

Бекітемін
Мектеп директоры:

Жар А. Азимбетова



Келісемін

оқу ісінін меңгерушісі:

Б. Үсінбаев

31.08.2022 м

ӘБ отырысында қаралды:
ӘБ жетекшісі

Жар

Дене шынықтыру пәнінен 1-4 сыныптар

2022-2023 оқу жылына арналған күнтізбелік тақырыптық

жоспары

Пән мұғалімі. Қарабаев. С.

Мектебі: «Шақпақ» негізгі орта мектебі

2022-2023 оқу жылы

**ДЕНЕ ШЫНЫКТЫРУ ПӘНІНЕН ІСЫНЫПҚА АРНАЛҒАН
КУНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР**

«Дене шынықтыру» пәні бойынша оқу жүктемесінің көлемі аптасына 3 сағат, оқу жылына 105сағатты құрайды

№ р/с	Ауыспалы тақырыптар	Сабактардың тақырыптары	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерімі	Ескертулер
1	1-бөлім Денсаулықты білу және түсіну	Қауіпсіздік ережесі. Дене шынықтыру дегеніміз не? Бой сергіту жаттығулары	1.3.4.1. Бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді анықтау	1	01.09	
2		Қауіпсіздік ережесі. Дене шынықтыру дегеніміз не? Спорттық жүріс әдістері	1.3.1.1. Денсаулық туралы жалпы түсінік алу, дене белсенділігін ұғыну.	1	02.09	
3		Қауіпсіздік ережесі. Дене шынықтыру дегеніміз не? Бірқалыпта жүтіру (екі минут)	1.3.4.1. Бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді анықтау	1	05.09	
4		Күн тәртібі, таңғы жаттығу және серіту. Батыты өзгеріп жүтіру	1.3.2.1 Жаттығуларды орындау кезінде денені ширатып шынықтырудың маңызын сипаттау.	1	08.09	
5		Күн тәртібі, таңғы жаттығу және серіту. 3х10 м жүтіру	1.3.3.1 Дене жаттығуларын орындау кезінде аздалатын физикалық өзгерістерді анықтау	1	09.09	
6		Күн тәртібі, таңғы жаттығу және серіту. Бірнеше орыннан секіру арқылы жүтіру	1.3.2.1 Жаттығуларды орындау кезінде денені ширатып шынықтырудың маңызын сипаттау.	1	12.09	
7		Жүтіру және жүру Кім жүйрік?	1.1.2.1 Негізгі дене қозғалыстарын және олардың қарапайым дене жаттығуларымен қалай байланысты болатынын білу	1	15.09	
8		Жүтіру және жүру Бапандар	1.1.2.1 Негізгі дене қозғалыстарын және олардың қарапайым дене жаттығуларымен қалай байланысты болатынын білу	1	16.09	
9		Жүтіру және жүру Екпінмен және баяу жүріс тәсілдерін дамыту	1.1.2.1 Негізгі дене қозғалыстарын және олардың қарапайым дене жаттығуларымен қалай байланысты болатынын білу	1	19.09	
10		Секіру және дақтыру Кіші допты қашықтыққа дақтыру	1.1.1.1 дене жаттығуларын орындауда негізгі қимыл-қозғалыс машықтарын білу, жасай алу	1	22.09	
11		Секіру және дақтыру Кіші допты нысанаға дақтыру	1.1.1.1 дене жаттығуларын орындауда негізгі қимыл-қозғалыс машықтарын білу, жасай алу	1	23.09	
12		Секіру және дақтыру Бір орыннан ұзындыққа секіру	1.1.1.1 дене жаттығуларын орындауда негізгі қимыл-қозғалыс машықтарын білу, жасай алу	1	26.09	

13	2-бөлім Ойын арқылы өзара қатынас және қарым-қатынас дағдыларын дамыту	Рөлдік-сюжеттік қозғалмалы ойындар «Қызыл Ту» ойыны	1. 2. 8. 1 түрлі қарапайым әрекеттерді орындау кезінде өзінің рөлін және басқаларының рөлін білу, тани бастау, айырмашылықтарды құрметтеу	1	29.09	
14		Рөлдік-сюжеттік қозғалмалы ойындар «Жылжымалы арқан» ойыны	1. 2. 8. 1 түрлі қарапайым әрекеттерді орындау кезінде өзінің рөлін және басқаларының рөлін білу, тани бастау, айырмашылықтарды құрметтеу	1	30.09	
15		Рөлдік-сюжеттік қозғалмалы ойындар «Немірлерді шақыру» ойыны	1. 2. 8. 1 түрлі қарапайым әрекеттерді орындау кезінде өзінің рөлін және басқаларының рөлін білу, тани бастау, айырмашылықтарды құрметтеу	1	03.10	
16		Рөлдік-сюжеттік қозғалмалы ойындар «Үнсіз қоян» ойыны	1. 2. 8. 1 түрлі қарапайым әрекеттерді орындау кезінде өзінің рөлін және басқаларының рөлін білу, тани бастау, айырмашылықтарды құрметтеу	1	06.10	
17		Біркатар кимыл-қозғалыс дағдылары шатын және жұптасып қарым-қатынас жасау дағдылары.«Аң және қуыспақ» ойындары	1. 1. 2. 1 негізгі дене қозғалыстарын және олардың қарапайым дене жаттығуларымен қалай байланысты болатынын білу 1. 2. 2. 1 әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше қалай жұмыс істеу керек екендігін білу	1	07.10	
18		Біркатар кимыл-қозғалыс дағдылары шатын және жұптасып қарым-қатынас жасау дағдылары.«Аң және қуыспақ» ойындары	1. 1. 2. 1 негізгі дене қозғалыстарын және олардың қарапайым дене жаттығуларымен қалай байланысты болатынын білу 1. 2. 2. 1 әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше қалай жұмыс істеу керек екендігін білу	1	10.10	
19		Біркатар кимыл-қозғалыс дағдылары шатын және жұптасып қарым-қатынас жасау дағдылары.«Орамал» ойыны	1. 1. 2. 1 негізгі дене қозғалыстарын және олардың қарапайым дене жаттығуларымен қалай байланысты болатынын білу 1. 2. 2. 1 әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше қалай жұмыс істеу керек екендігін білу	1	13.10	
20		Шатын топтарда және жұптасып қарым-қатынас жасау дағдылары.Кимыл қозғалыс сапасын дағдыландыруға арналған ойындар	1. 2.3.1 Түрлі дене жаттығулары орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маңыздылығын мойындай отырып, кеңістік, ресурстар мен идеяларды білу және бөлісу	1	14.10	
21		Шатын топтарда және жұптасып қарым-қатынас жасау дағдылары.«Доппен қуыспақ» ойындар	1. 2.1.1 Дене қызметін орындау және оған қатысу кезінде қозғалыс идеяларын, стратегияларын және жоспарларын білу және түсіну	1	17.10	
22		Шатын топтарда және жұптасып қарым-қатынас жасау дағдылары.Нысанға дәл тигізу ойыны	1. 2.1.1 Дене қызметін орындау және оған қатысу кезінде қозғалыс идеяларын, стратегияларын және жоспарларын білу және түсіну	1	20.10	
23		Шатын топтарда және жұптасып қарым-қатынас жасау дағдылары.Нысанға дәл тигізу ойыны	1. 2.1.1 Дене қызметін орындау және оған қатысу кезінде қозғалыс идеяларын, стратегияларын және жоспарларын білу және түсіну	1	21.10	
24		Дене тәрбиесінің пайдасы. Спорттық – сауықтыру ойындары	1.3.5.1. Дене қимылдарына қатысу мүмкіндіктерін анықтау	1	24.10	

25		Дене тәрбиесінің пайдасы. Спорттық – сауықтыру ойындары	1.3.5.1. Дене қимылдарына қатысу мүмкіндіктерін анықтау	1	87.10	94.10
26		Дене тәрбиесінің пайдасы. Спорттық – сауықтыру ойындары	1.3.5.1. Дене қимылдарына қатысу мүмкіндіктерін анықтау	1	88.10	
27		Дене тәрбиесінің пайдасы. Спорттық – сауықтыру ойындары	1.3.5.1. Дене қимылдарына қатысу мүмкіндіктерін анықтау	1	88.10	
28	3-бөлім Гимнастикалық жаттығулар арқылы шығармашылық және сыни тұрғыдан ойлау	Қауіпсіздік ережесі. Сымбат және үйлестіру. Саптық жаттығулар	1.3.4.1. Бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді анықтау	1	07.11	
29		Сымбат және үйлестіру Бір орында тұрып шеберленген бұрылу.	1.3.2.1 Жаттығуларды орындау кезінде денені ширатып шынықтырудың маңызын сипаттау.	1	10	
30		Сымбат және үйлестіру Бір колоннадан екінші колоннадға және бір қатардан екінші қатарға өту	1.3.2.1 Жаттығуларды орындау кезінде денені ширатып шынықтырудың маңызын сипаттау.	1	11	
31		Бірқатар гимнастикалық фигуралар үйрену. Колоннадға орналасқан қиғаштап және қарама қарсы бағытта	1.1.2.1 Негізгі дене қозғалыстарын және олардың қарапайым дене жаттығуларымен қалай байланысты болатынын білу	1	14	
32		Бірқатар гимнастикалық фигуралар үйрену. Спорттық құрылғылардың және құрылғыларсыз орындалатын жаттығулар	1.1.2.1 Негізгі дене қозғалыстарын және олардың қарапайым дене жаттығуларымен қалай байланысты болатынын білу	1	14	
33		Бірқатар гимнастикалық фигуралар үйрену. Акробатикалық жаттығулар аяқ бүйірі және тіктеп жаттығу	1.1.2.1 Негізгі дене қозғалыстарын және олардың қарапайым дене жаттығуларымен қалай байланысты болатынын білу	1	18	
34		Қарапайым гимнастикалық снарядтарда қозғалу. Гимнастикалық корпешелерде орындалатын жаттығулар	1.1.5.1 Түрлі кеңістіктерде бірқатар қарапайым іс-қимылдарды білу және орындай алу	1	21	
35		Қарапайым гимнастикалық снарядтарда қозғалу. Бөрене үстіне қойылатын келергілерден өткізіп жүту	1.1.5.1 Түрлі кеңістіктерде бірқатар қарапайым іс-қимылдарды білу және орындай алу	1	24	

36		Қарапайым гимнастикалық снарядтарда қозғалу. Өрмелеу жаттығулары	1. 1. 4. 1 қозғалыс машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін сипаттай білу	1	25.11	
37		Қарапайым гимнастикалық снарядтарда қозғалу. Еңіс орналасқан орындық гимнастикалық орындау, өрмелеу	1. 1. 4. 1 қозғалыс машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін сипаттай білу	1	28.11	
38		Сенін жеке физикалық мүмкіндіктерің. Шапқалап жатып денені көтеру	1.2.2. 1. Өрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше қалай жұмыс істеу керек екендігін білу	1	02.12	
39		Сенін жеке физикалық мүмкіндіктерің. Көпір жасап денені қозғалту	1.2.5.1. Өзінің шығармашылық тапсырмаларының күшті жақтарын және жақсаруды қажет ететін жақтарын іздеу және бақылау	1	05.12	
40		Сенін жеке физикалық мүмкіндіктерің. Қарлығаш әдісін жасау	1.2.5.1. Өзінің шығармашылық тапсырмаларының күшті жақтарын және жақсаруды қажет ететін жақтарын іздеу және бақылау	1	08.12	
41		Сенін жеке физикалық мүмкіндіктерің. Көпір жасап денені қозғалту	1.2.5.1. Өзінің шығармашылық тапсырмаларының күшті жақтарын және жақсаруды қажет ететін жақтарын іздеу және бақылау	1	09.12	
42		Сенін жеке физикалық мүмкіндіктерің. Қарлығаш әдісін жасау	1.2.5.1. Өзінің шығармашылық тапсырмаларының күшті жақтарын және жақсаруды қажет ететін жақтарын іздеу және бақылау	1	12.12	
43		Сенін жеке физикалық мүмкіндіктерің. Қарлығаш әдісін жасау	1.2.5.1. Өзінің шығармашылық тапсырмаларының күшті жақтарын және жақсаруды қажет ететін жақтарын іздеу және бақылау	1	15.12	

