Түсінік хат

Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрінің 2022 жылғы 3 тамыздағы №348 бұйрығына 2-қосымша.
Бастауыш білім берудің мемлекеттік жалпыға міндетті стандарты.
Қазақстан Республикасы Оқу - ағарту министрлігінің 2022 жылғы 16 қыркүйектегі № 399 бұйрығына 67-қосымшасы.

"Білім туралы" Қазақстан Республикасы Заңының 5-бабының 39) тармақшасына сәйкес БҰЙЫРАМЫН:

Ескерту. Кіріспе жаңа редакцияда – ҚР Оқу-ағарту министрінің 15.04.2025 № 74 (алғашқы ресми жарияланған күнінен кейін күнтізбелік он күн өткен соң қолданысқа енгізіледі) бұйрығымен.

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

1. Оқу бағдарламасы "Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың, бастауыш, негізгі орта, жалпы орта, техникалық және кәсіптік, орта білімнен кейінгі білім берудің мемлекеттік жалпыға міндетті стандарттарын бекіту туралы" Қазақстан Республикасы Оқу-ағарту министрінің 2022 жылғы 3 тамыздағы № 348 бұйрығымен бекітілген Мектепке дейінгі тәрбие мен оқытудың, бастауыш, негізгі орта, жалпы орта, техникалық және кәсіптік, орта білімнен кейінгі білім берудің мемлекеттік жалпыға міндетті стандарттарына сәйкес әзірленген (Нормативтік құқықтық актілерді мемлекеттік тіркеу тізілімінде № 29031 болып тіркелген).

2. Дене шынықтыру пәнінің басты мақсаты – ағзаның бүкіл жүйелерін дамыту, барлық дене сапаларын жетілдіру болып табылады. Дене шынықтыру пәнінің жеке тұлғаны тәрбиелеуде алатын орны ерекше. Ол білім алушының дене дамуына, әлеуметтік, дербес және рухани қасиеттерін қалыптастыруға ықпал етеді. Мектептің білім беру жүйесінде дене шынықтыру білім алушыларда салауатты өмір салтын қалыптастыруға бағытталған.

3. "Дене шынықтыру" пәнінің мақсаты – білім алушыларды өз денсаулықтары мен психикаларын нығайтуға ынталандыру болып табылады. Оқушылардың дербес және жас ерекшеліктерін ескеріп, бойда қалыптасқан арнайы спорттық дағдылар мен сапаларды қолданып, сол арқылы олардың дене қабілеттерінің дамуларына ықпал ету.

4. Оқу бағдарламасы:

1) дене тәрбиесі және спорттың даму тарихы туралы білім деңгейін қалыптастыруды;

2) негізгі дене сапаларын жетілдіруді, арнайы спорттық біліктіліктер мен дағдыларды дамытуды;

3) түрлі деректер арқылы ақпараттарды қолдану, оның мән-мағынасын түсіне отырып, коммуникативті дағдыларды дамытуды;

4) идеялық және зерттеу дағдыларын дамытуды;

5) адамгершілік-жігер қабілеттерін қалыптастыру міндеттерін шешуді көздейді.

5. "Дене шынықтыру" пәнін оқу-үйрену білім алушыларға:

1) пән бойынша игерген білім, біліктілік және дағдыларын күнделікті өмірде қолдануға; өзінің дене дамуындағы қимыл-қозғалыс құзіретін жақсарту қажеттілігін бағалауға;

2) жеке адамгершілік қасиеттерін дамытуға, "әділ ойын" және өзін үздіксіз жетілдіру қажеттілігін сезінуге;

3) жекебас гигиенасын сақтау маңыздылығы мен қажеттілігін түсінуге;

4) дене жаттығуларының адам ағзасына тигізетін оң әсерін білуге;

5) өзінің және өзгелердің дене жағдайын бағалауға;

6) сыни көзқарас және шығармашылық тұрғыдан ойлана білу, қиындықтарды жеңе білу мен қарым-қатынас орната білуді дамытуға мүмкіндік береді.

