



Келісетін  
Оқу ісі орынбасары  
Г. Көбеев:   
« 18 » 01 11 »

ӘБ отпұрсуишл кұрлуш  
Хатшыл № 1  
ӘБ жетекшісі: Уәлиев М.  
« 18 » 01 11 » 

Түркістан облысы, Келес ауданы, Абай ауылы

№7 жалпы орта мектебі коммуналдық мемлекеттік мекемесі

## КҮНТІЗБЕЛІК - ТАҚЫРЫПТЫҚ

### ЖОСПАРЫ

Сынып: 8 «Б»

Мұғалім: Ақсақалов Е

Сабақ: дене шынықтыру

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

«Деле шынықтыру» пәні бойынша оқу жүргіземесінің күнделік жоспарына 3 сағат, оқу жылдығына 102 сағатты қағайды

№ р/с	Ауыспалы тақырыптар	Са бақ №	Сабақтардың тақырыптары	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі				Есеп-қосымша
						А	Ә	Б	В	
<b>1-тоқсан</b>										
<b>22 сағат</b>										
1	Қайыңдике ересекі Төменгі сөре және сөресік сөнім. 60 м жітіру ОҚН Әесрі шықты ұлы жартарын салдықтағыны түсіндірғын дәстүр.	1	Қайыңдике ересекі Төменгі сөре және сөресік сөнім. 60 м жітіру ОҚН Әесрі шықты ұлы жартарын салдықтағыны түсіндірғын дәстүр.	8.1.4.1 денсудылыққа көрі әесріл тартуы мұрады күйін-кәйіріл төмендеу, сондай-ақ техника күйінділі бойынша техника күйінділінің күрәелі мәселелерін түсіне білу	1					
2	Төменгі сөре және сөресік сөнім. 4x10 м жітіру ОҚН Әесрі шықты ұлы жартарын салдықтағыны түсіндірғын дәстүр.	2	Төменгі сөре және сөресік сөнім. 4x10 м жітіру ОҚН Әесрі шықты ұлы жартарын салдықтағыны түсіндірғын дәстүр.	8.1.4.1 денсудылыққа көрі әесріл тартуы мұрады күйін-кәйіріл төмендеу, сондай-ақ техника күйінділі бойынша техника күйінділінің күрәелі мәселелерін түсіне білу	1					
3	Орта қанықтылыққа жітіру дәстүрлерін дәстүр. Дәстүрлері жітіру 4x60 м ОҚН Жаруыс және орт дәстүр дәстүр	3	Орта қанықтылыққа жітіру дәстүрлерін дәстүр. Дәстүрлері жітіру 4x60 м ОҚН Жаруыс және орт дәстүр дәстүр	8.2.1.1 қолбалы омыл –Үйрену ортасын қанықтықты бойынша біріккен, әрі тілсәді жұмыс дәстүрлерін қолдану және көрсете білу	1					
4	Орта қанықтылыққа жітіру дәстүрлерін дәстүр 200 м жітіру ОҚН Жаруыс және орт дәстүр дәстүр	4	Орта қанықтылыққа жітіру дәстүрлерін дәстүр 200 м жітіру ОҚН Жаруыс және орт дәстүр дәстүр	8.2.1.1 қолбалы омыл –Үйрену ортасын қанықтықты бойынша біріккен, әрі тілсәді жұмыс дәстүрлерін қолдану және көрсете білу	1					
5	Орта қанықтылыққа жітіру дәстүрлерін дәстүр 400 м жітіру	5	Орта қанықтылыққа жітіру дәстүрлерін дәстүр 400 м жітіру	8.2.1.1 денелі қолдары және қолында кетіріу жартыларуымы кеңелені құру және көрсету, сондай-ақ омыл қанықтылығын түсіну	1					
6	Орта қанықтылыққа жітіру дәстүрлерін дәстүр 6x10 м омыс абуаза жітіру	6	Орта қанықтылыққа жітіру дәстүрлерін дәстүр 6x10 м омыс абуаза жітіру	8.2.1.1 денелі қолдары және қолында кетіріу жартыларуымы кеңелені құру және көрсету, сондай-ақ омыл қанықтылығын түсіну	1					
7	Сәсірғұл дәстүрлі аруақтан те- шарлар. Бір омысқа Үнділыққа сәсірғұл.	7	Сәсірғұл дәстүрлі аруақтан те- шарлар. Бір омысқа Үнділыққа сәсірғұл.	8.1.2.1 кең ауқымды аруақ-қолында қанықтылығын және олардың омысқанды періштілі түсінідіру және көрсете білу	1					
8	Сәсірғұл дәстүрлі аруақтан те- шарлар. Жүйрлі кеңі Үнділыққа сәсірғұл.	8	Сәсірғұл дәстүрлі аруақтан те- шарлар. Жүйрлі кеңі Үнділыққа сәсірғұл.	8.1.2.1 денелі қолдары және қолында кетіріу жартыларуымы кеңелені құру және түсінідіру және көрсете білу	1					

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 қолықтыққа 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 қолықтыққа 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 ауықалықты 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 ауықалықты 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 қимыл-әрекеттерімен байланысты білімді	1	29.10	27.10		
<b>4-бөлім Көлік халқының дәстүрлі ойындары (3 сәт)</b>								
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 оның түрлері (6 сәт)**

28	1	<i>Қимылдық әрекеті</i> Орында және қолғабыста орындау жаттығулары. Салтық жаттығулар ОҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келенісі 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 қолғабыста орындау жаттығулары. Бөрене үстінде теңе теңдік сақтау жаттығулары. ОҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келенісі 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. Әрекет. Арқанда алғашқы ор-мелу ОҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келенісі жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	8.1.2.1 кел аумақтағы қимыл-қозғалыс қимылдарының 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 көмір-қоғалау комбинаттарын және олардың орындалу ретінің түсініру 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		12.11	12.11		
34		7	Спартадағы гимнастикалық жаттығулар жанытығы. Гимнастикалық көрмеде жаттығулар жасау	8.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кесінігері өзінің және өзгенердің біліктіліктерін сипаттама білу	1		22.11	22.11		
35		8	Спартадағы гимнастикалық жаттығулар жанытығы Гимнастикалық көрмеде жаттығулар жасау	8.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кесінігері өзінің және өзгенердің біліктіліктерін сипаттама 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	22.11		
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		22.11	22.11		
38		11	Спартадағы гимнастикалық 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 жаттығуларды. Гимнастика көрмеде 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 жаттығуларды. Акробатикалық 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 жаттығуларды. Гимнастика сырғалта 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 жаттығуларды. Акробатикалық 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		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 СМБТ
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 дабылдары (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 күрәселі 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			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			001	001		
49		4	Аруауды жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Қалдырылу, қалыңға келу техникасы ОҚН Сауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік	8.3.1.1 сауатты өмір салтының денсудыққа тиібетін әсерін және бастан үлгісімен көрсету			001	001		
50		5	Аруауды жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Қалдырылу, қалыңға келу техникасы	8.3.1.1 сауатты өмір салтының денсудыққа тиібетін әсерін және бастан үлгісімен көрсету			001	001		
51		6	Аруауды жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Динамикалық жаттығулар арқылы индификацияны анықтау	8.1.4.1 күшпен-қолдасты сағанды орындау келісетіні 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 асері тигізу мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіптілі бойынша техника қауіпсіздігінін әурали мәселелерін түсіне білу	1		6.01	6.02	
59		14	Командалық қолбасшылық баскетбол. Ойыншылардың қозғалыстары	8.2.2.1 қолбасшылық алғашлар мен командала құрамында жүріс істей білуді көрсету және қолдана білу	1		8.02	8.02	
60		15	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Баскетбол. Доппен және допқа қолданыстар	8.2.8.1 түрлі командалық нәтижелерін түшіндіріп рөлдерін көрсету және сапастыра 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 өзінің және өлгерінің бәлкіліктерін сапастыра 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 өзінің және өлгерінің бәлкіліктерін сапастыра 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 өзінің және өлгерінің бәлкіліктерін сапастыра 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 тишмел 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 тишмел жумуш даяматуурун кочкары же көрсөтө бую	1	202	202		
66	21	Дорногалык ойдуу кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Коррампакта ойнуу элестери	8.2.3.1 кочкары оюун – үйрөтүү орнасын калыптастыруу болжолу биринчи, эки тишмел 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 өтгөрмөлүн шартнамалык кабинеттерин көрсөтүү же салыштыра бую, сондай-ак оны ишүлдүн бадым жолдоорун үсүлү	1	272	272		
68	23	Дорногалык ойдуу кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Шабуулду ойнуу элестери	8.2.5.1 оюун же өтгөрмөлүн шартнамалык кабинеттерин көрсөтүү же салыштыра бую, сондай-ак оны ишүлдүн бадым жолдоорун үсүлү	1	202	202		
69	24	Дорногалык ойдуу кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Командалык шабуулду ойнуу	8.2.5.1 оюун же өтгөрмөлүн шартнамалык кабинеттерин көрсөтүү же салыштыра бую, сондай-ак оны ишүлдүн бадым жолдоорун үсүлү	1	102	102		
70	25	Сергектикти, таян-кадрлыкты және үсөлтүмдүлүктү даяматуу ойындары, баскетбол, Командалык коррампакта ойнуу	8.2.1.1 өтгөрмөл жарагыра жумуш кайтыра бую, кочкары эрекеттеринен бадымалыкты бадымал көрсөтө бую	1	503	503		
71	26	Сергектикти, таян-кадрлыкты және үсөлтүмдүлүктү даяматуу ойындары, баскетбол, Ойнуу техникасы мен таптындары	8.2.1.1 өтгөрмөл жарагыра жумуш кайтыра бую, кочкары эрекеттеринен бадымалыкты бадымал көрсөтө бую	1	203	203		
72	27	Сергектикти, таян-кадрлыкты және үсөлтүмдүлүктү даяматуу ойындары, баскетбол, Ойнуу техникасы мен таптындары	8.2.1.1 өтгөрмөл жарагыра жумуш кайтыра бую, кочкары эрекеттеринен бадымалыкты бадымал көрсөтө бую	1	203	203		
73	28	Сергектикти, таян-кадрлыкты және үсөлтүмдүлүктү даяматуу ойындары, баскетбол, Командалык коррампакта	8.2.6.1 жарагыра к-эрекеттерин және терегили ету эрекеттерин көрсөтүү же салыштыра бую	1	005	005		
74	29	Сергектикти, таян-кадрлыкты және үсөлтүмдүлүктү даяматуу ойындары, баскетбол, Эки жакты ойнуу	8.2.6.1 жарагыра к-эрекеттерин және терегили ету эрекеттерин көрсөтүү же салыштыра бую	1	205	205		
75	30	Сергектикти, таян-кадрлыкты және үсөлтүмдүлүктү даяматуу ойындары, баскетбол, Эки жакты ойнуу	8.2.6.1 жарагыра к-эрекеттерин және терегили ету эрекеттерин көрсөтүү же салыштыра бую	2	205	205		

