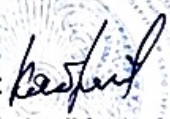
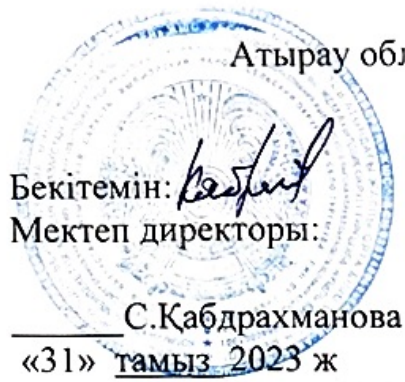


Атырау облысы Жылыой ауданы №4 М.Әуезов атындағы жалпы орта білім беретін мектеп

Бекітемін: 
Мектеп директоры:


С.Қабдрахманова
«31» тамыз 2023 ж

Келісемін: 
Директордың оқу ісі
жөніндегі орынбасары:

Ж.Балмашева
«31» тамыз 2023 ж

Тексерілді:

ӘБ отырысында қаралды

Хаттама №1

ӘБ жетекшісі:  Ж.Юкова
«25» тамыз 2023 ж

Күнтізбелік-тақырыптық жоспары

2023 - 2024 оқу жылы

Сыныбы: 8 «а,ә,б»

Пән мұғалімі: Жасмағамбетов Қ.Т.

Негізгі орта білім беру деңгейінің 5-9-сыныптарына арналған "Дене шынықтыру" оқу пәні бойынша үлгілік оқу бағдарламасы 1-тарау. Жалпы ережелер

2-тарау. "Дене шынықтыру" оқу пәнінің мазмұнын ұйымдастыру 1-параграф. "Дене шынықтыру" оқу пәнінің мазмұны

6. "Дене шынықтыру" оқу пәні бойынша оқу жүктемесінің жоғары шекті көлемі:

- 1) 5-сыныпта аптасына 3 сағат, оқу жылында 102 сағат;
- 2) 6-сыныпта аптасына 3 сағат, оқу жылында 102 сағат;
- 3) 7- сыныпта аптасына 3 сағат, оқу жылында 102 сағат;
- 4) 8-сыныпта аптасына 3 сағат, оқу жылында 102 сағат;
- 5) 9-сыныпта аптасына 3 сағат, оқу жылында 102 сағатты құрайды.

Оқу пәні бойынша оқу жүктемесінің көлемі "Қазақстан Республикасындағы бастауыш, негізгі орта, жалпы орта білім берудің үлгілік оқу жоспарларын бекіту туралы" Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрінің 2012 жылғы 8 қарашадағы № 500 бұйрығымен (Нормативтік құқықтық актілерін мемлекеттік тіркеу тізілімінде № 8170 тіркелген) бекітілген Үлгілік оқу жоспарына байланысты болады.

Ескерту. 6-тармақ жаңа редакцияда - ҚР Оқу-ағарту министрінің 31.10.2023 № 328 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

13. Бұл бағдарламада мектепте дененің шынығуы мен адамгершілікке тәрбиелеудің кешенді жүйесін құрайтын дене шынықтырудың барлық негізгі нысандарының мазмұны қамтылған және бұл міндеттерді барлық оқу жылында біртіндеп шешуге мүмкіндік береді. Бағдарламаның үшінші сағаты оқушылардың белсенділігін арттыруға (спорт және қозғалмалы ойындар санын кеңейту арқылы) және сауықтыру процесіне бағытталған.