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

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

5 - сыныпта аптасына 2 сағат дене шынықтыру және 1 сағат спорттық ойын,оқу жылында 102 сағат;

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

7. "Дене шынықтыру" оқу пәнінің оқу бағдарламасының мазмұны оқытудың бөлімдері арқылы ұйымдастырылған. Бөлімдер сыныптар бойынша күтілетін нәтиже түрінде берілген оқу мақсаттарын қамтитын бөлімшелерден тұрады.

8. Әр бөлімшеде көрсетілген оқу мақсаттары мұғалімге оқушыларды дамыту бойынша жұмысты жүйелі жоспарлауға, сонымен қатар олардың жетістіктерін бағалауға, оқытудың келесі кезеңдері туралы ақпарат беруге мүмкіндік береді.

9. Оқу пәнінің мазмұны 3 бөлімнен тұрады:

1) қимыл-қозғалыс іс-әрекеттері;

2) шығармашылық қабілеттер және қимыл-қозғалыс дағдылары арқылы сыни көзқарасты қалыптастыру;

3) денсаулық және салауатты өмір салты.

10. "Қимыл-қозғалыс іс-әрекеттері" бөлімі келесі бөлімшелерді қамтиды:

1) түрлі арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерін орындау кезіндегі дәлдікті, бақылауды және үйлесімділікті дамыту;

2) түрлі қимыл-қозғалыс комбинацияларын құру және оларды дене жаттығуларын орындауда қолдану реттілігі;

3) арнайы спорттық техникаларды орындау кезінде қимыл-қозғалыс дағдыларын және олардың орындалу ретін түрлендіру;

4) қимыл-қозғалыс әрекеттерін орындауды жақсарту үшін өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалау;

5) бірқатар дене жаттығуларының тактикаларын, стратегиялары мен құрылымдық идеяларын қолдану және бағалау;

6) қиындықты жеңе білу және қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қауіп-қатерлерге жауап қайтара білу.

11. "Шығармашылық қабілеттер және қимыл-қозғалыс дағдылары арқылы сыни көзқарасты қалыптастыру" бөлімі келесі бөлімшелерді қамтиды:

1) қимыл-қозғалыс әрекеттері арқылы өзгермелі жағдайға жауап қайтара білуге бейімделу;

2) көшбасшылық, сондай-ақ команда құрамында жұмыс істей білу дағдыларын дамыту және қолдану;

3) қолайлы оқу-үйрену ортасын қалыптастыруға қажет бірқатар тиімді дағдыларды көрсету;

4) дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді бағалау;

5) өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін сыни тұрғыдан бағалау және оны шешудің балама жолдарын ұсыну;

6) жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін білу;

7) жарыс кезінде таза ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсету;

8) түрлі қимыл-қозғалыстармен шарттастырылған рөлдерді орындау және олардың айырмашылықтарын сезіне білу.

12. "Денсаулық және салауатты өмір салты" бөлімі келесі бөлімшелерді қамтиды:

1) жекебас денсаулығы және салауатты өмір салты туралы білімді қалыптастыру;

2) қыздырыну және қалпына келтіру жаттығуларын құру мен орындау;

3) түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын зерттеу;

4) денсаулықты нығайтуға бағытталған бірқатар дене жүктемелері кезінде туындауы мүмкін қауіп-қатерді басқара білу стратегиясын құру және қолдану;

5) басқалардың дене жаттығулары тәжірибесін байыту мақсатында білім, біліктілік және дағдыларды қолдану.

13. Бұл бағдарламада мектепте дененің шынығуы мен адамгершілікке тәрбиелеудің кешенді жүйесін құрайтын дене шынықтырудың барлық негізгі нысандарының мазмұны қамтылған және бұл міндеттерді барлық оқу жылында біртіндеп шешуге мүмкіндік береді.

