

Атырау облысы Жылыой ауданы №4 М.Әуезов атындағы жалпы орта білім беретін мектеп

Бекітемін:

Мектеп директоры:

 С.Кабдрахманова
«29» тамыз 2022 ж

Келісемін:

Директордың оқу ісі
жөніндегі орынбасары:

 Г.Уткелбаева
«29» тамыз 2022 ж

Тексерілді:

ӘБ отырысында қаралды

Хаттама №1

ӘБ жетекшісі:  Г.Сахипова
«26» тамыз 2022 ж

Күнтізбелік-тақырыптық жоспары

2022 - 2023 оқу жылы

Сыныбы: 9 «а,ә,б»

Пән мұғалімі: Жасмағамбетов Қ.Т.

ТҮСІНІКХАТ

Дене шынықтыру пәні

Қазақстан Республикасының жалпы білім беретін мектептерінде дене шынықтыру пәнінің 1-3 сыныптарда оқыту үдерісі Қазақстан Республикасы Үкіметінің 25.04.2015ж №327 қаулы, №484 қаулысы, 15.08.2017ж 12.08.2016ж №266 бұйрық, 10.05.2018ж №199 бұйрығымен, 5-8 сыныптар 13.05.2016ж №292 қаулы, 23.11.2016ж №668 бұйрығымен, 4-9, 10-11 сыныптарда 23.08.2012ж №1080, 15.08.2017ж №485 қаулы, 15.07.2014ж №281, 18.06.2015ж №393 бұйрығымен бекітілген Орта білім берудің мемлекеттік Білім және ғылым министрлігінің жалпыға білім беру стандарты бекітілген мектепке дейінгі, жалпы орта білім берудің үлгілі оқу жоспарлары және ҚР Білім және ғылым министрінің 2013 жылғы 3 сәуірдегі №115 бұйрығына 212-қосымша оқу бағдарламалары арқылы Бастауыш білім берудің жалпы білім беретін жаңартылған оқу бағдарламасы бойынша жоспарланды. Қазақстан Республикасының Білім және ғылым министрлігінің 03.07.2017 жылғы №05/2948 тіркелген. 2018-2019 оқу жылында Қазақстан Республикасында жалпы орта білім беру ұйымдарында оқу процесін ұйымдастырудың ерекшеліктері туралы Ы.Алтынсарин атындағы Ұлттық білім академиясы Ғылыми кеңесімен ұсынылған 2018 жылғы 15 маусымдағы №7 хаттама, әдістемелік нұсқаулық хатқа сүйене отырып, мектептің материалдық базасына ыңғайлап 1-11 сыныптарға 2022-2023 оқу жылына арналған дене шынықтыру пәніне бағдарлама жасалынды.

Қазақстан Республикасы Мемлекет басшысының 2017 жылғы 10 наурыздағы № 17-698-3 тапсырмасын іске асыру мақсатында Қазақстан Республикасының білім және ғылым министрлігі мектепке дейінгі және жалпы білім беру департаментінің 2018 жылғы 2 шілдедегі № 11-4599 хатына сәйкес, 2020-2021 оқу жылында 1-4 сыныптар арасында дене шынықтыру сабағының әр үшінші сағатында «Футбол сабағы» енгізілді. 5-11 сыныптарда әр үшінші сағатына спорттық ойындар енгізілді.

1-4 сыныптарда «Дене шынықтыру» пәнін оқытуға бөлінген оқу жүктемесінің көлемі

Сынып	Оқу пәнінің атауы	Жалпы жүктеме, сағат			
		Үлгілік оқу жоспары		Үлгілік оқу жоспары (төмендетілген оқу жүктемесімен)	
		Апталық	Жылдық	Апталық	Жылдық
Инварианттық компонент					
1	Дене шынықтыру	3	105	2	70
2	Дене шынықтыру	3	108	2	72
3	Дене шынықтыру	3	108	2	72
4	Дене шынықтыру	3	108	2	72
Вариативтік компонент					
Дене шынықтыру: спорттық ойындар		-	-	4	144

