



«Бекітемін»
Қ.Шанғытбаев атындағы
ЖОББМ директоры:

Д. Шыр Д.Куанышева

«09» 09 2023ж.

«Келісемін»
Директордың
оқу ісі жөніндегі орынбасары:

Аманова К.Л.Аманова
«31» 08 2023ж.

ӘБ отырысында қаралды
Хаттама №1
Әдістемелік бірлестік жетекшісі:

Саршин М.Б.Саршин
«31» 08 2023 ж.

КҮНТІЗБЕЛІК- ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР

МҰҒАЛІМ: Баймурзин А.Б.

ОБЛЫС, ҚАЛА, АУДАН, АУЫЛ: Ақтөбе облысы Әйтеке би ауданы Қарабұтақ селосы

МЕКТЕП: Қ.Шанғытбаев атындағы ЖОББМ

ПӘН: дене шынықтыру

СЫНЫП: 7

ЖЫЛДЫҚ САҒАТ САНЫ: 102

АПТА САҒАТ САНЫ: 3

Түсінік хат

«Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың, бастауыш, негізгі орта және жалпы орта, білім берудің мемлекеттік жалпыға міндетті стандарттарын бекіту туралы» (ҚР Оқу-ағарту министрінің 2022 жылғы 3 тамыздағы № 348 бұйрығы, 23.09.2022 ж. № 406 бұйрығы) «Мектепке дейінгі тәрбие және оқыту, орта арнаулы, орта білімнен кейінгі білім беру ұйымдарының педагогтері жүргізу үшін міндетті құжаттардың тізбесін және олардың нысандарын бекіту туралы» (ҚР БҒМ 6.04.2020 ж. № 130 бұйрығы, ҚР Оқу-ағарту министрінің 17.03.2023 ж. «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 Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрінің 16.09.2022 ж. № 399 бұйрығы, негізгі орта білім беру деңгейде «Дене шынықтыру»

(5-9-сыныптар) пәндерін оқыту педагогтерге арналған оқу бағдарламаларына әдістемелік нұсқаулықтарды қолдану арқылы жүзеге асырылады.

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 зәтін қатаң еттеу қажет. Бұл сабақтың сауықтыру бағытына ішінара қол жеткізеді. Білім алушылардың жеке ерекшеліктерін ескере отырып, жүктеме елдерді 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. Білім алушы алдыңғы жаттығуда талаптарды орындағанға дейін жаттығуларды қиындату ұсынылмайды. Жаттығуларды таңдауда 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) таңдау, тапсырмаларды жақсы орындауға мүмкіндік беруді.

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 таңдау), спорттық ойындарға, 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 таңдау, дене жаттығуларының техникасын талдау, алған білімдерін өз бетінше оқуға қолдана білу керек.

| № р/с | Ауыспалы тақырыптар | Сабияқарудың тақырыптары | Оқудың мақсаттары | Саят саны | Күні | Ескертудер |
|-------|---|--|--|-----------|--------|------------|
| 1 | 1-бөлім. Жүгіру, секіру, дақтыру дағдыларына оқыту. | Кауіпсіздік ережесі. Қысқа қашықтыққа жүгіру 30 метрге жүгіру ӨҚН . Су тасқыны алдын алу | 7.3.4.1 Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулар кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу | 1 | 01.09. | |
| 2 | | Кауіпсіздік ережесі. Қысқа қашықтыққа жүгіру 4x10 метрге жылдамдыққа жүгіру ӨҚН . Орман және дала орті | 7.3.4.1 Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулар кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу | 1 | 05.09. | |
| 3 | | Кауіпсіздік ережесі. Қысқа қашықтыққа жүгіру 60 метрге жүгіру ӨҚН Өндірістік апаттар және зығала апаттар | 7.3.4.1 Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулар кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу | 1 | 05.09. | |
| 4 | | Орта және ұзақ қашықтыққа жүгіру 200 метрге жүгіру ӨҚН Өндірістік апаттар және зығала апаттар | 7.3.3.1 Түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың аздаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау | 1 | 08.09. | |
| 5 | | Орта және ұзақ қашықтыққа жүгіру 400 метрге жүгіру | 7.3.2.2 Жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету | 1 | 12.09. | |
| 6 | | Орта және ұзақ қашықтыққа жүгіру 800 метрге жүгіру | 7.3.3.1 Түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың аздаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау | 1 | 12.09. | |
| 7 | | Секіру және оның түрлері Бір орыннан ұзындыққа секіру | 7.1.2.1 Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру және жинақтау | 1 | 15.09. | |
| 8 | | Секіру және оның түрлері Ұзындыққа жүгіріп келіп секіру | 7.1.2.1 Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру және жинақтау | 1 | 19.09. | |
| 9 | | Секіру және оның түрлері Биіктікке секіру | 7.1.2.1 Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру және жинақтау | 1 | 19.09. | |
| 10 | | Әр түрлі снарядтарды дақтыру 150 г кіші допты нысанаға дақтыру | 7.1.1.1 Кен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және икемділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру | 1 | 22.09. | |
| 11 | | Әр түрлі снарядтарды дақтыру 150 г кіші допты қашықтыққа дақтыру | 7.1.1.1 Кен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және икемділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру | 1 | 26.09. | |
| 12 | | Эстафеталық жүгіруді түрлендіру Эстафета 4x60 м | 7.1.1.1 Кен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және икемділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру | 1 | 26.09 | |