4-доскура  
27-сана



76	1	Күрестік ережелік.	8.1.4.1 дене ауылдық 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 ОҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.1.1 арнайы спорттық киімді әрекеттерінің дәлігін бақылауды және үйлестімділікті дамытуға арналған киім-қоталыс дәлдіктерін көрсету	1	4.04	4.04		
78	3	Ойын тактикасы, футбол. Қажымаштың ролі, ОҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.2.1 кен ауылдық киім-қоталыс комбинацияларын және олардың орындалу ретінің түсініру және көрсете білу.	1	5.04	5.04		
79	4	Ойын тактикасы, футбол. Дөмен дадан өту тәсілдері ОҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.2.1 кен ауылдық киім-қоталыс комбинацияларын және олардың орындалу ретінің түсініру және көрсете білу	1	9.04	9.04		
80	5	Ойын тактикасы, футбол. Дөпті баспен ірзу туралы	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. Дөпті тартып алу 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	12.4	12.4		
82	7	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Шабуылда ойыну техникасы	8.1.5.1 кен ауылдағы дене жаптықтарының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бақылау білу	1	16.4	16.4		
83	8	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Дөпті қақпалы бағыттау	8.1.5.1 кен ауылдағы дене жаптықтарының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бақылау білу	1	18.4	18.4		
84	9	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Дөпті бір сөйінен тегіп жарысу	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 дөпін орындау	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. Екі жақты ойын	8.1.6.1 киім-қоталыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеті және жауап қақпалары 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-сығарым жерлерден жүгіру, 200 м жүгіру	8.1.4.1 жеңілдікке келіп әсерін тигізуді мүмкін етуін-келтіруді төмендету, сондай-ақ техника кәсіпкерлігі бойынша техника кәсіпкерлігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	30.4	30.4		
89	14	Ойын-сығарым жерлерден жүгіру 400 м жүгіру	8.1.4.1 жеңілдікке келіп әсерін тигізуді мүмкін етуін-келтіруді төмендету, сондай-ақ техника кәсіпкерлігі бойынша техника кәсіпкерлігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	30.05	30.4		
90	15	Ойын-сығарым жерлерден жүгіру, Кросс 6 минутта жүгіру	8.1.4.1 жеңілдікке келіп әсерін тигізуді мүмкін етуін-келтіруді төмендету, сондай-ақ техника кәсіпкерлігі бойынша техника кәсіпкерлігінің күрделі 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 ойындарды шығармашылық кәсіпкерлігінің көрсетуі 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 ойындарды шығармашылық кәсіпкерлігінің көрсетуі және салыстыра білу, сондай-ақ оны пайдалану бағыты жолдарын ұсыну	1	30.05	30.05		
93	18	Толымдылық дамыту бағытындағы те-адрестер. Үлкен қашықтыққа жүгіру	8.1.5.1 ойын және ойындарды шығармашылық кәсіпкерлігінің көрсетуі және салыстыра білу, сондай-ақ оны пайдалану бағыты жолдарын ұсыну	1	30.5	30.5		
94	19	Сеңгіру фазаларын қолдану. Бір орыннан ұзындыққа сеңгіру	8.1.3.1. Түрлі дене жаттығуларын те жүзінде орындау, олардың артына тиістілігі әсері мен энергетикалық жүктемен байланысты түсіндіру	1	39.5	39.5		
95	20	Сеңгіру фазаларын қолдану. Жүгіріп келіп ұзындыққа сеңгіру	8.1.3.1. Түрлі дене жаттығуларын те жүзінде орындау, олардың артына тиістілігі әсері мен энергетикалық жүктемен байланысты түсіндіру	1	46.5	46.5		
96	21	Сеңгіру фазаларын қолдану. Байланыс сеңгіру әдістері	8.1.3.1. Түрлі дене жаттығуларын те жүзінде орындау, олардың артына тиістілігі әсері мен энергетикалық жүктемен байланысты түсіндіру	1	37.5	37.5		
97	22	Дастықаруды күрделілігі. 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	Дастықаруды күрделілігі. 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	Дастықаруды күрделілігі. 150 г киші допты инсанға дастықару	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	37.5	37.5		

4-бауым. Қолданушының дағдыларын арттыру (3 сәуір)

100	25	Қақтың хатмек ойындары. Асуқ ату мек бас тас ойыны	8.2.6.1 жапыс іс-әрекеттерін және топтық ету ерекшелігін көрсету және сипаттауға бұлы	1		19.12	19.12		*4- Тапқы: +3 саят
101	26	Қақтың хатмек ойындары. Асуқ ату мек бас тас ойыны	8.2.6.1 жапыс іс-әрекеттерін және топтық ету ерекшелігін көрсету және сипаттауға бұлы	1		21.12	21.12		
102	27	Қақтың хатмек ойындары. Асуқ ату мек бас тас ойыны	8.2.6.1 жапыс іс-әрекеттерін және топтық ету ерекшелігін көрсету және сипаттауға бұлы	1		22.12	23.12		



Келесіні  
Оқу ісі органдарына  
Т. Кебішев  
« 28.01 » 2022

Ойы отырармадан өткізіліні  
Хаттама № 1  
Ойы жеткенісі: Уапова М.  
« 28.01 » 2022

Түркістан облысы, Келес ауданы, Абай ауылы

№7 жалпы орта мектебі коммуналдық мемлекеттік мекемесі

## КҮНТІЗБЕЛІК - ТАҚЫРЫПТЫҚ

### ЖОСПАРЫ

Сынып: 8 «б»