5-9 сыныптарда «Дене шынықтыру» пәнін оқытуға бөлінген оқу жүктемесінің көлемі

Сынып	Оқу пәнінің атауы	Жалпы жүктеме, сағат			
		Үлгілік оқу жоспары		Үлгілік оқу жоспары (төмендетілген оқу жүктемесімен)	
		Апталық	Жылдық	Апталық	Жылдық
Инварианттық компонент					
5	Дене шынықтыру	3	108	2	72
6	Дене шынықтыру	3	108	2	72
7	Дене шынықтыру	3	108	2	72
8	Дене шынықтыру	3	108	2	72
9	Дене шынықтыру	3	108	2	72
Вариативтік компонент					
Дене шынықтыру: спорттық ойындар		-	-	5	180

10 - 11 сыныптарда «Дене шынықтыру» пәнін оқытуға бөлінген оқу жүктемесінің көлемі

Сынып	Оқу пәнінің атауы	Жалпы жүктеме, сағат			
		Үлгілік оқу жоспары		Үлгілік оқу жоспары (төмендетілген оқу жүктемесімен)	
		Апталық	Жылдық	Апталық	Жылдық
Қоғамдық –гуманитарлық бағыт және жаратылыстану-математикалық бағыт					
Инварианттық компонент					
10	Дене шынықтыру	3	108	2	72
11	Дене шынықтыру	3	108	2	72
Вариативтік компонент					
Дене шынықтыру: спорттық ойындар		-	-	2	72

Оқу жылының ұзартылуына байланысты қосымша сағаттарды өткен тақырыптарды қайталауға және бекітуге пайдалану ұсынылады. Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрінің 2022 жылғы 3 тамыздағы №348 бұйрығымен бекітілген. «Дене шынықтыру» пәні топтарға бөлінбей оқытылады. Мектептің педагогикалық ұжымының кеңесі шешімімен шаңғы және жүзу бөлімдерінің сағаттарын жергілікті аймақтық ерекшеліктерге және материалдық базаның жетіспеушілігіне байланысты спорттық ойындар және жеңіл атлетика, дала жарыс бөлімдеріне бөлінді.

Оқытумақсаты:

Қимыл қозғалыс негіздерін игеру арқылы оқушылардың дене мәдениетін қалыптастыру;
Физикалық және психикалық қасиеттерінің толық дамуын;
Салауатты өмір салтын ұйымдастыруда дене тәрбиесі құралдарын шығармашылық жолмен қолдану;

Оқыту міндеттері:

Денсаулықты нығайту, ағзаның қызметтік мүмкіндіктерін арттыру және негізгі физикалық (дене) қасиеттерін дамыту;
Базалық спорт түрлерінің техникалық-тактикалық іс-қимыл әдістерін жетілдіру;
Өз денсаулықтарына ықтиярлықпен карау, денсаулықты сақтау мен нығайту қажеттілігін тәрбиелеу;

Пәнді оқытудың негізгі міндеттері:

- Дене шынықтыру мен салауатты өмір салты саласындағы білімді қалыптастыру
- Қозғалыс біліктілігі мен дағдыларын үнемі жетілдіру жағдайында денсаулықты нығайту
- Денені шынығуын қозғалыс режимі мен кәсіби-қолданбалы дене дайындығының негізін құрайтын қозғалыс біліктілігі мен дағдыларын меңгерту.
- Бұқаралық спорттың маңызды негізін құрайтын жаттығулар техникасын жетілдіру есебінен дене қасиеттерін тәрбиелеу

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ПӘНІНЕН 9СЫНЫПҚА АРНАЛҒАН КҮНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР
АПТАСЫНА 2-САҒАТ, ЖЫЛЫНА-72 САҒАТ

