

БЕКІТЕМІН:

Мектеп директоры

Қабд С.Қабдрахманова

«29» тамыз, 2023 жыл

КЕЛІСЕМІН:

Директордың оқу ісі

жөніндегі орынбасары

Б Байманова Ж

«29» тамыз, 2023 жыл

Ә.Б отырысында қаралды

Хаттама №1

Әдістеме бірлестік жетекшісі

Ю Юкова Ж

«29» тамыз, 2023 жыл

**Дене шынықтыру пәнінен
9-сыныптарға арналған
күнтізбелік-тақырыптық жоспар**

Пәні мұғалімі: Тулепов Е

2023-2024жыл

ТҮСІНІК ХАТ

«Дене шынықтыру» білім саласының мазмұны денсаулықты нығайтуға, негізгі дене сапасын дамытуға және ағзаның функционалдық мүмкіндіктерін арттыруға бағытталған; қозғалыс мәдениетін қалыптастыру, жалпы дамытушылық және түзету бағытындағы дене жаттығуларымен қозғалыс тәжірибесін байыту; дене шынықтыру – сауықтыру және спорттық-сауықтыру іс-әрекеттерінде дағдылар мен біліктілікке үйрету, дене шынықтыру жаттығуларын өз бетінше ұйымдастыруға негізделген. Дене шынықтыру сабағына қатысушылардың қызметін қатаң реттеу қажет. Бұл сабақтың сауықтыру бағытына ішінара қол жеткізеді. Білім алушылардың жеке ерекшеліктерін ескере отырып, жүктемелерді саралауды сақтау қажет. Оқу процесінде өз денсаулығын нығайту және ұзақ уақыт сақтау, еңбек қызметін оңтайландыру және белсенді демалысты ұйымдастыру үшін дене шынықтыру құндылықтарын белсенді пайдалана алатын білім алушылардың жан-жақты дамыған тұлғасын қалыптастыру қамтамасыз етілуі тиіс. Жұмысқа кіріскен кезде педагог білім алушылардың денсаулық жағдайын, жынысын, физикалық дамуын, физикалық дайындығын, психикалық қасиеттерін т.б. даму ерекшеліктерін ескеруі керек. Дене шынықтыру сабақтарын өткізу кезінде педагогтің басты назары білім алушыларды техникалық даярлауға бағытталуы тиіс.

«Қазақстан Республикасында бастауыш, негізгі орта, жалпы орта білім берудің үлгілік оқу жоспарларын бекіту туралы» (ҚР БҒМ 8.11.2012 ж. № 500 бұйрығы, ҚР Оқу-ағарту министрінің 12.08.2022 ж. № 365; 30.09.2022 ж. №412 бұйрығымен енгізілген өзгерістерімен.

«Жалпы білім беру ұйымдарына арналған жалпы білім беретін пәндер, тандау курстары мен факультативтер бойынша үлгілік оқу бағдарламаларын бекіту туралы» ҚР Оқу-ағарту министрінің 16.09.2022ж. №399 бұйрығы 21.11.2022 ж. № 467, 05.07.2023 ж. № 199 бұйрығымен енгізілген өзгерістерімен.

Білім алушы алдыңғы жаттығуда талаптарды орындағанға дейін жаттығуларды қиындату ұсынылмайды. Жаттығуларды тандауда білім алушыларды қызықтыра отырып, жаттығуларды орындаудағы техникалық шеберліктерін өсіруге ынталандыру керек. Дене шынықтыру сабағы кезіндегі білім алушылардың алдына қойылған міндеттердің қиындығын біртіндеп арттыру қозғалыс тұрғысынан да, қабылдау тұрғысынан да сақталуы керек. Дене шынықтыру сабағының тиімділігі сабақты өткізу әдістемесімен ғана емес, сонымен қатар бірқатар ұйымдастырушылық шарттармен де анықталады:

- қолда бар жабдықтарды ұтымды пайдалану; - оқытудың техникалық құралдарын қолдану; - сабақты өткізу орнының ерекшелігін есепке алу (спорт залы немесе мектеп жанындағы спорт алаңы, стадион немесе саябақ, тегіс немесе тегіс емес жер); - сыртқы ортаның сипаты және т. б. Сабақты ұйымдастыру үшін төмендегі жағдайларды қамтамасыз ету: 1) санитарлық-гигиеналық жағдай жасау; 2) материалдық-техникалық қамтамасыз ету; 3) сабақта айналысатын қызметті ұйымдастырудың әдісін (тәсілін) тандау, тапсырмаларды жақсы орындауға мүмкіндік береді. 1-4-сыныптарда білім алушылар «салауатты өмір салты» ұғымын білуі, «жаман әдеттердің» не екенін түсінуі, өздерінің физикалық қасиеттерін анықтай білуі керек. 5-9-сыныптарда қимыл-қозғалыс дағдыларын қалыптастыру бойынша тапсырмаларды орындауы (жалпы дамыту жаттығуларының әртүрлі жиынтықтарын құрастыру, дене шынықтыруға арналған жаттығуларды тандау), спорттық ойындарда, жарыс әрекеттерінде пайдалану үшін креативті ойлауды дамыту, сонымен қатар бос уақытын ұйымдастыра білуі керек. 10-11-сыныптарда оқушылардың оқу жүктемесі мен демалысын жоспарлай білуі, денені дамыту жаттығуларын тандау, дене жаттығуларының техникасын талдау, алған білімдерін өз бетінше оқуға қолдана білу керек. Сабақтарда дене тұрқының дамуына әсер ететін қозғалыс сапаларын ғана емес, шығармашылық қабілеттерді де дамыту, рухани-адамгершілік құндылықтарды қалыптастыру қажет. Қауіпсіздік ережелері сабақ кезіндегі жарақаттарды азайтуға бағытталған және оқу процесінің барлық қатысушылары үшін міндетті болып табылады. Қауіпсіздік ережелері келесіге бөлінеді: 1) дене шынықтыру сабақтарындағы қауіпсіздіктің жалпы ережелері; 2) сабақтың алдында, уақытында және соңындағы қауіпсіздік ережелері; 3) спорттық – бұқаралық және дене шынықтыру – сауықтыру іс-шараларын өткізу кезіндегі қауіпсіздік қағидалары; 4) жазатайым оқиғалар мен төтенше жағдайлар кезіндегі қауіпсіздік талаптары. Қауіпсіздік ережелерінің мазмұны спорт түріне және сабақ өтетін орынға байланысты. Әр спорт түрінің өз ережелері мен талаптары бар. «Дене шынықтыру» пәні сабақта білім алушылардың жеке қасиеттерін қалыптастыруға мүмкіндік береді. Адамгершілікке тәрбиелеуде үлкен нәтижеге жету үшін әр сабақта әр түрлі тәрбие құралдарын пайдалану қажет. Оларға мыналар жатады: - білім алушылар ұжымын біріктіруге ықпал ететін тапсырмаларды тандау; - бірлескен іс-әрекеттерді ұйымдастыру, өзара көмек және т. б. Жеке қасиеттерді тәрбиелеу үшін білім алушыларға қиын, бірақ орындауға болатын міндеттерді қойып, мақсатқа жетуді ынталандыру қажет. Сонымен, батылдық пен табандылықты тәрбиелеу үшін шешім қабылдай алмау мен қорқыныштан арылуға байланысты жаттығуларды қолдануға болады, мысалы, тірек секіру, гимнастикалық снарядтардағы жаттығулар және т.