Мұғалім: Жүзбаева С

Сабақ: дене шынықтыру

**ДЕЛЕ ШЫНЫКТЫРУУ ПАИШЕН 8 СЫНЫПКА АРНАЛГАН  
КУНТИБЕЛИК 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	Мезгил				Есеп-суп
						А	Б	В	Г	
<b>1-төрөк</b>										
<b>11 саат</b>										
1	Кайсылане өрөөнү Төмөнт сөре және сөрөлөк сөңгү, 60 м жүйрү ОКН Дөңрү шыкты ууы жартаран салыктарынан туурайттын аатары.	1	Кайсылане өрөөнү Төмөнт сөре және сөрөлөк сөңгү, 60 м жүйрү ОКН Дөңрү шыкты ууы жартаран салыктарынан туурайттын аатары.	8.1.4.1 денсүлүккө кері дөңрү тартуу муралы күйн-кыргал төмөндөтү, сондай-ак техника күйнлөк бойынша техника күйнлөктын күрөкө мөдөлдөрүн түсүнө бую	1					
2	Төмөнт сөре және сөрөлөк сөңгү, 4x10 м жүйрү ОКН Дөңрү шыкты ууы жартаран салыктарынан туурайттын аатары.	2	Төмөнт сөре және сөрөлөк сөңгү, 4x10 м жүйрү ОКН Дөңрү шыкты ууы жартаран салыктарынан туурайттын аатары.	8.1.4.1 денсүлүккө кері дөңрү тартуу муралы күйн-кыргал төмөндөтү, сондай-ак техника күйнлөк бойынша техника күйнлөктын күрөкө мөдөлдөрүн түсүнө бую	1					
3	Орта кымыктыкка жүйрү дарыларын дарытуу Дөңрү жүйрү 4x60 м ОКН Жарык және орт адын ады	3	Орта кымыктыкка жүйрү дарыларын дарытуу Дөңрү жүйрү 4x60 м ОКН Жарык және орт адын ады	8.2.1.1 коалады омын –үйрөтү ортосун кымыктыкты бойынша бйрөөкөт, эри тилөкү арумөс дарыларын коалады және көрсөтө бую	1					
4	Орта кымыктыкка жүйрү дарыларын дарытуу 200 м жүйрү ОКН Жарык және орт адын ады	4	Орта кымыктыкка жүйрү дарыларын дарытуу 200 м жүйрү ОКН Жарык және орт адын ады	8.2.1.1 коалады омын –үйрөтү ортосун кымыктыкты бойынша бйрөөкөт, эри тилөкү арумөс дарыларын коалады және көрсөтө бую	1					
5	Орта кымыктыкка жүйрү дарыларын дарытуу 400 м жүйрү	5	Орта кымыктыкка жүйрү дарыларын дарытуу 400 м жүйрү	8.2.1.1 денсүлүккө кері каттына кеттирү жартыларын кенені кыруу және көрсөтү, сондай-ак омын кымыктыктын түсүнө	1					
6	Орта кымыктыкка жүйрү дарыларын дарытуу 6x10 м өрөөк абууа жүйрү	6	Орта кымыктыкка жүйрү дарыларын дарытуу 6x10 м өрөөк абууа жүйрү	8.2.1.1 денсүлүккө кері каттына кеттирү жартыларын кенені кыруу және көрсөтү, сондай-ак омын кымыктыктын түсүнө	1					
7	Сөңгүлү дарытуу арумалан те – шаралар, бир орусуну Үчүнчүкө сөңгү.	7	Сөңгүлү дарытуу арумалан те – шаралар, бир орусуну Үчүнчүкө сөңгү.	8.1.2.1 кен дуурады арумалане көбүнчүлүккө кері каттына кеттирү пертирн түсүндүрү және көрсөтө бую	1					
8	Сөңгүлү дарытуу арумалан те – шаралар, Жүйрүн кенен Үчүнчүкө сөңгү.	8	Сөңгүлү дарытуу арумалан те – шаралар, Жүйрүн кенен Үчүнчүкө сөңгү.	8.1.2.1 денсүлүккө кері каттына кеттирү жартыларын кенені кыруу және көрсөтү, сондай-ак омын кымыктыктын түсүнө	1					

19.9 19.9

9	9	Сезіргін дамдықта арналған бе- шарлар. Билетке сөйлеу дәлелері	8.3.2.1 дене қимылы және қимыл кестіру жаттығуларының кешені құру және түсініру және көрсете білу	1	29	319		
10	10	Дастықру кезінде күш пен бұрыштық ет тойымалығын дамдыту. 150 г кіші допты қолықтыққа дастықру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлелін бақылауды және үйлестімділікті дамдытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	227	219		
11	11	Дастықру кезінде күш пен бұрыштық ет тойымалығын дамдыту. 150 г кіші допты иесінегі дастықру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлелін бақылауды және үйлестімділікті дамдытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	269	269		
12	12	Дастықру кезінде күш пен бұрыштық ет тойымалығын дамдыту. 150 г кіші допты қолықтыққа дастықру	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды көрсете білу	1	229	229		

2-бөлім 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 дәлелін бақылауды және үйлестімділікті дамдытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	6310	310		
14	14	Ойын жағдайында қабыл-алууды іске асыру. Баскетбол. Ойын техникасының элементтері.	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлелін бақылауды және үйлестімділікті дамдытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	612	510		
15	15	Ойын жағдайында қабыл-алууды іске асыру. Баскетбол. Допты екі ойыншыға беру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлелін бақылауды және үйлестімділікті дамдытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	610	610		
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 ретімділікті түсініру және көрсете білу	1	610	010		
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 ретімділікті түсініру және көрсете білу	1	1010	210		
18	18	Ойын жағдайында қабыл-алууды іске асыру. Баскетбол. Кортыныста ойыну техникасы	8.2.4.1 дене жаттығулары аяқпенділігі іс-әрекеттерді орындаушы және баланы түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәжірибелі қолдану және танымай білу	1	1310	810		
19	19	Ойын жағдайында қабыл-алууды іске асыру. Баскетбол. Допты бір орындан торға тастау	8.2.4.1 дене жаттығулары аяқпенділігі іс-әрекеттерді орындаушы және баланы түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәжірибелі қолдану және танымай білу	1	1710	810		
20	20	Ойын құрылымын. Шабуылда ойыну техникасы	8.1.2.1 көп ауықалығы қимыл-қозғалыс қимылданушы және олардың орындау ретімділігін түсіну және көрсете білу	1	1910	1910		
21	21	Ойын құрылымын. Допты торға екі адам жасап тастау	8.1.2.1 көп ауықалығы қимыл-қозғалыс қимылданушы және олардың орындау ретімділігін түсіну және көрсете білу	1	2010	2010		

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 қимыл-арекеттерімен байланысты білімді	1	29.10	27.10		
<b>4-бөлім Көлік халқының дәстүрлі ойындары (3 сәт)</b>								
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 оның түрлері (6 сәт)**

28	1	<i>Қимылдық элемент</i> Орында және қозғалыста орындау жаттығулары. Салтық жаттығулар ОҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келенесті 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 қозғалыста орындау жаттығулары. Бөрене үстінде теңе теңдік сақтау жаттығулары. ОҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келенесті 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. Әрекет. Арқанда алғашқы ор-мелу ОҚН Жара мен жаракат алу және басқа да келенесті жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	8.1.2.1 кел аумақтағы қимыл-қозғалыс қимылдарының 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 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 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 жаттығулардың жанығытығы. Гимнастикалық көрмеде жаттығулар жасау	8.1.4.1 қызыл-қолашылық сапалы орындалу кесінілері өзінің және өзгелердің біліктіліктерінің сипаттарына білу	1			22.11	22.11	
35		8	Спартадағы гимнастикалық жаттығулардың жанығытығы Гимнастикалық көрмеде жаттығулар жасау	8.1.4.1 қызыл-қолашылық сапалы орындалу кесінілері өзінің және өзгелердің біліктіліктерінің сипаттарына білу	1			23.11	23.11	
36		9	Спартадағы гимнастикалық жаттығулардың жанығытығы. Гимнастикалық сырғалда жаттығулар жасау	8.2.2.1 көпбасшылық дайындар мен командалар құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу	1			22.11	22.11	
37		10	Спартадағы гимнастикалық жаттығулардың жанығытығы. Гимнастикалық сырғалда жаттығулар жасау	8.2.2.1 көпбасшылық дайындар мен командалар құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу	1			22.11	22.11	
38		11	Спартадағы гимнастикалық жаттығулардың жанығытығы. Акробатикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тактикаларын бағыттау арналы дайындарды көрсете білу	1			28.11	28.11	
39		12	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тактикаларын бағыттау арналы дайындарды көрсете білу	1			1.12	1.12	
40		13	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тактикаларын бағыттау арналы дайындарды көрсете білу	1			5.12	5.12	
41		14	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тактикаларын бағыттау арналы дайындарды көрсете білу	1			7.12	7.12	
42		15	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тактикаларын бағыттау арналы 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	021	021
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	022	022

**3-ТОҚСАН**  
**30 САҒАТ**

**5-бөлім Көрсеткіш гимнастика, әрқос дәлелденуші (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 тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігі бойынша техника қауіпсіздігінің күресі мәселелерін түсіне білу	1		001	001		
47		2	Жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық қасиеттерді дамыту. Тамырдың соғу жылділігі (ТСЖ) анықтау ОҚН Жұмылы ағымдарын дамып алу	8.3.2.1 денені қалдыру және қалпын келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну	1		001	001		
48		3	Жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық қасиеттерді дамыту. Тамырдың соғу жылділігі (ТСЖ) анықтау ОҚН Салуатты өмір салты әдеттері туралы түсінік	8.3.2.1 денені қалдыру және қалпын келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну	1		001	001		
49		4	Арнаулы жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Қалдыру, қалыңға келу техникасы ОҚН Салуатты өмір салты әдеттері туралы түсінік	8.3.1.1 салуатты өмір салтының денсаулыққа тиісетін әсерін және бастан үлгісімен көрсету	1		001	001		
50		5	Арнаулы жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Қалдыру, қалыңға келу техникасы	8.3.1.1 салуатты өмір салтының денсаулыққа тиісетін әсерін және бастан үлгісімен көрсету	1		001	001		
51		6	Арнаулы жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Денсаулық жаттығулар арқылы индификацияны анықтау	8.1.4.1 күшпен-қолдамасты сағанды орындау кезіндегі өзінің және өзгелерінің бағытталғанын салыстыра білу	1		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	19.1	
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 асері тигізу мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіптілі бойынша техника қауіпсіздігінің еурелі 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 қолыластар	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 сапаны орындау кезіндегі өзінің және өлгерінің бәлкіліктерін 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 сапаны орындау кезіндегі өзінің және өлгерінің бәлкіліктерін 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 сапаны орындау кезіндегі өзінің және өлгерінің бәлкіліктерін салыстыра білу	1		16.2	16.2	