КҮНТІЗБЕЛІК- ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАРДЫҢ БӨЛІМІ	САБАҚ №	ТАҚЫРЫБЫ	ОҚУ МАҚСАТЫ	САҒАТ САНЫ	МЕРЗІМІ	Ескерту
					9 «а,ә,б» сынып	
I – ТОҚСАН						
1-БӨЛІМ ЖҮГІРУ, СЕКІРУ, ЛАҚТЫРУ ТЕХНИКАСЫН ЖЕТІЛДІРУ СПОРТТЫҚ ОЙЫНДАР	1	Қауіпсіздік ережесі. Спринттік жүгіруді жетілдіру	9.3.4.1. Денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1	01.09	
	2	Қауіпсіздік ережесі. Спринттік жүгіруді жетілдіру (Радиоактивтік заттардың қалдығынан болатын апаттар ӨҚН-1)	9.3.4.1. Денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1	2.09	
	3	Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту	9.3.3.1. Түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру және сипаттау	1	8.09	
	4	Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту	9.3.2.1. Нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған дене қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау	1	9.09	
	5	Секірудің түрлендірілген түрлері	9.1.2.1. Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу	1	15.09	
	6	Секірудің түрлендірілген түрлері (Радиоактивтік заттардың қалдығынан болатын апаттар ӨҚН-2)	9.1.2.1. Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу	1	16.09	
	7	Лақтыруды жетілдіруге арналған жаттығулар құрастыру	9.1.1.1. Үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру	1	22.09	
	8	Жүгіру эстафетасын өткізу жолдарын құрастыру	9.3.5.1. Басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды бағалай білу	1	23.09	

2-БӨЛІМ СПОРТ ОЙЫНДАРЫ АРҚЫЛЫ БІРЛЕСКЕН ЖҰМЫС СПОРТТЫҚ ОЙЫНДАР	9	Ойын техникасы	9.1.1.1. Үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру;	1	29.09	
	10	Ойын техникасы (Радиоактивтік заттардың қалдығынан болатын апаттар ӨҚН-3)	9.1.3.1. Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу;	1	30.09	
	11	Ойын техникасы	9.2.4.1. Дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді бағалау және салыстыра білу	1	6.10	
	12	Ойын техникасы	9.2.4.1. Дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді бағалау және салыстыра білу	1	7.10	
	13	Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер	9.1.2.1. Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу	1	13.10	
	14	Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер	9.1.2.1. Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу	1	14.10	
	15	Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер	9.1.5.1. Кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	1	20.10	
	16	Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер (Радиоактивтік заттардың қалдығынан болатын апаттар ӨҚН-4)	9.1.5.1. Кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	1	21.10	
	17	Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы	9.2.2.1. Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1	27.10	

	18	Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы	9.2.1.1. Өзгермелі жағдайға жауап қайтару, қимыл-әрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу	1	28.10	
II – ТОҚСАН						
3-БӨЛІМ ГИМНАСТИКА АРҚЫЛЫ ДЕНЕНІ БАСҚАРУ ДАҒДЫЛАРЫ СПОРТТЫҚ ОЙЫНДАР	19	Қауіпсіздік ережесі. Топтық саптық жаттығулар	9.3.4.1. Денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1	10.11	
	20	Қауіпсіздік ережесі. Топтық саптық жаттығулар	9.3.4.1. Денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1	11.11	
	21	Акробатикалық элементтердің жиынтығын құру	9.3.2.1. Нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау;	1	17.11	
	22	Акробатикалық элементтердің жиынтығын құру (Гидродинамикалық апаттар ӨҚН-5)	9.1.2.1. Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу	1	18.11	
	23	Гимнастикалық снарядта жүйелі жаттығулар құру	9.1.5.1. Кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу;	1	24.11	
	24	Гимнастикалық снарядта жүйелі жаттығулар құру	9.1.4.1. Қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу;	1	25.11	
	25	Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау	9.2.2.1. Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1	1.12	
	26	Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау	9.2.5.1. Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	2.12	