17. 8-сыныпқа арналған "Дене шынықтыру" оқу пәнінің базалық мазмұны:

1) "Жеңіл атлетика арқылы денсаулық және фитнес": Қауіпсіздік ережелері. Төменгі сөре және сөрелік екпін. Орта қашықтыққа жүгіру дағдыларын дамыту. Секіруді дамытуға арналған іс –шаралар. Лактыру кезінде күш және бұлшық ет төзімділігін дамыту;

2) "Ойындар арқылы мәселелерді шешу дағдылары": Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру. Ойынның құрылымы. Жарыс ойынын ұйымдастыру;

3) "Гимнастика элементтері және оның түрлері": Қауіпсіздік ережелері. Орнында және қозғалыста орындау жаттығулары. Акробатикалық жаттығулар тізбегі: Тепе-теңдік және секіру. Снарядтарда гимнастикалық жаттығулар жиынтығы. Еркін ырғақты гимнастикалық жаттығулары;

4) "Қазақ халқының дәстүрлі ойындары": Қозғалмалы ойындар. Қазақтың ұлттық ойындары;

5) "Шаңғы/кросс/коньки дайындығы": Қауіпсіздік ережелері. Жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық қасиеттерді дамыту. Арнаулы дамыту жаттығуларының техникасын бекіту. Өртүрлі кедергілерден жүгіру;

6) "Командалық ойын белсенді қозғалыстың іс-әрекеті": Командалық ойындардағы көшбасшылық. Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту. Логикалық ойлау қабілетін дамыту ойындары. Сергектікті, тапқырлықты және ұқыптылықты дамыту ойындары;

7) "Командалық ойындардағы негізгі дағдылар": Қауіпсіздік ережелері. Ойын техникасы. Ойын тактикасы. Ойындағы шығармашылық белсенділік;

8) "Жеңіл атлетика дағдылары арқылы денсаулықты нығайту": Ойлы-қырлы жерлерден жүгіру. Төзімділікті дамыту бағытындағы іс-әрекеттер. Секіру фазаларын қолдану. Лактырудағы фитнес құрамдастығы.

18. 9-сыныпқа арналған "Дене шынықтыру" оқу пәнінің базалық мазмұны:

1) "Жүгіру, секіру және лақтыру техникасын жетілдіру": Қауіпсіздік ережелері. Спринтерлік жүгіруді жетілдіру. Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту. Секірудің түрлендірілген түрлері. Лақтыруды жетілдіруге арналған жаттығулар құрастыру. Жүгіру эстафетасын өткізу жолдарын құрастыру;

2) "Спорт ойындары арқылы бірлескен жұмыс": Ойын техникасы. Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер. Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы;

3) "Гимнастика арқылы денені басқару дағдылары": Қауіпсіздік ережелері. Топтық саптық жаттығулар. Акробатикалық элементтер жиынтығын құру. Гимнастикалық снарядта жүйелі жаттығулар құру. Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау;

4) "Қазақстан халықтарының ойындары": Халықаралық ойындар. Зияткерлік ойындар;

5) "Шаңғы/кросс/коньки дайындығы": Қауіпсіздік ережелері. Денені қыздыру және қалпына келтіру әдістерінің кешенін құрастыру. Күшті, төзімділікті жақсарту жаттығулар жиынтығы;

6) "Кедергілерден өтудегі арнайы спецификалық жаттығуларды жетілдіру": Команда құру ойындары. Ойын кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-шаралар. Ойын кезіндегі мәселені шешу дағдысын жетілдіру. Ойын комбинацияларын құру. Баламалы ойындар құрастыру;

7) "Әлеуметтік дағдылар және мәселелерді командалық іс-әрекеттерде шешу": Қауіпсіздік ережелері. Ойын жағдайында допты игеру техникасы. Ойын кеңістігінде бағыт-бағдар дағдысын жетілдіру. Жеке, топтық, командалық тактикалық әрекеттер. Топта ойын-сауық ойындарын құру;

8) "Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулық және фитнес": Әртүрлі бұлшық ет топтарын қалпына келтіру жаттығулар жиынтығын құрастыру. Стайерлік жүгіру дағдысын дамыту. Секіру, лақтыру дағдысын дамыту. Қозғалыс қабілеті арқылы денсаулықты нығайту.