64	19	Дорногалык ойлау кабинетин даямату ойындары. Баскетбол. Корралыкта ойну элестери	8.2.3.1 коомдун оюун –уурусу ортасын салыштыруу болжолу биринчи, эки тиймэл жумуш даямдугун коомду және көрсөтө бую	1	202	202		
65	20	Дорногалык ойлау кабинетин даямату ойындары. Баскетбол. Корралыкта ойну элестери	8.2.3.1 коомдун оюун –уурусу ортасын салыштыруу болжолу биринчи, эки тиймэл жумуш даямдугун коомду және көрсөтө бую	1	202	202		
66	21	Дорногалык ойлау кабинетин даямату ойындары. Баскетбол. Корралыкта ойну элестери	8.2.3.1 коомдун оюун –уурусу ортасын салыштыруу болжолу биринчи, эки тиймэл жумуш даямдугун коомду және көрсөтө бую	1	202	202		
67	22	Дорногалык ойлау кабинетин даямату ойындары. Баскетбол. Шабуулду ойну элестери	8.2.5.1 оюун және өзгөчөлүгүн шартташтыруу кабинеттерин көрсөтү және салыштыра бую, сондай-ак оны шешудин бадым жолдарын үсынуу	1	272	272		
68	23	Дорногалык ойлау кабинетин даямату ойындары. Баскетбол. Шабуулду ойну элестери	8.2.5.1 оюун және өзгөчөлүгүн шартташтыруу кабинеттерин көрсөтү және салыштыра бую, сондай-ак оны шешудин бадым жолдарын үсынуу	1	202	202		
69	24	Дорногалык ойлау кабинетин даямату ойындары. Баскетбол. Коомдалык шабуулду ойну	8.2.5.1 оюун және өзгөчөлүгүн шартташтыруу кабинеттерин көрсөтү және салыштыра бую, сондай-ак оны шешудин бадым жолдарын үсынуу	1	102	102		
70	25	Сергектикти, тап-кадрлыкты және үсылтылыкты даямату ойындары. Баскетбол. Коомдалык корралыкта ойну	8.2.1.1 өзгөчөлүк жактанга жумун салтыра бую, коомду эрекеттеринен бадымдыкты билимди көрсөтө бую	1	503	503		
71	26	Сергектикти, тап-кадрлыкты және үсылтылыкты даямату ойындары. Баскетбол. Ойну техникасы мен тартындары	8.2.1.1 өзгөчөлүк жактанга жумун салтыра бую, коомду эрекеттеринен бадымдыкты билимди көрсөтө бую	1	103	103		
72	27	Сергектикти, тап-кадрлыкты және үсылтылыкты даямату ойындары. Баскетбол. Ойну техникасы мен тартындары	8.2.1.1 өзгөчөлүк жактанга жумун салтыра бую, коомду эрекеттеринен бадымдыкты билимди көрсөтө бую	1	203	203		
73	28	Сергектикти, тап-кадрлыкты және үсылтылыкты даямату ойындары. Баскетбол. Коомдалык корралыктар	8.2.6.1 жарык к-эрекеттерин және терелик сыу эрекеттерин көрсөтү және салыштыра бую	1	005	005		
74	29	Сергектикти, тап-кадрлыкты және үсылтылыкты даямату ойындары. Баскетбол. Эки жагы ойну	8.2.6.1 жарык к-эрекеттерин және терелик сыу эрекеттерин көрсөтү және салыштыра бую	1	125	125		
75	30	Сергектикти, тап-кадрлыкты және үсылтылыкты даямату ойындары. Баскетбол. Эки жагы ойну	8.2.6.1 жарык к-эрекеттерин және терелик сыу эрекеттерин көрсөтү және салыштыра бую	2	153	153		

4-доскура  
27-сана

76	1	Күрделілік ережелі. Ойын техникасы, футбол ойынының ережелері ОКН Сапауатты өмір салты дәстүрі туралы түсінік	8.1.4.1 дене тәрбиесінде кәсіптік спортпен танысу мүмкін етуін қамтамасыз ету, сондай-ақ техникалық дайындықтың сапасын арттыруға қолдау көрсету.	1	2.04	2.04		
77	2	Ойын техникасы, футбол ойынының ережелері ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.1.1 арнайы спорттық мектептерінде дайындықтың сапасын арттыруға қолдау көрсету.	1	4.04	4.04		
78	3	Ойын тактикасы, футбол ойынының ережелері ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.2.1 кен ауқымдағы ойындардың сапасын арттыруға қолдау көрсету.	1	5.04	5.04		
79	4	Ойын тактикасы, футбол ойынының ережелері ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.2.1 кен ауқымдағы ойындардың сапасын арттыруға қолдау көрсету.	1	9.04	9.04		
80	5	Ойын тактикасы, футбол ойынының ережелері ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.2.4.1 дене тәрбиесінде кәсіптік спортпен танысу мүмкін етуін қамтамасыз ету, сондай-ақ техникалық дайындықтың сапасын арттыруға қолдау көрсету.	1	11.4	11.4		
81	6	Ойын тактикасы, футбол ойынының ережелері ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.2.4.1 дене тәрбиесінде кәсіптік спортпен танысу мүмкін етуін қамтамасыз ету, сондай-ақ техникалық дайындықтың сапасын арттыруға қолдау көрсету.	1	12.4	12.4		
82	7	Ойын тактикасы, футбол ойынының ережелері ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.5.1 кен ауқымдағы ойындардың сапасын арттыруға қолдау көрсету.	1	16.4	16.4		
83	8	Ойын тактикасы, футбол ойынының ережелері ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.5.1 кен ауқымдағы ойындардың сапасын арттыруға қолдау көрсету.	1	18.4	18.4		
84	9	Ойын тактикасы, футбол ойынының ережелері ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.2.8.1 түрлі ойындардың сапасын арттыруға қолдау көрсету.	1	19.4	19.4		
85	10	Ойын тактикасы, футбол ойынының ережелері ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.2.8.1 түрлі ойындардың сапасын арттыруға қолдау көрсету.	1	23.4	23.4		
86	11	Ойын тактикасы, футбол ойынының ережелері ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.6.1 кен ауқымдағы ойындардың сапасын арттыруға қолдау көрсету.	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-кәсіпкердің 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-кәсіпкердің 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-кәсіпкердің түсіне білу	1	30,05	30,05		
91	16	Толымдылықта дамыту бағытындағы те-адресеттер. Эстафета 4x60 м ойыны	8.1.5.1 ойын және ойгерлердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны пайдалану бағытындағы жетілдіру	1	30,05	30,05		
92	17	Толымдылықта дамыту бағытындағы те-адресеттер, 1000 м жүгіру	8.1.5.1 ойын және ойгерлердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны пайдалану бағытындағы жетілдіру	1	30,05	30,05		
93	18	Толымдылықта дамыту бағытындағы те-адресеттер. Уақыт қашықтыққа жүгіру	8.1.5.1 ойын және ойгерлердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны пайдалану бағытындағы жетілдіру	1	30,5	30,5		
94	19	Сеңгіру фаздаларын қолдану. Бір орыннан ұзындыққа сеңгіру	8.1.3.1. түрлі дене жаттығуларын те жүтінде орындау, олардың артыла тигілетін асері мен энергетикалық жүлемен байланысын түсінідіру	1	39,5	38,5		
95	20	Сеңгіру фаздаларын қолдану. Жүтірін кезіні ұзындыққа сеңгіру	8.1.3.1. түрлі дене жаттығуларын те жүтінде орындау, олардың артыла тигілетін асері мен энергетикалық жүлемен байланысын түсінідіру	1	46,5	46,5		
96	21	Сеңгіру фаздаларын қолдану. Байлестісе сеңгіру дәстүрі	8.1.3.1. түрлі дене жаттығуларын те жүтінде орындау, олардың артыла тигілетін асері мен энергетикалық жүлемен байланысын түсінідіру	1	37,5	38,5		
97	22	Дастықаруады құрамадастығы, 150 г киші допты қашықтыққа дастықару	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсінідіру және көрсете білу	1	31,5	31,5		
98	23	Дастықаруады құрамадастығы 150 г киші допты қашықтыққа дастықару	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсінідіру және көрсете білу	1	33,5	33,5		
99	24	Дастықаруады құрамадастығы, 150 г киші допты инсанарды дастықару	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсінідіру 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 ойыну	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 ойыну	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 ойыну	8.2.6.1 жапуа іс-әрекеттерін және топелік ету ерекшелігін көрсету және санынағына білу	1		20.12	23.12		



Келіссөзі  
Оқу ісі бөлімбасары  
Г. Бейбітжан  
« 21 » 01 2022 ж.

Әб-бәт оқу орталығы бөлімбасары  
Халғайла М.  
05-жетекшісі: Уәлиев М.  
« 28 » 01 2022 ж.

Түркістан облысы, Келес ауданы, Абай ауылы

№7 жаппы орта мектебі коммуналдық мемлекеттік мекемесі

## КҮНТІЗБЕЛІК - ТАҚЫРЫПТЫҚ

### ЖОСПАРЫ

Сынып: 8 «Ә»

Мұғалім: Жұмабекев Г.