4-БӨЛІМ ҚАЗАҚТЫҢ ҰЛТТЫҚ ЖӘНЕ ХАЛЫҚ ОЙЫНДАРЫ СПОРТТЫҚ ОЙЫНДАР	27	Халықаралық ойындар (Гидродинамикалық апаттар ӨҚН-6)	9.2.7.1. Жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсетуді талдай білу	1	8.12	
	28	Халықаралық ойындар	9.2.3.1. Қолайлы оқып-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша біркатар біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын бағалай білу;	1	9.12	
	29	Халықаралық ойындар	9.3.5.1. Басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды бағалай білу	1	15.12	
	30	Халықаралық ойындар	9.3.5.1. Басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды бағалай білу	1		16.12 мереке
	31	Зияткерлік ойындар (Экологиялық тепе-теңдіктің бұзылуы ӨҚН-7)	9.2.6.6. Жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу;	1	22.12	
	32	Зияткерлік ойындар	9.2.6.6. Жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу;	1	23.12	
	33	Зияткерлік ойындар	9.2.5.1. Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	29.12	
	34	Зияткерлік ойындар	9.2.5.1. Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	30.12	

III – ТОҚСАН

5-БӨЛІМ СПОРТ ОЙЫНДАРЫ АРҚЫЛЫ БІРЛЕСКЕН ЖҰМЫС СПОРТТЫҚ ОЙЫНДАР	35	Ойын техникасы	9.1.1.1. Үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру;	1	12.01.2023ж	
	36	Ойын техникасы (Экологиялық тепе-теңдіктің бұзылуы ӨҚН-8)	9.1.1.1. Үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру;	1	13.01	
	37	Ойын техникасы	9.1.3.1. Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу;	1	19.01	

	38	Ойын техникасы	9.2.4.1. Дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді бағалау және салыстыра білу	1	20.01	
	39	Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер	9.1.2.1. Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу;	1	26.01	
	40	Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер	9.1.5.1. Кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	1	27.01	
	41	Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы	9.2.2.1. Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1	2.02	
	42	Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы	9.2.2.1. Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1	3.02	
	43	Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы (Жоғары сынып оқушыларының жарақат алғандарға көмегі.ӨҚН-9)	9.2.1.1. Өзгермелі жағдайға жауап қайтару, қимыл-әрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу	1	9.02	
	44	Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы	9.2.1.1. Өзгермелі жағдайға жауап қайтару, қимыл-әрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу	1	10.02	
6-БӨЛІМ КОМАНДА ҚҰРУ ОЙЫНДАРЫ СПОРТТЫҚ ОЙЫНДАР	45	Ойын кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-шаралар	9.3.4.1. Денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу;	1	16.02	
	46	Ойын кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-шаралар	9.2.2.1. Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау	1	17.02	
	47	Ойын кезіндегі мәселені шешу дағдысын жетілдіру	9.2.8.1. Түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді бағалау және бейімдей білу;	1	23.02	
	48	Ойын кезіндегі мәселені шешу дағдысын жетілдіру	9.1.4.1. Қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу	1	24.02	

	49	Ойын комбинацияларын құру (Алғашқы медициналық көмек.ӨҚН-10)	9.2.3.1. Қолайлы оқып-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша біркатар біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын бағалай білу;	1	2.03	
	50	Ойын комбинацияларын құру	9.2.5.1. Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	3.03	
	51	Баламалы ойындар құрастыру	9.2.1.1. Өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл- әрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу;	1	9.03	
	52	Баламалы ойындар құрастыру (Алғашқы медициналық көмек.ӨҚН-11)	9.2.1.1. Өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл- әрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу	1	10.03	
	53	Баламалы ойындар құрастыру	9.2.6.1. Жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу	1	16.03	
	54	Баламалы ойындар құрастыру	9.2.6.1. Жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу	1	17.03	