б. Дене шынықтыру педагогтеріне «Дене шынықтыру» пәні бойынша оқутәрбие процесін ұйымдастыруда оқу-әдістемелік көмек көрсету мақсатында Ы. Алтынсарин атындағы Ұлттық білім академиясы мен Ұлттық ғылыми-практикалық дене тәрбиесі орталығы әзірлеген әдістемелік материалдарды пайдалану ұсынылады. Ерекше қажеттіліктері бар балалар оқытылатын сыныптардағы дене шынықтыру сабақтарында олардың дағдыларын, қабілеттерін, денсаулық жағдайын ескере отырып, жеке тәсілді жүзеге асыру қажет, сабақты оқыту әдістері мен балаларға жүктемені бөле отырып, соған сәйкес жоспарлау және нысандарды таңдау керек. Инклюзивті білім беруді іске асыру шеңберінде Ы. Алтынсарин атындағы Ұлттық білім академиясы ұсынған Инклюзивті білім беру жағдайында «Дене шынықтыру» пәнінің оқу бағдарламаларын іске асыру бойынша әдістемелік ұсынымдар пайдалануға ұсынылады. Ы. Алтынсарин атындағы ҰБА – Астана, 2023. (<https://uba.edu.kz/ru> «Әдістемелік ұсынымдар» бөлімі). Жаңа оқу жылынан бастап білім алушылардың денсаулығын нығайту және дене белсенділігін арттыру мақсатында барлық орта білім беру ұйымдарында міндетті таңертеңгілік жаттығулар өткізу ұсынылады. Міндетті таңертеңгілік жаттығуды өткізу үшін Ұлттық дене шынықтыру ғылыми-практикалық орталығы әзірлеген «Дене сергіту» челленджін өткізу бойынша әдістемелік ұсынымдарды басшылыққа алу ұсынылады. Әдістемелік ұсынымдар <https://www.nnpsfk.kz/index.php/kk/adistemeli-m-teri-l-d-g> сайтында қарастырылған. Сыныптан тыс жұмыстарды ұйымдастыруды оқу-әдістемелік қамтамасыз ету мақсатында Білім беру ұйымдарында мектептен тыс спорттық жұмыстарды ұйымдастыру туралы Ұлттық ғылыми-практикалық дене тәрбиесі орталығы әзірлеген спорттық-бұқаралық және дене шынықтыру-сауықтыру іс-шараларын ұйымдастыру бойынша әдістемелік нұсқаулықтар пайдалануға ұсынылады (<https://www.nnpsfk.kz/index.php/ru/metodicheskie-materialy>, «Әдістемелік материалдар» бөлімі). Жалпы білім беретін мектептердің 5-9-сыныптарына арналған «Дене шынықтыру» пәнінің үлгілік оқу бағдарламасы аясында «Тіршілік қауіпсіздігі негіздері» оқу курсының мазмұны жүзеге асырылады. Дене шынықтыру сабақтарында қауіпсіздік ережелері бойынша негізгі тақырыптармен қатар мыналарды оқып-үйрену ұсынылады: - табиғи және техногендік сипаттағы төтенше жағдайлар жағдайында, орманда және тұрғын кварталдарда жүріс-тұрыс ережелері; - зиянды әдеттердің алдын алу; - шамадан тыс шаршау: себептері және алдын-алу; - дұрыс тамақтану; - шұғыл жағдайларда алғашқы көмек. «Дене шынықтыру» пәні бойынша сабақ кестесін жасау кезінде бір спорт залында бірнеше сыныптарда сабақ қатар жүргізілетін болса, білім алушылардың жас ерекшеліктерін сақтауды ескеру қажет. Мысалы, бір уақытта 5-6; 7-8 және 9, 10-11-сыныптарда сабақ өткізуге болады. Бұқаралық спортты насихаттау, білім алушыларды дене шынықтыру мен спортқа жүйелі түрде баулу, салауатты өмір салтын насихаттау аясында жыл сайын Ұлттық мектеп лигасы өткізіледі. 2023-2024 оқу жылында Ұлттық мектеп лигасы спорттың 10 түрінен («Шұбар доп» волейбол, «Алтын доп» баскетбол, «Былғары доп» футбол, «Теңбіл доп» футзал, «Ұшқыр доп» гандбол, тоғызқұмалақ, асық ату, бес асық, «Ақбоз ат» шахматы, үстел теннисі, жеңіл атлетикалық кросс) өткізіледі.