Сабақ: дене шынықтыру

**ДЕЛЕ ШЫНЫКТЫРУУ ПАШИЕН 8 СЫНЫПКА АРНАЛГАН  
КҮНТӨЗӨБӨЛӨК ТАКЫРЫПТЫК ЖОСПАР**

«Деле шыныктаруу» пәні бойынша оку жүргөзөмөсүнүн календар таблицасына 3 сарат, оку жылдына 102 саратты кырады

№ п/с	Ауыспалы тақырыптар	Сабак №	Сабактардын тақырыптары	Окуудун максаттары	Сарат саны	Месяс				Есеп-суп
						А	Б	В	Г	
1-түскөн 22 сарат										

**1-түскөн. Жерги аталыкка арналган дөңсөөлүк пен фирмед (2 сарат)**

1	Кайра келүүгө өркөкөт Төмөнт сөргө және сөргөлөк сөмбө, 60 м жүтүрү ОЖЖ Дөргө шыкты ууу жартаран салдыктарына туурайттын аатары.	1	Орта калыптаска жүтүрү дартыларын даямтуу. Дартыларга жүтүрү 4x60 м ОЖЖ Жарууус және орт адым адым	8.3.1.1 дөңсөөлүккө керг дөргө тартуу мурдун күгүн-көргөл төмөндөгү, сондай-ак техника күгүнүктөй бойынша техника күгүнүктөйүн күргөкө мөксөмөргө түсүнө буу	1					
2	Төмөнт сөргө және сөргөлөк сөмбө, 4x10 м жүтүрү ОЖЖ Дөргө шыкты ууу жартаран салдыктарына туурайттын аатары.	2	Орта калыптаска жүтүрү дартыларын даямтуу. Дартыларга жүтүрү 4x60 м ОЖЖ Жарууус және орт адым адым	8.3.1.1 дөңсөөлүккө керг дөргө тартуу мурдун күгүн-көргөл төмөндөгү, сондай-ак техника күгүнүктөй бойынша техника күгүнүктөйүн күргөкө мөксөмөргө түсүнө буу	1					
3	Орта калыптаска жүтүрү дартыларын даямтуу. Дартыларга жүтүрү 4x60 м ОЖЖ Жарууус және орт адым адым	3	Орта калыптаска жүтүрү дартыларын даямтуу. Дартыларга жүтүрү 4x60 м ОЖЖ Жарууус және орт адым адым	8.3.1.1 дөңсөөлүккө керг дөргө тартуу мурдун күгүн-көргөл төмөндөгү, сондай-ак техника күгүнүктөй бойынша техника күгүнүктөйүн күргөкө мөксөмөргө түсүнө буу	1					
4	Орта калыптаска жүтүрү дартыларын даямтуу. Дартыларга жүтүрү 4x60 м ОЖЖ Жарууус және орт адым адым	4	Орта калыптаска жүтүрү дартыларын даямтуу. Дартыларга жүтүрү 4x60 м ОЖЖ Жарууус және орт адым адым	8.3.1.1 дөңсөөлүккө керг дөргө тартуу мурдун күгүн-көргөл төмөндөгү, сондай-ак техника күгүнүктөй бойынша техника күгүнүктөйүн күргөкө мөксөмөргө түсүнө буу	1					
5	Орта калыптаска жүтүрү дартыларын даямтуу. Дартыларга жүтүрү 4x60 м ОЖЖ Жарууус және орт адым адым	5	Орта калыптаска жүтүрү дартыларын даямтуу. Дартыларга жүтүрү 4x60 м ОЖЖ Жарууус және орт адым адым	8.3.1.1 дөңсөөлүккө керг дөргө тартуу мурдун күгүн-көргөл төмөндөгү, сондай-ак техника күгүнүктөй бойынша техника күгүнүктөйүн күргөкө мөксөмөргө түсүнө буу	1					
6	Орта калыптаска жүтүрү дартыларын даямтуу. Дартыларга жүтүрү 4x60 м ОЖЖ Жарууус және орт адым адым	6	Орта калыптаска жүтүрү дартыларын даямтуу. Дартыларга жүтүрү 4x60 м ОЖЖ Жарууус және орт адым адым	8.3.1.1 дөңсөөлүккө керг дөргө тартуу мурдун күгүн-көргөл төмөндөгү, сондай-ак техника күгүнүктөй бойынша техника күгүнүктөйүн күргөкө мөксөмөргө түсүнө буу	1					
7	Орта калыптаска жүтүрү дартыларын даямтуу. Дартыларга жүтүрү 4x60 м ОЖЖ Жарууус және орт адым адым	7	Орта калыптаска жүтүрү дартыларын даямтуу. Дартыларга жүтүрү 4x60 м ОЖЖ Жарууус және орт адым адым	8.3.1.1 дөңсөөлүккө керг дөргө тартуу мурдун күгүн-көргөл төмөндөгү, сондай-ак техника күгүнүктөй бойынша техника күгүнүктөйүн күргөкө мөксөмөргө түсүнө буу	1					
8	Орта калыптаска жүтүрү дартыларын даямтуу. Дартыларга жүтүрү 4x60 м ОЖЖ Жарууус және орт адым адым	8	Орта калыптаска жүтүрү дартыларын даямтуу. Дартыларга жүтүрү 4x60 м ОЖЖ Жарууус және орт адым адым	8.3.1.1 дөңсөөлүккө керг дөргө тартуу мурдун күгүн-көргөл төмөндөгү, сондай-ак техника күгүнүктөй бойынша техника күгүнүктөйүн күргөкө мөксөмөргө түсүнө буу	1					



9	9	Сезіргін дамытуға арналған іс-шаралар. Біліктіке сезіру дәлелтері	8.3.2.1 дене қалыңдыру және қалың келтіру жаттығуларының кешенін құру және түсініру және көрсете білу	1	29.9	31.9		
10	10	Дактыңру кезінде күш пен бұрышық ет тоқымалығын дамыту. 150 г кіші допты қолыңғышқа дақтыңру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлелін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	22.7	21.9		
11	11	Дактыңру кезінде күш пен бұрышық ет тоқымалығын дамыту. 150 г кіші допты иесізінге дақтыңру	8.1.1.1 арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлелін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	26.9	26.9		
12	12	Дактыңру кезінде күш пен бұрышық ет тоқымалығын дамыту. 150 г кіші допты қолыңғышқа дақтыңру	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды көрсете білу	1	22.9	22.9		

2-бағим 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 дәлелін 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 дәлелін 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 дәлелін 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	4.10		
18	18	Ойын жағдайында қабыл-алууды іске асыру. Баскетбол. Қорғаныста ойыну техникасы	8.2.4.1 дене жаттығулары аяқсыйлағы іс-әрекеттерді орындайдыру және балшық түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәжірибелі қолдану және талқылай 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 аяқсыйлағы іс-әрекеттерді орындайдыру және балшық түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәжірибелі қолдану және талқылай білу	1	17.10	11.10		
20	20	Ойын құрылымын. Шабуылда ойыну техникасы	8.1.2.1 көп ауықылды 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 ауықылды 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 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		
<b>4-бөлім Көлік халқының дәстүрлі ойындары (3 сәт)</b>								
25	25	Қазіңғын 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	Қазіңғын 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	Қазіңғын 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 оның түрлері (6 сәт)**

28	1	<i>Құрметсіздік 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 қауіпсізді 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 қимыл-қозғалыс комбинацияларын 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 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 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 жаттығулардың жанытығы. Гимнастикалық көрмеде жаттығулар жасау	8.1.4.1 қызыл-қолашылық сапаны орындау кестілері өзінің және өзгелердің біліктіліктерінің сипаттарына білу	1		22.11	22.11		
35		8	Спартадағы гимнастикалық жаттығулардың жанытығы Гимнастикалық көрмеде жаттығулар жасау	8.1.4.1 қызыл-қолашылық сапаны орындау кестілері өзінің және өзгелердің біліктіліктерінің сипаттарына білу	1		23.11	23.11		
36		9	Спартадағы гимнастикалық жаттығулардың жанытығы. Гимнастикалық сырғалта жаттығулар жасау	8.2.2.1 көбінесешылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу	1		22.11	21.11		
37		10	Спартадағы гимнастикалық жаттығулардың жанытығы. Гимнастикалық сырғалта жаттығулар жасау	8.2.2.1 көбінесешылық дағдылар 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 тактирліктерінің байлығына арналған дағдыларды көрсете білу	1		28.11	28.11		
39		12	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларын. Гимнастика көрмеде жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тактирліктерінің байлығына арналған дағдыларды көрсете білу	1		1.12	1.12		
40		13	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларын. Акробатикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тактирліктерінің байлығына арналған дағдыларды көрсете білу	1		5.12	5.12		
41		14	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларын. Гимнастика сырғалта жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тактирліктерінің байлығына арналған дағдыларды көрсете білу	1		7.12	7.12		
42		15	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығуларын. Акробатикалық гимнастика жаттығуларын жасау	8.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тактирліктерінің байлығына арналған дағдыларды 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 астырғы 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	021	021
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	022	022