IV – ТОҚСАН

7-БӨЛІМ ӘЛЕУМЕТТІК ДАҒДЫЛАР ЖӘНЕ МӘСЕЛЕЛЕРДІ КОМАНДАЛЫҚ ІС- ӘРЕКЕТТЕРДЕ ШЕШУ СПОРТТЫҚ ОЙЫНДАР	55	Қауіпсіздік ережесі. Ойын жағдайында допты игеру техникасы	9.3.4.1. Денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп- кәтерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу;	1	30.03	
	56	Қауіпсіздік ережесі. Ойын жағдайында допты игеру техникасы	9.1.1.1. Үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру	1	31.03	
	57	Ойын кеністігінде бағыт-бағдар дағдысын жетілдіру (Алғашқы медициналық көмек.ӨҚН-12)	9.1.2.1. Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу;	1	6.04	
	58	Ойын кеністігінде бағыт-бағдар дағдысын жетілдіру	9.2.4.1. Дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді бағалау және салыстыра білу	1	7.04	

	59	Жеке, топтық, командалық тактикалық әрекеттер	9.1.5.1. Кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	1	13.04	
	60	Жеке, топтық, командалық тактикалық әрекеттер	9.1.5.1. Кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	1	14.03	
	61	Топта ойын- сауық ойындарын құру	9.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді бағалау және бейімдей білу;	1	20.04	
	62	Әртүрлі бұлшық еттерді қалпына келтіру жаттығулар жиынтығын құрастыру (Жарақат алғанда,сынғанда алғашқы медициналық көмек.ӨҚН-13)	9.1.6.1. Қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап қайтара білу дағдыларын бағалау	1	21.04	
8-БӨЛІМ ҚОЗҒАЛЫС БЕЛСЕНДІЛІГІ АРҚЫЛЫ ДЕНСАУЛЫҚ ЖӘНЕ ФИТНЕС СПОРТТЫҚ ОЙЫНДАР	63	Әртүрлі бұлшық еттерді қалпына келтіру жаттығулар жиынтығын құрастыру	9.3.3.1. Түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру және сипаттау	1	27.04	
	64	Әртүрлі бұлшық еттерді қалпына келтіру жаттығулар жиынтығын құрастыру	9.3.3.1. Түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру және сипаттау	1	28.04	
	65	Стайерлік жүгіру дағдысын дамыту	9.1.3.1. Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу	1	4.05	
	66	Секіру, лақтыру дағдысын дамыту (Жастардың денсаулығы және өмір сүру салты.ӨҚН-14)	9.2.5.1. Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	5.05	
	67	Секіру, лақтыру дағдысын дамыту	9.2.5.1. Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	11.05	
	68	Секіру, лақтыру дағдысын дамыту	9.3.4.1. Денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1	12.05	

	69	Секіру, лақтыру дағдысын дамыту	9.3.4.1. Денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1	18.05	
	70	Секіру, лақтыру дағдысын дамыту	9.3.4.1. Денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1	19.05	
	71	(Секіру, лақтыру дағдысын дамыту Жастардың денсаулығы және өмір сүру салты.ӨҚН-15)	9.3.1.1. Салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жеке бастың үлгісімен көрсету	1	25.05	
	72	Қозғалыс қабілеті арқылы денсаулықты нығайту	9.3.1.1. Салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жеке бастың үлгісімен көрсету	1	26.05	

№4 М.Әуезов атындағы жалпы орта білім беретін мектеп

Тоғызқұмалақ

9 «А,Ә,Б» сыныбы

Дайындаған: Қ.Т.Жасмағамбетов

2022 – 2023 о/ж.

Түсінік хат

Бұл бағдарлама бойынша дене тәрбиесінен оқушыларға денсаулықтарын шынықтыру мен салауатты өмір салтын сақтауға тәрбиелейді.

Үйірме - бұл сыныптан тыс жұмыстың ең белсенді әрі тиімді формаларының бірі, мұндағы тарау-тақырыптар кеңейіп, тереңдей оқытылады.

