятыр.	8.3.4.1 денеулына көрі әсерін тартуі мұрақын күйн-кәтәлді төмендету, сондай-әк техника күйінділі бойынша техника күйінділінің еүреселі мәселелерін түсіне білу	1					
2		2	Төменгі сөре және сөресік сөнім, 4x10 м ағытыр ОҚЖ Әсері шықты ұлы заттарын салыстырғынны тусылдығын аятыр.	8.3.4.1 денеулына көрі әсерін тартуі мұрақын күйн-кәтәлді төмендету, сондай-әк техника күйінділі бойынша техника күйінділінің еүреселі мәселелерін түсіне білу	1					
3		3	Орта қанықтыққа ағытыр дартыларын дартыту. Әсірета ағытыр 4x60 м ОҚЖ Жаруанс және орт адын ады	8.3.2.1 қолбалы омыл –үйрену ортасын қанықтығыр бойынша біріккен, әрі тілөді әрүанс дартыларын қолдау және көрсете білу	1					
4		4	Орта қанықтыққа ағытыр дартыларын дартыту 200 м ағытыр ОҚЖ Жаруанс және орт адын ады	8.3.2.1 қолбалы омыл –үйрену ортасын қанықтығыр бойынша біріккен, әрі тілөді әрүанс дартыларын қолдау және көрсете білу	1					
5		5	Орта қанықтыққа ағытыр дартыларын дартыту 400 м ағытыр	8.3.2.1 денеңі қолдау және қаттына кеттіру жатырғаруын кеңені құру және көрсету, сондай-әк омыл қанықтығын түсіну	1					
6		6	Орта қанықтыққа ағытыр дартыларын дартыту 6x10 м өресе адын ағытыр	8.3.2.1 денеңі қолдау және қаттына кеттіру жатырғаруын кеңені құру және көрсету, сондай-әк омыл қанықтығын түсіну	1					
7		7	Сәсіртал дартытуға арналған те – шапарлар, бір оғанына Үандалыққа сәсірлу.	8.1.2.1 кең дуқалында аяуан-қолына қолбынашыларын және олардын оғанынау пертәліні түсінуіру және көрсете білу	1					
8		8	Сәсіртал дартытуға арналған те – шапарлар, Жүйрін кеңі Үандалыққа сәсірлу.	8.3.2.1 денеңі қолдау және қаттына кеттіру жатырғаруын кеңені құру және түсінуіру және көрсете білу	1					
								19.9	19.9	
								15.9	15.9	
								12.9	12.9	
								9.9	9.9	
								17.9	17.9	
								18.9	18.9	
								19.9	19.9	

9	9	Сөздікті дамытуға арналған іс-шаралар. Біліктіке сөйлеу дәлелтері	8.3.2.1 дегені қалдыру және қашыра келтіру жаттығуларының кешенін құру және түсіндіру және көрсете білу	1	21.9	21.9		
10	10	Диктанту кезінде күш пен бұрынық ет тобының дамыту. 150 г кіші допты қолыңғышқа диктанту	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлелін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	22.2	22.9		
11	11	Диктанту кезінде күш пен бұрынық ет тобының дамыту. 150 г кіші допты иесізінге диктанту	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлелін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	22.9	22.9		
12	12	Диктанту кезінде күш пен бұрынық ет тобының дамыту. 150 г кіші допты қолыңғышқа диктанту	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды көрсете білу	1	22.9	22.9		

2-бағам Спорт ойындары арналы бірлескен жұмыс(12 сағат)

13	13	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру. Баскетбол. Ойын ережелерін еске түсіру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлелін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	23.10	23.10		
14	14	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру. Баскетбол. Ойын техникасының элементтері.	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлелін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	23.12	23.10		
15	15	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру. Баскетбол. Допты ойнашықты беру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлелін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	23.10	23.10		
16	16	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру. Баскетбол. Допты екі қолмен алып жүру дәлісі	8.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	23.10	23.10		
17	17	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру. Баскетбол. Допқа иелік ету, допсыз қозғалыстар.	8.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	23.10	23.10		
18	18	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру. Баскетбол. Қорғаныста ойнау техникасы	8.2.4.1 дене жаттығулары аяқсаныпты іс-әрекеттерді орындайдыру және баланы түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәжірибелі қолдану және талқылай білу	1	23.10	23.10		
19	19	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру. Баскетбол. Допты бір орындан торға тастау	8.2.4.1 дене жаттығулары аяқсаныпты іс-әрекеттерді орындайдыру және баланы түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәжірибелі қолдану және талқылай білу	1	23.10	23.10		
20	20	Ойын құрылымын. Шабуылда ойыну техникасы	8.1.2.1 көп ауықалығы қимыл-қозғалыс қимыл-қозғалыс және олардың орындау реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	19.10	19.10		
21	21	Ойын құрылымын. Допты торға екі адам жасап тастау	8.1.2.1 көп ауықалығы қимыл-қозғалыс қимыл-қозғалыс және олардың орындау реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	20.10	20.10		

22	22	Жарыс ойынын ұйымдастыру Кіші баскетбол даярдығы жылдамдықта ойыну	8.1.5.1 көп ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық нәрселерін анықтау және бағалай білу	1	29.10	29.10		
23	23	Жарыс ойынын ұйымдастыру Баскетбол. Екі жақты ойын ойыну	8.2.2.1 көпбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу көрсете білу	1	8.10	26.10		
24	24	Жарыс ойынын ұйымдастыру. Баскетбол. Екі жақты ойын ойыну	8.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қаптағы білу көмек-өрекеттерімен байланысты білімді	1	29.10	27.10		
4-бөлім Көлік халқының дәстүрлі ойындары (3 сәт)								
25	25	Қазіргі заманғы халық ойындары. Толыққандық ойыну	8.2.5.1 ойын және өзгерісін шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің бағам жолдарын ұсыну	1	19.12	19.12		4- Тару- +3 сәт
26	26	Қазіргі заманғы ойындары. Толыққандық ойыну	8.2.5.1 ойын және өзгерісін шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің бағам жолдарын ұсыну	1	21.12	21.12		
27	27	Қазіргі заманғы ойындары. Толыққандық ойыну	8.2.5.1 ойын және өзгерісін шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің бағам жолдарын ұсыну	1	22.12	22.12		

2-тоқсан
18 сәт

3-бөлім Гимнастикалық элементтер және оның түрлері (6 сәт)

28	1	<i>Күнісіздік өрнегі</i> Орында және қолғабыста орындау жаттығулары. Салтық жаттығулар ОҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізугі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігі бойынша техника қауіпсіздігін күрделі мәселелерін түсіне білу	1	07.11	08.11		
29	2	Орында және қолғабыста орындау жаттығулары. Бөрене үстінде теңе теңдік сақтау жаттығулары. ОҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	8.3.2.1 денені қалдыру және қатпана келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну	1	9.11	9.11		
30	3	Орында және қолғабыста орындау жаттығулары. Өрнегі. Арқанда алғашқы ор-мелу ОҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	8.1.2.1 көп ауқымдағы қиынд-қолғабыс қимылдарының және олардың орындау ретінің түсіну және көрсете білу	1	19.11	19.11		

31		4	Акробатикалық жаттығуларды түрлері: Төне төндік және секіру. Катпар көрмесіне жасалатын жаттығулар	8.1.2.1 есеп ауқымында қызыл-қолашы комбинизацияларын және олардың орындалу ретіліні түсініру және көрсете білу	1					
32		5	Акробатикалық жаттығуларды түрлері: Төне төндік және секіру. Кіші атпен биіктігі 120 см секіру	8.1.5.1 есеп ауқымында дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1			16.11	16.11	
33		6	Акробатикалық жаттығуларды түрлері: Төне төндік және секіру. Кіші атпен биіктігі 120 см секіру	8.1.5.1 есеп ауқымында дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1			12.11	12.11	
34		7	Спартадағы гимнастикалық жаттығулардың жанытығы. Гимнастикалық көрмеде жаттығулар жасау	8.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кесінілері өзінің және өзгелердің біліктіліктеріне сәйкестірілуі	1			22.11	22.11	
35		8	Спартадағы гимнастикалық жаттығулардың жанытығы Гимнастикалық көрмеде жаттығулар жасау	8.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кесінілері өзінің және өзгелердің біліктіліктеріне сәйкестірілуі	1			23.11	23.11	
36		9	Спартадағы гимнастикалық жаттығулардың жанытығы. Гимнастикалық сырғалта жаттығулар жасау	8.2.2.1 көпбасшылық дайындар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу	1			22.11	22.11	
37		10	Спартадағы гимнастикалық жаттығулардың жанытығы. Гимнастикалық сырғалта жаттығулар жасау	8.2.2.1 көпбасшылық дайындар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу	1			22.11	22.11	
38		11	Спартадағы гимнастикалық жаттығулардың жанытығы. Акробатикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тақрипберінін байытуға арналған дайындарды көрсете білу	1			28.11	28.11	
39		12	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тақрипберінін байытуға арналған дайындарды көрсете білу	1			1.12	1.12	
40		13	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тақрипберінін байытуға арналған дайындарды көрсете білу	1			5.12	5.12	
41		14	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тақрипберінін байытуға арналған дайындарды көрсете білу	1			7.12	7.12	
42		15	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тақрипберінін байытуға арналған дайындарды көрсете білу	1			9.12	9.12	