21. Тоқсандағы бөлімдер және бөлімдер ішіндегі тақырыптар бойынша сағат сандарын бөлу мұғалімнің еркіне қалдырылады

ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ПӘНІНЕН 8 СЫНЫПҚА АРНАЛҒАН КҮНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР
АПТАСЫНА 2-САҒАТ, ЖЫЛЫНА-68 САҒАТ

КҮНТІЗБЕЛІК- ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАРДЫҢ БӨЛІМІ	№	ТАҚЫРЫБЫ	ОҚУ МАҚСАТЫ	САҒ.	Мерзімі	Ескерту
					8 а,в	
1-БӨЛІМ ЖЕҢІЛ АТЛЕТИКА АРҚЫЛЫ ДЕНСАУЛЫҚ ПЕН ФИТНЕС 9 сағ	1	Қауіпсіздік ережесі Төменгі сөре және сөрелік екпін	8.3.4.1. Денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	4.09.23.	
	2	Орта қашықтыққа жүгіру дағдыларын дамыту	8.2.3.1. Қолайлы оқып-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша біріккен, әрі тиімді жұмыс дағдыларын қолдану және көрсете білу	1	7.09	
	3	Орта қашықтыққа жүгіру дағдыларын дамыту	8.3.2.1. Денені қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну	1	11.09	
	4	Секіруді дамытуға арналған іс-шаралар	8.1.2.1. Кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	14.09	
	5	Секіруді дамытуға арналған іс-шаралар	8.1.2.1. Кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	18.09	
	6	Лақтыру кезінде күш пен бұлшық ет төзімділігін дамыту	8.1.1.1. Арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	21.09	
	7	Лақтыру кезінде күш пен бұлшық ет төзімділігін дамыту	8.1.1.1. Арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	25.09	
	8	Лақтыру кезінде күш пен бұлшық	8.3.5.1. Басқа адамдардың дене жаттығуларының	1	28.09	

2-БӨЛІМ КРОСС ДАЙЫНДЫҒЫ 8 сағ		ет төзімділігін дамыту	тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды көрсете білу			
	9	Лақтыру кезінде күш пен бұлшық ет төзімділігін дамыту	8.3.5.1. Басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды көрсете білу	1	2.10	
	10	Қауіпсіздік ережесі Жаттығу және тыныс алу техникасы арқылы физикалық қасиеттерді дамыту	8.3.4.1 денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	5.10	
	11	Арнаулы дамыту жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту	8.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жеке бастың үлгісімен көрсету	1	9.10	
	12	Арнаулы дамыту жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту	8.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін салыстыра білу	1	12.10	
	13	Арнаулы дамыту жаттығуларының техникалық дағдысын бекіту	8.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін салыстыра білу	1	16.10	
	14	Әр түрлі кедергілерден жүгіру	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	19.10	
	15	Әр түрлі кедергілерден жүгіру	8.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	23.10	
	16	Әр түрлі кедергілерден жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	26.10	
3-БӨЛІМ ГИМНАСТИКА ЛЫҚ ЭЛЕМЕНТ	17	Әр түрлі кедергілерден жүгіру	8.3.3.1. түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	6.11	
	18	Қауіпсіздік ережесі. Орында және қозғалыста орындау жаттығулары	8.3.4.1. Денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді бойынша техника қауіпсіздігінің	1	9.11	

ТЕР ЖӘНЕ ОНЫҢ ТҮРЛЕРІ 9 сағ			күрделі мәселелерін түсіне білу			
	19	Қауіпсіздік ережесі. Орында және қозғалыста орындау жаттығулары	8.3.4.1. Денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	13.11	
	20	Акробатикалық жаттығуларды тізбегі: Тепе-теңдік және секіру	8.3.2.1. Денені қыздыру және қалпына келтіру жаттығуларының кешенін құру және көрсету, сондай-ақ оның маңыздылығын түсіну	1	16.11	
	21	Акробатикалық жаттығуларды тізбегі: Тепе-теңдік және секіру	8.1.2.1. Кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	20.11	
	22	Снарядтағы гимнастикалық жаттығулар жиынтығы	8.1.5.1. Кең ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1	23.11	
	23	Снарядтағы гимнастикалық жаттығулар жиынтығы	8.1.5.1. Кең ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1	27.11	
	24	Снарядтағы гимнастикалық жаттығулар жиынтығы	8.1.4.1. Қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін салыстыра білу	1	30.11	
	25	Снарядтағы гимнастикалық жаттығулар жиынтығы	8.1.4.1. Қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін салыстыра білу	1	4.12	
4 – БӨЛІМ ҚАЗАҚ ХАЛҚЫНЫҢ ДӘСТҮРЛІ	26	Еркін ритмикалық гимнастика жаттығулары	8.2.2.1. Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу	1	7.12	
	27	Қауіпсіздік ережесі. Қозғалмалы ойындар	8.2.7.1. Жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсетуді бағалай білу	1	11.12	
	28	Қозғалмалы ойындар	8.2.7.1. Жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм	1	14.12	