Онда оқушылардың тоғызқұмалақ ойыны туралы теориялық білімдерін практикамен ұштастыра отырып, тереңірек таныстыру, ойын барысында аса ептілікке, ұқыптылыққа, ұжымшылдыққа тәрбиелей отырып, барлық уақытта да төзімділік қабілетін дамытуға көңіл бөлінеді.

Тоғызқұмалақ – қазақта кең тараған, өте қызықты, ойлы ойын. Қаратау қазбаларының арасынан табылған тас «қазан» осы тоғызқұмалақты еске салады. Бұл ойын Қызғызстанда, Монголияда, қарақалпақстанда, Өзбекстан қазақтарның арасында, алыс шетел қазақстанның арасында қатты дамыған.

Бұл бас шынықтыратын ойынды біздің ұлттық «шахматымыз» десе болғандай. 162 таспен ойналатын осы бір ойлы ойынның жоғалып кетпеуіне кезінде академик-жазушы Мұхтар Әуезов, халық артисі Қалибек Қуанышбаев, техника ғылымының кандидаты М. Ибраев пен шахматшы Е.Браундардың сіңірген еңбектері өте зор.

Тоғызқұмалақтан алғашқы республикалық жарыс 1948 жылы өткізіліп, жарысқа халық ойынының шеберлері Абайдың немересі Ысқақов (Семей), Аңдамас Жөкеев (Қарағанды), Оспан Қаржауов (Семей), Шорман Өтегенов (Жамбыл) сияқты тоғызқұмалақшылар қатысты.

Республиканың тұңғыш чемпионы Ш.Өтегенов болды. 1948-1960 жылдар аралығында Қазақстан аймағында көптеген біріншіліктер өтті. Осы кезеңдерде қатарынан алты жыл бойы Жамбыл облысының өкілі Рахымбай Ахмамбетов бірінші орынды жеңіп алып отырды. Кейін көп жылдар бойы бірінші орынды В. Поляков пен Қасымов алма кезек жеңіп алып отырды.

Халқымыздың кемеңгер ақыны Абай кезінде тоғызқұмалақтың аса шебер ойыншысы болған.

Үйірменің мақсаты:

- а) Оқушылардың денсаулығын нығайту;
- ә) Дене шынықтыру мәдениетін қалыптастыру;
- б) Өзін –өзі тәрбиелеу мен өзін-өзі жетілдіру себептерін белсенді ету.
- в) Тоғызқұмалақ ойыны арқылы төзімділікке үйрету, ой-өрісін дамыту.

Оқыту міндеттері:

Білім беру:

- Тоғызқұмалақтың шығу тарихымен таныстыру;
- Ойын ережелерін үйрету;
- Оқушыларға тоғызқұмалақ ойыны туралы теориялық білім беру, сайыстар өткізу ережелерімен таныстыру.

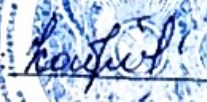
Жетілдіру:

- Тұлғаның логикалық ойлауын, есте сақтауын, орнықтылығын жаңа басқа да жағымды қасиеттерін жетілдіру;
- Төзімділігін, өз-өзіне және қарсыласына сынмен қарауын;
- Логикалық ойлау әлемі мен бейнелеп ойлаудың сұлулығын бойлатып, қоршаған орта туралы елесін кеңейту;

Тәрбиелік:

- Айналасына ұқыптылықпен қарау, жеке қасиеттерін жетілдіруге ұмтылдыру;
- Өзін тәртіпке салуға тәрбиелеу;
- Еріктілік қасиеттерін жетілдіруге және өзін өзі бағалай білуге.

Бұл бағдарламаны игеру барысында оқушылардың пәнді игеруімен қатар ұжымда жұмыстана білуі қалыптасады.