Мұғалімнің әр сабақ сайын жүргізетін бақылау жұмыстары жүйелі түрде іске асырылады және білім алушының тапсырмаларды қаншалықты дұрыс орындап жатқандарын түсінуге, олардың білім алу траекторияларына түзетулер енгізуге мүмкіндік береді.

«Есептелінді» және «есептелінген жоқ» деген сынақ қойған кезде критериялды бағалау қағидасына сүйену керек. Яғни, білім алушы «есептелінді» деген сынақ алу үшін сабаққа қатысып қана қоймай, дене дамуы бойынша білім мен біліктілік негіздерін игеруі керек.

«Дене шынықтыру» пәні бойынша тоқсан соңында және оқу жылының соңында «есептелінді»/«есептелінген жоқ» бағасы сынып журналына қойылады.

9 сынып үшін күнтізбелік және тақырыптық жоспарлау

Дене шынықтыру

(2 сағаттық)

Ұзақ мерзімді жоспар бөлімі	Ұзақ мерзімді жоспар бөлімінің тақырыптары	Оқумақсаты. Білім алушылар білуі тиіс	Сабак саны	Күні, айы
1-тоқсан				Сынып тар
				9а,9ә,9б, 9в,
1-бөлім Жүгіру, секіру, лақтыру техникасын жетілдіру	1-2. 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	2	01.09. 2023ж 05.09
	3-4. 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	08.09
		9.3.2.1 нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған дене қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау	1	12.09
	5-6 Секірудің түрлендірілген түрлері	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу	2	15.09 19.09
	7-8. Лақтыруды жетіл	9.1.1.1 үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл	2	22.09 26.09

	діруге арналған жаттығулар құрастыру	әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру		
	9-10. Жүгіру эстафетасын өткізу жолдарын құрастыру	9.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды бағалай білу	2	29.09 03.10
2-бөлім Спорт ойындары арқылы бірлескен жұмыс	11-12. Ойын техникасы	9.1.1.1 үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру;	1	06.10
		9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу	1	10.10
		9.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама тұлғаларын құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді бағалау және салыстыра білу	1	13.10
	13-14. 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	17.10
		9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	1	20.10
	15. Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы.	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1	24.10
		9.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтару, қимыл-әрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу	1	27.10

	16. Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы.			
2-тоқсан				
3-бөлім Гимнастика арқылы денені басқару дағдылары	17-18. Қауіпсіздік ережесі. Топтық саптық жаттығулар	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсінуге және мұқият сипаттай білу	2	07.11 10.11
	19-20. 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	14.10
		9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу	1	17.11
	21-22. 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	21.11
		9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу;	1	24.11
	23-24. Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1	28.11
		9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	01.12

4-бөлім Қазақтың ұлттық және халық ойындары	25-26. Халықаралық ойындар	9.2.7.1 жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсетуді талдай білу;	1	05.12
	27-28. Халықаралық ойындар	9.2.3.1 қолайлы оқып-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша бірқатар біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын бағалай білу;	1	08.12
		9.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды бағалай білу	2	12.12 15.12
	29-30. Зияткерлік ойындар	9.2.6.6 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу;	2	19.12 22.12
	31-32. Зияткерлік ойындар.	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	2	26.12 28.12 30.12
3-тоқсан				
5-бөлім Шаңғы / кросс/ коньки дайындығы	33. Қауіпсіздік ережесі. Денені қыздыру және қалпына келтіру әдістерінің кешенін құрастыру.	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу;	1	12.01
	34. Денені қыздыру және қалпына келтіру әдістерінің кешенін құрастыру.	9.3.2.1 нақты денешынықтыру сабақтарына арналған қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау	1	16.01