ОЙЫНДАРЫ 7 сағ			және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсетуді бағалай білу			
	29	Қозғалмалы ойындар	8.2.3.1. Қолайлы оқып-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша біріккен, әрі тиімді жұмыс дағдыларын қолдану және көрсете білу	1	18.12	
	30	Қозғалмалы ойындар	8.3.5.1. Басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды көрсете білу	1	21.12	
	31	Қазақтың халық ойындары	8.2.6.1. Жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін көрсету және салыстыра білу	1	25.12	
	32	Қазақтың халық ойындары	8.2.6.1. Жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін көрсету және салыстыра білу	1	28.12	
	33	Қазақтың халық ойындары	8.2.5.1. Өзінің және өзгелердің шығармашылық кабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	8.01.24.	
5-БӨЛІМ ОЙЫН АРҚЫЛЫ МӘСЕЛЕЛЕРДІ ШЕШУ ДАҒДЫЛАРЫ СПОРТТЫҚ ОЙЫНДАР 8 сағ	34	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру <i>ӨҚН. Қатты әсер ететін улы заттардың (ҚӘУЗ) шығуына байланысты авариялар</i>	8.1.1.1. Арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	11.01	
	35	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру <i>ӨҚН. Қатты әсер ететін улы заттардың (ҚӘУЗ) шығуына байланысты авариялар</i>	8.1.1.1. Арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	15.01.	
	36	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру <i>ӨҚН. Қатты әсер ететін улы заттардың (ҚӘУЗ) шығуына байланысты авариялар</i>	8.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түсіндіру және көрсете білу	1	18.01	
	37	Ойын жағдайында қабылдауды іске асыру <i>ӨҚН. Қатты әсер ететін улы заттардың (ҚӘУЗ) шығуына байланысты авариялар</i>	8.2.4.1. Дене жаттығулары аясындағы іс- әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және талқылай білу	1	22.01	
	38	Ойын құрылымы	8.1.2.1. Кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс	1	25.01	

		ӨҚН.Өрттер мен жарылыстар	комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу			
	39	Ойын құрылымы ӨҚН.Өрттер мен жарылыстар	8.1.2.1. Кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	29.01	
	40	Жарыс ойынын ұйымдастыру ӨҚН. Бақытсыз жағдайда, сынғанда және жарақаттанғанда көрсетілетін алғашқы дәрігерлік көмек	8.1.5.1. Кең ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1	1.02	
	41	Жарыс ойынын ұйымдастыру ӨҚН. Бақытсыз жағдайда, сынғанда және жарақаттанғанда көрсетілетін алғашқы дәрігерлік көмек	8.2.2.1. Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу көрсете білу 8.2.1.1. Өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу қимыл-әрекеттерімен байланысты білімді	1	5.02	
6-БӨЛІМ КОМАНДАЛЫҚ ОЙЫН-БЕЛСЕНДІ ҚОЗҒАЛЫСТЫҢ ІС-ӘРЕКЕТІ СПОРТТЫҚ ОЙЫНДАР 12 сағ	42	Командалық ойындағы көшбасшылық ӨҚН. Бақытсыз жағдайда, сынғанда және жарақаттанғанда көрсетілетін алғашқы дәрігерлік көмек	8.3.4.1. Денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсізді бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	8.02	
	43	Командалық ойындағы көшбасшылық ӨҚН. Жұқпалы аурулар және олардан сақтану	8.2.2.1. Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді көрсету және қолдана білу	1	12.02	
	44	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту ӨҚН. Жұқпалы аурулар және олардан сақтану	8.2.8.1. Түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді көрсету және салыстыра білу Спорттық ойын ережелерін және әдіс-тәсілдерін меңгеру	1	15.02	
	45	Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамыту ӨҚН. Салауатты өмір салты туралы негізгі түсінік	8.1.4.1. Қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін салыстыра білу	1	19.02	
	46	Логикалық ойлау қабілетін дамыту ойындары ӨҚН. Денсаулық және жастардың өмір салты	8.2.3.1. Қолайлы оқып-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша біріккен, әрі тиімді жұмыс дағдыларын қолдану және көрсете білу	1	22.02	