44	4-бөлім Қазақтың ұлттық қозғалыс ойындары	Қазақ халқының салт дәстүрі мен мәдениетін таныстыру. Асық ату мен бес тас ойыны	1.2.7.1. Дербес және топтық қызметті орындау кезінде өзара қалай әрекет етуді білу	1	19.12	
45		Қазақ халқының салт дәстүрі мен мәдениетін таныстыру. Асық ату мен бес тас ойыны	1.2.7.1. Дербес және топтық қызметті орындау кезінде өзара қалай әрекет етуді білу	1	22.12	
46		Қазақ халқының салт дәстүрі мен мәдениетін таныстыру. Аударыспақ ойыны	1.3.5.1. Дене қимылдарына қатысу мүмкіндіктерін анықтау	1	23.12	
47		Қазақ халқының салт дәстүрі мен мәдениетін таныстыру. Жауу көкпар ойыны	1.3.5.1. Дене қимылдарына қатысу мүмкіндіктерін анықтау	1	26.12	
48		Қазақ халқының салт дәстүрі мен мәдениетін таныстыру. Қол күресі	1.3.5.1. Дене қимылдарына қатысу мүмкіндіктерін анықтау	1	29.12	
49	5-бөлім Ойын арқылы қозғалыс дағдыларын үйрету	Кәуіпсіздік техникасы. Дене белсенділігі кезіндегі жүрек	1.3.4.1. Бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді анықтау	1	30.12	

			соғысы және тыныс алу.					
50			Дене белсенділігі кезіндегі жүрек соғысы және тыныс алу. «Жылжымалы арқан» ойыны	1.3.3.1. Дене жаттығуларын орындау кезінде ағзадағы физикалық өзгерістерді анықтау	1			
51			Дене белсенділігі кезіндегі жүрек соғысы және тыныс алу. «Орамал» ойыны	1.3.3.1. Дене жаттығуларын орындау кезінде ағзадағы физикалық өзгерістерді анықтау	1	9.01		
52			Ойын-жеке физикалық қасиеттерді дамыту құралы. «Жылжымалы арқан» ойыны	1.3.1.1. Денсаулық туралы жалпы түсінік алу, дене белсенділігін ұғыну	1	12.01		
53			Ойын-жеке физикалық қасиеттерді дамыту құралы. «Нөмірлерді шақыру» ойыны	1.1.4.1 қозғалыс машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін сипаттай білу	1	13.01		
54			Ойын-жеке физикалық қасиеттерді дамыту құралы. «Орамал» ойыны	1.1.4.1 қозғалыс машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін сипаттай білу	1	16.01		
55			Кеңістік динамикасы және қозғалыс. Бағытты және екпінді өзгертіп жүгіру	1.1.5.1. Түрлі кеңістіктерде бірқатар қарапайым іс-қимылдарды білу және орындай алу	1	19.01		
56			Кеңістік динамикасы және қозғалыс. Қайташап 3*10 м жүгіру	1.1.5.1. Түрлі кеңістіктерде бірқатар қарапайым іс-қимылдарды білу және орындай алу	1	20.01		
57			Кеңістік динамикасы және қозғалыс. Уақытты есепке алмай қашықтыққа жүгіру	1.1.5.1. Түрлі кеңістіктерде бірқатар қарапайым іс-қимылдарды білу және орындай алу	1	23.01		
58			Құралдармен қозғалмалы ойындар. «Арқан тарту»	1.1.3.1 Дене жаттығуларының әр түрінде қозғалыстарды орындау мәнәсілінде уақыт, кеңістік, салмақ пен бір қалыптылық түсініктері туралы білу	1	26.01		
59			Құралдармен қозғалмалы ойындар. «Пионербол»	1.1.3.1 Дене жаттығуларының әр түрінде қозғалыстарды орындау мәнәсілінде уақыт, кеңістік, салмақ пен бір қалыптылық түсініктері туралы білу	1	27.01		
60			Құралдармен қозғалмалы ойындар. Эстафеталық ойындар	1.1.3.1 Дене жаттығуларының әр түрінде қозғалыстарды орындау мәнәсілінде уақыт, кеңістік, салмақ пен бір қалыптылық түсініктері туралы білу	1	30.01		
61	6-бөлім Қозғалмалы ойындар арқылы қимыл-тірек аппаратын дамыту	Түрлі жаттығулар арқылы денені басқару дағдылары. Саптық жаттығулар	1.3.4.1. Бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді анықтау	1		03.02		
62		Түрлі жаттығулар арқылы денені басқару дағдылары. Бір орында тұрып шенберленген бұрылу.	1.2.2.1. Әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше қалай жұмыс істеу керек екендігін білу	1		13.02		

63		Түрлі жаттығулар арқылы денені басқару дағдылары. Бір колоннадан екінші колоннаға және бір қатардан екінші қатарға өту	1.2.2.1. Әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше қалай жұмыс істеу керек екендігін білу	1	16.02	
64		Тірек-қимыл жаттығуларын дамыту. Таанып тұрған қалыпта орындалатын жаттығулар	1.2.8.1 Түрлі қарапайым әрекеттерді орындау кезінде өзінің рөлін және басқаларының рөлін білу, тани бастайды, айырмашылықтарды құрметтеу	1	14.02	
65		Тірек-қимыл жаттығуларын дамыту. Түреліп тұрып және жатып таынып орындалатын жаттығулар	1.2.8.1 Түрлі қарапайым әрекеттерді орындау кезінде өзінің рөлін және басқаларының рөлін білу, тани бастайды, айырмашылықтарды құрметтеу	1	10.02	
66		Доппен ойын. Пионербол ойыны	1.2.3.1 Түрлі дене жаттығуларын орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маныздылығын мойындай отырып, кеңістік, ресурстар мен идеяларды білу және бөлісу	1	23.02	
67		Доппен ойын. Пионербол ойыны	1.2.3.1 Түрлі дене жаттығуларын орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маныздылығын мойындай отырып, кеңістік, ресурстар мен идеяларды білу және бөлісу	1	24.02	
68		Доппен ойын. Пионербол ойыны	1.2.3.1 Түрлі дене жаттығуларын орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маныздылығын мойындай отырып, кеңістік, ресурстар мен идеяларды білу және бөлісу	1	24.02	
69		Доппен ойын. Пионербол ойыны	1.2.3.1 Түрлі дене жаттығуларын орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маныздылығын мойындай отырып, кеңістік, ресурстар мен идеяларды білу және бөлісу	1	02.03	
70		Доппен ойын. Пионербол ойыны	1.2.3.1 Түрлі дене жаттығуларын орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маныздылығын мойындай отырып, кеңістік, ресурстар мен идеяларды білу және бөлісу	1	03.03	
71		Доппен ойын. Пионербол ойыны	1.2.5.1. Өзінің шығармашылық тапсырмаларының күшті жақтарын және жақсартуды қажет ететін жақтарын іздеу және бақылау	1	06.03	
72		Секіртпемен орындалатын ойындар мен жаттығулар. Қарама қарсы тұрып секіру	1.2.1.1 Дене қызметін орындау және оған қатысу кезінде қозғалыс идеяларын, стратегияларын және жоопдарын білу және түсіну	1	09.03	
73		Секіртпемен орындалатын ойындар мен жаттығулар. Екі адамдық секіру	1.2.1.1 Дене қызметін орындау және оған қатысу кезінде қозғалыс идеяларын, стратегияларын және жоопдарын білу және түсіну	1	10.03	
74		Түрлі жаттығулар арқылы денені басқару дағдылары. Топтық жүрістер	1.3.4.1. Бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді анықтау	1	13.03	
75		Түрлі жаттығулар арқылы денені басқару дағдылары. Саптық жүрістер	1.3.4.1. Бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді анықтау	1	16.03	

76	7-бөлім Ойын арқылы қарым-қатынас пен әлеуметтік дағдылар	Қауіпсіздік техникасы. Ойын арқылы шығармашылық қабілеттер. «Орта доп» ойыны	1. 3. 4. 1 бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді анықтау	1	14. 03	
77		Қауіпсіздік техникасы. Ойын арқылы шығармашылық қабілеттер. «Дойбы ойыны»	1. 2. 8. 1 түрлі қарапайым әрекеттерді орындау кезінде өзінің рөлін және басқаларының рөлін білу, тани бастау, айырмашылықтарды құрметтеу	1	21. 03	
78		Қауіпсіздік техникасы. Ойын арқылы шығармашылық қабілеттері. «Торғызқұмалақ» ойыны	1. 2. 8. 1 түрлі қарапайым әрекеттерді орындау кезінде өзінің рөлін және басқаларының рөлін білу, тани бастау, айырмашылықтарды құрметтеу	1	30. 03	
79		Коммуникативті дағдыларын дамыту ойындары. «Шахмат» ойыны	1. 1. 2. 1 негізгі дене қозғалыстарын және олардың қарапайым дене жаттығуларымен қалай байланысты болатынын білу	1	31. 03	
80		Коммуникативті дағдыларын дамыту ойындары. «Асық ату» «Бес тас» ойыны	1. 2. 4. 1 таңдалған дене жаттығуларын орындау кезінде қарапайым ережелерді және құрылымдық тәсілдерді атап өту және пайдалану	1	03. 04	
81		Коммуникативті дағдыларын дамыту ойындары. «Торғызқұмалақ» ойыны	1. 2. 4. 1 таңдалған дене жаттығуларын орындау кезінде қарапайым ережелерді және құрылымдық тәсілдерді атап өту және пайдалану	1	06. 04	
82		Ойынға шығармашылық идеялар. «Арқан тарту»	1. 2. 5. 1. Өзінің шығармашылық тапсырмаларының күшті жақтарын және жақсартуды қажет ететін жақтарын іздеу және бақылау	1	07. 04	
83		Ойынға шығармашылық идеялар. «Эстафета ойыны»	1. 2. 6. 1 Тақырыптарды, көңіл күйлер мен эмоцияларды жеткізу үшін кейбір композициялық элементтермен танысу және пайдалану	1	10. 04	
84		Ойынға шығармашылық идеялар. «Асық ату»	1. 2. 6. 1 Тақырыптарды, көңіл күйлер мен эмоцияларды жеткізу үшін кейбір композициялық элементтермен танысу және пайдалану	1	13. 04	
85		Жеке қозғалыс белсенділігі Қысқа қашықтыққа жүгіру	1. 1. 6. 1. Қарапайым, өзгертілген дене жаттығуларын орындау кезінде туындауға мүмкін тәуекелдерді және қиындықтарды білу	1	14. 04	
86		Жеке қозғалыс белсенділігі Орта қашықтыққа жүгіру	1. 1. 6. 1. Қарапайым, өзгертілген дене жаттығуларын орындау кезінде туындауға мүмкін тәуекелдерді және қиындықтарды білу	1	14. 04	
87		Жеке қозғалыс белсенділігі Кіші допты нысанға лақтыру	1. 1. 6. 1. Қарапайым, өзгертілген дене жаттығуларын орындау кезінде туындауға мүмкін тәуекелдерді және қиындықтарды білу	1	20. 04	
88	8-бөлім Салауатты өмір салтын қалыптастыру	Жеке қозғалыс белсенділігі Қысқа қашықтыққа жүгіру	1. 1. 6. 1. Қарапайым, өзгертілген дене жаттығуларын орындау кезінде туындауға мүмкін тәуекелдерді және қиындықтарды білу	1	21. 04	