Бағдарламаның үшінші сағаты оқушылардың белсенділігін арттыруға (спорт және қозғалмалы ойындар санын кеңейту арқылы) және сауықтыру процесіне бағытталған.

14. 5-сыныпқа арналған "Дене шынықтыру" оқу пәнінің базалық мазмұны:

1) "Жүгіру, секіру және лақтыру дағдыларын оқыту": Қауіпсіздік ережесі. Қысқа қашықтыққа жүгіру техникасын үйрету. Орта және алыс қашықтық техникасын үйрету. Жүгіріп келіп және бір орында ұзындыққа секіру техникасы. Әртүрлі снарядтарды нысанаға, қашықтыққа лақтыру техникасы. Топтық эстафеталық жұмыс;

2) "Өзгертілген командалық ойын": Ойынның қабылдау техникасын үйрету. Негізгі қабылдау тактикасын үйрету. Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру;

3) "Гимнастика арқылы денсаулықты нығайту": Қауіпсіздік ережесі. Кешенді жалпы дамыту жаттығуларының негізін құру. Акробатикалық жаттығулар орындау. Снарядтарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету. Гимнастикалық жиынтықтың негізін құру;

4) "Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары": Қазақтың ұлттық ойындары. Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену;

5) "Шаңғы/кросс/коньки дайындығы": Қауіпсіздік ережелері. Ағзаны қалпына келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау. Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету. Қашықтықты өту тактикасының негіздері;

6) "Бірлескен іс-әрекеттегі ойын-сауық ойындар": Ойындағы бірлескен іс-әрекет және көшбасшылық. Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарын оқыту. Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет. Ойын-сауық ойындарын құру;

7) "Ойын кезіндегі басып кіру дағдыларын түсіну және үйрету": Қауіпсіздік ережелері. Ойын кезінде допты иелену. Ойын кеңістігінде бағдарлау дағдыларына үйрету. Жеке және командалық ойын әрекеттері. Ойын стратегиясын құрудағы дағдыны дамыту;

8) "Жеңіл атлетика дағдысын дамыту және шолу": Ойын арқылы жеңіл атлетика дағдысын дамыту. Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру. Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту.

Р/ с.	С/ с	Бөлім	Сабақтардың тақырыбы	Оқудың мақсаттары	Сағ. саны	Мерзімі	Ескерту
1-тоқсан							
1	1	**1-бөлім Жүгіру, секіру, лақтыру дағдыларына оқыту және спорттық ойындар**	Қауіпсіздік ережесі. Қысқа қашықтыққа жүгіру техникасын үйрету	5. 3. 4. 1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу	**1**		
2	2		Қауіпсіздік ережесі. Қысқа қашықтыққа жүгіру техникасын үйрету	5. 3. 4. 1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу	**1**		
3	3		Спорттық ойын: Футбол	5. 3. 3. 1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу;	**1**		
4	4		Орта және алыс қашықтық техникасын үйрету	5. 3. 3. 1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу;	**1**		
5	5		Орта және алыс қашықтық техникасын үйрету	5. 3. 2. 1 қыздырыну және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	**1**		
6	6		Спорттық ойын: Футбол **ӨҚН №1: Адамның табиғатта өз бетінше өмір сүруі.**	5. 3. 2. 1 қыздырыну және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	**1**		
7	7		Жүгіріп келіп және бір орында ұзын дыққа секіру техни касын үйрету	5. 1. 2. 1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	**1**		
8	8		Жүгіріп келіп және бір орында ұзын дыққа секіру техни касын үйрету	5. 1. 2. 1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	**1**		
9	9		Спорттық ойын: Футбол	5. 1. 1. 1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті	**1**		

				дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну			
10	10		Әр түрлі снаряд тарды нысанаға, қашықтыққа лақтыру техникасы	5. 1. 1. 1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну	**1**		
11	11		Топтық эстафеталық жұмыс	5. 3. 5. 1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	**1**		
12	12		Спорттық ойын: Футбол **ӨҚН №2: Жарқат алған кезде медициналық көмек көрсету жолдары**	5. 3. 5. 1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	1		
13	13	**2-бөлім Өзгертілген командалық ойын және спорттық ойындар**	Ойынның қабылдау техникасын үйрету	5. 1. 1. 1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну;	**1**		
14	14		Ойынның қабылдау техникасын үйрету	5. 1. 1. 1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну;	**1**		
15	15		Спорттық ойын: Футбол	5. 1. 3. 1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау;	**1**		
16	16		Ойынның қабылдау техникасын үйрету	5. 1. 3. 1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау;	**1**		
17	17		Ойынның қабылдау техникасын үйрету	5. 2. 4. 1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді білу және түсіну	**1**		
18	18		Спорттық ойын: Футбол **ӨҚН №3: Жер сілкінісі**	5. 2. 4. 1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді білу және түсіну	**1**		

19	19		Негізгі қабылдау тактикасын үйрету	5. 1. 2. 1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау;	**1**		
20	20		Негізгі қабылдау тактикасын үйрету	5. 1. 2. 1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау;	**1**		
21	21		Спорттық ойын: Футбол	5. 1. 5. 1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	**1**		
22	22		Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру	5. 2. 2. 1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну;	**1**		
23	23		Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру **ӨҚН №4: Жер сілкінісі**	5. 2. 2. 1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну;	**1**		
24	24		Спорттық ойын: Футбол	5. 2. 1. 1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну	**1**		
2-тоқсан							
25	1	**3-бөлім Гимнастика арқылы денсаулықты нығайту және спорттық ойындар**	Қауіпсіздік ережесі. Кешенді жалпы дамыту жаттығуларының негізін құру	5. 3. 4. 1. Денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу;	**1**		
26	2		Қауіпсіздік ережесі. Кешенді жалпы дамыту жаттығуларының негізін құру	5. 3. 4. 1. Денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу;	**1**		
27	3		Спорттық ойын: Баскетбол	5. 3. 2. 1 қыздырыну және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	**1**		
28	4		Акробатикалық жаттығулар орындау	5. 1. 2. 1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	**1**		
29	5		Акробатикалық жаттығулар орындау	5. 1. 2. 1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы			

				реттілігін білу және орындау			
30	6		Спорттық ойын: Баскетбол **ӨҚН №5: Жердің опырылуы мен сел, көшкіннің орын алуы**	5. 1. 2. 1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	**1**		
31	7		Снарядтарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету	5. 1. 5. 1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау;	**1**		
32	8		Снарядтарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету	5. 1. 5. 1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау;	**1**		
33	9		Спорттық ойын: Баскетбол	5. 1. 4. 1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын білу және анықтау	**1**		
34	10		Гимнастикалық жиынтықтың негізін құру	5. 2. 2. 1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну;	**1**		
35	11		Гимнастикалық жиынтықтың негізін құру	5. 2. 2. 1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну;	**1**		
36	12		Спорттық ойын: Баскетбол **ӨҚН №6: Дауыл боран**	5. 2. 5. 1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	**1**		
37	13	**4-бөлім Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары және спорттық ойындар**	Қазақтың ұлттық ойындары	5. 2. 7. 1 жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсету және түсіндіру;	**1**		
38	14		Қазақтың ұлттық ойындары	5. 2. 7. 1 жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсету және түсіндіру;	**1**		
39	15		Спорттық ойын: Баскетбол	5. 2. 3. 1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау;	1		
40	16		Қазақтың ұлттық ойындары	5. 2. 3. 1 қолайлы оқу ортасын	1		

				қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау;			
41	17		Қазақтың ұлттық ойындары	5. 3. 5. 1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	**1**		
42	18		Спорттық ойын: Баскетбол **ӨҚН №7: Әсері мықты улы заттардан уланғанда көрсетілетін алғашқы медициналық көмек көрсету**	5. 3. 5. 1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	**1**		
43	19		Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену	5. 2. 6. 1 жарыс іс-әрекеттері және төрелік ету ережелерін білу;	**1**		
44	20		Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену	5. 2. 6. 1 жарыс іс-әрекеттері және төрелік ету ережелерін білу;	**1**		
45	21		Спорттық ойын: Баскетбол	5. 2. 6. 1 жарыс іс-әрекеттері және төрелік ету ережелерін білу;	**1**		
46	22		Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену	5. 2. 5. 1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	**1**		
47	23		Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену **ӨҚН №8: Әртүрлі жарақат алу жағдайындағы алғашқы медициналық көмек**	5. 2. 5. 1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	**1**		
48	24		Спорттық ойын: Баскетбол	5. 2. 5. 1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	**1**		
3-тоқсан							

49	1		Қауіпсіздік ережесі. Ағзаны қалпына келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау	5. 3. 4. 1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу;	**1**		
50	2		Қауіпсіздік ережесі. Ағзаны қалпына келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау	5. 3. 4. 1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу;	**1**		
51	3		Спорттық ойын: Волейбол	5. 3. 2. 1 қыздырыну және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	**1**		
52	4		Ағзаны қалпына келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау	5. 3. 2. 1 қыздырыну және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	**1**		
53	5	**5-бөлім Кросс дайындығы және спорттық ойындар**	Ағзаны қалпына келтіру техникасының түрлеріне шолу жасау	5. 3. 2. 1 қыздырыну және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	**1**		
54	6		Спорттық ойын: Волейбол **ӨҚН №9: Әртүрлі жарақат алу жағдайындағы алғашқы медициналық көмек**	5. 3. 1. 1 денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну;	**1**		
55	7		Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету	5. 3. 1. 1 денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну;	**1**		
56	8		Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету	5. 1. 4. 1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын білу және анықтау	**1**		
57	9		Спорттық ойын: Волейбол	5. 1. 4. 1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын білу және анықтау	**1**		
58	10		Қозғалыс техникасының элементтерін үйрету	5. 1. 4. 1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын білу және анықтау	**1**		

59	11		Қашықтықтан өту тактикасының негізі	5. 1. 3. 1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау;	**1**		
60	12		Спорттық ойын: Волейбол **ӨҚН №10: Жаппай жарақат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек**	5. 1. 3. 1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау;	**1**		
61	13		Қашықтықтан өту тактикасының негізі	5. 3. 3. 1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу			
62	14		Қашықтықтан өту тактикасының негізі	5. 3. 3. 1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	**1**		
63	15		Спорттық ойын: Волейбол	5. 3. 3. 1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	**1**		
64	16	**6-бөлім Бірлескен іс-әрекеттегі ойын-сауық ойындары және спорттық ойындар**	Ойындағы бірлескен іс әрекет және көшбасшылық	5. 3. 4. 1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу;	**1**		
65	17		Ойындағы бірлескен іс әрекет және көшбасшылық	5. 3. 4. 1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу;	**1**		
66	18		Спорттық ойын: Волейбол **ӨҚН №11: Жаппай жарақат алу кезіндегі алғашқы медициналық көмек**	5. 2. 2. 1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	**1**		
67	19		Ойындағы бірлескен іс әрекет және көшбасшылық	5. 2. 2. 1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	**1**		
68	20		Ойындағы бірлескен іс әрекет және көшбасшылық	5. 2. 2. 1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	**1**		