	47	Логикалық ойлау қабілетін дамыту ойындары <i>ӨҚН. Денсаулық және жастардың өмір салты</i>	8.2.3.1. Қолайлы оқып-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша біріккен, әрі тиімді жұмыс дағдыларын қолдану және көрсете білу	1	26.02	
	48	Логикалық ойлау қабілетін дамыту ойындары <i>ӨҚН. Денсаулық және жастардың өмір салты</i>	8.2.5.1. Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	29.02	
	49	Логикалық ойлау қабілетін дамыту ойындары	8.2.5.1. Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	4.03	
	50	Сергектікті, тапқырлықты және ұқыптылықты дамыту ойындары	8.2.1.1. Өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді көрсете білу	1	7.03	
	51	Сергектікті, тапқырлықты және ұқыптылықты дамыту ойындары	8.2.1.1. Өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді көрсете білу	1	11.03	
	52	Сергектікті, тапқырлықты және ұқыптылықты дамыту ойындары	8.2.6.1. Жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін көрсету және салыстыра білу	1	14.03	
	53	Сергектікті, тапқырлықты және ұқыптылықты дамыту ойындары	8.2.6.1. Жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін көрсету және салыстыра білу	1	18.03	
7-БӨЛІМ КОМАНДАЛЫҚ ОЙЫННЫҢ НЕГІЗГІ ДАҒДЫСЫ СПОРТТЫҚ ОЙЫНДАР 9 сағ	54	Қауіпсіздік ережесі. Ойын техникасы	8.3.4.1. Денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігі бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	1.04	
	55	Ойын техникасы	8.1.1.1. Арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсету	1	4.04	
	56	Ойын тактикасы	8.1.2.1. Кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың орындалу реттілігін түсіндіру және көрсете білу	1	8.04	

	57	Ойын тактикасы	8.2.4.1. Дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және талқылай білу	1	11.04	
	58	Ойын тактикасы	8.2.4.1. Дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді қолдану және талқылай білу	1	15.04	
	59	Ойындағы шығармашылық белсенділік	8.1.5.1. Кең ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1	18.04	
	60	Ойындағы шығармашылық белсенділік	8.1.5.1. Кең ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтау және бағалай білу	1	22.04	
	61	Ойындағы шығармашылық белсенділік	8.2.8.1. Түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді көрсету және салыстыра білу	1	25.04	
	62	Ойындағы шығармашылық белсенділік	8.1.6.1. Қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап қайтара білу дағдыларын жақсарту білу	1	29.04	
8-БӨЛІМ ЖЕҢІЛ АТЛЕТИКА ДАҒДЫСЫ АРҚЫЛЫ ДЕНСАУЛЫҚТЫ НЫҒАЙТУ 7 сағат	63	Ойлы-қырлы жерлерден жүгіру	8.3.4.1. Денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігі бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	2.05	
	64	Ойлы-қырлы жерлерден жүгіру	8.3.4.1. Денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендету, сондай-ақ техника қауіпсіздігі бойынша техника қауіпсіздігінің күрделі мәселелерін түсіне білу	1	6.05	
	65	Төзімділікті дамыту бағытындағы іс-әрекеттер	8.2.5.1. Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу,	1	-	

			сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну			
	66	Төзімділікті дамыту бағытындағы іс-әрекеттер	8.2.5.1. Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	13.05	
	67	Секіру фазаларын қолдану	8.3.3.1. Түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	16.05.	
	68	Секіру фазаларын қолдану	8.3.3.1. Түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	20.05	
	69	Секіру фазаларын қолдану	8.3.3.1. Түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру	1	23.05	

№4 М.Әуезов атындағы жалпы орта білім беретін мектеп

Футбол үйірме жоспары

Дайындаған: Қ.Т.Жасмағамбетов

2023 – 2024 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 Қызығызстанда, Монғолияда, қарақалпақстанда, Өзбекстан қазақтарның арасында, алыс шетел қазақстанның арасында катты дамыған.

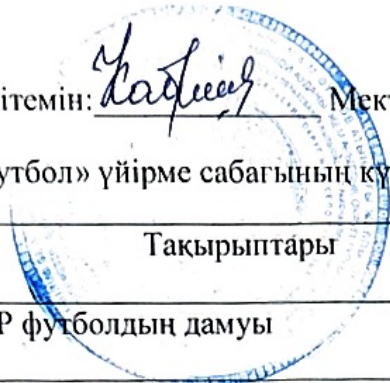
Бұл бас шынықтыратын ойынды біздің ұлттық «шахматымыз» десе болғандай. 162 таспен ойналатын осы бір ойлы ойынның жоғалып кетпеуіне кезінде академик-жазушы Мұхтар Әуезов, халық артисі Қалибек Қуанышбаев, техника ғылымының кандидаты М. Ибраев пен шахматшы Е.Браундардың сіңірген еңбектері өте зор.

Тоғызқұмалақтан алғашқы республикалық жарыс 1948 жылы өткізіліп, жарысқа халық ойынының шеберлері Абайдың немересі Ысқақов (Семей), Андамас 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.

Бекітемін:



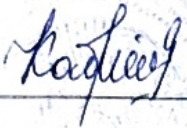
Мектеп директоры: С.Е.Қабдрахманова

«Футбол» үйірме сабағының күнтізбелік жоспары

№	Тақырыптары	Сағ. саны	Күні	уақыты
				8а
1	Қ.Р футболдың дамуы	1	04.09.	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
2	Футболдың шығу тарихы	1	11.09	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
3	Футбол ойынына қойылатын гигиеналық талаптар	1	18.09	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
4	Техника қауіпсіздік ережелерін сақтау	1	25.09	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
5	Ойынның негізгі ережелері	1	02.10	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
6	Ойыншының тұрысы	1	09.10	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
7	Алаңда бір-біріне пас беріп ойнау	1	16.10	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
8	Алаңда кедергілер арасымен допты алып жүру	1	23.10	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
9	Ауыттан допты тастап үйрену	1	06.11	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
10	Айып добын тебуді үйрену	1	13.11	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
11	Доппен алдап өту тәсілдері	1	20.11	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
12	Доппен алдап өту тәсілдері	1	27.11	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
13	Аяқ ұшымен тебу	1	04.12	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
14	Өкшемен тебу	1	11.12	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
15	Допты баспен ұру түрлері	1	18.12	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
16	Шекемен ұру	1	25.12	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
17	Секіріп шекемен ұру	1	08.01.24ж	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
18	Баспен ұру	1	15.01	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
19	Допты қақпаға дұрыс бағыттау	1	22.01	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
20	Допты тартып алу тәсілдері	1	29.01	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
21	Допты тоқтату тәсілдері	1	05.02	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
22	Допты алып жүру тәсілдері	1	12.02	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
23	Қақпашының ойыны	1	19.02	15 ⁵⁰ 16 ³⁵