89		Жеке козғалыс белсенділігі Қысқа қашықтыққа жүтіру	1.1.6.1. Қарапайым, өзгертілген дене жаттығуларын орындау кезінде туындауға мүмкін тәуекелдерді және қиындықтарды білу	1	24.04	
90		Ашық ауданды физикалық козғалыс. Таяқша беру арқылы жүтіру	1.3.1.1. Денсаулық туралы жапсы түсінік алу, дене белсенділігін ұғыну.	1	24.04	
91		Қауіпсіздік техникасы. Ашық ауданды физикалық козғалыс. Бір орыннан ұзындыққа секіру	1.3.4.1. Бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді анықтау	1	28.04	
92		Қауіпсіздік техникасы. Ашық ауданды физикалық козғалыс. Бір орыннан ұзындыққа секіру	1.3.4.1. Бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді анықтау	1	04.05	
93		Қауіпсіздік техникасы. Ашық ауданды физикалық козғалыс. Бір орыннан ұзындыққа секіру	1.3.4.1. Бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді анықтау	1	05.05	
94		Жылдамдық күш пен ептілік. Эстафеталық жүтіру	1.1.3.1. Дене жаттығуларының әр түрінде қозғалыстарды орындау мәнісіндіңде уақыт, кеңістік, салмақ пен бір қалыптылық түсініктері туралы білу	1	11.05	
95		Жылдамдық күш пен ептілік. Эстафеталық жүтіру	1.1.3.1. Дене жаттығуларының әр түрінде қозғалыстарды орындау мәнісіндіңде уақыт, кеңістік, салмақ пен бір қалыптылық түсініктері туралы білу	1	12.05	
96		Жылдамдық күш пен ептілік. Козғалмалы ойындар элементтері	1.1.3.1. Дене жаттығуларының әр түрінде қозғалыстарды орындау мәнісіндіңде уақыт, кеңістік, салмақ пен бір қалыптылық түсініктері туралы білу	1	15.05	
97		Жылдамдық күш пен ептілік. 3x10 м жүтіру	1.1.3.1. Дене жаттығуларының әр түрінде қозғалыстарды орындау мәнісіндіңде уақыт, кеңістік, салмақ пен бір қалыптылық түсініктері туралы білу	1	18.05	
98		Секіруге арналған тапсырмалар Секіртемен секіру	1.1.5.1. Түрлі кеңістіктерде бірқатар қарапайым іс-қимылдарды білу және орындау алу	1	19.05	
99		Секіруге арналған тапсырмалар Секіртемен секіру	1.1.5.1. Түрлі кеңістіктерде бірқатар қарапайым іс-қимылдарды білу және орындау алу	1	22.05	
100		Секіруге арналған тапсырмалар Бір біріне қарама қарсы тұрып секіру	1.1.5.1. Түрлі кеңістіктерде бірқатар қарапайым іс-қимылдарды білу және орындау алу	1	25.05	
101		Секіруге арналған тапсырмалар Бір біріне қарама қарсы тұрып секіру	1.1.5.1. Түрлі кеңістіктерде бірқатар қарапайым іс-қимылдарды білу және орындау алу	1	26.05	
102		Эстафета және козғалмалы ойындар. Арқан тарту	1.2.5.1. Өзінің шығармашылық тапсырмаларының күшті жақтарын және жақсартуды қажет ететін	1	29.05	

105		Задание: найти все возможные значения x, удовлетворяющие условию: $x^2 + 2x + 1 = 0$	Решение: $x^2 + 2x + 1 = 0$ — квадратное уравнение. Найдем дискриминант: $D = 2^2 - 4 \cdot 1 \cdot 1 = 0$. Так как $D = 0$, то уравнение имеет один корень: $x = -1$.		19.05
106		Задание: найти все возможные значения x, удовлетворяющие условию: $x^2 - 5x + 6 = 0$	Решение: $x^2 - 5x + 6 = 0$ — квадратное уравнение. Найдем дискриминант: $D = (-5)^2 - 4 \cdot 1 \cdot 6 = 1$. Так как $D = 1$, то уравнение имеет два корня: $x_1 = 2$, $x_2 = 3$.		20.05
107		Задание: найти все возможные значения x, удовлетворяющие условию: $x^2 + 3x - 4 = 0$	Решение: $x^2 + 3x - 4 = 0$ — квадратное уравнение. Найдем дискриминант: $D = 3^2 - 4 \cdot 1 \cdot (-4) = 25$. Так как $D = 25$, то уравнение имеет два корня: $x_1 = -4$, $x_2 = 1$.		21.05

**ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ПӘНІНЕН 2 СЫНЫПҚА АРНАЛҒАН
КҮНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР**

«Дене шынықтыру» пәні бойынша оқу жүктемесінің көлемі аптасына 3 сағат, оқу жылына 108 сағатты құрайды

№ р/с	Ауыспалы тақырыптар	Сабан №	Сабактардың тақырыптары	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі	Ескертулер
І-тоқсан 25-сағат							
1	1-бөлім – Атлетика арқылы дене касиеттерін дамыту 12 сағат	1	Қауіпсіздік ережесі. Денсаулық туралы жалпы түсінік	2.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды	1		
2		2	Қауіпсіздік ережесі. Денсаулық туралы жалпы түсінік. Спорттық жүріс әдістері	2.3.1.1 - дене жаттығулар жасау барысында сауықтыру артықшылығын талқылау және сипаттау	1	06.09	
3		3	Қауіпсіздік ережесі. Денсаулық туралы жалпы түсінік. Бірқалыпта жүгіру (екі минут)	2.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды	1	07.09	
4		4	Таңғы жаттығулар жиынтығы. Бағытты өзгертіп жүгіру	2.3.2.1 - дене белсенділігінің алдында денені шынықтырудың маңыздылығы туралы білімін көрсету және түсіндіру.	1	09.09	
5		5	Таңғы жаттығулар жиынтығы. 3x10 м жүгіру	2.3.3.1 - дене жаттығуларын орындау кезінде азғадаты өзгерістерін қалай бақылайтынын біледі	1	13.09	
6		6	Таңғы жаттығулар жиынтығы. Бірнеше орыннан секіру арқылы жүгіру	2.3.2.1 - дене белсенділігінің алдында денені шынықтырудың маңыздылығы туралы білімін көрсету және түсіндіру.	1	14.09	
7		7	Таңғы жаттығулар жиынтығы. Кім жүйрік?	2.3.3.1 - дене жаттығуларын орындау кезінде азғадаты өзгерістерін қалай бақылайтынын біледі	1	16.09	
8		8	Лақтыру секіру және жүгіру дағдылары. Қысқа қашықтыққа жүгіру	2.1.2.1 - өзіңіңнен байланыстыруды оқу арқылы негізгі қозғалыс дағдыларын түсіну және жетілдіру	1	20.09	
9		9	Лақтыру секіру және жүгіру дағдылары. Екіпмен және бау жүріс тәсілдерін дамыту	2.1.2.1 - өзіңіңнен байланыстыруды оқу арқылы негізгі қозғалыс дағдыларын түсіну және жетілдіру	1	21.09	
10		10	Лақтыру секіру және жүгіру дағдылары. Кіші допты қашықтыққа лақтыру	2.1.2.1 - өзіңіңнен байланыстыруды оқу арқылы негізгі қозғалыс дағдыларын түсіну және жетілдіру	1	23.09	
11		11	Лақтыру секіру және жүгірудің эстафеталық элементтері. Кіші допты нысанға лақтыру	2.1.2.1 - өзіңіңнен байланыстыруды оқу арқылы негізгі қозғалыс дағдыларын түсіну және жетілдіру	1	24.09	
12		12	Лақтыру секіру және жүгірудің	2.1.1.1 - қажет болған жағдайда шығармашылық	1	28.09	

13	2-бөлім – Спорттық ойындарды менеру үшін қозғалыс ойындар 13 сағат	13	эстафеталық элементтері. Бір орынан ұзындыққа секіру	міндеттерді талқылау және қолдану				
		13	Қозғалыс ойындардың кимыл дағдылар спектрі. «Қызыл Ту» ойыны	2.2.8.1 - әр түрлі дене жаттығуларын орындау кезіндегі рөлдерді көрсету және атау	1		30.09	
14		14	Қозғалыс ойындардың кимыл дағдылар спектрі. «Жылжымалы арқан» ойыны	2.2.8.1 - әр түрлі дене жаттығуларын орындау кезіндегі рөлдерді көрсету және атау	1		04.10	
15		15	Қозғалыс ойындардың кимыл дағдылар спектрі. «Нөмірлерді шақыру» ойыны	2.2.8.1 - әр түрлі дене жаттығуларын орындау кезіндегі рөлдерді көрсету және атау	1		05.10	
16		16	Доппен қозғалыс ойындар. «Үнсіз қоян» ойыны	2.2.2.1 - әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін командада жұмыс істей бастайды және өзіндік жұмыс жөніндегі білімді нығайтады	1		07.10	
17		17	Доппен қозғалыс ойындар. «Аң және қуыспақ» ойындары	2.1.2.1 - өздігінен байланыстыруды оқу арқылы негізгі қозғалыс дағдыларын түсіну және жетілдіру	1		11.10	
18		18	Қозғалыс арқылы ойындар. «Аң және қуыспақ» ойындары	2.2.3.1 - түрлі дене жаттығуларын орындауда қолдайы оқыту ортасын құру маңыздылығын мойындай отырып, идеяларды, ресурстар кеңістік, білімін бекіту	1		12.10	
19		19	Қозғалыс арқылы ойындар. «Орамал» ойыны	2.2.3.1 - түрлі дене жаттығуларын орындауда қолдайы оқыту ортасын құру маңыздылығын мойындай отырып, идеяларды, ресурстар кеңістік, білімін бекіту	1		14.10	
20		20	Қозғалыс арқылы ойындар. Кимыл қозғалыс сапасын дағдыландыруға арналған ойындар	2.2.1.1 - қозғалыс идеяларын, стратегияларын және жоспарларды талқылайды және көрсетеді	1		18.10	
21		21	Қозғалыс арқылы ойындар. Доппен өткізілетін ойындар «Доппен қуыспақ»	2.2.1.1 - қозғалыс идеяларын, стратегияларын және жоспарларды талқылайды және көрсетеді	1		19.10	
22		22	Қозғалыс арқылы ойындар. Нысаната дәл тигізу ойыны	2.2.1.1 - қозғалыс идеяларын, стратегияларын және жоспарларды талқылайды және көрсетеді	1		21.10	
23		23	Жұптық және топтық жұмыстар Спорттық – сауықтыру ойындары	2.3.5.1 - мектептен тыс және мектеп кезінде дене кимылдарына қатысу мүмкіндігін түсіне бастайды және анықтайды	1		25.10	
24		24	Жұптық және топтық жұмыстар Спорттық – сауықтыру ойындары	2.3.5.1 - мектептен тыс және мектеп кезінде дене кимылдарына қатысу мүмкіндігін түсіне бастайды және анықтайды	1		26.10	
25		25	Жұптық және топтық жұмыстар. Аударыспақ ойыны	2.3.5.1 - мектептен тыс және мектеп кезінде дене кимылдарына қатысу мүмкіндігін түсіне бастайды және анықтайды	1		28.10	