43		16	Еркін ретивкалық гимнастика жаттығулары, Тимнаста ерксіз жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа ашықтардан дене жаттығуларын тәжірибелерін баытуға арналған ағымдарды көрсете білу	1		ҚД	ҚД		
4-бөлім Қалақ халықпен астырғи ойындары (2 сағат)										
44		17	Қазақтың халық ойындары. Асық ату мен бас тас ойыны	8.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ерекшелігін көрсету және салыстыра білу	1		ҚД	ҚД	ЖД	ТД
45		18	Қазақтың халық ойындары. Топпазғымалық ойыны.	8.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ерекшелігін көрсету және салыстыра білу	1		ҚД	ҚД	ЖД	ТД

3-ТОҚСАН
30 САҒАТ

5-бөлім Көрсеткіш гимнастика, әрқос дәлелдену (2 сағат)

46		1	Күрестілік ерксіз Жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық қасиеттерді дамыту ОҚН Жұмылы ағымдарын дамып алу	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізгі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді болыпша техника қауіпсіздігін күресі мәселелерін түсіне білу	1		ҚД	ҚД		
47		2	Жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық қасиеттерді дамыту. Тамырдың соғу жылді (ТСЖ) анықтау ОҚН Жұмылы ағымдарын дамып алу	8.3.2.1 денен қалдыру және қалпын келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну			ҚД	ҚД	ҚД	
48		3	Жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық қасиеттерді дамыту. Тамырдың соғу жылді (ТСЖ) анықтау ОҚН Сауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік	8.3.2.1 денен қалдыру және қалпын келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну			ҚД	ҚД	ҚД	
49		4	Арнаулы жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Қалдыру, қалыңа келу техникасы ОҚН Сауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік	8.3.1.1 сауатты өмір салтының денсаулыққа тиісетін әсерін және бастан үлгісімен көрсету			ҚД	ҚД	ҚД	
50		5	Арнаулы жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Қалдыру, қалыңа келу техникасы	8.3.1.1 сауатты өмір салтының денсаулыққа тиісетін әсерін және бастан үлгісімен көрсету			ҚД	ҚД	ҚД	
51		6	Арнаулы жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Денсаулық жаттығулар арқылы индандылық анықтау	8.1.4.1 күшпен-қолдасты сағанд орындау келісетін өзінің және өзгелерінің бақылауларын салыстыра білу			ҚД	ҚД	ҚД	

52		7	Әр түрлі келерілерден жүгіру. Гимнастикалық секіріпмен секіру	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезінде алдылап мен реттеліп түсінілу және көрсете білу	1		23.1	29.1	
53		8	Әр түрлі келерілерден жүгіру. Гимнастикалық секіріпмен секіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың артап тигісетін асері мен нәтижелілік жүзесен байланысын түсіндіру	1		25.1	25.1	
54		9	Әр түрлі келерілерден жүгіру. 30 м келерілер арқалы жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың артап тигісетін асері мен нәтижелілік жүзесен байланысын түсіндіру	1		26.1	26.1	
55		10	Әр түрлі келерілерден жүгіру. 30 м келерілер арқалы жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың артап тигісетін асері мен нәтижелілік жүзесен байланысын түсіндіру	1		30.1	35.1	
56		11	Әр түрлі келерілерден жүгіру. 3x10 м жылдамдыққа жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың артап тигісетін асері мен нәтижелілік жүзесен байланысын түсіндіру	1		4.02	10.2	
57		12	Әр түрлі келерілерден жүгіру. 3x10 м жылдамдыққа жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың артап тигісетін асері мен нәтижелілік жүзесен байланысын түсіндіру	1		2.02	2.02	

6-бөлім. Командалық ойын-бетпеін қозғалыстың іс-әрекеті.18 сәт

58		13	Командалық ойындағы қолбасшылық баскетбол. Ойын ережелері	8.3.4.1 денсаулыққа зери асеріп тигілуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігі бойынша техника қауіпсіздігінің әрқайсы мәселелерін түсіне білу	1		6.01	6.02	
59		14	Командалық қолбасшылық баскетбол. Ойыншылардың қозғалыстары	8.2.2.1 қолбасшылық алдылап мен қолында құрамында жүрме істей білуді көрсету және қолында білу	1		8.02	8.02	
60		15	Ойын кезіндегі үйлесімділігін баскетбол. Доппен және допқа қолыластар	8.2.8.1 түрлі командалық нәтижелерін түсіндіретін рөлдерді көрсету және салыстыра білу	1		9.01	9.02	
61		16	Ойын кезіндегі үйлесімділігін баскетбол. Допты ойыншыға беру әдісі	8.1.4.1 қызыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі ойын және өлгерудің біліктіліктерін салыстыра білу	1		13.2	15.2	
62		17	Ойын кезіндегі үйлесімділігін баскетбол. Допты топқа тастау әдісі	8.1.4.1 қызыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі ойын және өлгерудің біліктіліктерін салыстыра білу	1		15.2	15.2	
63		18	Ойын кезіндегі үйлесімділігін баскетбол. 2-3 ұянылық тастау әдістері	8.1.4.1 қызыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі ойын және өлгерудің біліктіліктерін салыстыра білу	1		16.2	16.2	

64	19	Дорногалык ойдуу кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Коррампакта ойнуу элестери	8.2.3.1 кочкары оюун – үйрөтүү орнасын калыптастыруу болжолу биринчи, эки тиймэл жумуш даяматуурун кочкары же көрсөтө бую	1	202	202		
65	20	Дорногалык ойдуу кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Коррампакта ойнуу элестери	8.2.3.1 кочкары оюун – үйрөтүү орнасын калыптастыруу болжолу биринчи, эки тиймэл жумуш даяматуурун кочкары же көрсөтө бую	1	202	202		
66	21	Дорногалык ойдуу кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Коррампакта тоскоолуу коо элеси	8.2.3.1 кочкары оюун – үйрөтүү орнасын калыптастыруу болжолу биринчи, эки тиймэл жумуш даяматуурун кочкары же көрсөтө бую	1	202	202		
67	22	Дорногалык ойдуу кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Шабуулду ойнуу элестери	8.2.5.1 оюун же өтгөрүлүн шартнамалык кабинеттерин көрсөтүү же салыштыра бую, сондай-ак оны шешүүдүн бадым жолдарын үсынуу	1	272	272		
68	23	Дорногалык ойдуу кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Шабуулду ойнуу элестери	8.2.5.1 оюун же өтгөрүлүн шартнамалык кабинеттерин көрсөтүү же салыштыра бую, сондай-ак оны шешүүдүн бадым жолдарын үсынуу	1	202	202		
69	24	Дорногалык ойдуу кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Командалык шабуулду ойнуу	8.2.5.1 оюун же өтгөрүлүн шартнамалык кабинеттерин көрсөтүү же салыштыра бую, сондай-ак оны шешүүдүн бадым жолдарын үсынуу	1	102	102		
70	25	Сергектикти, тап-кадрлыкты және үсылтыллыкты даямату ойындары, баскетбол, Командалык коррампакта ойнуу	8.2.1.1 өтгөрүлүн шартнамалык кабинеттерин көрсөтүү же салыштыра бую, сондай-ак оны шешүүдүн бадым жолдарын үсынуу	1	503	503		
71	26	Сергектикти, тап-кадрлыкты және үсылтыллыкты даямату ойындары, баскетбол, Ойнуу техникасы мен таптындары	8.2.1.1 өтгөрүлүн шартнамалык кабинеттерин көрсөтүү же салыштыра бую, сондай-ак оны шешүүдүн бадым жолдарын үсынуу	1	103	103		
72	27	Сергектикти, тап-кадрлыкты және үсылтыллыкты даямату ойындары, баскетбол, Ойнуу техникасы мен таптындары	8.2.1.1 өтгөрүлүн шартнамалык кабинеттерин көрсөтүү же салыштыра бую, сондай-ак оны шешүүдүн бадым жолдарын үсынуу	1	203	203		
73	28	Сергектикти, тап-кадрлыкты және үсылтыллыкты даямату ойындары, баскетбол, Командалык коррампакта	8.2.6.1 жарык к-эрекеттерин және тоскоолуу эрү эрежелерин көрсөтүү же салыштыра бую	1	005	005		
74	29	Сергектикти, тап-кадрлыкты және үсылтыллыкты даямату ойындары, баскетбол, Эки жактуу ойнуу	8.2.6.1 жарык к-эрекеттерин және тоскоолуу эрү эрежелерин көрсөтүү же салыштыра бую	1	105	105		
75	30	Сергектикти, тап-кадрлыкты және үсылтыллыкты даямату ойындары, баскетбол, Эки жактуу ойнуу	8.2.6.1 жарык к-эрекеттерин және тоскоолуу эрү эрежелерин көрсөтүү же салыштыра бую	2	005	005		

4-доскура
27-сана

76	1	Күрнебілік ережелік. Ойын техникасы, футбол ойынының ережелері ОКН Сапауатты өмір салты дәстүрі туралы түсінік	8.1.4.1 дене тәрбиесіне келі әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігі бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	2.04	2.04		
77	2	Ойын техникасы, футбол. Адамның қолымен ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.1.1 арнайы спорттық киімді әрекеттерінің дәлізін бақылауы және үйлестімділікті дамытуға арналған киім-қояндық дәлдіктерін көрсету	1	4.04	4.04		
78	3	Ойын тактикасы, футбол. Қажырлының ролі, ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.2.1 кен ауқымдағы киім-қояндық комбинацияларын және олардың орындалу ретінің түсініру және көрсете білу	1	5.04	5.04		
79	4	Ойын тактикасы, футбол. Дөпмен дадан өту тәсілдері ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.2.1 кен ауқымдағы киім-қояндық комбинацияларын және олардың орындалу ретінің түсініру және көрсете білу	1	9.04	9.04		
80	5	Ойын тактикасы, футбол. Дөпмен дадан өту тәсілдері	8.2.4.1 дене жаптықтары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және бақылау түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және танымай білу	1	11.4	11.4		
81	6	Ойын тактикасы, футбол. Дөпмен дадан өту тәсілдері	8.2.4.1 дене жаптықтары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және бақылау түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және танымай білу	1	11.4	11.4		
82	7	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Шабуылда ойыну техникасы	8.1.5.1 кен ауқымдағы дене жаптықтарының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бақылау білу	1	16.4	16.4		
83	8	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Дөпмен дадан өту тәсілдері	8.1.5.1 кен ауқымдағы дене жаптықтарының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бақылау білу	1	16.4	16.4		
84	9	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Дөпмен дадан өту тәсілдері	8.2.8.1 түрлі киім-қояндық негіздерінен тұндырылған рөлдерді көрсету және салыстыра білу	1	19.4	19.4		
85	10	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Айып дөпмен орындау	8.2.8.1 түрлі киім-қояндық негіздерінен тұндырылған рөлдерді көрсету және салыстыра білу	1	23.4	23.4		
86	11	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Білі жақты ойын	8.1.6.1 киім-қояндық белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап қайтару білу дәлдіктерін жақсарту білу	1	25.4	25.4		