Бекітемін:  Мектеп директоры: С. Қабдрахманова

«Тоғызқұмалақ» үйірме сабағының күнтізбелік жоспары

№	Тақырыптары	Сағат саны	Күні	уақыты			Ескерту
				9а	9б	9б	
1	Тоғызқұмалақ ойынының тарихы	1	06.09	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
2	Тоғызқұмалақ ойынының ережелері	1	13.09	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
3	Ойынның басына жоспар құру	1	20.09	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
4	Отаулар ойынды әрбір отаудан бастаудың ерекшелігі	1	27.09	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
5	Жүрісті есептеу жоспары	1	04.10	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
6	Квалификациялық жарыс	1	11.10	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
7	Негізгі тактикалық әдістер	1	18.10	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
8	Байланыс	1					25.10
9	Қос соққы	1	08.11	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
10	Тұздық алу және оны тиімді пайдалану	1	15.11	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
11	Ойнау әдістері	1	22.11	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
12	Бірінші, екінші отаулардан тұздық алу	1	29.11	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
13	Үшінші, төртінші отаулардан тұздық алу	1	06.12	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
14	Бесінші, алтыншы отаулардан тұздық алу	1	13.12	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
15	Квалификациялық жарыс	1	20.12	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
16	Жетінші, сегізінші отаулардан тұздық алу	1	27.12	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
17	Партия талдау	1	10.01	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
18	Тұздық алғаннан кейінгі ойын ережелері	1	17.01	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
19	Комбинация және оның идеялары	1	24.01	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
20	Ойын ортасын дұрыс ойнау	1	31.01	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
21	Квалификациялық жарыс	1	07.02	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
22	Позиция артықшылығын калыптастыру және оны сақтау	1	14.02	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
23	Күшті тоғызқұмалақшылардың партиясын талдау	1	21.02	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	

24	Этюдтерді шешу	1	28.02	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
25	Позицияға баға беру	1	07.03	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
26	Позиция түрлері	1	28.03	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
27	Партия түрлері	1	04.04	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
28	Отаулардағы құмалактарды топтастыру	1	11.04	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
29	Шабуылға шығу	1	18.04	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
30	Позициядағы жағдайды жақсарту	1	25.04	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
31	Этюдтерді шешу	1	02.05	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
32	Партия түрлері	1					09.05
33	Қарсыластың жүрісін шектеу	1	16.05	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
34	Күрделі комбинациялық жүрістер	1	23.05	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
35	Ойынның соңын дұрыс ойнау	1	30.05	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	
36	Қазандардағы құмалактарды есепке алу	1	30.05	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵	16 ⁴⁰ 17 ²⁵	

28.08.2022 ж. №1 әдістемелік кеңесте талқыланып, 31.08.2022 ж №1 педагогикалық кеңесте бекітілді.