24	Допты қағып алу	1	26.02	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
25	Допты ұрып жіберу	1	04.03	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
26	Допты бағаннан асырып жіберу	1	11.03	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
27	Қорғаушылардың міндеті	1	18.03	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
28	Қорғаушының жеке әрекеті	1	01.04	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
29	Шабулшының міндеті	1	08.04	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
30	Топ – топ болып шабуылға шығу	1	15.04	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
31	Командалық әрекет	1	22.04	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
32	Жеке әрекет	1	29.04	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
33	Айып добын дұрыс орындау	1	06.05	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
34	Қақпашының допты ойынға қосуы	1	13.05	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
35	Ойынның соңын дұрыс ойнау	1	20.05	15 ⁵⁰ 16 ³⁵

28.08.2023 ж. №1 әдістемелік кеңесте талқыланып, 31.08.2023 ж №1 педагогикалық кеңесте бекітілді.

Бекітемін:  Мектеп директоры: С.Е.Қабдрахманова

«Футбол» үйірме сабағының күнтізбелік жоспары

№	Тақырыптары	Сағ. саны	Күні	уақыты	
				8ә	8б
1	Қ.Р футболдың дамуы	1	6.09.	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
2	Футболдың шығу тарихы	1	13.09	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
3	Футбол ойынына қойылатын гигиеналық талаптар	1	20.09	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
4	Техника қауіпсіздік ережелерін сақтау	1	27.09	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
5	Ойынның негізгі ережелері	1	04.10	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
6	Ойыншының тұрысы	1	11.10	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
7	Алаңда бір-біріне пас беріп ойнау	1	18.10	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
8	Алаңда кедергілер арасымен допты алып жүру	1	25.10	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
9	Ауыттан допты тастап үйрену	1	08.11	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
10	Айып добын тебуді үйрену	1	15.11	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
11	Доппен алдап өту тәсілдері	1	22.11	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
12	Доппен алдап өту тәсілдері	1	29.11	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
13	Аяқ ұшымен тебу	1	06.12	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
14	Өкшемен тебу	1	13.12	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
15	Допты баспен ұру түрлері	1	20.12	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
16	Шекемен ұру	1	27.12	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
17	Секіріп шекемен ұру	1	10.01. 24ж	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
18	Баспен ұру	1	17.01	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
19	Допты қақпаға дұрыс бағыттау	1	24.01	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
20	Допты тартып алу тәсілдері	1	31.01	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
21	Допты тоқтату тәсілдері	1	07.02	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
22	Допты алып жүру тәсілдері	1	14.02	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
23	Қақпашының ойыны	1	21.02	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵

24	Допты қағып алу	1	28.02	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
25	Допты ұрып жіберу	1	06.03	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
26	Допты бағаннан асырып жіберу	1	13.03	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
27	Қорғаушылардың міндеті	1	20.03	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
28	Қорғаушының жеке әрекеті	1	03.04	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
29	Шабулшының міндеті	1	10.04	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
30	Топ – топ болып шабуылға шығу	1	17.04	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
31	Командалық әрекет	1	24.04	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
32	Жеке әрекет	1	08.05	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
33	Айып добын дұрыс орындау	1	15.05	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵
34	Қақпашының допты ойынға қосуы	1	22.05	14 ⁵⁰ 15 ³⁵	15 ⁵⁰ 16 ³⁵

28.08.2023 ж. №1 әдістемелік кеңесте талқыланып, 31.08.2023 ж №1 педагогикалық кеңесте бекітілді.