87	12	Ойындарды шығармашылық белсенділік, футбол, Екі жақты ойын	8.1.6.1 киши-қолымен белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап келтіре білу дағдыларын жетілдіру білу	1	26.4	26.4		
----	----	--	---	---	------	------	--	--

8-бауым. Жетілдірілетін дағдыларды арттыру мақсатындағы жетілдірілетін дағдылар (12 сәуір)

88	13	Ойын-сапарды жерлерден жүгірту, 200 м жүгіру	8.1.4.1 жекеуақытқа келіп әсерін тигізуді мүмкін етуін-келтіруді төмендету, сондай-ақ техника елестіретін бойынша техника елестіретін елестіретін мәселелерін түсіне білу	1	30.4	30.4		
89	14	Ойын-сапарды жерлерден жүгірту 400 м жүгіру	8.1.4.1 жекеуақытқа келіп әсерін тигізуді мүмкін етуін-келтіруді төмендету, сондай-ақ техника елестіретін бойынша техника елестіретін елестіретін мәселелерін түсіне білу	1	30.05	30.4		
90	15	Ойын-сапарды жерлерден жүгірту, Кросс 6 минутта жүгіру	8.1.4.1 жекеуақытқа келіп әсерін тигізуді мүмкін етуін-келтіруді төмендету, сондай-ақ техника елестіретін бойынша техника елестіретін елестіретін мәселелерін түсіне білу	1	30.05	30.05		
91	16	Толымдылық дамыту бағытындағы те-адрестер. Эстафета 4x60 м обьоны	8.1.5.1 ойын және өлгеруді шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны пайдалану бағыты жолдарын ұсыну	1	30.05	30.05		
92	17	Толымдылық дамыту бағытындағы те-адрестер. 1000 м жүгіру	8.1.5.1 ойын және өлгеруді шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны пайдалану бағыты жолдарын ұсыну	1	30.05	30.05		
93	18	Толымдылық дамыту бағытындағы те-адрестер. Уақ қашықтыққа жүгіру	8.1.5.1 ойын және өлгеруді шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны пайдалану бағыты жолдарын ұсыну	1	30.5	30.5		
94	19	Сеңгіру фазаларын қолдану. Бір орыннан ұшыныққа сеңгіру	8.1.3.1. түрлі дене жаттығуларын те жүтінде орындау, олардың артына тиелетін әсері мен энергетикалық жүлемін байланысты түсінідіру	1	39.5	38.5		
95	20	Сеңгіру фазаларын қолдану. Жүгірін кезін ұшыныққа сеңгіру	8.1.3.1. түрлі дене жаттығуларын те жүтінде орындау, олардың артына тиелетін әсері мен энергетикалық жүлемін байланысты түсінідіру	1	46.5	46.5		
96	21	Сеңгіру фазаларын қолдану. Байланыс сеңгіру әдістері	8.1.3.1. түрлі дене жаттығуларын те жүтінде орындау, олардың артына тиелетін әсері мен энергетикалық жүлемін байланысты түсінідіру	1	37.5	38.5		
97	22	Дастықрудағы құрғамастығы. 150 г киші допты қашықтыққа дастықру	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	31.5	31.5		
98	23	Дастықрудағы құрғамастығы 150 г киші допты қашықтыққа дастықру	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	33.5	33.5		
99	24	Дастықрудағы құрғамастығы. 150 г киші допты инсанға дастықру	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	37.5	37.5		

4-бауым. Қолданатын дағдыларды дамыту мақсатындағы дағдылар (3 сәуір)

100	25	Қақтың хатук ойындары. Асуқ ату мен бас тас ойыну	8.2.6.1 жапуа іс-әрекеттерін және топелік ету ережелерін көрсету және санынара буну	1	19.12	19.12		• 4- Тапуу: +3 сарат
101	26	Қақтың хатук ойындары. Асуқ ату мен бас тас ойыну	8.2.6.1 жапуа іс-әрекеттерін және топелік ету ережелерін көрсету және санынара буну	1	21.12	21.12		
102	27	Қақтың хатук ойындары. Асуқ ату мен бас тас ойыну	8.2.6.1 жапуа іс-әрекеттерін және топелік ету ережелерін көрсету және санынара буну	1	22.12	23.12		



Келісетін
Орыс тілі орындаушы
Г. Бекісова
« 19 » 01 _____
[Signature]

Әл-Фараби атындағы
Халықаралық
ӘБ арнаулы орта мектебі
« 19 » 01 _____
[Signature]

Түркістан облысы, Келес ауданы, Абай ауылы

№7 жалпы орта мектебі коммуналдық мемлекеттік мекемесі

КҮНТІЗБЕЛІК - ТАҚЫРЫПТЫҚ

ЖОСПАРЫ

Сынып: 8 «А»

Мұғалім: Мүшметова С.

Сабақ: дене шынықтыру

**ДЕЛЕ ШЫНЫКТЫРУУ ПАИШЕН 8 СЫНЫПКА АРНАЛГАН
КУНТИБЕЛИК ТАКЫРЫПТЫК ЖОСПАР**

«Деле шыныктаруу» пәні бойынша огу жүргөзөмөсүнүн календир аягында 3 саат, огу жылдыга 102 саатты эсептөө

№ п/с	Ауыспалык тақырыптар	Сабак №	Сабактардын тақырыптары	Органдык максаттары	Саат саны	Месяс				Есеп-китап
						А	Б	В	Г	
1-төрөкөн 22 саат										

1-төрөкөн: Желе аралында аралык деңгээлдеги пәні фирмеде 2 саат

1	Кайра өстүү өсөксү Төмөнт сөргө және сөргөлик өстүү. 60 м жүтүрү ОКН Дөргө шыгы ууы жаттаган салыктарына түндүктөн ааттар.	1	Кайра өстүү өсөксү Төмөнт сөргө және сөргөлик өстүү. 60 м жүтүрү ОКН Дөргө шыгы ууы жаттаган салыктарына түндүктөн ааттар.	8.1.4.1 денгээлдеги көргө дөргө тартуу мурда күн-көргө төмөндөгү, сондай-ак техника күнүктөлү бойынша техника күнүктөлүгүн күрөктө күнүктөлү түсүнө бую	1					
2	Төмөнт сөргө және сөргөлик өстүү. 4x10 м жүтүрү ОКН Дөргө шыгы ууы жаттаган салыктарына түндүктөн ааттар.	2	Төмөнт сөргө және сөргөлик өстүү. 4x10 м жүтүрү ОКН Дөргө шыгы ууы жаттаган салыктарына түндүктөн ааттар.	8.1.4.1 денгээлдеги көргө дөргө тартуу мурда күн-көргө төмөндөгү, сондай-ак техника күнүктөлү бойынша техника күнүктөлүгүн күрөктө күнүктөлү түсүнө бую	1					
3	Орта калыптаскан жүтүрү даярдыгында даярдыгында 200 м жүтүрү ОКН Жерине және орт адым адым	3	Орта калыптаскан жүтүрү даярдыгында даярдыгында 200 м жүтүрү ОКН Жерине және орт адым адым	8.2.1.1 көлдө ошол -үргөргө ортосун калыптасуу бойынша бирөөктө, эри тилеги аркане даярдыгында көлдө және көрсөтө бую	1					
4	Орта калыптаскан жүтүрү даярдыгында даярдыгында 400 м жүтүрү	4	Орта калыптаскан жүтүрү даярдыгында даярдыгында 400 м жүтүрү	8.2.1.1 көлдө ошол -үргөргө ортосун калыптасуу бойынша бирөөктө, эри тилеги аркане даярдыгында көлдө және көрсөтө бую	1					
5	Орта калыптаскан жүтүрү даярдыгында даярдыгында 6x10 м өргө адым адым	5	Орта калыптаскан жүтүрү даярдыгында даярдыгында 6x10 м өргө адым адым	8.2.1.1 көлдө ошол -үргөргө ортосун калыптасуу бойынша бирөөктө, эри тилеги аркане даярдыгында көлдө және көрсөтө бую	1					
6	Орта калыптаскан жүтүрү даярдыгында даярдыгында 7 м өргө адым адым	6	Орта калыптаскан жүтүрү даярдыгында даярдыгында 7 м өргө адым адым	8.2.1.1 көлдө ошол -үргөргө ортосун калыптасуу бойынша бирөөктө, эри тилеги аркане даярдыгында көлдө және көрсөтө бую	1					
7	Орта калыптаскан жүтүрү даярдыгында даярдыгында 8 м өргө адым адым	7	Орта калыптаскан жүтүрү даярдыгында даярдыгында 8 м өргө адым адым	8.2.1.1 көлдө ошол -үргөргө ортосун калыптасуу бойынша бирөөктө, эри тилеги аркане даярдыгында көлдө және көрсөтө бую	1					
8	Орта калыптаскан жүтүрү даярдыгында даярдыгында 9 м өргө адым адым	8	Орта калыптаскан жүтүрү даярдыгында даярдыгында 9 м өргө адым адым	8.2.1.1 көлдө ошол -үргөргө ортосун калыптасуу бойынша бирөөктө, эри тилеги аркане даярдыгында көлдө және көрсөтө бую	1					