**II-тоқсан
24-сағат**

26	3-бөлім – Гимнастика арқылы денені дамыту 15 сағат	1	Кәуіпсіздік ережесі. Әр түрлі физикалық іс-шаралар арқылы күшті дамыту. Саптық жаттығулар	2.3.4.1 - дене ауырлықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды.	1	08.11	
27		2	Әр түрлі физикалық іс-шаралар арқылы күшті дамыту. Бір орында тұрып шеберденген бұрылу.	2.3.2.1 - дене белсенділігінің алдында денені шынықтырудың маныздылығы туралы білімін көрсету және түсіндіру.	1	09.11	
28		3	Кен ауқымды гимнастикалық жаттығулар. Бір колоннадан екінші колоннаға және бір қатардан екінші қатарға өту	2.1.2.1 - өздігінен байланыстыруды оқу арқылы негізгі қозғалыс дағдыларын түсіну және жетілдіру	1	11.11	
29		4	Кен ауқымды гимнастикалық жаттығулар. Колоннаға орналасқан кінәшпап және қарама қарсы бағытта	2.1.2.1 - өздігінен байланыстыруды оқу арқылы негізгі қозғалыс дағдыларын түсіну және жетілдіру	1	15.11	
30		5	Өрмелеу. Спорттық құрылғылардың және құрылғыларсыз орындалатын жаттығулар	2.1.4.1 - қимыл кемшіліктерін түзету қабілеттілігін дамыту үшін қозғалу машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін түсінеді және түсіндіреді	1	16	
31		6	Өрмелеу. Акробатикалық жаттығулар аяқы бүгіп және тіктеп жаттығу	2.1.5.1 - кеңістікте және динамикада қарапайым өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және жеткізе біледі	1	18	
32		7	Өрмелеу. Гимнастикалық корпешелерде орындалатын жаттығулар	2.1.5.1 - кеңістікте және динамикада қарапайым өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және жеткізе біледі	1	22	
33		8	Өрмелеу. Бөрене үстіне қойылатын кедергілерден аттап жүту	2.1.5.1 - кеңістікте және динамикада қарапайым өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және жеткізе біледі	1	23	
34		9	Өрмелеу. Өрмелеу жаттығулары	2.1.4.1 - қимыл кемшіліктерін түзету қабілеттілігін дамыту үшін қозғалу машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін түсінеді және түсіндіреді	1	25	
35		10	Тепе теңдікті дамыту. Еңіс орналасқан орындық гимнастикалық орындау, өрмелеу	2.1.4.1 - қимыл кемшіліктерін түзету қабілеттілігін дамыту үшін қозғалу машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін түсінеді және түсіндіреді	1	29	
36		11	Тепе теңдікті дамыту. Шапалап жатып денені көтеру	2.1.4.1 - қимыл кемшіліктерін түзету қабілеттілігін дамыту үшін қозғалу машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін түсінеді және түсіндіреді	1	30	

37		12	Тене теңдікті дамыту... Көпір жасап денені қозғалту	түсіндіреді	1		
38		13	Тене теңдікті дамыту. Қарлығаш әдісін жасау	2.2.2.1 - ерекет мақсаттарына қол жеткізу үшін командада жұмыс істей бастайды және өзіндік жұмыс жөніндегі білімді нығайтады	1	02.12	
39		14	Тене теңдікті дамыту. Көпір жасап денені қозғалту	2.2.2.1 - ерекет мақсаттарына қол жеткізу үшін командада жұмыс істей бастайды және өзіндік жұмыс жөніндегі білімді нығайтады	1	06.12	
40		15	Тене теңдікті дамыту. Қарлығаш әдісін жасау	2.2.2.1 - ерекет мақсаттарына қол жеткізу үшін командада жұмыс істей бастайды және өзіндік жұмыс жөніндегі білімді нығайтады	1	07.12	
41	4-бөлім – Қазақ ұлттық қозғалыс ойындары 9 сағат	16	Қазақтың ұлттық ойындарымен танысу. Жауу көкпар ойыны	2.3.5.1 - мектептен тыс және мектеп кезінде дене қимылдарына қатысу мүмкіндігін түсіне бастайды және анықтайды	1	13.12	
42		17	Қазақтың ұлттық ойындарымен танысу Жауу көкпар ойыны	2.2.7.1 - патриоттық сезімінің не екенін біледі, бір бірімен ерекет ету, адал бәсекелестіктің мағынасын түсінеді	1	14.12	
43		18	Қазақтың ұлттық ойындарымен танысу Асық ату мен бес тас ойыны	2.3.5.1 - мектептен тыс және мектеп кезінде дене қимылдарына қатысу мүмкіндігін түсіне бастайды және анықтайды	1	20	
44		19	Қазақтың ұлттық ойындарымен танысу. Асық ату мен бес тас ойыны	2.2.7.1 - патриоттық сезімінің не екенін біледі, бір бірімен ерекет ету, адал бәсекелестіктің мағынасын түсінеді	1	21	
45		20	Қазақтың ұлттық ойындарымен танысу. Асық ату мен бес тас ойыны	2.3.5.1 - мектептен тыс және мектеп кезінде дене қимылдарына қатысу мүмкіндігін түсіне бастайды және анықтайды	1	23	
46		21	Қазақтың ұлттық ойындарымен танысу. Жауу көкпар ойыны	2.3.5.1 - мектептен тыс және мектеп кезінде дене қимылдарына қатысу мүмкіндігін түсіне бастайды және анықтайды	1	24	
47		22	Қазақтың ұлттық ойындарымен танысу Жауу көкпар ойыны	2.2.7.1 - патриоттық сезімінің не екенін біледі, бір бірімен ерекет ету, адал бәсекелестіктің мағынасын түсінеді	1	28	
48		23	Қазақтың ұлттық ойындарымен танысу. Жауу көкпар ойыны	2.3.5.1 - мектептен тыс және мектеп кезінде дене қимылдарына қатысу мүмкіндігін түсіне бастайды және анықтайды	1	30	
49		24	Қазақтың ұлттық ойындарымен танысу. Асық ату мен бес тас ойыны	2.3.5.1 - мектептен тыс және мектеп кезінде дене қимылдарына қатысу мүмкіндігін түсіне бастайды және анықтайды	1	30.12	
III-тоқсан 30-сағат							
50	5-бөлім –Денеге түсетін күш пен денсаулық	1	Кәуіпсіздік ережесі Белсенді қозғалыс және	2.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде	1		10.01

	15 сағат						
51		төзімділік.	киындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды				
52	2	Қауіпсіздік ережесі Белсенді қозғалыс және төзімділік. Бір колоннадан екінші колоннаға және бір қатардан екінші қатарға өту	2.3.3.1 - дене жаттығуларын орындау кезінде атадағы өзгерістерін қалай бақылайтынын біледі	1			11.01
53	3	Белсенді қозғалыс және төзімділік. «Орамал» ойыны	2.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде киындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды	1			13.01
54	4	Дене жаттығуларды кезінде ағзаның өзгеруі. Бір орында тұрып шеңберленген бұрылу.	2.1.4.1 - кимыл кемшіліктерін түзету қабілеттілігін дамыту үшін қозғалу машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін түсінеді және түсіндіреді	1			14.01
55	5	Дене жаттығуларды кезінде ағзаның өзгеруі. Лигионалық гимнастика жаттығулары	2.3.1.1 - дене жаттығулар жасау барысында сауықтыру артықшылығын талқылау және сипаттау	1			18.01
56	6	Дене жаттығуларды кезінде ағзаның өзгеруі. Бір орында тұрып шеңберленген бұрылу.	2.3.1.1 - дене жаттығулар жасау барысында сауықтыру артықшылығын талқылау және сипаттау	1			20.01
57	7	Дене жаттығуларды кезінде ағзаның өзгеруі. Бағытты және екпінді өзгеріп жүтіру	2.1.5.1 - кеңістікте және динамикада қарапайым өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және жеткізе біледі	1			24.01
58	8	Дене жаттығуларды кезінде ағзаның өзгеруі. Қайталап 3*10 м жүтіру	2.1.5.1 - кеңістікте және динамикада қарапайым өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және жеткізе біледі	1			25.01
59	9	Кеңістік динамикасы және қозғалыс. Уақытты есепке алмай қашықтыққа жүтіру	2.1.5.1 - кеңістікте және динамикада қарапайым өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және жеткізе біледі	1			27.01
60	10	Дене жаттығуларды кезінде ағзаның өзгеруі. Денені еденен қол күшімен көтеру	2.1.5.1 - кеңістікте және динамикада қарапайым өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және жеткізе біледі	1			31.01
61	11	Жұптық және топтық ойындар. «Пионербол»	2.1.3.1 - қарапайым дене жаттығуларын орындау кезінде уақытты, кеңістікті және бірқалыптылықты түсінетінін көрсетеді	1			01.02
62	12	Жұптық және топтық ойындар. Эстафеталық ойындар	2.1.3.1 - қарапайым дене жаттығуларын орындау кезінде уақытты, кеңістікті және бірқалыптылықты түсінетінін көрсетеді	1			03.02
	13	Жұптық және топтық ойындар. «Пионербол»	2.1.3.1 - қарапайым дене жаттығуларын орындау кезінде уақытты, кеңістікті және бірқалыптылықты түсінетінін көрсетеді	1			07.02

63	14	Жұптық және топтық ойындар. «Жылжымалы арқан» ойыны	2.1.3.1 - қарапайым дене жаттығуларын орындау кезінде уақытты, кеңістікті және бірқалыптылықты түсінгінін көрсетеді	1		08.02
64	15	Жұптық және топтық ойындар. «Жылжымалы арқан» ойыны	2.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды	1		10.02
65	16	Корнекті ойындар. Дотты бір – біріне беру	2.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды	1		14.02
66	17	Корнекті ойындар. Дотты бір – біріне беру	2.2.2.1 - әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін командада жұмыс істей бастайды және өзіндік жұмыс жөніндегі білімді нығайтады	1		15.02
67	18	Корнекті ойындар. Дотты бір – біріне беру	2.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды	1		17.02
68	19	Корнекті ойындар. Пионербол ойыны	2.2.2.1 - әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін командада жұмыс істей бастайды және өзіндік жұмыс жөніндегі білімді нығайтады	1		17.02
69	20	Корнекті ойындар. Пионербол ойыны	2.2.8.1 - әр түрлі дене жаттығуларын орындау кезіндегі рөлдерді көрсету және атау	1		17.02
70	21	Корнекті ойындар. Пионербол ойыны	2.1.4.1 - қимыл кемшіліктерін түзету қабілеттілігін дамыту үшін қозғалу машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін түсінеді және түсіндіреді	1		24.02
71	22	Кіріктірілген ойындар. Пионербол ойыны	2.2.8.1 - әр түрлі дене жаттығуларын орындау кезіндегі рөлдерді көрсету және атау	1		28.02
72	23	Кіріктірілген ойындар. Пионербол ойыны	2.1.4.1 - қимыл кемшіліктерін түзету қабілеттілігін дамыту үшін қозғалу машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін түсінеді және түсіндіреді	1		01.03
73	24	Жай жабдыктар аркылы ойындар. Қарама қарсы тұрып секіріп ойнау	2.2.3.1 - түрлі дене жаттығуларын орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маныздылығын мойындай отырып, идеяларды, ресурстар кеңістік, білімін бекіту	1		03.03
74	25	Жай жабдыктар аркылы ойындар. Екі адамдық секіріп ойнау	2.2.5.1 - кәжет болған жағдайда шығармашылық міндеттерді талқылау және қолдану	1		04.03
75	26	Жай жабдыктар аркылы	2.2.3.1 - түрлі дене жаттығуларын орындауда	1		10.03