| | | | | | | |
|----|-------------------------------|--|---|---|--------|--|
| 13 | 2-бөлім Спорт ойындары Футбол | Футбол. Ойын ережелері | ікемділікті дамытуға арналған кимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру | 1 | 29.09. | |
| 14 | | Футбол. Алғашқы қозғалыстар . ӨҚН. Әсері мықты ұлы заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар | 7.1.1.1 Кең ауқымдағы арнайы спорттық кимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және ікемділікті дамытуға арналған кимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру | 1 | 03.10. | |
| 15 | | Футбол. Қақпашы ойыны | 7.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және жинақтау | 1 | 03.10. | |
| 16 | | Футбол. Доппен алдап өту тәсілдері | 7.2.4.1 Дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді онтайландыру және балама түрлерін құруға қажетті ережелер мен құрылымдық тәсілдерді көрсете білу | 1 | 06.10 | |
| 17 | | Футбол. Шабуылда ойнау техникасы | 7.1.2.1 Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен жинақтау | 1 | 10.10. | |
| 18 | | Футбол. Айып добын орындау | 7.1.5.1 Бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу | 1 | 10.10. | |
| 19 | | Футбол. Пенальти орындау | 7.1.2.1 Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен жинақтау | 1 | 13.10. | |
| 20 | | Футбол. Командалық қорғаныс ӨҚН Әсері мықты ұлы заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар | 7.2.1.1 Өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, кимыл әрекеттерімен байланысты білімді жетілдіре білу | 1 | 17.10. | |
| 21 | | Футбол. Екі жақты ойын | 7.2.2.1 Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу | 1 | 17.10. | |
| 22 | | Командадағы көшбасшылық дағдыларын дамыту Баскетбол. Шабуылда ойнау әдістер | 7.2.1.1 Өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, кимыл әрекеттерімен байланысты білімді жетілдіре білу | 1 | 20.10. | |
| 23 | | Командадағы көшбасшылық дағдыларын дамыту Баскетбол. Тосқауыл қою | 7.2.2.1 Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу | 1 | 24.10. | |
| 24 | | Командадағы көшбасшылық дағдыларын дамыту Баскетбол. Екі жақты ойын | 7.2.1.1 Өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, кимыл әрекеттерімен байланысты білімді жетілдіре білу | 1 | 24.10. | |
| 25 | | Командадағы көшбасшылық дағдыларын дамыту Баскетбол. Екі жақты ойын | 7.2.5.1 Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну | 1 | 27.10 | |
| 26 | | Зияткерлік ойындар Шахмат ойыны | 7.2.6.6 Жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін қолдана білу | 1 | 07.11 | |