19.9 19.9

9	9	Сөздікті дамытуға арналған іс-шаралар. Біліктіке сөйлеу дәлелері	8.3.2.1 дегені қалдыру және қашыра келтіру жаттығуларының кешенін құру және түсіндіру және көрсете білу	1	21.9	21.9		
10	10	Диктанту кезінде күш пен бұрынық ет тобының дамыту. 150 г кіші допты қолыңғышқа диктанту	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлелін бақылауды және үйлестімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	22.2	22.9		
11	11	Диктанту кезінде күш пен бұрынық ет тобының дамыту. 150 г кіші допты иесізінге диктанту	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлелін бақылауды және үйлестімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	22.9	22.9		
12	12	Диктанту кезінде күш пен бұрынық ет тобының дамыту. 150 г кіші допты қолыңғышқа диктанту	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды көрсете білу	1	22.9	22.9		

2-бағам Спорт ойындары арналы бірлескен жұмыс(12 сағат)

13	13	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру. Баскетбол. Ойын ережелерін еске түсіру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлелін бақылауды және үйлестімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	23.10	23.10		
14	14	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру. Баскетбол. Ойын техникасының элементтері.	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлелін бақылауды және үйлестімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	23.12	23.10		
15	15	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру. Баскетбол. Допты өңашықты беру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлелін бақылауды және үйлестімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	23.10	23.10		
16	16	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру. Баскетбол. Допты екі қолмен алып жүру дәлісі	8.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	23.10	23.10		
17	17	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру. Баскетбол. Допқа иелік ету, допсыз қозғалыстар.	8.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	23.10	23.10		
18	18	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру. Баскетбол. Қорғаныста ойыну техникасы	8.2.4.1 дене жаттығулары аяқсаныпты іс-әрекеттерді оңтайландыру және балды түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәжірибелі қолдану және талқылай білу	1	23.10	23.10		
19	19	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру. Баскетбол. Допты бір орындан торға тастау	8.2.4.1 дене жаттығулары аяқсаныпты іс-әрекеттерді оңтайландыру және балды түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәжірибелі қолдану және талқылай білу	1	23.10	23.10		
20	20	Ойын құрылымын. Шабуылда ойыну техникасы	8.1.2.1 көп ауықалығы қимыл-қозғалыс қимылдарын және олардың орындау реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	19.10	19.10		
21	21	Ойын құрылымын. Допты торға екі адам жасап тастау	8.1.2.1 көп ауықалығы қимыл-қозғалыс қимылдарын және олардың орындау реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	20.10	20.10		

22	22	Жарыс ойынын ұйымдастыру Кіші баскетбол даярдығы жылдамдықта ойыну	8.1.5.1 кел аумақтағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық нәрселерін анықтау және бағалай білу	1	29.10	29.10			
23	23	Жарыс ойынын ұйымдастыру Баскетбол. Екі жақты ойын ойыну	8.2.2.1 көпбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу көрсете білу	1	8.10	26.10			
24	24	Жарыс ойынын ұйымдастыру. Баскетбол. Екі жақты ойын ойыну	8.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қаптағы білу көмек-өрекеттерімен байланысты білімді	1	29.10	27.10			
4-бөлім Көлік халқының дәстүрлі ойындары (3 сәт)									
25	25	Қазықтың халық ойындары. Толыққандық ойыны	8.2.5.1 ойын және өзгерісін шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің бағам жолдарын ұсыну	1	19.12	19.12		4- Тару- +3 сәт	
26	26	Қазықтың халық ойындары. Толыққандық ойыны	8.2.5.1 ойын және өзгерісін шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің бағам жолдарын ұсыну	1	21.12	21.12			
27	27	Қазықтың халық ойындары. Толыққандық ойыны	8.2.5.1 ойын және өзгерісін шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің бағам жолдарын ұсыну	1	22.12	22.12			

2-тоқсан
18 сәт

3-бөлім Гимнастикалық элементтер және ойын түрлері (6 сәт)

28	1	<i>Күнісөйке өрнегі</i> Орында және қолғапта орындау жаттығулары. Салтық жаттығулар ОҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізугі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді бойынша техника қауіпсіздігін күрделі мәселелерін түсіне білу	1	07.11	08.11		
29	2	Орында және қолғапта орындау жаттығулары. Бөрене үстінде теңе теңдік сақтау жаттығулары. ОҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	8.3.2.1 денені қалдыру және қатпана келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну	1	9.11	9.11		
30	3	Орында және қолғапта орындау жаттығулары. Өрнегі. Арқанда алғашқы ор-мелу ОҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	8.1.2.1 кел аумақтағы қандай-қандай көмекшілік және олардың орындау ретінің түсіну және көрсете білу	1	19.11	19.11		

31		4	Акробатикалық жаттығуларды түрлері: Төне төндік және секіру. Катпар көрмеде жасалатын жаттығулар	8.1.2.1 ескі ауқымдағы көмір-көздікке қолбаныштарын және олардың орындалу ретірін түсірілу және көрсете білу	1					
32		5	Акробатикалық жаттығуларды түрлері: Төне төндік және секіру. Кіші атпен биіктігі 120 см секіру	8.1.5.1 ескі ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1		16.11	16.11		
33		6	Акробатикалық жаттығуларды түрлері: Төне төндік және секіру. Кіші атпен биіктігі 120 см секіру	8.1.5.1 ескі ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1		12.11	12.11		
34		7	Спартадағы гимнастикалық жаттығулар жанытығы. Гимнастикалық көрмеде жаттығулар жасау	8.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кесінілері өзінің және өзгелердің біліктіліктерін сапалығыра білу	1		22.11	22.11		
35		8	Спартадағы гимнастикалық жаттығулар жанытығы Гимнастикалық көрмеде жаттығулар жасау	8.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кесінілері өзінің және өзгелердің біліктіліктерін сапалығыра білу	1		23.11	23.11		
36		9	Спартадағы гимнастикалық жаттығулар жанытығы. Гимнастикалық сырғалта жаттығулар жасау	8.2.2.1 көпбасшылық дайындар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу	1		22.11	21.11		
37		10	Спартадағы гимнастикалық жаттығулар жанытығы. Гимнастикалық сырғалта жаттығулар жасау	8.2.2.1 көпбасшылық дайындар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу	1		22.11	22.11		
38		11	Спартадағы гимнастикалық жаттығулар жанытығы. Акробатикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тақрирлерін байытуға арналған дайындарды көрсете білу	1		28.11	28.11		
39		12	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларды. Гимнастика көрмеде жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тақрирлерін байытуға арналған дайындарды көрсете білу	1		1.12	1.12		
40		13	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларды. Акробатикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тақрирлерін байытуға арналған дайындарды көрсете білу	1		5.12	5.12		
41		14	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларды. Гимнастика сырғалта жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тақрирлерін байытуға арналған дайындарды көрсете білу	1		7.12	7.12		
42		15	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларды. Акробатикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тақрирлерін байытуға арналған дайындарды көрсете білу	1		9.12	9.12		

43		16	Еркін ретивкалық гимнастика жаттығулары, Тимнаста ерксіз жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа ашықтардан дене жаттығуларын тәжірибелерін баытуға арналған ағымдарды көрсете білу	1		012	012		
4-бөлім Қалақ халықпен астырні ойындары (2 сағат)										
44		17	Қазақтың халық ойындары. Асық ату мен бас тас ойыны	8.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ерекшелігін көрсету және салыстыра білу	1		021	021		4- Таруы: -6 СІБІТ
45		18	Қазақтың халық ойындары. Топпазғымалық ойыны.	8.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ерекшелігін көрсету және салыстыра білу	1		022	022		

3-ТОҚСАН
30 САҒАТ

5-бөлім Көрсекі гимнастика, әрсең дабылданыс (2 сағат)

46		1	Көрсекідік ерксезі	8.3.4.1 денсудыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді болыпша техника қауіпсіздігін күреселі мәселелерін түсіне білу	1		001	001		
47		2	Жағтылу және тыныс алу	8.3.2.1 денсін келдіру және қалпын келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну	1		001	001		
48		3	Жағтылу және тыныс алу	8.3.2.1 денсін келдіру және қалпын келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну	1		001	001		
49		4	Аруауды дамыту	8.3.1.1 сауағатты өмір салтының денсудыққа тиібетін әсерін және бастан үлгісімен көрсету	1		001	001		
50		5	Аруауды дамыту	8.3.1.1 сауағатты өмір салтының денсудыққа тиібетін әсерін және бастан үлгісімен көрсету	1		001	001		
51		6	Аруауды дамыту	8.1.4.1 күшпен-қолдапша сағанды орындау келісеті өзінің және өкілерінің баықтықтарын салыстыра білу	1		001	001		