		ойындар.Екі адамдық секіріп ойнау	қолайлы оқыту ортасын құру манывздылығын мойындай отырып, идеяларды, ресурстар кеңістік, білімін бекіту			
76	27	Шабуыл эрекеті аркылы ойындар.Допты торға тастау	2.2.5.1 - кәжет болган жагдайда шығармашылык міндеттерді талқылау және колдану	1	14.03	
77	28	Шабуыл эрекеті аркылы ойындар.Допты торға тастау	2.2.1.1 - қозғалыс идеяларын, стратегияларын және жоспарларды талқылайды және көрсетеді	1	15.03	
78	29	Шабуыл эрекеті аркылы ойындар.Допты торға тастау	2.2.6.1 - шығармашылык кабілеттерді және идеяларды түсіндіру және көрсету.	1	14.03	
79	30	Шабуыл эрекеті аркылы ойындар.Допты торға тастау	2.2.6.1 - шығармашылык кабілеттерді және идеяларды түсіндіру және көрсету.	1	14.03	
IV-тоқсан 29-сағат						
80	1	Кәуіпсіздік эрежесі Комунікативті дағдыларды дамыту.«Шахмат» ойыны	2.2.8.1 - әр түрлі дене жаттығуларын орындау кезіндегі рөлдерді көрсету және атау	1	28.03	
81	2	Кәуіпсіздік эрежесі Комунікативті дағдыларды дамыту. «Асық ату» «Бес тас» ойыны	2.2.8.1 - әр түрлі дене жаттығуларын орындау кезіндегі рөлдерді көрсету және атау	1	29.03	
82	3	Комунікативті дағдыларын дамыту ойындары. «Тоғызқұмалақ» ойыны	2.2.8.1 - әр түрлі дене жаттығуларын орындау кезіндегі рөлдерді көрсету және атау	1	31.03	
83	4	Жеке шығармашылык кабілет.«Арқан тарту»	2.1.2.1 - өз бетінше байланыстыруды үйреніп, негізгі қозғалыс машықтарын түсінеді және жаксартады	1	04.04	
84	5	Жеке шығармашылык кабілет.«Эстафета ойыны»	2.1.2.1 - өз бетінше байланыстыруды үйреніп, негізгі қозғалыс машықтарын түсінеді және жаксартады	1	05.04	
85	6	Жеке шығармашылык кабілет.«Асық ату» ойыны	2.1.2.1 - өз бетінше байланыстыруды үйреніп, негізгі қозғалыс машықтарын түсінеді және жаксартады	1	07.04	
86	7	Шығармашылык – топтык жұмыс аркылы Қысқа қашықтыққа жүгіру	2.2.6.1 - шығармашылык кабілеттерді және идеяларды түсіндіру және көрсету	1	11.04	
87	8	Шығармашылык – топтык жұмыс аркылы Орта қашықтыққа жүгіру	2.2.6.1 - шығармашылык кабілеттерді және идеяларды түсіндіру және көрсету	1	12.04	
88	9	Шығармашылык – топтык жұмыс аркылы Кіші допты нысанға лақтыру	2.2.6.1 - шығармашылык кабілеттерді және идеяларды түсіндіру және көрсету	1	14.04	
89	10	Өздігінен жасалатын қозғалыстағы прогресс.Бір орыннан ұзындыққа секіру	2.1.6.1 - тәуекелдердің туындау мүмкіндігін түсінеді, қаралайым және өзгертілген дене жаттығуларын жетілдіру кезінде машықтар мен	1	18.04	

90		11	Будіфмен жасалатын қозғалыстағы прот респ. Орынды тұрып бийіктікке секіру	шербіріктің анықталуы 2.1.6.1 - тұрысқан кезінде тұрып, қарапайым және өзгерістермен және жаттығулармен жетілдіру кезінде жаттығулар мен шербіріктің анықталуы	1		
91		12	Будіфмен жасалатын қозғалыстағы прот респ. Таяқпен беру арқылы жүгіру	2.1.6.1 - тұрысқан кезінде тұрып, қарапайым және өзгерістермен және жаттығулармен жетілдіру кезінде жаттығулар мен шербіріктің анықталуы	1		19.04
92	8-бөлім – Денсаулық және дене белсенділігі 12 сынып	13	Таяқ арқылы дене тарбағасы (ис-арекеті) Эстафеталық жүгіру	2.3.1.1 - дене жаттығулар жасау барысында өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және сипаттау	1		21.04
93		14	Таяқ арқылы дене тарбағасы (ис-арекеті) Қозғалыс ойналар элементтері	2.3.1.1 - дене жаттығулар жасау барысында өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және сипаттау	1		25.04
94		15	Таяқ арқылы дене тарбағасы (ис-арекеті) 3x10 м жүгіру	2.3.1.1 - дене жаттығулар жасау барысында өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және сипаттау	1		26.04
95		16	Тұрлы ұзындыққа және бийіктікке секіру Бір орынған ұзындыққа секіру	2.1.3.1 - қарапайым дене жаттығуларын орындау кезінде уақытты, кеңістікті және бірқалыптылықты түсінетінін көрсетеді	1		28.04
96		17	Тұрлы ұзындыққа және бийіктікке секіру Секіріспен секіру	2.1.3.1 - қарапайым дене жаттығуларын орындау кезінде уақытты, кеңістікті және бірқалыптылықты түсінетінін көрсетеді	1		01.05
97		18	Тұрлы ұзындыққа және бийіктікке секіру Бір бөліне қарама қарсы тұрып секіру	2.1.3.1 - қарапайым дене жаттығуларын орындау кезінде уақытты, кеңістікті және бірқалыптылықты түсінетінін көрсетеді	1		03.05
98		19	Эстафета және қозғалыс ойналар. Арухан тарту	2.1.5.1 - кеңістікте және динамикада қарапайым өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және жеткізе біледі	1		05.05
99		20	Эстафета және қозғалыс ойналар. «Топай» ойнаы	2.1.5.1 - кеңістікте және динамикада қарапайым өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және жеткізе біледі	1		10.05
100		21	Эстафета және қозғалыс ойналар. «Ақсерек пен көксерек» ойнаы	2.1.5.1 - кеңістікте және динамикада қарапайым өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және жеткізе біледі	1		12.05
101		22	Эстафета және қозғалыс ойналар. «Топай» ойнаы	2.1.5.1 - кеңістікте және динамикада қарапайым өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және жеткізе біледі	1		16.05
102		23	Эстафета және қозғалыс ойналар. Арухан тарту	2.1.5.1 - кеңістікте және динамикада қарапайым өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және жеткізе біледі	1		17.05
103		24	Эстафета және қозғалыс ойналар	2.2.2.1 - аркетт мақсаттарына қол жеткізу үшін	1		19.05
							23.05

104		ойындар, «Ақсерек пен көксерек» ойыны	командада жұмыс істей бастайды және өзіндік жұмыс жөніндегі білімді нығайтады		
	25	Таза аудақты дене тәрбиесі (іс-әрекеті). Футбол ойыны	2.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды	1	24.05
105	26	Таза аудақты дене тәрбиесі (іс-әрекеті). Футбол ойыны	2.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды	1	26.05
106	27	Таза аудақты дене тәрбиесі (іс-әрекеті). Футбол ойыны	2.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды	1	30.05
107	28	Таза аудақты дене тәрбиесі (іс-әрекеті). Футбол ойыны	2.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды	1	31.05
108	29	Таза аудақты дене тәрбиесі (іс-әрекеті). Футбол ойыны	2.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды	1	31.05

**ДЕНЕ ШЫНЫСТЫРУ ДӘННІНГЭ ТЭСЛӘННІККӘ АРНАЛАН
КУРГУНАЛЫК ТАСАРЫНЛАК ЖОСЛАР**

«Дене шынықтыру» пәні бойынша өскү жүзөгәсін каләм аталыны 3 сынып, агу жылына 19-сентябрь күнүнә

№ р/с	Архивла тасарылар	Сайак №	Сайактардан тасарылары	Окудан максаттары	Саяк саны	Журнал	Темалар
1-курс							
25-август							
1	1-бадм Жәңіл аксауларды көргәл белгеләләр 12 сынып	1	Курсткылар аркылы Дене шынықтыру тәҗрибә түзәткәләр	3.1.1.1 - аксаулар ар түрл әһәтирләрне белгеләләр аркылына даңкларын агу кабинетларын агу	1	41-09	
2		2	Курсткылар аркылы Дене шынықтыру тәҗрибә түзәткәләр. Саякларын жүрә аңкыларын	3.1.1.1 - аксаулар ар түрл әһәтирләрне белгеләләр аркылына даңкларын агу кабинетларын агу	1	41-09	
3		3	Курсткылар аркылы Дене шынықтыру тәҗрибә түзәткәләр. Саякларын жүрә (сәт аңкыларын)	3.1.1.1 - аксаулар ар түрл әһәтирләрне белгеләләр аркылына даңкларын агу кабинетларын агу	1	41-09	
4		4	Дене шынықтыру тәҗрибә түзәткәләр. Саякларын жүрә аңкыларын	3.1.1.1 - аксаулар ар түрл әһәтирләрне белгеләләр аркылына даңкларын агу кабинетларын агу	1	41-09	
5		5	Дене шынықтыру тәҗрибә түзәткәләр. Саякларын жүрә аңкыларын	3.1.1.1 - аксаулар ар түрл әһәтирләрне белгеләләр аркылына даңкларын агу кабинетларын агу	1	41-09	
6		6	Дене шынықтыру тәҗрибә түзәткәләр. Саякларын жүрә аңкыларын	3.1.1.1 - аксаулар ар түрл әһәтирләрне белгеләләр аркылына даңкларын агу кабинетларын агу	1	41-09	
7		7	Дене шынықтыру тәҗрибә түзәткәләр. Саякларын жүрә аңкыларын	3.1.1.1 - аксаулар ар түрл әһәтирләрне белгеләләр аркылына даңкларын агу кабинетларын агу	1	41-09	
8		8	Дене шынықтыру тәҗрибә түзәткәләр. Саякларын жүрә аңкыларын	3.1.1.1 - аксаулар ар түрл әһәтирләрне белгеләләр аркылына даңкларын агу кабинетларын агу	1	41-09	
9		9	Дене шынықтыру тәҗрибә түзәткәләр. Саякларын жүрә аңкыларын	3.1.1.1 - аксаулар ар түрл әһәтирләрне белгеләләр аркылына даңкларын агу кабинетларын агу	1	41-09	
10		10	Дене шынықтыру тәҗрибә түзәткәләр. Саякларын жүрә аңкыларын	3.1.1.1 - аксаулар ар түрл әһәтирләрне белгеләләр аркылына даңкларын агу кабинетларын агу	1	41-09	

11	2-бөлім Командалық спорттық ойындар. 13 сағат	11	Эстафета элементтері бар жеңіл атлетика. Эстафетаға жүгіру 4x60 м	3.1.1.1 – дене жаттығуларын орындау кезіндегі негізгі қозғалыс әрекеттерін дамыту.	1	26.09	
12		12	Эстафета элементтері бар жеңіл атлетика. Эстафетаға жүгіру 4x60 м	3.3.5.1 - мектептен тыс және мектептегі қозғалыс әрекеттерінің қажеттілігін түсіндіру	1	28.09	
13		13	Қозғалмалы және спорттық ойындардағы ролдер. «Қызыл Ту» ойыны	3.2.8.1 - қозғалыс белсенділігіндегі ролдерді анықтау және көрсету.	1	29.09	
14		14	Қозғалмалы және спорттық ойындардағы ролдер. «Жылжымалы арқан» ойыны	3.2.8.1 - қозғалыс белсенділігіндегі ролдерді анықтау және көрсету.	1	03.10	
15		15	Қозғалмалы және спорттық ойындардағы ролдер. «Нөмірлерді шақыру» ойыны	3.1.2.1 - физикалық дамуға ықпал ететін қозғалыс әрекеттерін көрсету.	1	05.10	
16		16	Командалық ойындардағы көшбасшылық. «Үнсіз қоян» ойыны	3.1.2.1 - физикалық дамуға ықпал ететін қозғалыс әрекеттерін көрсету.	1	06.10	
17		17	Командалық ойындардағы көшбасшылық. «Аң және қуыспақ» ойындары	3.2.2.1 командалық жұмыстағы көшбасшылық дағдыларды қолдану.	1	10.10	
18		18	Командалық ойындардағы көшбасшылық. «Аң және қуыспақ» ойындары	3.2.2.1 командалық жұмыстағы көшбасшылық дағдыларды қолдану.	1	12.10	
19		19	Бірлескен ойындағы тактика және стратегия «Орамал» ойыны	3.2.1.1 қозғалысқа байланысты стратегия мен тактиканы дамыту	1	13.10	
20		20	Бірлескен ойындағы тактика және стратегия. Қимыл қозғалыс сапасын дағдыландыруға арналған ойындар	3.2.1.1 қозғалысқа байланысты стратегия мен тактиканы дамыту	1	17.10	
21		21	Бірлескен ойындағы тактика және стратегия. Доппен өткізілетін ойындар «Доппен қуыспақ»	3.2.3.1 - дене жаттығуларын орындау кезіндегі бірлескен жұмысты дамыту	1	19.10	
22		22	Ойындағы қозғалыс белсенділігі. Нысанаға дәл тигізу ойыны	3.2.3.1 - дене жаттығуларын орындау кезіндегі бірлескен жұмысты дамыту	1	20.10	
23	24	23	Ойындағы қозғалыс белсенділігі. Спорттық – сауықтыру ойындары	3.3.5.1 - мектептен тыс және мектептегі қозғалыс әрекеттерінің қажеттілігін түсіндіру	1	24.10	
24		24	Ойындағы қозғалыс белсенділігі. Спорттық – сауықтыру ойындары	3.3.5.1 - мектептен тыс және мектептегі қозғалыс әрекеттерінің қажеттілігін түсіндіру	1	26.10	