**3-ТОҚСАН**  
**30 САҒАТ**

**5-бөлім Көрсек гимнастика, әрсец дайындауы (2 сағат)**

46		1	Көрсектік ерксіз жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық қасиеттерді дамыту ОҚН Жұмылы ағымдарын дамып алу	8.3.4.1 денсудыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді болыпша техника қауіпсіздігін күрәсі мәселелерін түсіне білу	1		001	001		
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 денсін келдіру және қалпын келтіру жаттығуларын келсін күру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну			001	001		
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 денсін келдіру және қалпын келтіру жаттығуларын келсін күру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну			001	001		
49		4	Арнаулы жаттығуларын текникалық дағдысын бекіту. Қалдыру, қалыңа келу техникасы ОҚН Сауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік	8.3.1.1 сауатты өмір салтының денсудыққа тиібетін әсерін және бастың үлсімен көрсету			001	001		
50		5	Арнаулы жаттығуларын текникалық дағдысын бекіту. Қалдыру, қалыңа келу техникасы	8.3.1.1 сауатты өмір салтының денсудыққа тиібетін әсерін және бастың үлсімен көрсету			001	001		
51		6	Арнаулы жаттығуларын текникалық дағдысын бекіту. Денсаулық жаттығулар арқылы шілділікті анықтау	8.1.4.1 күшді-қолдылық сағанды орындау келсін өзінің және өзігерінің баықтығын 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 жүйесін байланысын түсіндіру	1		25.1	25.1	
54		9	Әр түрлі келерілерден жүгіру. 30 м келерілер арқаны жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың артап тигісетін асері мен нәтижелілік жүйесін байланысын түсіндіру	1		26.1	26.1	
55		10	Әр түрлі келерілерден жүгіру. 30 м келерілер арқаны жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың артап тигісетін асері мен нәтижелілік жүйесін 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 жүйесін 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 жүйесін байланысын түсіндіру	1		2.02	2.02	

6-бөлім. Командалық ойын-бейсбол қозғалыстары. Іс-әрекет 18 сәтте

58		13	Командалық ойындағы қолбасшылық баскетбол. Ойын ережелері	8.3.4.1 денсаулыққа зияр асеріп тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігін бойынша техника қауіпсіздігінін ағрасті мәселелерін түсіне білу	1		6.01	6.02	
59		14	Командалық қолбасшылық баскетбол. Ойыншылардың қозғалыстары	8.2.2.1 қолбасшылық алдылап мен қолдан қаршында жүріс істей білуді көрсету және қолдан білу	1		8.02	8.02	
60		15	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Баскетбол. Доппен және допқа қозғалыстар	8.2.8.1 түрлі командалық нәтижелерін түсіндіретін рөлдерді 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 қызыл-қозғалысты санады орындау кезіндегі ойын және өлшеудің біліктіліктерін саныстыра білу	1		13.2	15.2	
62		17	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту баскетбол. Допты топқа тастау әдісі	8.1.4.1 қызыл-қозғалысты санады орындау кезіндегі ойын және өлшеудің біліктіліктерін саныстыра білу	1		15.2	15.2	
63		18	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Баскетбол. 2-3 ұянық тастау әдістері	8.1.4.1 қызыл-қозғалысты санады орындау кезіндегі ойын және өлшеудің біліктіліктерін саныстыра білу	1		16.2	16.2	

64	19	Дорногалык ойдуу кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Коррампакта ойнуу элестери	8.2.3.1 коомдун оюун –уурусу ортасын салып тастауу болуп калып, эри тилки жумас даяматуун коомду жана көрсөтө бую	1	202	202		
65	20	Дорногалык ойдуу кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Коррампакта ойнуу элестери	8.2.3.1 коомдун оюун –уурусу ортасын салып тастауу болуп калып, эри тилки жумас даяматуун коомду жана көрсөтө бую	1	202	202		
66	21	Дорногалык ойдуу кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Коррампакта тоскоолуу коо элеси	8.2.3.1 коомдун оюун –уурусу ортасын салып тастауу болуп калып, эри тилки жумас даяматуун коомду жана көрсөтө бую	1	202	202		
67	22	Дорногалык ойдуу кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Шабуулду ойнуу элестери	8.2.5.1 оюун жана отгоердин шартрапмалуук кабинеттерин көрсөтү жана салып тастауу бую, сондай-ак оны шешуу дин бадым жолдоорун усуулу	1	272	272		
68	23	Дорногалык ойдуу кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Шабуулду ойнуу элестери	8.2.5.1 оюун жана отгоердин шартрапмалуук кабинеттерин көрсөтү жана салып тастауу бую, сондай-ак оны шешуу дин бадым жолдоорун усуулу	1	202	202		
69	24	Дорногалык ойдуу кабинетин даямату ойындары, баскетбол, Комапдалык шабуулду ойнуу	8.2.5.1 оюун жана отгоердин шартрапмалуук кабинеттерин көрсөтү жана салып тастауу бую, сондай-ак оны шешуу дин бадым жолдоорун усуулу	1	102	102		
70	25	Сергектик, таян-кадрлыкты жана уюуптуулукту даямату ойындары, баскетбол, Комапдалык коррампакта ойнуу	8.2.1.1 отгоердин шартрапмалуук жумун салып тастауу бую, коомду эрекеттеринен бадымдыкты билимди көрсөтө бую	1	503	503		
71	26	Сергектик, таян-кадрлыкты жана уюуптуулукту даямату ойындары, баскетбол, Ойнуу техникасы мен тартындары	8.2.1.1 отгоердин шартрапмалуук жумун салып тастауу бую, коомду эрекеттеринен бадымдыкты билимди көрсөтө бую	1	203	203		
72	27	Сергектик, таян-кадрлыкты жана уюуптуулукту даямату ойындары, баскетбол, Ойнуу техникасы мен тартындары	8.2.1.1 отгоердин шартрапмалуук жумун салып тастауу бую, коомду эрекеттеринен бадымдыкты билимди көрсөтө бую	1	203	203		
73	28	Сергектик, таян-кадрлыкты жана уюуптуулукту даямату ойындары, баскетбол, Комапдалык коррампакта	8.2.6.1 жумас к-эрекеттерин жана тоскоолуу оту эрекеттерин көрсөтү жана салып тастауу бую	1	005	005		
74	29	Сергектик, таян-кадрлыкты жана уюуптуулукту даямату ойындары, баскетбол, Эри жумун ойнуу	8.2.6.1 жумас к-эрекеттерин жана тоскоолуу оту эрекеттерин көрсөтү жана салып тастауу бую	1	205	205		
75	30	Сергектик, таян-кадрлыкты жана уюуптуулукту даямату ойындары, баскетбол, Эри жумун ойнуу	8.2.6.1 жумас к-эрекеттерин жана тоскоолуу оту эрекеттерин көрсөтү жана салып тастауу бую	2	205	205		

4-досуун  
27-саны

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 дәлігін бақылауы және үйлестімділікті дамытуға арналған киімді-қолғапты даярдауларын 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 киімді-қолғапты қолбаныштарын 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 киімді-қолғапты қолбаныштарын 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 нұсқаларын 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 нұсқаларын анықтау және бақылау білу	1	16.4	16.4		
84	9	Ойындағы шығармашылық белсенділік, футбол. Дөпмен дадан өту тәсілдері	8.2.8.1 түрлі киімді-қолғаптың 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 киімді-қолғаптың 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 киімді-қолғаптың белсенділігімен байланысты қиындықтарды жету және жауап қайтару білу даярдауларын 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-сығарым жерлерден жүгіру, 200 м жүгіру	8.1.4.1 жекеуақытқа келі әсерін тигізуді мүмкін етуін-кәсіпкерді төмендету, сондай-ақ техника есепшілікті бойынша техника есепшілігінің есепшілік мәселелерін түсіне білу	1	30,4	30,4		
89	14	Ойын-сығарым жерлерден жүгіру 400 м жүгіру	8.1.4.1 жекеуақытқа келі әсерін тигізуді мүмкін етуін-кәсіпкерді төмендету, сондай-ақ техника есепшілікті бойынша техника есепшілігінің есепшілік мәселелерін түсіне білу	1	30,05	30,4		
90	15	Ойын-сығарым жерлерден жүгіру, Кросс 6 минутта жүгіру	8.1.4.1 жекеуақытқа келі әсерін тигізуді мүмкін етуін-кәсіпкерді төмендету, сондай-ақ техника есепшілікті бойынша техника есепшілігінің есепшілік мәселелерін түсіне білу	1	30,05	30,05		
91	16	Толымдылық дамыту бағытындағы те-адрестер. Эстафета 4x60 м обаны	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 ұзындыққа сеңгіру	8.1.3.1. Түрлі дене жаттығуларын те жүзінде орындау, олардың артына тигізетін әсері мен энергетикалық жүлемін байланысты түсінідіру	1	39,5	38,5		
95	20	Сеңгіру фазаларын қолдану. Жүгірін кезін ұзындыққа сеңгіру	8.1.3.1. Түрлі дене жаттығуларын те жүзінде 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 жүзінде орындау, олардың артына тигізетін әсері мен энергетикалық жүлемін байланысты түсінідіру	1	37,5	38,5		
97	22	Дастықрудағы құрамдастығы. 150 г киші допты қашықтыққа дастықру	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен ретшілікті түсіндіру және көрсете білу	1	31,5	31,5		
98	23	Дастықрудағы құрамдастығы 150 г киші допты қашықтыққа дастықру	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен ретшілікті түсіндіру және көрсете білу	1	33,5	33,5		
99	24	Дастықрудағы құрамдастығы. 150 г киші допты инсаналы дастықру	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен ретшілікті түсіндіру және көрсете білу	1	37,5	37,5		