	35-36. Күшті, төзімділікті жақсарту жаттығулар жиынтығы	9.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жекебастың үлгісімен көрсету;	2	12.01
	37-38. Күшті, төзімділікті жақсарту жаттығулар жиынтығы.	9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу	2	16.01 30.01.
	39. Кедергілерден өту дегі арнайы спецификалық жаттығуларды жетілдіру 09.02	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу;	1	02.02
	40. Кедергілерден өтудегі арнайы спецификалық жаттығуларды жетілдіру 13.02	9.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру және сипаттау	1	06.02
6-бөлім Команда құру ойындары	41-42. Ойын кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-шаралар 16.02	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу;	2	09.02 13.02
	43. Ойын кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-шаралар 23	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау	1	16.02
	44-45. Ойын кезіндегі мәселені шешу дағды	9.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді бағалау және бейімдей білу;	2	20.02 29.02

22.02 1.03

	сын жетілдіру.			
	46. Ойын кезіндегі мәселені шешу дағдысын жетілдіру.	9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу	1	27.02
	47-48. Ойын комбинацияларын құру	9.2.3.1 қолайлы оқып-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша бірқатар біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын бағалай білу;	2	01.03 5.03
	49-50. Ойын комбинацияларын құру	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	2	12.03 15.03
	51-52. Баламалы ойындар құрастыру.	9.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу;	2	12.03 15.03
	53-54. Баламалы ойындар құрастыру	9.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу	2	19.03
4-тоқсан				
7-бөлім Әлеуметтік дағдылар және мәселелерді командалық іс-әрекеттерде шешу	55. Қауіпсіздік ережесі. Ойын жағдайында допты игеру техникасы.	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу;	1	02.04
	56. 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	05.04
	57. Ойын кеңістігінде бағыт-бағдар дағдысын жетілдіру.	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және	1	09.04

	58. Ойын кеңітігінде бағыт-бағдар дағдысын жетілдіру.	қолдана білу; 9.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді бағалау жәнес алыстыра білу	1	12.04
	59-60. Жеке, топтық, командалық тактикалық қарекеттер	9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	2	16.04 19.04
	61. Топта ойын-сауық ойындарын құру.	9.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді бағалау және бейімдей білу;	1	23.04
	62. Топта ойын-сауық ойындарын құру	9.1.6.1 қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап қайтара білу дағдыларын бағалау	1	26.04
	8-бөлім Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулық және фитнес	63-64. Әртүрлі бұлшық еттерді қалпына келтіру жаттығулар жиынтығын құрастыру	2	10.05
	65-66. Стайерлік жүгіру дағдысын дамыту.	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу	2	14.05
	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	17.05
	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	21.05

«№4 М.Әуезов атындағы жалпы орта білім беретін мектеп» КММ

**Дене шынықтыру пәнінен
9-сыныптарға арналған үйірменің
күнтізбелік-тақырыптық жоспары**

Пәні мұғалімі: Тулепов.Е

2023-2024 оқу жылы

ТҮСІНІК ХАТ

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.

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.

Оқыту мақсаты:

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 қарау, 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

Бекітемін:

Мектеп директоры:

С.Қабдрахманова.

Волейбол үйірмесінің жоспары (аптасына 1 рет, 34 САҒАТ)