52		7	Әр түрлі келерілерден жүтіру. Гимнастикалық секіріспен секіру	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезінде алдылап мен реттеліп түсінілу және көрсете білу	1		23.1	29.1	
53		8	Әр түрлі келерілерден жүтіру. Гимнастикалық секіріспен секіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың артап тигісетін асері мен нереттікділік жүзесен байланысын түсінілу	1		25.1	25.1	
54		9	Әр түрлі келерілерден жүтіру. 30 м келерілер арқалы жүтіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың артап тигісетін асері мен нереттікділік жүзесен байланысын түсінілу	1		26.1	26.1	
55		10	Әр түрлі келерілерден жүтіру. 30 м келерілер арқалы жүтіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың артап тигісетін асері мен нереттікділік жүзесен байланысын түсінілу	1		30.1	35.1	
56		11	Әр түрлі келерілерден жүтіру. 3x10 м жылдамдыққа жүтіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың артап тигісетін асері мен нереттікділік жүзесен байланысын түсінілу	1		4.02	10.2	
57		12	Әр түрлі келерілерден жүтіру. 3x10 м жылдамдыққа жүтіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың артап тигісетін асері мен нереттікділік жүзесен байланысын түсінілу	1		2.02	2.02	

6-бөлім. Командалық ойын-бетпеін қозғалыстың іс-әрекеті.18 сәт

58		13	Командалық ойындағы қолбасшылық баскетбол. Ойын ережелері	8.3.4.1 денсаулыққа зери асеріп тигілуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігі бойынша техника қауіпсіздігінің еурсеті мәселелерін түсіне білу	1		6.01	6.02	
59		14	Командалық қолбасшылық баскетбол. Ойыншылардың қозғалыстары	8.2.2.1 қолбасшылық алдылап мен қолында құрамында жүрме істей білуді көрсету және қолына білу	1		8.02	8.02	
60		15	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Баскетбол. Доппен және допқа қозғалыстар	8.2.8.1 түрлі командалық неретілерден түрліше ролдерді көрсету және саныстыра білу	1		9.01	9.02	
61		16	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Баскетбол. Допты ойыншыға беру әдісі	8.1.4.1 қымыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өлгерінің біліктіліктерін саныстыра білу	1		13.2	15.2	
62		17	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту баскетбол. Допты топқа тастау әдісі	8.1.4.1 қымыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өлгерінің біліктіліктерін саныстыра білу	1		15.2	15.2	
63		18	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Баскетбол. 2-3 ұянылық тастау әдістері	8.1.4.1 қымыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өлгерінің біліктіліктерін саныстыра білу	1		16.2	16.2	

64	19	Дорногалык ойлау кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Корралыкта ойлау элестери	8.2.3.1 коналгы оюун – үйрөтүү орнасын калыптастыруу болжолу биринчи, эки тиймэл жумуш даямдарын коналгы жана көрсөтө бую	1	202	202		
65	20	Дорногалык ойлау кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Корралыкта ойлау элестери	8.2.3.1 коналгы оюун – үйрөтүү орнасын калыптастыруу болжолу биринчи, эки тиймэл жумуш даямдарын коналгы жана көрсөтө бую	1	202	202		
66	21	Дорногалык ойлау кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Карсылыкта тоскоолду косо элеси	8.2.3.1 коналгы оюун – үйрөтүү орнасын калыптастыруу болжолу биринчи, эки тиймэл жумуш даямдарын коналгы жана көрсөтө бую	1	202	202		
67	22	Дорногалык ойлау кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Шабуулду ойлау элестери	8.2.5.1 оюун жана өзгөчөлүгүн шартташтырык кабинеттерин көрсөтүү жана салыштыра бую, сондай-ак оны ишүлдүн бадым жолдарын үсүлү	1	272	272		
68	23	Дорногалык ойлау кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Шабуулду ойлау элестери	8.2.5.1 оюун жана өзгөчөлүгүн шартташтырык кабинеттерин көрсөтүү жана салыштыра бую, сондай-ак оны ишүлдүн бадым жолдарын үсүлү	1	202	202		
69	24	Дорногалык ойлау кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Коналгалык шабуулду ойлау	8.2.5.1 оюун жана өзгөчөлүгүн шартташтырык кабинеттерин көрсөтүү жана салыштыра бую, сондай-ак оны ишүлдүн бадым жолдарын үсүлү	1	102	102		
70	25	Сергектикти, тап-кадрлыкты жана үсөлтүлүккө даямату ойындары, баскетбол, Коналгалык корралыкта ойлау	8.2.1.1 өзгөрмөлү шартташтыра жумуш калтыра бую, коналгы эрежелеринен бадымалыкты бадымалы көрсөтө бую	1	503	503		
71	26	Сергектикти, тап-кадрлыкты жана үсөлтүлүккө даямату ойындары, баскетбол, Ойлау техникасы мен тартындары	8.2.1.1 өзгөрмөлү шартташтыра жумуш калтыра бую, коналгы эрежелеринен бадымалыкты бадымалы көрсөтө бую	1	103	103		
72	27	Сергектикти, тап-кадрлыкты жана үсөлтүлүккө даямату ойындары, баскетбол, Ойлау техникасы мен тартындары	8.2.1.1 өзгөрмөлү шартташтыра жумуш калтыра бую, коналгы эрежелеринен бадымалыкты бадымалы көрсөтө бую	1	203	203		
73	28	Сергектикти, тап-кадрлыкты жана үсөлтүлүккө даямату ойындары, баскетбол, Коналгалык корралык	8.2.6.1 жумуш ич-эрежелерин жана салыштыра бую	1	005	005		
74	29	Сергектикти, тап-кадрлыкты жана үсөлтүлүккө даямату ойындары, баскетбол, Эки жактуу ойлау	8.2.6.1 жумуш ич-эрежелерин жана салыштыра бую	1	105	105		
75	30	Сергектикти, тап-кадрлыкты жана үсөлтүлүккө даямату ойындары, баскетбол, Эки жактуу ойлау	8.2.6.1 жумуш ич-эрежелерин жана салыштыра бую	2	005	005		

4-доскура
27-сана

76	1	Күрестік ережелік. Ойын техникасы, футбол ойынының ережелері ОКН Сапауатты өмір салты дәстүрі туралы түсінік	8.1.4.1 дене тәртібі менің кәсіпкерім төмендету, сондай-ақ техника кәсіпкерім болып техника кәсіпкерімнің күресі мәселелерін түсіне білу	1	2.04	2.04		
77	2	Ойын техникасы, футбол. Адамның қолыстар ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.1.1 арнайы спорттық киімді әрекеттерінің дәлізін бақылау және үйлестімділікті дамытуға арналған киім-қоталыс дәлдіктерін көрсету	1	4.04	4.04		
78	3	Ойын тактикасы, футбол. Қажырлының ролі, ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.2.1 кен ауқымдағы киім-қоталыс комбинацияларын және олардың орындалу ретінің түсініру және көрсете білу	1	5.04	5.04		
79	4	Ойын тактикасы, футбол. Дөңмен дадан өту тәсілдері ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.2.1 кен ауқымдағы киім-қоталыс комбинацияларын және олардың орындалу ретінің түсініру және көрсете білу	1	9.04	9.04		
80	5	Ойын тактикасы, футбол. Дөңмен дадан өту тәсілдері	8.2.4.1 дене жаптықтары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және бақылау түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және танымай білу	1	11.4	11.4		
81	6	Ойын тактикасы, футбол. Дөңмен дадан өту тәсілдері	8.2.4.1 дене жаптықтары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және бақылау түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және танымай білу	1	11.4	11.4		
82	7	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Шабуылда ойыну техникасы	8.1.5.1 кен ауқымдағы дене жаптықтарының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бақылау білу	1	16.4	16.4		
83	8	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Дөңмен дадан өту тәсілдері	8.1.5.1 кен ауқымдағы дене жаптықтарының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бақылау білу	1	16.4	16.4		
84	9	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Дөңмен дадан өту тәсілдері	8.2.8.1 түрлі киім-қоталыс негіздерінен тұндырылған рөлдерді көрсету және салыстыра білу	1	19.4	19.4		
85	10	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Адамның денсаулығы және өмір сүру туралы	8.2.8.1 түрлі киім-қоталыс негіздерінен тұндырылған рөлдерді көрсету және салыстыра білу	1	23.4	23.4		
86	11	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Білім және өмір сүру туралы	8.1.6.1 киім-қоталыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап қайтару білу дәлдіктерін жақсарту білу	1	25.4	25.4		

87	12	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол, Екі жақты ойын	8.1.6.1 киши-қолымен белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап келтіре білу дағдыларын жетілдіру білу	1	26,4	26,4		
----	----	---	---	---	------	------	--	--

8-бауым. Жетілдірілетін дағдыларды арттыру мақсатындағы жетілдірілетін дағдылар (12 сәуір)