| | | | | | | | |
|----|---|---|--|---|---|--------|--|
| 27 | | Эңіткерлік ойындар Шахмат ойыны | | 7.2.5.1 Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, сондай-ақ оны пешудің баалама жолдарын ұсыну | 1 | 07.11 | |
| 28 | 3-бөлім Гимнастикалық жаттығулар арқылы шығармашылық және сыни тұрғыдан ойлау | Кауіпсіздік техникасы. Саптағы жаттығулар ӨҚН.Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету | | 7.3.4.1 Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезінде болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу | 1 | 10.11 | |
| 29 | | Кауіпсіздік техникасы. Саптағы жаттығулар. Бір орындағы ӨҚН.Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету | | 7.3.4.1 Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезінде болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу | 1 | 14.11 | |
| 30 | | Кауіпсіздік техникасы. Саптағы жаттығулар. Топпен. орындағы ӨҚН.Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету | | 7.3.4.1 Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезінде болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу | 1 | 14.11 | |
| 31 | | Акробатикалық элемент кешендері Гимнастикалық кермеде жаттығулар орындау | | 7.3.2.1 Жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету | 1 | 17.11 | |
| 32 | | Акробатикалық элемент кешендері Гимнастикалық кермеде жаттығулар орындау | | 7.1.2.1 Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен жинақтау | 1 | 21.11. | |
| 33 | | Акробатикалық элемент кешендері Гимнастикалық төсеніштерде жаттығулар орындау | | 7.3.2.1 Жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету | 1 | 21.11 | |
| 34 | | Акробатикалық элемент кешендері Гимнастикалық бөренеді жаттығулар орындау | | 7.3.2.1 Жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету | 1 | 24.11 | |
| 35 | | Гимнастикалық құрал-жабдықтарда орындалатын жаттығу түрлері Гимнастикалық кіші атта 120 см биіктікке секіру | | 7.1.5.1 Бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу | 1 | 28.11 | |
| 36 | | Гимнастикалық құрал-жабдықтарда орындалатын жаттығу түрлері Гимнастикалық кіші атта 120 см биіктікке секіру | | 7.1.4.1 Қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын жақсарту білу | 1 | 28.11 | |
| 37 | | Гимнастикалық құрал-жабдықтарда орындалатын жаттығу түрлері Гимнастикалық сырлықта жаттығулар орындау | | 7.1.5.1 Бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу | 1 | 01.12 | |

| | | | | | |
|----|---|--|---|--------|--|
| 38 | Гимнастикалық құрал-жабдықтарда орындалатын жаттығу түрлері (Гимнастикалық сырықта жаттығулар орындау) | 7.1.4.1 Қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің білгітлік сапасын жақсартпа бiлу | 1 | 05.12. | |
| 39 | Презентация жасау және топтағы бағалау процесі Гимнастикалық сырықта бағалау | 7.2.2.1 Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу | 1 | 05.12 | |
| 40 | Презентация жасау және топтағы бағалау процесі Гимнастикалық кермеде бағалау | 7.2.5.1 Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің бағалама жолдарын ұсыну | 1 | 08.12 | |
| 41 | Презентация жасау және топтағы бағалау процесі Гимнастикалық атта секіруді бағалау | 7.2.2.1 Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу | 1 | 12.12 | |
| 42 | Презентация жасау және топтағы бағалау процесі Гимнастикалық кермеде бағалау | 7.2.5.1 Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің бағалама жолдарын ұсыну | 1 | 12.12 | |
| 43 | Презентация жасау және топтағы бағалау процесі Гимнастикалық атта секіруді бағалау | 7.2.2.1 Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу | 1 | 15.12 | |
| 44 | Қазақтың ұлттық ойындары (Асыл ату және бес тас ойыны) | 7.3.5.1 Басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды анықтай білу | 1 | 19.12 | |
| 45 | Қазақтың ұлттық ойындары Тоғызқұмалақ ойыны | 7.2.7.1 Жарыс кезінде адал ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлдық көрсетуді талқылау және бейімдей білу | 1 | 19.12 | |
| 46 | Шанғы Қауіпсіздік ережесі. Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту орындағы ӨҚН.Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету | 7.3.4.1 Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезіндегі болуы мүмкін қауіп – қатерлерді анықтай білу | 1 | 22.12 | |
| 47 | Қауіпсіздік ережесі. Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту. Алма кезек екі адамды жүріс және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету | 7.3.2.1 Жаппы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету | 1 | 26.12 | |
| 48 | Қауіпсіздік ережесі. Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту. Алма кезек екі адамды жүріс ӨҚН.Жара мен жаракат алу және басқа да келенсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету | 7.3.4.1 Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезіндегі болуы мүмкін қауіп - қатерлерді анықтай білу | 1 | 26.12 | |