25	26	Әкімшілік қызметіне бағытталған (Спортивтік- баулаушы) бағыттары	Әкімшілік қызметіне бағытталған (Спортивтік- баулаушы) бағыттары	3.3.5.1 - араластырылған және араластырылған араластырылған бағыттарының түрлері	84.16
Акробатика					
26	1	Акробатикалық элементтер Жаттықтырушының төменгі бағытына бағытталған	Акробатикалық элементтер Жаттықтырушының төменгі бағытына бағытталған	3.1.6.1 - араластырылған әртүрлі бағыттарының бағыттары араластырылған бағыттарының түрлері	1
27	2	Жаттықтырушының төменгі бағытына бағытталған түрлі бағыттарының түрлері	Жаттықтырушының төменгі бағытына бағытталған түрлі бағыттарының түрлері	3.1.6.1 - араластырылған әртүрлі бағыттарының бағыттары араластырылған бағыттарының түрлері	1
28	3	Жаттықтырушының төменгі бағытына бағытталған және бір бағыттың екі бағытына бағытталған	Жаттықтырушының төменгі бағытына бағытталған және бір бағыттың екі бағытына бағытталған	3.1.6.1 - араластырылған әртүрлі бағыттарының бағыттары араластырылған бағыттарының түрлері	1
29	4	Акробатикалық элементтер. Колларда орындаушының бағытына және қарсы бағытына	Акробатикалық элементтер. Колларда орындаушының бағытына және қарсы бағытына	3.3.2.1 - қозғалыс араластырылған және қозғалыс қозғалыс бағытына бағытталған	1
30	5	Акробатикалық элементтер. Спорттық құрылымдардың және құрылымдардың орындаушының бағытына	Акробатикалық элементтер. Спорттық құрылымдардың және құрылымдардың орындаушының бағытына	3.1.2.1 - физикалық дамуға ықпал ететін қозғалыс араластырылған бағыттарының түрлері	1
31	6	Акробатикалық элементтер. Акробатикалық жаттықтырушының бағытына және тікелей бағытына	Акробатикалық элементтер. Акробатикалық жаттықтырушының бағытына және тікелей бағытына	3.1.2.1 - физикалық дамуға ықпал ететін қозғалыс араластырылған бағыттарының түрлері	1
32	7	Акробатикалық жаттықтырушының реттілігі. Гимнастикалық қоршауларда орындаушының бағытына	Акробатикалық жаттықтырушының реттілігі. Гимнастикалық қоршауларда орындаушының бағытына	3.1.5.1 - кейсілікте қозғалыс араластырылған орындау және анықтау	1
33	8	Акробатикалық жаттықтырушының реттілігі. Бөрте үстіне қойылатын кедергілерден аттап жүру	Акробатикалық жаттықтырушының реттілігі. Бөрте үстіне қойылатын кедергілерден аттап жүру	3.1.5.1 - кейсілікте қозғалыс араластырылған орындау және анықтау	1
34	9	Акробатикалық жаттықтырушының реттілігі. Ормелеу жаттықтырушының бағытына	Акробатикалық жаттықтырушының реттілігі. Ормелеу жаттықтырушының бағытына	3.1.4.1 - өзінің және басқалардың қозғалыс араластырылған бағыттарының түрлері	1
35	10	Акробатикалық жаттықтырушының реттілігі. Еңс орналасқан орындаушының гимнастикалық орындаушының ормелеу	Акробатикалық жаттықтырушының реттілігі. Еңс орналасқан орындаушының гимнастикалық орындаушының ормелеу	3.1.4.1 - өзінің және басқалардың қозғалыс араластырылған бағыттарының түрлері	1

36	Ақрибейтисілік жетігуулар ретілігі.Шыққан жасы денені кетеру	3.2.2.1 командалық жұмысты дидыларды қолдану.	1	28.11
37	Ақрибейтисілік жетігууларда қолданғын ойындар.Аңір жасы денені қозғалу	3.2.2.1 командалық жұмысты дидыларды қолдану.	1	30.11
38	Ақрибейтисілік жетігууларда қолданғын ойындар.Қарлығаш әліпін жасу	3.2.5.1 қозғалыс белсенділігі үрдісінде сыны ойну ерекшеліктерін қолдану	1	05.12
39	Ақрибейтисілік жетігууларда қолданғын ойындар.Қол күймен денені еденнен кетеру	3.2.5.1 қозғалыс белсенділігі үрдісінде сыны ойну ерекшеліктерін қолдану	1	07.12
40	Ақрибейтисілік жетігууларда қолданғын ойындар.Аңірмен жасы денені шелек дейін кетеру әліпін	3.1.6.1 - ойындағы әр түрлі кезеңдерде қажетсіздік ерекшелігі дидыларды мен қабілеттерін таңу.	1	08.12
41	Ақрибейтисілік жетігууларда қолданғын ойындар.Қол күймен денені еденнен кетеру	3.2.5.1 қозғалыс белсенділігі үрдісінде сыны ойну ерекшеліктерін қолдану	1	12.12
42	4-бөлім Қазақ ұлттық және қазақ ойындары 8 сынып	3.2.7.1 - топтық және жарыс ерекшелігі кезіндегі пайғамбаризм көрінісін көрсету және дамыту.	1	14.12
43		3.3.5.1 - мектептен тыс және мектептегі қозғалыс ерекшелігін қажеттілігін түсіндіру.	1	16.12
44		3.2.7.1 - топтық және жарыс ерекшелігі кезіндегі пайғамбаризм көрінісін көрсету және дамыту.	1	19.12
45		3.3.5.1 - мектептен тыс және мектептегі қозғалыс ерекшелігін қажеттілігін түсіндіру.	1	21.12
46		3.3.5.1 - мектептен тыс және мектептегі қозғалыс ерекшелігін қажеттілігін түсіндіру.	1	22.12
47		3.3.5.1 - мектептен тыс және мектептегі қозғалыс ерекшелігін қажеттілігін түсіндіру.	1	26.12
48		3.3.5.1 - мектептен тыс және мектептегі қозғалыс ерекшелігін қажеттілігін түсіндіру.	1	28.12
49		3.3.5.1 - мектептен тыс және мектептегі қозғалыс ерекшелігін қажеттілігін түсіндіру.	1	29.12
III-тоқсан 30-сағат				
50	5-бөлім Денсаулық	Қауіпсіздік ережесі.	1	02.01
		3.3.4.1 - денсаулықты нығайтудағы қиындықтар	1	

	және физикалық белсенділік 15 минут	Физикалық жүктеме кезіндегі ағымды өлсіздіктер.	Физикалық жүктеме кезіндегі ағымды өлсіздіктер. Бір қолмен және екінші қолмен және бір қатардан екінші қатарға өту	мем түлектерінің өзгеруі	
51		2	Физикалық жүктеме кезіндегі ағымды өлсіздіктер. Бір қолмен және екінші қолмен және бір қатардан екінші қатарға өту	3.3.4.1 - дене ауыспалылығын арттырудың жүйелі әдістері мен түлектерінің өзгеруі	1 11.01
52		3	Физикалық жүктеме кезіндегі ағымды өлсіздіктер. 60 м берекесінен секіру	3.3.3.1 - қозғалыс әрекеттерін орындау кезінде ағымды физикалық өлсіздіктердің себептері жайлы пікірлесу	1 12.01
53		4	Физикалық жүктеме кезіндегі ағымды өлсіздіктер. Уақытқа бір орынға жүгіру.	3.3.3.1 - қозғалыс әрекеттерін орындау кезінде ағымды физикалық өлсіздіктердің себептері жайлы пікірлесу	1 18.01
54		5	Дене жаттығулары кезінде өліс-өзі басқару. Логикалық гимнастика жаттығулары	3.3.1.1 - сауатты өмір салты үшін дене белсенділігінің маңыздылығын танытады.	1 19.01
55		6	Дене жаттығулары кезінде өліс-өзі басқару. Жүгіруден кейін жүрек қағысын тексеру	3.3.1.1 - сауатты өмір салты үшін дене белсенділігінің маңыздылығын танытады.	1 23.01
56		7	Дене жаттығулары кезінде өліс-өзі басқару. Бағытты және еркіндік олардың жүгіру	3.1.4.1 - өйінің және басқалардың қозғалыс әрекеттерін талдау.	1 25.01
57		8	Дене жаттығулары кезінде өліс-өзі басқару. Қайталап 3*10 м жүгіру	3.1.4.1 - өйінің және басқалардың қозғалыс әрекеттерін талдау.	1 26.01
58		9	Физикалық жүктеменің аяғына әсері. Уақытты есепке алмай қимылдыққа жүгіру	3.1.5.1 - кеңістікте қозғалыс әрекеттерін орындау және анықтау.	1 30.01
59		10	Физикалық жүктеменің аяғына әсері. Денені еденге қол күшімен көтеру	3.1.5.1 - кеңістікте қозғалыс әрекеттерін орындау және анықтау.	1 01.02
60		11	Физикалық жүктеменің аяғына әсері. Қысқа қашықтыққа жылдам жүгіріп өту	3.1.5.1 - кеңістікте қозғалыс әрекеттерін орындау және анықтау.	1 02.02
61		12	Төзімділікті дамытуға бағытталған дене жаттығулары. Бір орынға жерден секіру әдісі(сет)	3.1.3.1 - дене жаттығуларының ретін сақтау.	1 06.02.
62		13	Төзімділікті дамытуға бағытталған дене жаттығулары. Қоспадалық таутигу ойыны	3.1.3.1 - дене жаттығуларының ретін сақтау.	1 08.02
63		14	Төзімділікті дамытуға бағытталған дене	3.1.3.1 - дене жаттығуларының ретін сақтау.	1 09.02

64	6-бөлім – Ойлауды дамытуға арналған комплекс ойындар. 15 сағат	15	жатынулар. Екі қолды мәйінше есептеп көтеріп тұру Төзімділікті дамытуға бағытталған дене жатынулар. Бір аяқты көтеріп тұру (үздіксіз)	3.1.3.1 - дене жатынуларының ретін сактау.	1	09.02
65		16	Ролдерді анықтайтын ойын арекеттері. Орта-доп ойыны	3.3.4.1 - денсаулықты нығайтудағы қимылдықтар мен пәузелдерді ажырату	1	13.02
66		17	Ролдерді анықтайтын ойын арекеттері. Орта-доп ойыны	3.3.4.1 - денсаулықты нығайтудағы қимылдықтар мен пәузелдерді ажырату	1	15.02
67		18	Ролдерді анықтайтын ойын арекеттері. Орта-доп ойыны	3.2.8.1 - қозғалыс белсенділігіндей ролдерді анықтау және көрсету.	1	16.02
68		19	Ролдерді анықтайтын ойын арекеттері. Линосербол ойыны	3.2.8.1 - қозғалыс белсенділігіндей ролдерді анықтау және көрсету.	1	20.02
69		20	Көпбасшылық қасиеттерін дамытуға бағытталған ойындар. Линосербол ойыны	3.2.2.1 қимылдық жұмыстың көпбасшылық деңгейінде қолдану.	1	22.02
70		21	Көпбасшылық қасиеттерін дамытуға бағытталған ойындар. Линосербол ойыны	3.2.2.1 қимылдық жұмыстың көпбасшылық деңгейінде қолдану.	1	23.02
71		22	Көпбасшылық қасиеттерін дамытуға бағытталған ойындар. Линосербол ойыны	3.1.4.1 - еркін және басқарушы қозғалыс арекеттерін таныту.	1	27.02
72	23	Көпбасшылық қасиеттерін дамытуға бағытталған ойындар. Линосербол ойыны	3.1.4.1 - еркін және басқарушы қозғалыс арекеттерін таныту.	1	01.03	
73	24	Топтың шеңберінің қасиетін дамытуға бағытталған ойындар. Қарама қарсы тұрып сөйлеу ойыны	3.2.3.1 - дене жатынуларын орындау кезіндегі бірлескен жұмысты дамыту	1	02.03	
74	25	Топтың шеңберінің қасиетін дамытуға бағытталған ойындар. Екі адамдық сөйлеу ойыны	3.2.3.1 - дене жатынуларын орындау кезіндегі бірлескен жұмысты дамыту	1	06.03	
75	26	Топтың шеңберінің қасиетін дамытуға бағытталған ойындар. Дотты қарама қарсы тұрып шеңберінің қасиетін дамытуға бағытталған ойындар. Дотты қарама қарсы тұрып шеңберінің қасиетін	3.2.3.1 - дене жатынуларын орындау кезіндегі бірлескен жұмысты дамыту	1	09.03	
76	27	Топтың шеңберінің қасиетін дамытуға бағытталған ойындар. Дотты қарама қарсы тұрып шеңберінің қасиетін	3.2.3.1 қозғалыс белсенділігіндей ролдерді анықтау арекеттерін таныту	1	13.03	
77	28	Көпбасшылық ойындардың қасиетін және стратегиялық ойындар	3.2.1.1 қимылдық ойындардың қасиетін және стратегиялық ойындар	1	15.03	