88	13	Ойын-ойындағы жерлерден жүгіру, 200 м жүгіру	8.1.4.1 жекеуақытта көрі асерін тигізуді мүмкін етуін-кәсіпкерді төмендету, сондай-ақ техника етуін-кәсіпкерді бойынша техника етуін-кәсіпкердің етуін-кәсіпкерін түсіне білу	1	30,4	30,4		
89	14	Ойын-ойындағы жерлерден жүгіру 400 м жүгіру	8.1.4.1 жекеуақытта көрі асерін тигізуді мүмкін етуін-кәсіпкерді төмендету, сондай-ақ техника етуін-кәсіпкерді бойынша техника етуін-кәсіпкердің етуін-кәсіпкерін түсіне білу	1	30,05	30,4		
90	15	Ойын-ойындағы жерлерден жүгіру, Кросс 6 минутта жүгіру	8.1.4.1 жекеуақытта көрі асерін тигізуді мүмкін етуін-кәсіпкерді төмендету, сондай-ақ техника етуін-кәсіпкерді бойынша техника етуін-кәсіпкердің етуін-кәсіпкерін түсіне білу	1	30,05	30,05		
91	16	Толымдылықта дамыту бағытындағы те-адресеттер. Эстафета 4x60 м обьаны	8.1.5.1 ойын және өлгерлерін шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны пайдалану бағытында жолдарын ұсыну	1	30,05	30,05		
92	17	Толымдылықта дамыту бағытындағы те-адресеттер, 1000 м жүгіру	8.1.5.1 ойын және өлгерлерін шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны пайдалану бағытында жолдарын ұсыну	1	30,05	30,05		
93	18	Толымдылықта дамыту бағытындағы те-адресеттер. Уақыт қашықтыққа жүгіру	8.1.5.1 ойын және өлгерлерін шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны пайдалану бағытында жолдарын ұсыну	1	30,5	30,5		
94	19	Сеңгіру фазаларын қолдану. Бір орыннан ұзындыққа сеңгіру	8.1.3.1. түрлі дене жаттығуларын те жүтінде орындау, олардың артына тигізетін асері мен энергетикалық жүлемен байланысын түсінідіру	1	39,5	38,5		
95	20	Сеңгіру фазаларын қолдану. Жүгірін кезіні ұзындыққа сеңгіру	8.1.3.1. түрлі дене жаттығуларын те жүтінде орындау, олардың артына тигізетін асері мен энергетикалық жүлемен байланысын түсінідіру	1	46,5	46,5		
96	21	Сеңгіру фазаларын қолдану. Байланысқа сеңгіру дәстүрі	8.1.3.1. түрлі дене жаттығуларын те жүтінде орындау, олардың артына тигізетін асері мен энергетикалық жүлемен байланысын түсінідіру	1	37,5	38,5		
97	22	Дастықаруындағы құрғақтастығы, 150 г киші допты қашықтыққа дастықару	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	31,5	31,5		
98	23	Дастықаруындағы құрғақтастығы 150 г киші допты қашықтыққа дастықару	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	33,5	33,5		
99	24	Дастықаруындағы құрғақтастығы, 150 г киші допты инсаньда дастықару	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	37,5	37,5		

4-бауым. Қолдану бағытындағы дағдыларды арттыру (3 сәуір)

100	25	Қақтың хатук ойындары. Асуқ ату мен бас тас ойыны	8.2.6.1 жапуа іс-әрекеттерін және топелік ету ерекшелігін көрсету және санынағына білу	1	19.12	19.12		• 4- Тапуу: +3 сарат
101	26	Қақтың хатук ойындары. Асуқ ату мен бас тас ойыны	8.2.6.1 жапуа іс-әрекеттерін және топелік ету ерекшелігін көрсету және санынағына білу	1	21.12	21.12		
102	27	Қақтың хатук ойындары. Асуқ ату мен бас тас ойыны	8.2.6.1 жапуа іс-әрекеттерін және топелік ету ерекшелігін көрсету және санынағына білу	1	22.12	23.12		



Келіссөзі
Оқу ісі орынбасары
Г. Бекбаева
« 11 » 01 _____

Әб. отырысуында қарады
Хаттама № 1
ӘБ жетекшісі: Уәлиев М.
« 11 » 01 _____

Түркістан облысы, Келес ауданы, Абай ауылы

№7 жалпы орта мектебі коммуналдық мемлекеттік мекемесі

КҮНТІЗБЕЛІК - ТАҚЫРЫПТЫҚ

ЖОСПАРЫ

Сынып: 8 а/б

Мұғалім: Уәлиев М

Сабақ: дене шынықтыру

**ДЕЛЕ ШЫНЫКТЫРУУ ПАИШЕН 8 СЫНЫПКА АРНАЛГАН
КУНТЭБЕЛИК ТАКЫРЫПТЫК ЖОСПАР**

«Деле шыныктаруу» пәні бойынша огу жүргөзөмөсүнүн календі алкагына 3 саат, огу жалпына 102 саатты кырады

№ п/с	Ауыспалы тақырыптар	Сабак №	Сабактардын тақырыптары	Органдык максаттары	Саат саны	Межелер				Есеп-суп
						A	B	C	D	
1-төкмө: Жеңил атлетика аралашуу жериндеги көп фирмеді 2 саат										
11 саат										
1		1	Кайра келише эпесези Төмөнт сөзө және сөзөлик сөзүн. 60 м жүтпү: ОКЖ Дөсрү шыкты ууы жартарын салыктыгына туурайттын аатары.	8.1.4.1 денсүүлүккө кері дөсрү тартуу мурдун күйүн-көтүрүлү төмөндөтү, сондай-ак техника күйүнктөй бойынша техника күйүнктөйүн күрөкөй мөсөлдөрүн түсүнө бую	1					
2		2	Төмөнт сөзө және сөзөлик сөзүн. 4x10 м жүтпү: ОКЖ Дөсрү шыкты ууы жартарын салыктыгына туурайттын аатары.	8.1.4.1 денсүүлүккө кері дөсрү тартуу мурдун күйүн-көтүрүлү төмөндөтү, сондай-ак техника күйүнктөй бойынша техника күйүнктөйүн күрөкөй мөсөлдөрүн түсүнө бую	1					
3		3	Орта кымыктыкка жүтпү дарыктырын дарыктуу Дөсрү жүтпү 4x60 м ОКЖ Жарыккө және орт адын ады	8.2.1.1 колайлы оюун –үйрөтүү ортасын кымыктыкты бойынша бйрүкөкө, эрү тилкөй жүрөкө дарыктырын колайлы және көрсөтө бую	1					
4		4	Орта кымыктыкка жүтпү дарыктырын дарыктуу 200 м жүтпү ОКЖ Жарыккө және орт адын ады	8.2.1.1 колайлы оюун –үйрөтүү ортасын кымыктыкты бойынша бйрүкөкө, эрү тилкөй жүрөкө дарыктырын колайлы және көрсөтө бую	1					
5		5	Орта кымыктыкка жүтпү дарыктырын дарыктуу 400 м жүтпү	8.2.1.1 денсүүлүккө кері дөсрү тартуу мурдун күйүн-көтүрүлү төмөндөтү, сондай-ак техника күйүнктөй бойынша техника күйүнктөйүн күрөкөй мөсөлдөрүн түсүнө бую	1					
6		6	Орта кымыктыкка жүтпү дарыктырын дарыктуу 6x10 м өрөкө адын жүтпү	8.2.1.1 денсүүлүккө кері дөсрү тартуу мурдун күйүн-көтүрүлү төмөндөтү, сондай-ак техника күйүнктөй бойынша техника күйүнктөйүн күрөкөй мөсөлдөрүн түсүнө бую	1					
7		7	Сөзүлүл дарыктуу аргументтер шаркылар, бир огууну үчүнүккө сөзүлү.	8.1.2.1 кел дуурааны адуу-көзүлүкө көбүнүккө келүүнө көрсөтө бую	1					
8		8	Сөзүлүл дарыктуу аргументтер шаркылар, жүтпүлү келүү үчүнүккө сөзүлү.	8.1.2.1 денсүүлүккө кері дөсрү тартуу мурдун күйүн-көтүрүлү төмөндөтү, сондай-ак техника күйүнктөй бойынша техника күйүнктөйүн күрөкөй мөсөлдөрүн түсүнө бую	1					

19.9 19.9

15.9 15.9

12.9 12.9

9.9 9.9

17.9 17.9

15.9 15.9

12.9 12.9

9.9 9.9

9	9	Сезіргіні дамытуға арналған іс-шаралар. Біліктіке сезіру дәлелтері	8.3.2.1 денеі қалдыру және қашыға келтіру жаттығуларының кешенін құру және түсініру және көрсете білу	1	28.9	21.9		
10	10	Дастықру кезінде күш пен бұрынық ет тобының дамыту. 150 г кіші допты қолықтыққа дастықру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	22.2	21.9		
11	11	Дастықру кезінде күш пен бұрынық ет тобының дамыту. 150 г кіші допты иесісіне дастықру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	26.9	26.9		
12	12	Дастықру кезінде күш пен бұрынық ет тобының дамыту. 150 г кіші допты қолықтыққа дастықру	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды көрсете білу	1	22.9	22.9		

2-бағам Спорт ойындары арналы бірлескен жұмыс(12 сағат)

13	13	Ойын жағдайында қабыл-алууды іске асыру. Баскетбол. Ойын ережелерін еске түсіру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	63.10	3.10		
14	14	Ойын жағдайында қабыл-алууды іске асыру. Баскетбол. Ойын техникасының элементтері.	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	6.12	5.10		
15	15	Ойын жағдайында қабыл-алууды іске асыру. Баскетбол. Допты екі ойыншыға беру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	6.10	6.10		
16	16	Ойын жағдайында қабыл-алууды іске асыру. Баскетбол. Допты екі қолмен алып жүру дәлісі	8.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсініру және көрсете білу	1	40.10	0.10		
17	17	Ойын жағдайында қабыл-алууды іске асыру. Баскетбол. Допқа иелік ету, допсыз қозғалыстар.	8.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсініру және көрсете білу	1	40.10	2.10		
18	18	Ойын жағдайында қабыл-алууды іске асыру. Баскетбол. Қорғаныста ойыну техникасы	8.2.4.1 дене жаттығулары аяқсанылаты іс-әрекеттерді орындайдыру және балыға түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәжірибелі қолдану және талқыдай білу	1	13.10	8.10		
19	19	Ойын жағдайында қабыл-алууды іске асыру. Баскетбол. Допты бір орындан торға тастау	8.2.4.1 дене жаттығулары аяқсанылаты іс-әрекеттерді орындайдыру және балыға түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәжірибелі қолдану және талқыдай білу	1	17.10	11.10		
20	20	Ойын құрылымын. Шабуылда ойыну техникасы	8.1.2.1 көп ауықалықты қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындау реттілігін түсініру және көрсете білу	1	19.10	19.10		
21	21	Ойын құрылымын. Допты торға екі адам жасап тастау	8.1.2.1 көп ауықалықты қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындау реттілігін түсініру және көрсете білу	1	20.10	20.10		