4-бауым. Қолданушының дағдыларын арттыру (3 сәуір)



100	25	Қақтың хатук ойындары. Асуқ ату мен бас тас ойыну	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 ойыну	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 ойыну	8.2.6.1 жапуа іс-әрекеттерін және топелік ету ерекшелігін көрсету және санынағына білу	1	22.12	23.12		



Келісінші  
Оқу ісі орынбасары  
Т. Бөбейева  
« 11 » 08 \_\_\_\_\_

Әлеуметтік қорғау бөлімі  
Хаттама № 1  
Әлеуметтік қорғау бөлімі  
« 11 » 08 \_\_\_\_\_

Түркістан облысы, Келес ауданы, Абай ауылы

№7 жалпы орта мектебі коммуналдық мемлекеттік мекемесі

## КҮНТІЗБЕЛІК - ТАҚЫРЫПТЫҚ

### ЖОСПАРЫ

Сынып: 8 «Ә»

Мұғалім: Уашир Ғ. Д.

Сабақ: дене шынықтыру

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

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

№ п/с	Ауыспалык тақырыптар	Сабак №	Сабактардын тақырыптары	Огу даяр максаттары	Саат саны	Месяс				Есеп-суп
						А	Б	В	Г	
1-төсөм 22 саат										

1-бөлүм: Желе аралында эрөөлүлүк жөнүндө (2 саат)

1	Кайра өстүү өсөксү Төмөнтү өсөк және өсөксү өстүү. 60 м жууру ОКН Эсепи шыгы улу жартарын салыктыгына туурайттын аатар.	1	Орта калыктыкка жууру дарыларын дайыруу Эсепи жууру 4000 м ОКН Жарык және өрт адым адым	8.1.4.1 денсуулука көрү эсепи тартуу шыкын күйү-көтөрү төмөндөтү, сондай-ак техника күйүндө болында техника күйүндөтүлүн күрөөлү мөксөөлөрүн түсүнө бую	1					
2	Төмөнтү өсөк және өсөксү өстүү. 4x10 м жууру ОКН Эсепи шыгы улу жартарын салыктыгына туурайттын аатар.	2	Орта калыктыкка жууру дарыларын дайыруу Эсепи жууру 4000 м ОКН Жарык және өрт адым адым	8.1.4.1 денсуулука көрү эсепи тартуу шыкын күйү-көтөрү төмөндөтү, сондай-ак техника күйүндө болында техника күйүндөтүлүн күрөөлү мөксөөлөрүн түсүнө бую	1					
3	Орта калыктыкка жууру дарыларын дайыруу Эсепи жууру 4000 м ОКН Жарык және өрт адым адым	3	Орта калыктыкка жууру дарыларын дайыруу Эсепи жууру 4000 м ОКН Жарык және өрт адым адым	8.2.1.1 кобайны ошыл -үрөөнү ортосун калыктыкты болында бирөөкө, эри тилөөлү жарык дарыларын кошуу және көрсөтө бую	1					
4	Орта калыктыкка жууру дарыларын дайыруу 200 м жууру ОКН Жарык және өрт адым адым	4	Орта калыктыкка жууру дарыларын дайыруу 400 м жууру	8.2.1.1 кобайны ошыл -үрөөнү ортосун калыктыкты болында бирөөкө, эри тилөөлү жарык дарыларын кошуу және көрсөтө бую	1					
5	Орта калыктыкка жууру дарыларын дайыруу 400 м жууру	5	Орта калыктыкка жууру дарыларын дайыруу 400 м жууру	8.2.1.1 денен көтөрүү және калыкка көтөрүү жарты-жарты көчөнүн кыруу және көрсөтө, сондай-ак ошыл калыктыгынын түсүнө	1					
6	Орта калыктыкка жууру дарыларын дайыруу 6x10 м өсөк адым жууру	6	Орта калыктыкка жууру дарыларын дайыруу 6x10 м өсөк адым жууру	8.2.1.1 денен көтөрүү және калыкка көтөрүү жарты-жарты көчөнүн кыруу және көрсөтө, сондай-ак ошыл калыктыгынын түсүнө	1					
7	Өсөксүлү дайыруу арыстан те- шарлар, бир ошуну үчүн калыкка өстүү.	7	Өсөксүлү дайыруу арыстан те- шарлар, бир ошуну үчүн калыкка өстүү.	8.1.2.1 көн дуукалды ашык-көчөнүн көчөнүнүнүнүн және ошуну ошуну пертиктин түсүнөтү және көрсөтө бую	1					
8	Өсөксүлү дайыруу арыстан те- шарлар, жуурун көнү үчүн калыкка өстүү.	8	Өсөксүлү дайыруу арыстан те- шарлар, жуурун көнү үчүн калыкка өстүү.	8.1.2.1 денен көтөрүү және калыкка көтөрүү жарты-жарты көчөнүн кыруу және түсүнөтү және көрсөтө бую	1					

19.9 19.9

9	9	Сезіргін дамытуға арналған іс-шаралар. Біліктіке сезіру дәлелтері	8.3.2.1 дене қимылдары және қимыл кестіру жаттығуларының кешенін құру және түсініру және көрсете білу	1	21.9	21.9		
10	10	Дастықру кезінде күш пен бұрыштық ет тойымалығын дамыту. 150 г кіші допты қолықтыққа дастықру	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	Дастықру кезінде күш пен бұрыштық ет тойымалығын дамыту. 150 г кіші допты иесізінге дастықру	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	Дастықру кезінде күш пен бұрыштық ет тойымалығын 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 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 өкі ойыншыға 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 өкі қолмен алып жүру дәлісі	8.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсініру 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 түсініру және көрсете білу	1	23.10	23.10		
18	18	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру. Баскетбол. Кортаныста ойнау техникасы	8.2.4.1 дене жаттығулары аяқпенділігі іс-әрекеттерді оңтайландыру және баланы түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәжірибелі қолдану және танымай білу	1	23.10	23.10		
19	19	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру. Баскетбол. Допты бір орындан топқа тастау	8.2.4.1 дене жаттығулары аяқпенділігі іс-әрекеттерді оңтайландыру және баланы түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәжірибелі қолдану және танымай білу	1	23.10	23.10		
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 топқа 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		
<b>4-бөлім Көлік халқының дәстүрлі ойындары (3 сәт)</b>								
25	25	Қазіңғын 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	Қазіңғын 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	Қазіңғын 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 оның түрлері (6 сәт)**

28	1	<i>Құрметсіздік өресісі</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 қауіпсізді 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. Өрнектеу. Арқанға аялдама ор-нелу 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 түбегі: Төне төндік және секіру. Катпар көрмеде жасалатын жаттығулар	8.1.2.1 ескі ауқымдағы көмір-қоғалау комбинаттарын және олардың орындалу ретінің түсініру 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		12.11	12.11		
34		7	Спартадағы гимнастикалық жаттығулар жанытығы. Гимнастикалық көрмеде жаттығулар жасау	8.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кесінігері өзінің және өзгелердің біліктіліктерін сипаттама білу	1		22.11	22.11		
35		8	Спартадағы гимнастикалық жаттығулар жанытығы Гимнастикалық көрмеде жаттығулар жасау	8.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кесінігері өзінің және өзгелердің біліктіліктерін сипаттама білу	1		23.11	23.11		
36		9	Спартадағы гимнастикалық жаттығулар жанытығы. Гимнастикалық сырғалта жаттығулар жасау	8.2.2.1 көпбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу	1		22.11	22.11		
37		10	Спартадағы гимнастикалық жаттығулар жанытығы. Гимнастикалық сырғалта жаттығулар жасау	8.2.2.1 көпбасшылық дағдылар 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 тақрипберіні байытуға арналған дағдыларды 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 тақрипберіні байытуға арналған дағдыларды 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 тақрипберіні байытуға арналған дағдыларды 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 тақрипберіні байытуға арналған дағдыларды 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 тақрипберіні байытуға арналған дағдыларды 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 Қалак халықпен астырні ойындары (2 сағат)										
44		17	Қазақтың халық ойындары. Асық ату мен бас тас ойыны	8.2.6.1 жарыс іс-арекеттерін және төресік ету ерекшелігін көрсету және салыстыра білу	1		021	021	021	021
45		18	Қазақтың халық ойындары. Топпазғымалық ойыны.	8.2.6.1 жарыс іс-арекеттерін және төресік ету ерекшелігін көрсету және салыстыра білу	1		022	022	022	022