| | | | | | | |
|----|--|--|---|---|-------|--|
| 49 | | Қауіпсіздік ережесі. Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту.бір мезгілді бір адымды жүріс | 7.3.2.1 Жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету | 1 | 09.01 | |
| 50 | | Күш пен шыдамдылық дамыту жаттығулары .Конький тәсілімен қозғаду. | 7.3.1.1 Өз денсаулығына салауатты өмір салтының типізетін әсерін түсіну және түсіндіре білу | 1 | 09.01 | |
| 51 | | Күш пен шыдамдылық дамыту жаттығулары Конький тәсілімен қозғаду. | 7.1.4.1Қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын жақсарта білу | 1 | 12.01 | |
| 52 | | Күш пен шыдамдылық дамыту жаттығулары. Шырша тәсілімен қырта көтерілу | 7.3.1.1 Өз денсаулығына салауатты өмір салтының типізетін әсерін түсіну және түсіндіре білу | 1 | 16.01 | |
| 53 | | Күш пен шыдамдылық дамыту жаттығулары Конький тәсілімен қозғаду. | 7.1.4.4Қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын жақсарта білу | 1 | 16.01 | |
| 54 | | Қашықты жүріп өтудегі шығармашылық тапсырмалар. Соқа тәсілімен тоқтау | 7.3.3.1. Түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға типізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау | 1 | 19.01 | |
| 55 | | Қашықты жүріп өтудегі шығармашылық тапсырмалар 2000м шаңғымен жүтіріп өту | 7.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және жинақтау | 1 | 23.01 | |
| 56 | | Кедергілерден өтуге арналған арнайы спецификалық жаттығулар 4х10 м жылдамдыкка жүтіру | 7.3.3.1. Түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға типізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау | 1 | 23.01 | |
| 57 | | Кедергілерден өтуге арналған арнайы спецификалық жаттығулар 30 м кедергілерден секіру арқылы жүрек қағысын тексеру | 7.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және жинақтау | 1 | 26.01 | |
| 58 | 6-бөлім. Шытырман және команда құруға арналған ойындар | Ойындағы көшбасшылық және командалық іс-әрекет. Баскетбол. Ойын ережелері | 7.3.4.1 Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу | 1 | 30.01 | |
| 59 | | Ойындағы көшбасшылық және командалық іс-әрекет. Баскетбол. Ойыншылардың аландағы қозғалыстары | 7.2.2.1 Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу | 1 | 30.01 | |
| 60 | | Ойындағы көшбасшылық және командалық іс-әрекет. Баскетбол. Доппен және допсыз қозғалыстар | 7.2.2.1 Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу | 1 | 02.02 | |