78	Командалық ойындардағы тактика және стратегия. Баскетбол ойыны	29	3.2.1.1 қозғалысқа байланысты стратегия мен тактиканы дамыту	1	16.03
79	Командалық ойындардағы тактика және стратегия. Баскетбол ойыны	30	3.2.1.1 қозғалысқа байланысты стратегия мен тактиканы дамыту	1	16.03
IV-тоқсан 29-сағат					
80	7-бөлім – Ойын арқылы әлеуметтік дағдыларды дамыту. 14 сағат	1	Қауіпсіздік ережесі Ойындағы қарым-қатынас дағдылары. Футбол ойыны	1	27.03
81		2	Қауіпсіздік ережесі Ойындағы қарым-қатынас дағдылары. Футбол ойыны	1	29.03
82		3	Ойындағы қарым-қатынас дағдылары. Футбол ойыны	1	30.03
83		4	Жарыс элементтері бар ойындар. Футбол ойыны	1	03.04
84		5	Жарыс элементтері бар ойындар. Футбол ойыны	1	05.04
85		6	Жарыс элементтері бар ойындар. Футбол ойыны	1	06.04
86		7	Ойын жағдайында сыни ойлауды дамыту. Қақпаға түру	1	10.04
87		8	Ойын жағдайында сыни ойлауды дамыту. Қақпаға түру	1	12.04
88		9	Ойын жағдайында сыни ойлауды дамыту. Қақпаға түру	1	13.04
89		10	Ойын белсенділігі процесінде әлеуметтік дағдыларын дамыту. Допты ауада тебу әдісі	1	17.04
90		11	Ойын жағдайында сыни ойлауды дамыту. Допты ауада тебу әдісі	1	19.04
91		12	Ойын жағдайында сыни ойлауды дамыту. Бір-біріне пас беру	1	20.04
92		13	Ойын жағдайында сыни ойлауды дамыту. Бір-біріне пас беру	1	24.04
93		14	Ойын жағдайында сыни ойлауды дамыту. Командалық футбол ойыны	1	26.04

94	8-бөлім – Жеңіл атлетика арқылы салауатты өмір салты 15 сағат	15	Ойын белсенділігі процесінде әлеуметтік дағдыларын дамыту. Эстафета 4x60 м	3.3.4.1 - денсаулықты нығайтудағы қиындықтар мен тәуекелдерді ажырату	1	21.04
95		16	Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Бір біріне қарама қарсы тұрып секіру	3.1.6.1 - оқыпудың әр түрлі кезеңдерінде қауіпсіздік ережесінің дағдылары мен қабілеттерін тану.	1	03.05
96		17	Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Арқан тарту	3.3.1.1 - салауатты өмір салты үшін дене белсенділігінің маңыздылығын талқылау	1	04.05
97		18	Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Еркін жүгіру әдісі	3.3.1.1 - салауатты өмір салты үшін дене белсенділігінің маңыздылығын талқылау	1	10.05
98		19	Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Жүру арқылы жылдамдықты анықтау	3.1.3.1 - дене жаттығуларының ретін сақтау.	1	11.05
99		20	Жүгіру және оның түрлері. 30 м жүгіру	3.1.3.1 - дене жаттығуларының ретін сақтау.	1	15.05
100		21	Жүгіру және оның түрлері. 3x10 м жүгіру	3.1.3.1 - дене жаттығуларының ретін сақтау.	1	17.05
101		22	Жүгіру және оның түрлері. Орта қашықтыққа жүгіру	3.1.5.1 - кеңістікте қозғалыс әрекеттерін орындау және анықтау.	1	18.05
102		23	Жүгіру және оның түрлері. Орта қашықтыққа жүгіру	3.1.5.1 - кеңістікте қозғалыс әрекеттерін орындау және анықтау.	1	22.05
103		24	Ұзындыққа және биіктікке секіру. Бір орыннан қзындыққа секіру	3.1.5.1 - кеңістікте қозғалыс әрекеттерін орындау және анықтау.	1	24.05
104		25	Ұзындыққа және биіктікке секіру. Бір орыннан қзындыққа секіру	3.2.5.1 қозғалыс белсенділігі үрдісінде сыни ойлау ерекшеліктерін қолдану	1	25.05
105		26	Ұзындыққа және биіктікке секіру. Биіктікке секіру әдісін түсіндіру	3.2.5.1 қозғалыс белсенділігі үрдісінде сыни ойлау ерекшеліктерін қолдану	1	29.05
106		27	Ойын белсенділігі процесінде әлеуметтік дағдыларын дамыту. Эстафета 4x60 м	3.3.4.1 - денсаулықты нығайтудағы қиындықтар мен тәуекелдерді ажырату	1	31.05
107		28	Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Еркін жүгіру әдісі	3.3.1.1 - салауатты өмір салты үшін дене белсенділігінің маңыздылығын талқылау	1	31.05
108		29	Ойын белсенділігі процесінде әлеуметтік дағдыларын дамыту. Эстафета 4x60 м	3.3.4.1 - денсаулықты нығайтудағы қиындықтар мен тәуекелдерді ажырату	1	31.05

Дене шынықтыру пәні бойынша 4-сыныпқа арналған
күнтізбелік-тақырыптық жоспар
Апталық жүктеме 3 сағат, жылдық жүктеме 108 сағат.
2022-2023 оқу жылына арналған.

№	Ауыспалы тақырыптар	Сабақтың тақырыптары	Тақырыпты меңгеруге арналған оқу мақсаттары	Сағат саны	Күні	Ескерту
1-бөлім Жүгіру, секіру және лақтыру						
1	1	Қауіпсіздік ережесі. Қысқа қашықтыққа жүгіру	4.3.4.1 денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды таңдау және қолдану	1	01.09	
2	2	Қысқа қашықтыққа жүгіру	4.3.4.1 денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды таңдау және қолдану	1	02.09	
3	3	Ұзындыққа секіру негіздері	4.3.2.1 дене қызметімен айналысқан кезде, денені қыздыру және босансыту қажеттілігін көрсету және талқылау	1	05.09	
4	4	Ұзындыққа секіру негіздері	4.3.3.1 дене қимылдарын орындау кезінде немесе орындағаннан кейін белгілі бір физикалық өзгерістерді көру үшін бір қатар бақылау стратегияларын қолдану	1	08.09	
5	5	Ұзындыққа секіру негіздері	4.3.2.1 дене қызметімен айналысқан кезде, денені қыздыру және босансыту қажеттілігін көрсету және талқылау	1	09.09	
6	6	Ұзындыққа секіру негіздері	4.3.3.1 дене қимылдарын орындау кезінде немесе орындағаннан кейін белгілі бір физикалық өзгерістерді көру үшін бір қатар бақылау стратегияларын қолдану	1	12.09	
7	7	Лақтырудың түрлері мен әжірібеле	4.1.2.1 дене дамуына ықпал ететін түрлі жүйелі жаттығулармен қозғалыстарды орындау сапасын арттыруды түсіну және көрсету	1	15.09	
8	8	Женіл атлетика элементтері бар эстафета	4.1.2.1 дене дамуына ықпал ететін түрлі жүйелі жаттығулармен қозғалыстарды орындау сапасын арттыруды түсіну және көрсету	1	16.09	
9	9	Женіл атлетика элементтері бар эстафета	4.3.5.1 дене қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін алу жолдары салыстыру, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдары	1	19.09	
10	10	Женіл атлетика элементтері бар эстафета	4.3.5.1 дене қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін алу жолдары салыстыру, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдары	1	22.09	
11	11	Женіл атлетика элементтері бар эстафета	4.3.5.1 дене қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін алу жолдары салыстыру, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдары	1	23.09	
12	12	Женіл атлетика элементтері бар эстафета	4.3.5.1 дене қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін алу жолдары салыстыру, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдары	1	26.09	
2-бөлім Жеңілділген спорттық ойындар						
13	13	Волейбол доптары мен ойындар	4.2.8.1 түрлі әрекеттерді орындау кезінде түрлі рөлдермен эксперимент жасау және орындауға кірісу, олардың айырмашылықтарын бағалау	1	29.09	

33	7	жаттығулар	байланыстарды көрсете және түзіндіре отырып, өзінің және басқаларының іс-қимылдарды орындауына ырысқасу	1	
34	8	Жеңіл имнаестикалықкұралдармен жаттығулар	4.1.4.1 дене жаттығуларын шебер орындау үшін әлеуетті анықтап, қозғалыстың күшті және әлсіз жақтарын салыстыру	1	20.09
35	9	Жеңіл имнаестикалықкұралдармен жаттығулар	4.1.5.1 қолданылатын бір қатаріс-қимылдарды, кеңейтілі, динамиканы және байланыстарды көрсете және түзіндіре отырып, өзінің және басқаларының іс-қимылдарды орындауына ырысқасу	1	09.10
36	10	Жеңіл имнаестикалықкұралдармен жаттығулар	4.1.4.1 дене жаттығуларын шебер орындау үшін әлеуетті анықтап, қозғалыстың күшті және әлсіз жақтарын салыстыру	1	06.10
37	11	Гимнаестикалықкұралдарғабағытта лантанармалар	4.2.2.1 көшбасшылық рөлдерімен кезектесе алмасып, әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше және топта жұмыс істей білу	1	07.10
38	12	Гимнаестикалықкұралдарғабағытта лантанармалар	4.2.2.1 көшбасшылық рөлдерімен кезектесе алмасып, әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше және топта жұмыс істей білу	1	10.10
39	13	Гимнаестикалықкұралдарғабағытта лантанармалар	4.2.2.1 көшбасшылық рөлдерімен кезектесе алмасып, әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше және топта жұмыс істей білу	1	13.10
			4.2.2.1 көшбасшылық рөлдерімен кезектесе алмасып, әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше және топта жұмыс істей білу	1	14.10
4-бөлімҚазақұлттықойындары					
40	14	Қазақтыңқозғалмалыойындары	4.2.7.1 топтық және дербес дене қимылдарында патриоттық сезімін, өзара іс қимылдармен адал бәсекелестікті көрсету	1	14.10
41	15	Қазақтыңқозғалмалыойындары	4.3.5.1 дене қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдарын зерттеу және салыстыру	1	20.10
42	16	Қазақтыңқозғалмалыойындары	4.2.7.1 топтық және дербес дене қимылдарында патриоттық сезімін, өзара іс қимылдармен адал бәсекелестікті көрсету	1	21.10
43	17	Қазақтыңқозғалмалыойындары	4.3.5.1 дене қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдарын зерттеу және салыстыру	1	24.10
44	18	Қазақтыңқозғалмалыойындары	4.2.7.1 топтық және дербес дене қимылдарында патриоттық сезімін, өзара іс қимылдармен адал бәсекелестікті көрсету	1	22.10
45	19	Қазақтыңқозғалмалыойындары	4.3.5.1 дене қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдарын зерттеу және салыстыру	1	28.10
46	20	Қазақтыңқозғалмалыойындары	4.3.5.1 дене қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдарын зерттеу және салыстыру	1	07.11
47	21	Ұлттықсияткерлікойындар	4.2.5.1 орындаушыларға конструктивтік ұсыныстар жасау үшін шығармашылық талпырмаларға қатысты өзінің сыни тұрғыдан көзқарасымен басқаларының көзқарастарын біріктіру	1	10
48	22	Ұлттықсияткерлікойындар	4.2.6.1 белгілі бір тақырыптарды, қолд күйлермен эмоцияларды жеткізу үшін бірқатар композициялық идеяларды анықтау және құру	1	11
49	23	Ұлттықсияткерлікойындар	4.2.5.1 орындаушыларға конструктивтік ұсыныстар жасау үшін шығармашылық талпырмаларға қатысты өзінің сыни тұрғыдан көзқарасымен басқаларының көзқарастарын біріктіру	1	14