22	22	Жарыс ойынын ұйымдастыру Кіші баскетбол даярдығы жылдамдықта ойыну	8.1.5.1 кел аумақтағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық нәрселерін анықтау және бағалай білу	1	29.10	29.10			
23	23	Жарыс ойынын ұйымдастыру Баскетбол. Екі жақты ойын ойыну	8.2.2.1 көпбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу көрсете білу	1	8.10	26.10			
24	24	Жарыс ойынын ұйымдастыру. Баскетбол. Екі жақты ойын ойыну	8.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қаптағы білу көмек-өрекеттерімен байланысты білімді	1	29.10	27.10			
4-бөлім Көлік халқының дәстүрлі ойындары (3 сәт)									
25	25	Қозықтың халық ойындары. Толыққандық ойыны	8.2.5.1 ойын және өзгерісін шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің бағам жолдарын ұсыну	1	19.12	19.12		4- Тару- +3 сәт	
26	26	Қозықтың халық ойындары. Толыққандық ойыны	8.2.5.1 ойын және өзгерісін шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің бағам жолдарын ұсыну	1	21.12	21.12			
27	27	Қозықтың халық ойындары. Толыққандық ойыны	8.2.5.1 ойын және өзгерісін шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің бағам жолдарын ұсыну	1	22.12	22.12			

2-тоқсан
18 сәт

3-бөлім Гимнастикалық элементтер және ойын түрлері (6 сәт)

28	1	<i>Құпиялық өрежелі</i> Орында және қозғалыста орындау жаттығулары. Салтық жаттығулар ОҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	8.3.4.1 денеуақытқа кері әсерін тигізуге мүмкін күйін-кәтерді төмендету, сондай-ақ техника кәуіпсізді бойынша техника кәуіпсіздігін күрделі мәселелерін түсіне білу	1	07.11	08.11		
29	2	Орында және қозғалыста орындау жаттығулары. Бөрене үстінде теңе теңдік сақтау жаттығулары. ОҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	8.3.2.1 денені қалдыру және қатпана келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну	1	9.11	9.11		
30	3	Орында және қозғалыста орындау жаттығулары. Өрмелер, Арқанға аялдама ор-мелер ОҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	8.1.2.1 кел аумақтағы қозғалыс қозғалыстарын және олардың орындау ретінің түсіну және көрсете білу	1	19.11	19.11		

31		4	Акробатикалық жаттығуларды түбегі: Төне төндік және секіру. Катпар көрмеде жасалатын жаттығулар	8.1.2.1 ескі ауқымдағы қызыл-қолашы комбиншларын және олардың орындалу ретіліні түсіліру және көрсете білу	1					
32		5	Акробатикалық жаттығуларды түбегі: Төне төндік және секіру. Кіші атпен биіктігі 120 см секіру	8.1.5.1 ескі ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1			16.11	16.11	
33		6	Акробатикалық жаттығуларды түбегі: Төне төндік және секіру. Кіші атпен биіктігі 120 см секіру	8.1.5.1 ескі ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1			02.11	02.11	
34		7	Спартадағы гимнастикалық жаттығулар жанытығы. Гимнастикалық көрмеде жаттығулар жасау	8.1.4.1 қызыл-қолашыны сапалы орындау кесінігері өзінің және өзгенердің біліктіліктерін сапалығыра білу	1			02.11	02.11	
35		8	Спартадағы гимнастикалық жаттығулар жанытығы Гимнастикалық көрмеде жаттығулар жасау	8.1.4.1 қызыл-қолашыны сапалы орындау кесінігері өзінің және өзгенердің біліктіліктерін сапалығыра білу	1			03.11	03.11	
36		9	Спартадағы гимнастикалық жаттығулар жанытығы. Гимнастикалық сырғалта жаттығулар жасау	8.2.2.1 көпбасшылық дайындар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу	1			02.11	02.11	
37		10	Спартадағы гимнастикалық жанытығы. Гимнастикалық сырғалта жаттығулар жасау	8.2.2.1 көпбасшылық дайындар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу	1			02.11	02.11	
38		11	Спартадағы гимнастикалық жанытығы. Акробатикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тақрипберіні байытуға арналған дайындарды көрсете білу	1			08.11	08.11	
39		12	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларды. Гимнастика көрмеде жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тақрипберіні байытуға арналған дайындарды көрсете білу	1			11.12	11.12	
40		13	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларды. Акробатикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тақрипберіні байытуға арналған дайындарды көрсете білу	1			05.12	05.12	
41		14	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларды. Гимнастика сырғалта жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тақрипберіні байытуға арналған дайындарды көрсете білу	1			07.12	07.12	
42		15	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларды. Акробатикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тақрипберіні байытуға арналған дайындарды көрсете білу	1			09.12	09.12	

43		16	Еркін ретивкалық гимнастика жаттығулары, Тимнаста ерксіз жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа ашықтардан дене жаттығуларын тәжірибелерін баытуға арналған ағымдарды көрсете білу	1		012	012		
4-бөлім Қалақ халықпен астырні ойындары (2 сағат)										
44		17	Қазақтың халық ойындары. Асық ату мен бас тас ойыны	8.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ерекшелігін көрсету және салыстыра білу	1		021	021		4- Тару: -6 САҒАТ
45		18	Қазақтың халық ойындары. Топпазғымалық ойыны.	8.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ерекшелігін көрсету және салыстыра білу	1		022	022		

3-ТОҚСАН
30 САҒАТ

5-бөлім Күрескі гимнастика, әресе дайындығы (2 сағат)

46		1	Күрескілік ерксезі	8.3.4.1 денсудыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді болыпша техника қауіпсіздігін күрескі мәселелерін түсіне білу	1		001	001		
47		2	Жағтылу және тыныс алу ауруларының алдын алу	8.3.2.1 денсін калдыру және қалпын келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну			001	001		
48		3	Жағтылу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық қасиеттерді дамыту. Тамырдың соғу жылдігі (ТСЖ) анықтау ОҚН	8.3.2.1 денсін калдыру және қалпын келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну			001	001		
49		4	Аруауды дамыту жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Қалдырылу, қалпына келу техникасы ОҚН	8.3.1.1 сауағатты өмір салтының денсудыққа тиібетін әсерін және бастан үлгісімен көрсету			001	001		
50		5	Аруауды дамыту жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Қалдырылу, қалпына келу техникасы	8.3.1.1 сауағатты өмір салтының денсудыққа тиібетін әсерін және бастан үлгісімен көрсету			001	001		
51		6	Аруауды дамыту жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Денсаулық жаттығулар арқылы индидиділікті анықтау	8.1.4.1 күшпен-қолданыста сағанды орындау кешенін өзінің және өзгелерінің баықтықтарын салыстыра білу			001	001		

52		7	Әр түрлі келерілерден жүгіру. Гимнастикалық секіріпмен секіру	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезінде алдылап мен реттеліп түсінілу және көрсете білу	1		23.1	29.1	
53		8	Әр түрлі келерілерден жүгіру. Гимнастикалық секіріпмен секіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың артап тигісетін асері мен нәтижелілік жүзесен байланысын түсінілу	1		25.1	25.1	
54		9	Әр түрлі келерілерден жүгіру. 30 м келерілер арқалы жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың артап тигісетін асері мен нәтижелілік жүзесен байланысын түсінілу	1		26.1	26.1	
55		10	Әр түрлі келерілерден жүгіру. 30 м келерілер арқалы жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың артап тигісетін асері мен нәтижелілік жүзесен байланысын түсінілу	1		30.1	35.1	
56		11	Әр түрлі келерілерден жүгіру. 3x10 м жылдамдыққа жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың артап тигісетін асері мен нәтижелілік жүзесен байланысын түсінілу	1		4.02	10.2	
57		12	Әр түрлі келерілерден жүгіру. 3x10 м жылдамдыққа жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың артап тигісетін асері мен нәтижелілік жүзесен байланысын түсінілу	1		2.02	2.02	

6-бөлім. Командалық ойын-бетпеін қозғалыстың іс-әрекеті.18 сәт

58		13	Командалық ойындағы қолбасшылық баскетбол. Ойын ережелері	8.3.4.1 денсаулыққа зери асеріп тигілуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігі бойынша техника қауіпсіздігінің еурасі мәселелерін түсіне білу	1		6.01	6.02	
59		14	Командалық қолбасшылық баскетбол. Ойыншылардың қозғалыстары	8.2.2.1 қолбасшылық алдылап мен қолында құрамында жүрме істей білуді көрсету және қолында білу	1		8.02	8.02	
60		15	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Баскетбол. Доппен және допқа қолылар	8.2.8.1 түрлі командалық нәтижелерін түсіндіретін рөлдерді көрсету және салыстыра білу	1		9.01	9.02	
61		16	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Баскетбол. Допты ойыншыға беру әдісі	8.1.4.1 қызыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі ойын және өлгерудің біліктіліктерін салыстыра білу	1		13.2	15.2	
62		17	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту баскетбол. Допты топқа тастау әдісі	8.1.4.1 қызыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі ойын және өлгерудің біліктіліктерін салыстыра білу	1		15.2	15.2	
63		18	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Баскетбол. 2-3 ұянылық тастау әдістері	8.1.4.1 қызыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі ойын және өлгерудің біліктіліктерін салыстыра білу	1		16.2	16.2	