| | | | | | |
|----|---|--|---|-------|--|
| 61 | Ойындағы көшбасшылық және командалық іс-әрекет. Баскетбол. Допты ойыншыға беру әдісі | 7.3.4.1 Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу | 1 | 06.02 | |
| 62 | Ойындағы көшбасшылық және командалық іс-әрекет. Баскетбол. Допты торға тастау әдісі | 7.2.2.1 Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуі талқылау және көрсете білу | 1 | 06.02 | |
| 63 | Ойын арқылы мәселелерді шешу дағдысын жетілдіру. Баскетбол. 2-3 ұпайлық тастау әдістері | 7.2.8.1 Түрлі қимыл-қозғалыстарға негізделген рөлдерді қолдана білу | 1 | 09.02 | |
| 64 | Ойын арқылы мәселелерді шешу дағдысын жетілдіру. Баскетбол. Қорғаныста ойнау әдістері | 7.1.4.1 Қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын жақсарту білу | 1 | 13.02 | |
| 65 | Ойын арқылы мәселелерді шешу дағдысын жетілдіру. Баскетбол. Қорғаныста ойнау әдістері | 7.2.8.1 Түрлі қимыл-қозғалыстарға негізделген рөлдерді қолдана білу | 1 | 13.02 | |
| 66 | Ойын арқылы мәселелерді шешу дағдысын жетілдіру. Баскетбол. Қарсыласқа тосқауыл қою әдісі | 7.1.4.1 Қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын жақсарту білу | 1 | 16.02 | |
| 67 | Баламалы ойын жағдайын құру Баскетбол. Шабуылда ойнау әдістері | 7.2.5.1 Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну | 1 | 20.02 | |
| 68 | Баламалы ойын жағдайын құру Баскетбол. Шабуылда ойнау әдістері | 7.2.3.1 Қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын талқылау және көрсете білу | 1 | 20.02 | |
| 69 | Баламалы ойын жағдайын құру Баскетбол. Командалық шабуылдағы ойын | 7.2.5.1 Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну | 1 | 23.02 | |
| 70 | Баламалы ойын жағдайын құру Баскетбол. Командалық қорғаныстағы ойын | 7.2.3.1 Қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын талқылау және көрсете білу | 1 | 27.02 | |
| 71 | Топтағы шытырман ойындар Баскетбол. Ойын техникасы мен тактикалары | 7.2.1.1 Өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді жетілдіре білу | 1 | 27.02 | |
| 72 | Топтағы шытырман ойындар Баскетбол. Ойын техникасы мен тактикалары | 7.2.6.1 Жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін қолдана білу | 1 | 01.03 | |
| 73 | Топтағы шытырман ойындар Баскетбол. Командалық қозғалыстар | 7.2.1.1 Өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді жетілдіре білу | 1 | 05.03 | |
| 74 | Топтағы шытырман ойындар Баскетбол. Екі жақты ойын | 7.2.6.1 Жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін қолдана білу | 1 | 05.03 | |
| 75 | Топтағы шытырман ойындар Баскетбол. Екі жақты ойын | 7.2.1.1 Өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді жетілдіре білу | 1 | 08.03 | |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|---|-------|--|
| 76 | 7-бөлім. Шабуыл ойындарда дағдыларды және түсініуді дамыту | Кәуіпсіздік техникасы. Ойын кезіндегі допты қолдану әдісін орындау Футбол ойынының ережелері ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету. | 7.3.4.1 Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезіндегі болуы мүмкін кәуіп-қатерлерді анықтай білу | 1 | 12.03 | |
| 77 | | Ойын кезіндегі допты қолдану әдісін орындау Футбол. Алғашқы қозғалыстар ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік | 7.3.4.1 Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезіндегі болуы мүмкін кәуіп-қатерлерді анықтай білу | 1 | 12.03 | |
| 78 | | Ойын кезіндегі допты қолдану әдісін орындау Футбол. Қақпашының ролі. ӨҚН Салауатты өмір салты әдеттері туралы түсінік | 7.3.4.1 Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезіндегі болуы мүмкін кәуіп-қатерлерді анықтай білу | 1 | 15.03 | |
| 79 | | Кеністікте бағдарлану және допты бір-біріне беру дағдыларын дамыту Футбол. Доппен алдан оту тәсілдері | 7.2.5.1 Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну | 1 | 19.03 | |
| 80 | | Кеністікте бағдарлану және допты бір-біріне беру дағдыларын дамыту. Футбол. Допты баспен ұру түрлері | 7.2.5.1 Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну | 1 | 19.03 | |
| 81 | | Кеністікте бағдарлану және допты бір-біріне беру дағдыларын дамыту. Футбол. Допты тартып алу тәсілдері | 7.3.3.1 Түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың атзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау | 1 | 02.04 | |
| 82 | | Тактикалық әрекеттер: жеке, топтық, командалық Футбол. Шабуылда ойнау техникасы | 7.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және қорытындылау | 1 | 02.04 | |
| 83 | | Тактикалық әрекеттер: жеке, топтық, командалық Футбол. Допты қақпада бағыттау | 7.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және қорытындылау | 1 | 05.04 | |
| 84 | | Тактикалық әрекеттер: жеке, топтық, командалық Футбол. Допты бір екіпінмен теуіп жарысу | 7.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және қорытындылау | 1 | 09.04 | |
| 85 | | Шабуыл ойындарын құрастыру және өткізу Футбол. Айып добын орындау | 7.3.1.1 Өз денсаулығына салауатты өмір салтының тигізетін әсерін түсіну және түсіндіре білу | 1 | 09.04 | |
| 86 | | Шабуыл ойындарын құрастыру және өткізу Футбол. Екі жақты ойын | 7.3.1.1 Өз денсаулығына салауатты өмір салтының тигізетін әсерін түсіну және түсіндіре білу | 1 | 12.04 | |