№4 М.Әуезов атындағы жалпы орта білім беретін мектеп

9 «а,ә,б» сыныптарының «Тоғызқұмалақ» үйірмесіне қатысатын оқушылар

туралы мәлімет

2022-2023 о/ж

р/с	Оқушының аты-жөні	Туған күні, айы, жылы	жынысы	Сыныбы
1	Аманқосова Дана	17.04.2028ж	қыз	9 «а»
2	Балғын Нұртілеу	12.09.2007ж	Ұл	
3	Бекмағұл Айназ	10.04.2008ж	Қыз	
4	Боран Гүлайна	20.11.2007ж	Қыз	
5	Боран Нұрайна	20.11.2007ж	Қыз	
6	Ертарғын Асылай	03.04.2008ж	Қыз	
7	Жаманкүл Сержан	27.12.2007ж	Ұл	
8	Жексенбайқызы Жансая	27.09.2007ж	Қыз	
9	Играшин Мөлдір	23.06.2008ж	Қыз	
10	Қуанышқызы Диляра	28.09.2007ж	Қыз	
11	Құлман Ақтиін	27.02.2008ж	Қыз	
12	Марат Рамазан	23.09.2007ж	Ұл	
13	Мұздыбай Қайсар	11.11.2007ж	Ұл	
14	Мырзағалиқызы Эленора	18.09.2007ж	Қыз	
15	Сағидолла Ербұлан	23.06.2008ж	Ұл	
16	Самат Қуандық	23.03.2008ж	Ұл	
17	Таңжар Ерұлан	14.01.2008ж	Ұл	
18	Таңжар Иманғазы	15.11.2007ж	Ұл	
19	Төремұрат Ұлықпан	15.10.2007ж	Ұл	
20	Шапих Бекжан	12.04.2008ж	Ұл	
21	Шокай Ақнұр	11.04.2008ж	Қыз	
22	Ізғали Бағдат	14.01.2008ж	Ұл	
23	Азаматқызы Айым	10.01.2008ж	қыз	9 «ә»
24	Айсағали Наурыз	09.03.2008ж	Ұл	
25	Ахмет Қуанышбек	22.07.2008ж	Ұл	
26	Бегей Ақтолқын	08.04.2008ж	Қыз	
27	Жеңіс Акерке	21.12.2007ж	Қыз	
28	Жеңіс Дінасыл	23.08.2008ж	ұл	
29	Жүсіп Раушан	26.08.2008ж	Қыз	
30	Жексенбай Шырайлым	07.05.2008ж	Қыз	
31	Жолдыбай Нұрбақыт	19.04.2008ж	Ұл	
32	Қуанышбекұлы Рамазан	19.03.2008ж	Ұл	
33	Қанат Сәуле	06.07.2008ж	Қыз	
34	Орын Парасат	05.07.2008ж	Ұл	
35	Сақтық Дәулет	25.10.2007ж	Ұл	
36	Самархан Мейірбек	09.08.2008ж	Ұл	
37	Серікқызы Әсел	05.03.2008ж	Қыз	
38	Теміргали Дияр	15.07.2008ж	Ұл	
39	Төлеген Назерке	18.10.2007ж	Қыз	
40	Төлеп Раушан	23.04.2008ж	Қыз	

41	Іңірбай Диас	28.09.2007ж	Ұл	
42	Іздібай Азамат	25.03.2008ж	Ұл	
43	Боранбай Мейрамбек	08.03.2008ж	Ұл	
44	Айтқулов Райымбек	19.04.2008ж	ұл	9 «б»
45	Аманқосқызы Ұлдай	31.07.2008ж	Қыз	
46	Бердиев Жасұлан	19.03.2008ж	Ұл	
47	Жайман Жайнагүл	15.08.2008ж	Қыз	
48	Жұмабайұлы Дастан	24.12.2007ж	Ұл	
49	Жұмабай Ақжан	19.05.2008ж	Қыз	
50	Жүсіп Нүрдіәулет	23.11.2007ж	Ұл	
51	Зейноллаұлы Сағыныш	27.04.2008ж	Ұл	
52	Қасымғалиев Ерасыл	25.09.2007ж	Ұл	
53	Килишбекова Ақбаян	14.02.2008ж	Қыз	
54	Қанатбай Ақылбек	20.05.2008ж	ұл	
55	Қырықбай Нұрәділ	06.07.2008ж	Ұл	
56	Мәшен Бактияр	14.12.2007ж	Ұл	
57	Мирамқызы Назира	26.02.2008ж	Қыз	
58	Мусабекова Дильназ	17.07.2007ж	қыз	
59	Нарынбай Гүлмаржан	31.10.2007ж	Қыз	
60	Нұрадинқызы Жаңыл	27.01.2008ж	Қыз	
61	Орақ Ақбота	19.12.2007ж	Қыз	
62	Өтебай Нұржан	24.01.2008ж	Ұл	
63	Реймхан Дастан	03.07.2008ж	Ұл	
64	Сансызбай Гүлжайна	01.01.2008ж	Қыз	
65	Сайлауғали Мерей	18.05.2008ж	Қыз	
66	Сәндібай Луиза	15.02.2008ж	Қыз	
67	Утеулиева Толғанай	02.09.2007ж	Қыз	

Барлығы-67

Ұлы-34

Қызы-33

Үйірме жетекшісі: Жасмағамбетов Қ.Т.