**3-ТОҚСАН**  
**30 САҒАТ**

**5-бөлім Көрсек гимнастика, әрсец дайындауы (2 сағат)**

46		1	Көрсектік әрсец	8.3.4.1 денсудыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігін бойынша техника қауіпсіздігін күресі мәселелерін түсіне білу	1		001	001		
47		2	Жағтылу және тыныс алу техникасы арқылы функционалдық қасиеттерді дамыту. Тамырдың соғу жылдігі (ТСЖ) анықтау ОҚН	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 техникасы арқылы функционалдық қасиеттерді дамыту. Тамырдың соғу жылдігі (ТСЖ) анықтау ОҚН	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 жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Қалдыруы, қалыңа келу техникасы ОҚН	8.3.1.1 салуатты өмір салтының денсудыққа тиібетін әсерін және бастың үлгісімен көрсету	1		001	001		
50		5	Аруауды дамыту жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Қалдыруы, қалыңа келу техникасы	8.3.1.1 салуатты өмір салтының денсудыққа тиібетін әсерін және бастың үлгісімен көрсету	1		001	001		
51		6	Аруауды дамыту жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту. Динамикалық жаттығулар арқылы индидидылықты анықтау	8.1.4.1 күшпен-қолдасты сағанды орындау келісетіні өзінің және өкілерінің бақылауының салыстыра білу	1		001	001		

52		7	Әр түрлі келерілерден жүгіру. 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 жүгіру. Гимнастикалық секіріспен секіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың артап тигісетін асері мен нереттікділік 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 нереттікділік 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 нереттікділік 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 нереттікділік 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 нереттікділік 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 асері тигізу мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігін бойынша техника қауіпсіздігінін аурасі мәселелерін түсік білу	1		6.01	6.02	
59		14	Командалық қолбасшылық баскетбол. Ойыншылардың қозғалыстары	8.2.2.1 қолбасшылық алғашлар мен командала құрамында жүрес істей білуді көрсету және қолдана білу	1		8.02	8.02	
60		15	Ойын кезіндегі үйлесімділігін баскетбол. Доппен және допқа қозғалыстар	8.2.8.1 түрлі командалық неретілерден түрліше ролдерді көрсету және сапастыра білу	1		9.01	9.02	
61		16	Ойын кезіндегі үйлесімділігін баскетбол. Допты ойыншыға беру әдісі	8.1.4.1 қымыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өлгерінің бәлкіліктерін сапастыра білу	1		13.2	15.2	
62		17	Ойын кезіндегі үйлесімділігін баскетбол. Допты топқа тастау әдісі	8.1.4.1 қымыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өлгерінің бәлкіліктерін сапастыра білу	1		15.2	15.2	
63		18	Ойын кезіндегі үйлесімділігін баскетбол. 2-3 ұянылық тастау әдістері	8.1.4.1 қымыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өлгерінің бәлкіліктерін сапастыра білу	1		16.2	16.2	



64	19	Доринсалык ойлау кабинетін даямату ойындары. Баскетбол. Корғаныста ойнау әдістері	8.2.3.1 қолыны орап – үйрену ойынына қатынасты болыпша бірінші, екі тілмен жұмыс атқаратын қолыны және көрсете білу	1	202	202		
65	20	Доринсалык ойлау кабинетін даямату ойындары. Баскетбол. Корғаныста ойнау әдістері	8.2.3.1 қолыны орап – үйрену ойынына қатынасты болыпша бірінші, екі тілмен жұмыс атқаратын қолыны және көрсете білу	1	202	202		
66	21	Доринсалык ойлау кабинетін даямату ойындары. Баскетбол. Қарсыласқа тосқауыл қою әдісі	8.2.3.1 қолыны орап – үйрену ойынына қатынасты болыпша бірінші, екі тілмен жұмыс атқаратын қолыны және көрсете білу	1	202	202		
67	22	Доринсалык ойлау кабинетін даямату ойындары. Баскетбол. Шабуылда ойнау әдістері	8.2.5.1 ойын және өзгерістің шартнамалық кабинеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің бағамы жолдарын ұсыну	1	272	272		
68	23	Доринсалык ойлау кабинетін даямату ойындары. Баскетбол. Шабуылда ойнау әдістері	8.2.5.1 ойын және өзгерістің шартнамалық кабинеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің бағамы жолдарын ұсыну	1	202	202		
69	24	Доринсалык ойлау кабинетін даямату ойындары. Баскетбол. Командалық шабуылда ойын	8.2.5.1 ойын және өзгерістің шартнамалық кабинеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің бағамы жолдарын ұсыну	1	102	102		
70	25	Сервистікті, тап-сырлықты және ұзындықты даямату ойындары. Баскетбол. Командалық қорғаныста ойын	8.2.1.1 өзгерісін жағдайға жұмыс келтіре білу, қиындау әрекеттерімен бағамыны білмей көрсете білу	1	503	503		
71	26	Сервистікті, тап-сырлықты және ұзындықты даямату ойындары. Баскетбол. Ойын техникасы мен тактикалары	8.2.1.1 өзгерісін жағдайға жұмыс келтіре білу, қиындау әрекеттерімен бағамыны білмей көрсете білу	1	103	103		
72	27	Сервистікті, тап-сырлықты және ұзындықты даямату ойындары. Баскетбол. Ойын техникасы мен тактикалары	8.2.1.1 өзгерісін жағдайға жұмыс келтіре білу, қиындау әрекеттерімен бағамыны білмей көрсете білу	1	203	203		
73	28	Сервистікті, тап-сырлықты және ұзындықты даямату ойындары. Баскетбол. Командалық қорғаныстар	8.2.6.1 жұмыс іс-әрекеттерін және тәртіпін ету	1	005	005		
74	29	Сервистікті, тап-сырлықты және ұзындықты даямату ойындары. Баскетбол. Екі жақты ойын	8.2.6.1 жұмыс іс-әрекеттерін және тәртіпін ету	1	105	105		
75	30	Еркін естікті, тап-сырлықты және ұзындықты даямату ойындары. Баскетбол. Екі жақты ойын	8.2.6.1 жұмыс іс-әрекеттерін және тәртіпін ету	2	153	153		

4-қосымша  
27-сәуір

76	1	Күрестік ережелік. Ойын техникасы, футбол ойынының ережелері ОКН Сапауатты өмір салты дәстүрі туралы түсінік	8.1.4.1 дене тәртібі менің қауіпсіздігім төмендеуі, сондай-ақ техника қауіпсіздігі болып табылатын техника қауіпсіздігінің күрестік 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 бақылау және үйлестімділікті дамытуға арналған киім-қоянды даярдауларын көрсету	1	4.04	4.04		
78	3	Ойын тактикасы, футбол. Қажымаштың ролі, ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.2.1 кен ауқымдағы киім-қояндыс комбинацияларын және олардың орындалу ретінің түсініру және көрсете білу.	1	5.04	5.04		
79	4	Ойын тактикасы, футбол. Дөмен дадан өту тәсілдері ОКН Жастардың денсаулығы және өмір сүру туралы	8.1.2.1 кен ауқымдағы киім-қояндыс комбинацияларын және олардың орындалу ретінің түсініру және көрсете білу	1	9.04	9.04		
80	5	Ойын тактикасы, футбол. Дөмен 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. Дөмен 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. Дөмен 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. Дөмен дадан өту тәсілдері	8.2.8.1 түрлі киім-қояндыс 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-қояндыс 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-қояндыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап қайтару білу даярдауларын 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 елестіретін бойынша техника елестіретін елестіретін 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 елестіретін бойынша техника елестіретін елестіретін 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 елестіретін бойынша техника елестіретін елестіретін 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 ойындарды 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 ойындарды шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны пайдалану бағытындағы жетілдіру	1	30,05	30,05		
93	18	Толымдылықта дамыту бағытындағы те-адрестер. Уақт қашықтыққа жүгіру	8.1.5.1 ойын және ойындарды шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны пайдалану бағытындағы жетілдіру	1	30,5	30,5		
94	19	Сеңгіру фазаларын қолдану. Бір орыннан ұзындыққа сеңгіру	8.1.3.1 түрлі дене жаттығуларын те жүзінде орындау, олардың артына тиістілігі әсері мен энергетикалық жүлемін байланысты түсінідіру	1	39,5	38,5		
95	20	Сеңгіру фазаларын қолдану. Жүгірін кезін ұзындыққа сеңгіру	8.1.3.1 түрлі дене жаттығуларын те жүзінде орындау, олардың артына тиістілігі 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 жүзінде орындау, олардың артына тиістілігі әсері мен энергетикалық жүлемін байланысты түсінідіру	1	37,5	38,5		
97	22	Дастықаруақты 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	Дастықаруақты 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	Дастықаруақты құрғақтастығы. 150 г киші допты инсанға дастықару	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	37,5	37,5		

4-бауым. Қолданушының дағдыларын арттыру (3 сәуір)

100	25	Қақтың хатук ойындары. Асуқ ату мен бас тас ойыны	8.2.6.1 жапуа іс-әрекеттерін және топалк ету ережелерін көрсету және санынара баты	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 топалк ету ережелерін көрсету және санынара баты	1	21.12	21.12		
102	27	Қақтың хатук ойындары. Асуқ ату мен бас тас ойыны	8.2.6.1 жапуа іс-әрекеттерін және топалк ету ережелерін көрсету және санынара баты	1	22.12	23.12		