р/с	Өтілетін сабақтың тақырыбы	сағаты	мерзімі
1	Волейбол ойыны: Волейбол ойынының шығу тарихы туралы жалпы түсінік. Волейбол алаңы және волейбол добы туралы түсінік Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	7.09.2023
2	Волейбол ойыны: Волейбол ойынының қауіпсіздік ережелері. Волейбол ойынының негізгі ережелері. Волейбол ойынында қолданылатын термин сөздер Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	14.09.2023
3	Волейбол ойыны: Волейбол ойынында ойыншылардың алаңдағы тұру әдістері. Ойыншылардың алаңдағы орын ауыстыру әдістері (тіркемелі адым, қосарланған адым, жүгіру, секіру, құлау әдістері) Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	21.09.2023
4	Волейбол ойыны: 1, 2, 3, 4, 5, 6-аймақ ойыншыларының міндеттері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	28.09.2023
5	Волейбол ойыны: Допты ойынға қосу әдістерін үйренуге арналған жаттығулар Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	5.10.2023
6	Волейбол ойыны: Допты төменнен ойынға қосу мен қателіктерді игеру Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	12.10.2023
7	Волейбол ойыны: Допты жоғарыдан ойынға қосу әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	19.10.2023
8	Волейбол ойыны: Допты жоғарыдан ойынға қосу кезіндегі қателіктер Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	26.10.2023
9	Волейбол ойыны: Допты қабылдау әдістерін үйренуге арналған жаттығулар Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	9.11.2023
10	Волейбол ойыны: Допты екі қолмен жоғарыдан қабылдау әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	16.11.2023
11	Волейбол ойыны: Допты екі қолмен жоғарыдан қабылдау кезіндегі қателіктер Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	23.11.2023

12	Волейбол ойыны: Допты төменнен қабылдау әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	30.11.2023
13	Волейбол ойыны: Допты төменнен қабылдау кезіндегі қателіктер Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	7.12.2023
14	Волейбол ойыны: Допты көтеріп беру әдістерін үйренуге арналған жаттығулар Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	14.12.2023
15	Волейбол ойыны: Шабуылдаушыға допты саусақтармен жоғарыдан көтеріп беру әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	21.12.2023
16	Волейбол ойыны: Шабуылдаушыға допты білекпен төменнен көтеріп беру әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	28.12.2023
17	Волейбол ойыны: Шабуылдаушыға бір қолмен жоғарыдан доп беру әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	11.01.2024
18	Волейбол ойыны: Шабуылдау соққыларының әдістерін үйренуге арналған жаттығулар(жүгіру,секіру,копу) Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	18.01.2024
19	Волейбол ойыны: Шабуыл ұйымдастыру әдістері. Шабуылдау соққыларын жасау әдіс-тәсілдері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	25.01.2024
20	Волейбол ойыны: Бүйірден шабуылдау соққысын орындау әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	1.02.2024
21	Волейбол ойыны: Үдемелі шабуылдау соққысын орындау әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	8.02.2024
22	Волейбол ойыны: Кеуде тұлғасын бұрын орындалатын шабуыл соққысын орындау әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	15.02.2024
23	Волейбол ойыны: Қолды ауыстырып шабуылдау соққысын орындау әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	22.03.2024
24	Волейбол ойыны: 2, 4-аймақтан шабуыл жасау әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	29.02.2024
25	Волейбол ойыны: Екінші сызыстан шабуылдап соғу әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	7.03.2024

26	Волейбол ойыны: Қысқа көтерілген допты шабуылдап соғу әдістері (3-аймақтан шабуыл жасау) Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	14.03.2024
27	Волейбол ойыны: Шабуылдап соғуға ыңғайсыз келген допты бос алаңға алдап тастау әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	4.04.2024
28	Волейбол ойыны: Командалық айла тәсілдермен допты шабуылдап соғу әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	11.04.2024
29	Волейбол ойыны: Шабуылдап соққан допқа тосқауыл қою әдістерін үйренуге арналған жаттығулар Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	18.04.2024
30	Волейбол ойыны: Шабуылдап соққан допқа тосқауыл қою кезіндегі секіру, жерге қону әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	25.04.2024
31	Волейбол ойыны: Шабуылдап соққан допқа қарсы секіріп қолмен тосқауыл қою әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	2.05.2024
32	Волейбол ойыны: Тосқауыл қойған ойыншының орнын жабу әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	16.05.2024
33	Волейбол ойыны: Либероның ойын әдістері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	23.05.2024
34	Волейбол ойыны: Төрешілік ету. Төрешілер қимыл-белгілері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1	