69	21		Спорттық ойын: Волейбол	5. 2. 8. 1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу;	**1**		
70	22		Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту.	5. 2. 8. 1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу;	**1**		
71	23		Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту.	5. 1. 4. 1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын білу және анықтау	**1**		
72	24		Спорттық ойын: Волейбол **ӨҚН №12: Жара мен жарақат алу жағдайларында алғашқы медициналық көмек көрсету**	5. 1. 4. 1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын білу және анықтау	**1**		
73	25		Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет	5. 2. 3. 1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау;	**1**		
74	26		Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет	5. 2. 3. 1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау;	**1**		
75	27		Спорттық ойын: Волейбол	5. 2. 5. 1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	**1**		
76	28		Ойын-сауық ойындарын құру	5. 2. 1. 1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну;	**1**		
77	29		Ойын-сауық ойындарын құру	5. 2. 1. 1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну;	**1**		
78	30		Спорттық ойын: Волейбол	5. 2. 1. 1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну;	**1**		
4-тоқсан							
79	1		Қауіпсіздік ережесі. Ойын кезінде допты иелену	5. 1. 1. 1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және	**1**		

				үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну;			
80	2	**7-бөлім Ойын кезіндегі басып кіру дағдыларын түсіну және үйрету және спорттық ойындар**	Қауіпсіздік ережесі. Ойын кезінде допты иелену	5. 1. 1. 1 аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын білу және түсіну;	**1**		
81	3		Спорттық ойын: Футбол	5. 3. 4. 1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу			
82	4		Ойын кеңістігінде бағдарлау дағдыларына үйрету.	5. 1. 2. 1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау;	**1**		
83	5		Ойын кеңістігінде бағдарлау дағдыларына үйрету.	5. 1. 2. 1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау;	**1**		
84	6		Спорттық ойын: Футбол **ӨҚН №13: Жара мен жарақат алу жағдайларында алғашқы медициналық көмек көрсету**	5.2.4.1 дене жаттығулары аясында әрекетті оңтайландыру және балама нұсқаларды әзірлеу үшін ережелер мен құрылымдық тәсілдерді білу және түсіну.	**1**		
85	7		Жеке және командалық ойын әрекеттері	5. 1. 5. 1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	**1**		
86	8		Жеке және командалық ойын әрекеттері	5. 1. 5. 1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	**1**		
87	9		Спорттық ойын: Футбол	5. 1. 5. 1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	**1**		
88	10		Ойын стратегиясын құрудағы дағдыны дамыту	5. 2. 8. 1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу;	**1**		
89	11		Ойын стратегиясын құрудағы дағдыны дамыту	5. 2. 8. 1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу;	**1**		

90	12		Спорттық ойын: Футбол **ӨҚН №14: Денсаулық және салауатты өмір салты туралы жалпы түсінік**	5. 1. 6. 1 қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және қауіп-қатерге жауап қайтара білудің қарапайым дағдыларын білу және анықтау	**1**		
91	13	**8-бөлім Жеңіл атлетика дағдысын дамыту, шолу және спорттық ойындар**	Ойын арқылы жеңіл атлетика дағдысын дамыту	5. 3. 4. 1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу	**1**		
92	14		Ойын арқылы жеңіл атлетика дағдысын дамыту	5. 3. 4. 1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу	**1**		
93	15		Спорттық ойын: Футбол	5. 2. 5. 1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	**1**		
94	16		Ойын арқылы жеңіл атлетика дағдысын дамыту	5. 2. 5. 1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	**1**		
95	17		Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру	5. 3. 3. 1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу;	**1**		
96	18		Спорттық ойын: Футбол **ӨҚН №15: Денсаулық және салауатты өмір салты туралы жалпы түсінік**	5. 3. 3. 1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу;	**1**		
97	19		Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру	5. 1. 3. 1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	**1**		
98	20		Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру	5. 1. 3. 1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	**1**		
99	21		Спорттық ойын: Футбол	5. 3. 1. 1 денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну	**1**		
100	22		Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту	5. 3. 1. 1 денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну	**1**		

101	23		Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту	5. 3. 1. 1 денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну	**1**		
102	24		Спорттық ойын: Футбол	5. 3. 1. 1 денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну	**1**		