14	14	Волейболдоптарыменойындар	4.2.8.1 түрлі әрекеттерді орындау кезінде түрлі рөлдермен эксперимент жасау және орындауға кірісу, олардың айырмашылықтарын бағалау	1	17
15	15	Волейболдоптарыменойындар	4.2.8.1 түрлі әрекеттерді орындау кезінде түрлі рөлдермен эксперимент жасау және орындауға кірісу, олардың айырмашылықтарын бағалау	1	18
16	16	Спорттықойындар	4.3.5.1 дене қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін зерттеу және салыстыру, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдары	1	21
17	17	Спорттықойындар	4.3.5.1 дене қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін зерттеу және салыстыру, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдары	1	24
18	18	Спорттықойындар	4.3.5.1 дене қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін зерттеу және салыстыру, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдары	1	25
19	19	Спорттықойындар	4.3.5.1 дене қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін зерттеу және салыстыру, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдары	1	28
20	20	Техникасыжеңілтапсырмалар	4.2.1.1 баламаларды анықтап және жасап қозғалыс идеяларын, стратегияларды және жоспарларды анықтайды және ұйымдастыру	1	02, 12
21	21	Техникасыжеңілтапсырмалар	4.2.1.1 баламаларды анықтап және жасап қозғалыс идеяларын, стратегияларды және жоспарларды анықтайды және ұйымдастыру	1	05
22	22	Техникасыжеңілтапсырмалар	4.2.1.1 баламаларды анықтап және жасап қозғалыс идеяларын, стратегияларды және жоспарларды анықтайды және ұйымдастыру	1	08
23	23	Техникасыжеңілтапсырмалар	4.2.1.1 баламаларды анықтап және жасап қозғалыс идеяларын, стратегияларды және жоспарларды анықтайды және ұйымдастыру	1	09
24	24	Топтағынегізгіжұмыстар	4.3.5.1 дене қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдарын зерттейді және салыстыру	1	12
25	25	Топтағынегізгіжұмыстар	4.3.5.1 дене қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдарын зерттейді және салыстыру	1	15
26	26	Топтағынегізгіжұмыстар	4.3.5.1 дене қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдарын зерттейді және салыстыру	1	19
3-бөлім Гимнастиканың негізгі элементтері					
27	1	Қауіпсіздік ережесі, Жалпы дамытуға арналған жаттығулар	4.3.4.1 денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтармен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды таңдау және қолдану	1	22
28	2	Жалпы дамытуға арналған жаттығулар	4.3.2.1 дене қызметімен айналысқан кезде, денені қыздыру және босаңсыту қажеттілігін көрсету және талқылау	1	23
29	3	Жалпы дамытуға арналған жаттығулар	4.3.4.1 денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтармен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды таңдау және қолдану	1	26
30	4	Акробатиканың жеңіл элементтері	4.1.2.1 дене дамуына ықпал ететін түрлі жүйелі жаттығулармен қозғалыстарды орындау сапасын арттыруды түсіну және көрсету	1	29
31	5	Акробатиканың жеңіл элементтері	4.1.2.1 дене дамуына ықпал ететін түрлі жүйелі жаттығулармен қозғалыстарды орындау сапасын арттыруды түсіну және көрсету	1	30, 12
32	6	Жеңіл гимнастиканың қалық құралдармен	4.1.5.1 қолданылатын бір қатарлы-қимылдарды, кеңейтікті, динамиканы және	1	09, 01

[illegible]

		ойындар	және жоспарларды анықтау және ұйымдастыру			
80	30	Баскетбол ойындар	бар	4.2.1.1 баламаларды анықтап және жасап қозғалыс идеяларын, стратегияларды және жоспарларды анықтау және ұйымдастыру	17.03	
			7-бөлім Қарым-қатынас орнату үшін ойындар			
81	1	Қауіпсіздік Допты игеру дағдыларын дамыту	ережесі.	4.3.4.1 денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды таңдау және қолдану	1	24.03
82	2	Допты игеру дағдыларын дамыту		4.3.4.1 денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды таңдау және қолдану	1	30.03
83	3	Допты игеру дағдыларын дамыту		4.3.4.1 денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды таңдау және қолдану	1	31.03
84	4	Допты игеру дағдыларын дамыту		4.3.4.1 денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды таңдау және қолдану	1	03.04
85	5	Доппен жасалатын жаттығуларды құрастыру		4.2.6.1 белгілі бір тақырыптарды, көңіл күйлермен эмоцияларды жеткізу үшін бірқатар композициялық идеяларды анықтау және құрау	1	06.04
86	6	Доппен жасалатын жаттығуларды құрастыру		4.2.6.1 белгілі бір тақырыптарды, көңіл күйлермен эмоцияларды жеткізу үшін бірқатар композициялық идеяларды анықтау және құрау	1	07.04
87	7	Доппен жасалатын жаттығуларды құрастыру		4.2.6.1 белгілі бір тақырыптарды, көңіл күйлермен эмоцияларды жеткізу үшін бірқатар композициялық идеяларды анықтау және құрау	1	10.04
88	8	Ойындардағы топтық іс-әрекеттер		4.2.5.1 орындаушыларға конструктивтік ұсыныстар жасау үшін шығармашылық тапсырмаларға қатысты өзінің сыни тұрғыдан көзқарасымен басқаларының көзқарастарын біріктіру	1	13.04
89	9	Ойындардағы топтық іс-әрекеттер		4.2.5.1 орындаушыларға конструктивтік ұсыныстар жасау үшін шығармашылық тапсырмаларға қатысты өзінің сыни тұрғыдан көзқарасымен басқаларының көзқарастарын біріктіру	1	14.04
90	10	Ойындардағы топтық іс-әрекеттер		4.2.5.1 орындаушыларға конструктивтік ұсыныстар жасау үшін шығармашылық тапсырмаларға қатысты өзінің сыни тұрғыдан көзқарасымен басқаларының көзқарастарын біріктіру	1	14.04
91	11	Доппен түрлендірілген ойындар		4.1.6.1 жаттығулардың әр түрін орындау кезінде тәуекелдерді қысқарту және туындайтын қиындықтарды еңсеру қабілеттілігін көрсетіп, орындалатын жаттығулардың күрделілігінің деңгейін тани білу	1	20.04
92	12	Доппен түрлендірілген ойындар		4.1.6.1 жаттығулардың әр түрін орындау кезінде тәуекелдерді қысқарту және туындайтын қиындықтарды еңсеру қабілеттілігін көрсетіп, орындалатын жаттығулардың күрделілігінің деңгейін тани білу	1	21.04
93	13	Доппен түрлендірілген ойындар		4.1.6.1 жаттығулардың әр түрін орындау кезінде тәуекелдерді қысқарту және туындайтын қиындықтарды еңсеру қабілеттілігін көрсетіп, орындалатын жаттығулардың күрделілігінің деңгейін тани білу	1	24.04

94	14	Доппен түрлендірілген ойындар	4.1.6.1 жаттығулардың әр түрін орындау кезінде тәуекелдерді қысқарту және туындайтын қиындықтарды еңсеру қабілеттілігін көрсетіп, орындалатын жаттығулардың күрделілігінің деңгейін тани білу	1	24.04
8-бөлім Денсаулық туралы білім алу және практика арқылы машықтандыру					
95	15	Қозғалмалы ойындар денешынықтырудың компоненті ретінде	4.3.4.1 денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтармен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды тандау және қолдану	1	28.04
96	16	Қозғалмалы ойындар денешынықтырудың компоненті ретінде	4.3.4.1 денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтармен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды тандау және қолдану	1	04.05
97	17	Қозғалмалы ойындар денешынықтырудың компоненті ретінде	4.3.4.1 денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтармен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды тандау және қолдану	1	05.05
98	18	Қозғалмалы ойындар денешынықтырудың компоненті ретінде	4.3.4.1 денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтармен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды тандау және қолдану	1	11.05
99	19	Жүгіру дағдыларымен денсаулықты нығайту	4.1.3.1 қимылды орындаудың уақыт, кеңістік және бірқалыптылық туралы түсініктерін көрсететін бірқатар тиімді машықтарды және жүйеліліктерді түсіну және қолдана білу	1	12.05
100	20	Жүгіру дағдыларымен денсаулықты нығайту	4.1.3.1 қимылды орындаудың уақыт, кеңістік және бірқалыптылық туралы түсініктерін көрсететін бірқатар тиімді машықтарды және жүйеліліктерді түсіну және қолдана білу	1	15.05
101	21	Жүгіру дағдыларымен денсаулықты нығайту	4.1.3.1 қимылды орындаудың уақыт, кеңістік және бірқалыптылық туралы түсініктерін көрсететін бірқатар тиімді машықтарды және жүйеліліктерді түсіну және қолдана білу	1	18.05
102	22	Жүгіру дағдыларымен денсаулықты нығайту	4.1.3.1 қимылды орындаудың уақыт, кеңістік және бірқалыптылық туралы түсініктерін көрсететін бірқатар тиімді машықтарды және жүйеліліктерді түсіну және қолдана білу	1	19.05
103	23	Жүгіру дағдыларымен денсаулықты нығайту	4.1.3.1 қимылды орындаудың уақыт, кеңістік және бірқалыптылық туралы түсініктерін көрсететін бірқатар тиімді машықтарды және жүйеліліктерді түсіну және қолдана білу	1	22.05
104	24	Денсаулықты нығайтуға арналған ойындар мен эстафеталар	4.2.5.1 орындаушыларға конструктивтік ұсыныстар жасау үшін шығармашылық тапсырмаларға қатысты өзінің сыни тұрғыдан көзқарасымен басқаларының көзқарастарын біріктіру	1	25.05
105	25	Денсаулықты нығайтуға арналған ойындар мен эстафеталар	4.2.5.1 орындаушыларға конструктивтік ұсыныстар жасау үшін шығармашылық тапсырмаларға қатысты өзінің сыни тұрғыдан көзқарасымен басқаларының көзқарастарын біріктіру	1	26.05
106	26	Денсаулықты нығайтуға арналған ойындар мен эстафеталар	4.2.5.1 орындаушыларға конструктивтік ұсыныстар жасау үшін шығармашылық тапсырмаларға қатысты өзінің сыни тұрғыдан көзқарасымен басқаларының көзқарастарын біріктіру	1	29.05

107	27	Денсаулықты нығайтуға арналған ойындар мен эстафеталар	4.2.5.1 орындаушыларға қонеструктивтік шығармашылық тапсырмаларға қатысты өзінің сыни тұрғыдан көзқарасымен басқаларының көзқарастарын біріктіру	ұзыныстар жасау үшін	1	29.05
108	28	Денсаулықты нығайтуға арналған ойындар мен эстафеталар	4.2.5.1 орындаушыларға қонеструктивтік шығармашылық тапсырмаларға қатысты өзінің сыни тұрғыдан көзқарасымен басқаларының көзқарастарын біріктіру	ұзыныстар жасау үшін	1	29.05