| | | | | | | |
|----|--|--|--|---|-------|--|
| 87 | | Шабуыл ойындарын құрастыру және өткізу. Футбол. Екі жақты ойын | 7.3.1.1 Өз денсаулығына салауатты өмір салтының тигізетін әсерін түсіну және түсіндіре білу | 1 | 16.04 | |
| 88 | 8-бөлім. Жөңіл атлетика арқылы белсенді өмір салтын қалыптастыру | Сауықтыру жүгірісі 60 м жүгіру | 7.3.4.1 Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу | 1 | 16.04 | |
| 89 | | Сауықтыру жүгірісі. 200 м жүгіру | 7.3.4.1 Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу | 1 | 19.04 | |
| 90 | | Сауықтыру жүгірісі. 400 м жүгіру | 7.3.4.1 Денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу | 1 | 23.04 | |
| 91 | | Тыныс алуды қалпына келтіру жаттығулары Эстафета 4x60 м ойыны | 7.2.5.1 Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну | 1 | 23.04 | |
| 92 | | Тыныс алуды қалпына келтіру жаттығулары 1000 м жүгіру | 7.2.5.1 Өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну | 1 | 26.04 | |
| 93 | | Тыныс алуды қалпына келтіру жаттығулары Ұзақ қашықтыққа жүгіру | 7.3.3.1 Түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың арзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау | 1 | 30.04 | |
| 94 | | Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдыларды жетілдіру Бір орыннан ұзындыққа секіру | 7.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және қорытындылау | 1 | 30.04 | |
| 95 | | Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдыларды жетілдіру Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру | 7.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және қорытындылау | 1 | 03.05 | |
| 96 | | Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдыларды жетілдіру Биктікке секіру әдістері | 7.1.3.1 Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және қорытындылау | 1 | 10.05 | |
| 97 | | Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту 150 г кіші допты қашықтыққа лақтыру | 7.3.1.1 Өз денсаулығына салауатты өмір салтының тигізетін әсерін түсіну және түсіндіре білу | 1 | 14.05 | |
| 98 | | Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту 150 г кіші допты қашықтыққа лақтыру | 7.3.1.1 Өз денсаулығына салауатты өмір салтының тигізетін әсерін түсіну және түсіндіре білу | 1 | 14.05 | |
| 99 | | Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту 150 г кіші допты нысанана лақтыру | 7.3.1.1 Өз денсаулығына салауатты өмір салтының тигізетін әсерін түсіну және түсіндіре білу | 1 | 17.05 | |

| | | | | | | |
|-----|----------------|--|---|---|-------|--|
| 100 | Ұлттық ойындар | Қазақтың ұлттық ойындары Тоғызқұмалақ ойыны | 7.2.3.1 Қолайлы оқу - үйрену ортасын қалыптастыру бойынша біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын талқылау және көрсете білу | 1 | 21.05 | |
| 101 | | Қазақтың ұлттық ойындары Тоғызқұмалақ ойыны | 7.3.5.1 Басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды анықтай білу | 1 | 21.05 | |
| 102 | | Зияткерлік ойындар Дюкбь ойыны | 7.2.6.6 Жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін қолдана білу | 1 | 24.05 | |