64	19	Дорногалык ойлау кабинетин даямату ойындары. Баскетбол. Корралыкта ойну элестери	8.2.3.1	контань оюун – үйрөтүү	ортолук	1		602	601	
65	20	Дорногалык ойлау кабинетин даямату ойындары. Баскетбол. Корралыкта ойну элестери	8.2.3.1	контань оюун – үйрөтүү	ортолук	1		602	601	
66	21	Дорногалык ойлау кабинетин даямату ойындары. Баскетбол. Корралыкта ойну элестери	8.2.3.1	контань оюун – үйрөтүү	ортолук	1		602	601	
67	22	Дорногалык ойлау кабинетин даямату ойындары. Баскетбол. Шабуулду ойну элестери	8.2.5.1	оюундун көрсөтүүсү же салыштыруу буюу, контань-ак оюну шешүүдүн бадыра жолдарын үсынуу	ортолук	1		602	601	
68	23	Дорногалык ойлау кабинетин даямату ойындары. Баскетбол. Шабуулду ойну элестери	8.2.5.1	оюундун көрсөтүүсү же салыштыруу буюу, контань-ак оюну шешүүдүн бадыра жолдарын үсынуу	ортолук	1		602	601	
69	24	Дорногалык ойлау кабинетин даямату ойындары. Баскетбол. Командалык шабуулду ойну	8.2.5.1	оюундун көрсөтүүсү же салыштыруу буюу, контань-ак оюну шешүүдүн бадыра жолдарын үсынуу	ортолук	1		602	601	
70	25	Сергектикти, тап-кадрлыкты және үсынттылыкты даямату ойындары. Баскетбол. Командалык корралыкта ойну	8.2.1.1	отгерменд жаргалга жууун салтыра буюу, контань эрекеттеринен бадыралыкты билимдй көрсөтө буюу	ортолук	1		603	604	
71	26	Сергектикти, тап-кадрлыкты және үсынттылыкты даямату ойындары. Баскетбол. Ойну техникасы мен партиндары	8.2.1.1	отгерменд жаргалга жууун салтыра буюу, контань эрекеттеринен бадыралыкты билимдй көрсөтө буюу	ортолук	1		603	604	
72	27	Сергектикти, тап-кадрлыкты және үсынттылыкты даямату ойындары. Баскетбол. Ойну техникасы мен партиндары	8.2.1.1	отгерменд жаргалга жууун салтыра буюу, контань эрекеттеринен бадыралыкты билимдй көрсөтө буюу	ортолук	1		603	604	
73	28	Сергектикти, тап-кадрлыкты және үсынттылыкты даямату ойындары. Баскетбол. Командалык корралыктар	8.2.6.1	жармек к-эрекеттерин және салыштыруу буюу	ортолук	1		605	606	
74	29	Сергектикти, тап-кадрлыкты және үсынттылыкты даямату ойындары. Баскетбол. Эки жагын ойну	8.2.6.1	жармек к-эрекеттерин және салыштыруу буюу	ортолук	1		605	606	
75	30	Сергектикти, тап-кадрлыкты және үсынттылыкты даямату ойындары. Баскетбол. Эки жагын ойну	8.2.6.1	жармек к-эрекеттерин және салыштыруу буюу	ортолук	1		605	606	

4-доскура
27-сана

76	1	Күрнебілік ережелік. Ойын техникасы, футбол ойынының ережелері ОКН Сапауатты өмір салты дәстүрі туралы түсінік	8.1.4.1 дене тәрбиесіне келі әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігі бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	2.04	2.04		
77	2	Ойын техникасы, футбол. Адамның қолымен ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.1.1 арнайы спорттық киімді әрекеттерінің дәлізін бақылауы және үйлестімділікті дамытуға арналған киім-қоталыс дәлдіктерін көрсету	1	4.04	4.04		
78	3	Ойын тактикасы, футбол. Қажырлының ролі, ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.2.1 кен ауқымдағы киім-қоталыс комбинацияларын және олардың орындалу ретінің түсініру және көрсете білу	1	5.04	5.04		
79	4	Ойын тактикасы, футбол. Дөпмен дадан өту тәсілдері ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.2.1 кен ауқымдағы киім-қоталыс комбинацияларын және олардың орындалу ретінің түсініру және көрсете білу	1	9.04	9.04		
80	5	Ойын тактикасы, футбол. Дөпмен дадан өту тәсілдері	8.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және бақылау түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және танымай білу	1	11.4	11.4		
81	6	Ойын тактикасы, футбол. Дөпмен дадан өту тәсілдері	8.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және бақылау түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және танымай білу	1	11.4	11.4		
82	7	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Шабуылда ойыну техникасы	8.1.5.1 кен ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бақылау білу	1	16.4	16.4		
83	8	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Дөпмен дадан өту тәсілдері	8.1.5.1 кен ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бақылау білу	1	16.4	16.4		
84	9	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Дөпмен дадан өту тәсілдері	8.2.8.1 түрлі киім-қоталыс негіздерінен тұндырылған рөлдерді көрсету және салыстыра білу	1	19.4	19.4		
85	10	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Айып дөпмен ойнау	8.2.8.1 түрлі киім-қоталыс негіздерінен тұндырылған рөлдерді көрсету және салыстыра білу	1	23.4	23.4		
86	11	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Білі жақты ойын	8.1.6.1 киім-қоталыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жету және жауап қайтару білу дәлдіктерін жақсарту білу	1	25.4	25.4		

87	12	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол, Екі жақты ойын	8.1.6.1 киши-қолымен белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап келтіре білу дағдыларын жетілдіру білу	1	26,4	26,4		
----	----	---	---	---	------	------	--	--

8-бауым. Жетілдірілетін дағдыларды арттыру мақсатындағы жетілдірілетін дағдылар (12 сәуір)

88	13	Ойын-ойындағы жерлерден жүгіру, 200 м жүгіру	8.1.4.1 жекеуақытқа келі әсерін тигізуді мүмкін етуін-келтіруді төмендету, сондай-ақ техника елділікті бойынша техника елділігінің елділігі мәселелерін түсіне білу	1	30,4	30,4		
89	14	Ойын-ойындағы жерлерден жүгіру 400 м жүгіру	8.1.4.1 жекеуақытқа келі әсерін тигізуді мүмкін етуін-келтіруді төмендету, сондай-ақ техника елділікті бойынша техника елділігінің елділігі мәселелерін түсіне білу	1	30,05	30,4		
90	15	Ойын-ойындағы жерлерден жүгіру, Кросс 6 минутта жүгіру	8.1.4.1 жекеуақытқа келі әсерін тигізуді мүмкін етуін-келтіруді төмендету, сондай-ақ техника елділікті бойынша техника елділігінің елділігі мәселелерін түсіне білу	1	30,05	30,05		
91	16	Толымдылықта дамыту бағытындағы те-адрестер. Эстафета 4x60 м ойыны	8.1.5.1 ойын және ойындардың шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны пайдалану бағытындағы жетілдіру	1	30,05	30,05		
92	17	Толымдылықта дамыту бағытындағы те-адрестер. 1000 м жүгіру	8.1.5.1 ойын және ойындардың шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны пайдалану бағытындағы жетілдіру	1	30,05	30,05		
93	18	Толымдылықта дамыту бағытындағы те-адрестер. Үлкен қашықтыққа жүгіру	8.1.5.1 ойын және ойындардың шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны пайдалану бағытындағы жетілдіру	1	30,5	30,5		
94	19	Сеңгіру фазаларын қолдану. Бір орыннан ұшындаққа сеңгіру	8.1.3.1. түрлі дене жаттығуларын те жүтінде орындау, олардың артына тигізетін әсері мен энергетикалық жүлемін байланысты түсінідіру	1	39,5	38,5		
95	20	Сеңгіру фазаларын қолдану. Жүтірін келіні ұшындаққа сеңгіру	8.1.3.1. түрлі дене жаттығуларын те жүтінде орындау, олардың артына тигізетін әсері мен энергетикалық жүлемін байланысты түсінідіру	1	46,5	46,5		
96	21	Сеңгіру фазаларын қолдану. Байланыс сеңгіру әдістері	8.1.3.1. түрлі дене жаттығуларын те жүтінде орындау, олардың артына тигізетін әсері мен энергетикалық жүлемін байланысты түсінідіру	1	37,5	38,5		
97	22	Дастықаруады құрамадастығы. 150 г кіші допты қашықтыққа дастықару	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау келінідегі дағдылар мен реттілікті түсінідіру және көрсете білу	1	31,5	31,5		
98	23	Дастықаруады құрамадастығы 150 г кіші допты қашықтыққа дастықару	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау келінідегі дағдылар мен реттілікті түсінідіру және көрсете білу	1	33,5	33,5		
99	24	Дастықаруады құрамадастығы. 150 г кіші допты инсаналы дастықару	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау келінідегі дағдылар мен реттілікті түсінідіру және көрсете білу	1	37,5	37,5		

4-бауым. Қолымен қолымен дастықару бағытындағы (3 сәуір)

100	25	Қақтың хатук ойындары. Асуқ ату мен бас тас ойыну	8.2.6.1 жапуа іс-әреетерін және топекі ету ережелерін көрсету және санынара буну	1	19.12	19.12		*4- Тапуу: +3 сарат
101	26	Қақтың хатук ойындары. Асуқ ату мен бас тас ойыну	8.2.6.1 жапуа іс-әреетерін және топекі ету ережелерін көрсету және санынара буну	1	21.12	21.12		
102	27	Қақтың хатук ойындары. Асуқ ату мен бас тас ойыну	8.2.6.1 жапуа іс-әреетерін және топекі ету ережелерін көрсету және санынара буну	1	22.12	23.12		