8 «а» сыныбындағы оқушылардың тізімі

№	Аты-жөні	Туған жылы	Жынысы	ЖСН
1	Алатау Жәнібек Айбекұлы	26.05.2010	Ұл	100516554088
2	Амангелді Жаннұр Еркінқызы	08.12.2009	Қыз	091208653086
3	Аманқос Битөре Берікұлы	19.02.2010	Ұл	100219553035
4	Аманова Ғайни Арманқызы	12.08.2010	Қыз	100812654211
5	Бекмағұл Айтөре Думанұлы	19.02.2010	Ұл	100819554838
6	Ертарғын Дәулет Қанатұлы	30.12.2009	Ұл	091230552789
7	Жаксығалиұлы Дәулет	08.03.2010	Ұл	100308553613
8	Жаңаберген Диляра Қуатжанқызы	11.12.2009	Қыз	091211652484
9	Мұратқызы Айым	30.01.2010	Қыз	100130652298
10	Нұртайұлы Райымбек	22.01.2010	Ұл	100122552218
11	Сәндібай Наурызбек Амангелдіұлы	27.03.2010	Ұл	100315551873
12	Смағұл Нұрсұлу Бағытжанқызы	25.03.2010	Қыз	100325654760
13	Хисметова Айнамкөз Мухтаровна	27.05.2010	Қыз	100527654827
14	Шайдолла Дидар Ғалымжанұлы	29.07.2010	Ұл	100522553240
15	Аманбекқызы Айдана	09.09.2009	Қыз	090909656280
16	Жүсіп Саят	02.04.2010	Ұл	100402553031
17	Таубай Шапағат	24.03.2010	Ұл	090324554397

8 «ә» сыныбы оқушыларының тізімі

№	Аты-жөні	Туған жылы	Жынысы	ЖСН
1	Азаматұлы Айбатыр	05.11.2009	ұл	091105552401
2	Алдабергенқызы Айдана	31.03.2010	қыз	100331653378
3	Аман Асылай	30.01.2010	қыз	100130653513
4	Амантай Бақдәулет	29.03.2010	ұл	100329553569
5	Болатұлы Төлеубай	06.03.2010	ұл	100306552248
6	Есетұлы Бекұлан	14.04.2010	ұл	100414553779
7	Жайжан Төремұрат	12.02.2010	ұл	100212554779
8	Жаймұхан Аружан	14.05.2010	қыз	100514653500
9	Жаймұхан Ғазиз	16.01.2010	ұл	100116552909
10	Жалғасқызы Гүлім	09.04.2010	қыз	100409654141
11	Күмісқали Нұрасыл	14.10.2009	ұл	091014553534
12	Қуанышқызы Саадат	11.07.2010	қыз	100711652593
13	Мауленқызы Айкүнім	21.07.2010	қыз	100721653685
14	Мизанбай Гүлмаржан	31.01.2010	қыз	100103653388
15	Өтеғали Айсұлу	04.04.2010	қыз	100704653800
16	Талғатқызы Сабина	24.07.2010	қыз	100724653582
17	Төлеп Ерасыл	14.10.2009	ұл	091014553524
18	Іңірбай Алмаз	10.10.2009	ұл	091010554154

8 «б» сыныбы оқушыларының тізімі

№	Аты-жөні	Туған жылы	Жынысы	ЖСН
1	Амангелді Айдана	25.09.2009	қыз	090925651960
2	АмангелдіБакдәулет	06.08.2010	ұл	100806553859
3	Әділ Ринат	28.12.2009	ұл	091228553111
4	АбдуалиАсылжан	09.04.2010	қыз	100409654518
5	Байтен Нұрайлым	14.10.2009	қыз	091014653085
6	ЕлемесоваКөркемай	29.11.2009	қыз	091129652446
7	ЖаңғалиМейрамбек	28.06.2010	ұл	100628553198
8	Мақсотқызы Диана	20.05.2010	қыз	100520654660
9	МейрамбекқызыАқерке	10.03.2010	қыз	100310653707
10	МирамбайқызыСымбат	20.04.2010	қыз	100420653222
11	МұратбекқызыНұрбақыт	23.05.2010	қыз	100523652274
12	СайлауғалиАқмоншақ	29.08.2010	қыз	100829653147
13	Сансызбай Ислам	16.12.2009	ұл	091216551596
14	СақтықҚарақат	13.12.2009	қыз	091213652970
15	СерікқызыГүлназ	16.11.2009	қыз	091116652884
16	ТалғатұлыЕрназ	07.06.2010	ұл	100607552690
17	ШапихЖаннұр	09.03.2010	қыз	100309651133
18	ШоқайАйым	01.12.2009	қыз	091201652905