«КЕЛІСЕМІН»
«ZIYATKER TURAN» ЖШС мектебінің
бейін ісі жөніндегі менеджері
_____Б.П.Құрманбай
«__» тамыз 2026 жыл

«БЕКІТЕМІН»
«ZIYATKER TURAN» ЖШС
мектебінің директоры
_____Ы.А. Жаутиков
«__» тамыз 2026 жыл

«ZIYATKER TURAN» ЖШС мектебі
«Taekwon do үйірмесі» жұмысының

КҮНТІЗБЕЛІК – ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАРЫ

Жетекшісі:
Жумабаев И.Д

Шымкент қаласы, 2026-2027 оқу жылы

Пікір

Мектеп оқушыларына арналған бұл үйірмеміз болашақта болатын жарыстарға мектептен таеквондо командасын жасақтауға негізделген.Үйірмеде оқушылардың «Турнирлерге» және Мектеп аралық ойындарында бәсекелестік туғыза алатын команда қалыптастыру мақсатында құрылған.

Таеквондо үйірмесі арнайы жоспармен бекітілген.Бұл жоспарда таеквондоның шығу тарихы, таеквондо туралы түсінік, командалық тактика, команда құрамы және де тағы да басқа таеквондоға қатысты ұғымдар және оларды қалай дамытуға болатындығы жазылған.

Үйірменің іске асыру жолындағы талаптар:

- Таеквондо спортын толық түсіну;
- Таеквондоның шығу тарихы
- Физикалық, техникалық, тактикалық дайындық;
- Оқушылардың таеквондоға деген қызығушылығын арттыру.
- Оқушының жеке бойындағы қасиеттерін: жауапкершілігін, белсенділігін, мақсатына жету жолындағы талпынысын, тәртібін, қарсылас пен өз командаласына деген сыйластығын және де адам бойындағы барлық жақсы қасиеттерін ояту;

Таеквондо үйірмесінің жоспары

№	Тақырыбы	Сағат саны 5-7	Сағат саны 1-4	мерзімі
1	Таеквондоның дамуы	3	2	02.09.26 ж 07.09.26 ж
2	Таеквондоның шығу тарихы	3	2	09.09.26 ж 14.09.26 ж
3	Техника қауіпсіздік ережелерін сақтау	3	2	16.09.26 ж 21.09.26 ж
4	Корей тіліндегі санау	3	2	23.09.26 ж 28.09.26 ж
5	Спарингтегі негізгі ережелері	3	2	30.09.26 ж 05.10.26 ж
6	Корей тілінде команда беру	3	2	07.10.26 ж 12.10.26 ж
7	Лапамен жұмыс	3	2	14.10.26 ж 19.10.26 ж
8	До ле чаги әдісі	3	2	21.10.26 ж 02.11.26 ж
9	Қолмен соққы жасау	3	2	04.11.26 ж 09.11.26 ж
10	Шапшаңдыққа арналған ойын түрлері	3	2	11.11.26 ж 17.11.25 ж

11	Айналып тебу әдісі	3	2	16.11.26 ж 18.11.26 ж
12	Қорғану әдістері	3	2	23.11.26 ж 25.11.25 ж
13	Дененің 3 бөліміне шабуыл жасау	3	2	30.11.26 ж 02.12.26 ж
14	Твид чаги әдісі	3	2	07.12.26 ж 09.12.26 ж
15	Еп чаги әдісі	3	2	07.12.26 ж 09.12.26 ж
16	Нере чаги әдісі	3	2	14.12.26 ж 16.12.26 ж
17	Секіріп қолмен соққы жасау	3	2	21.12.26 ж 23.12.26 ж
18	Ап чаги әдісі	3	2	28.12.26 ж 11.01.27 ж
19	Топтық ойындар	3	2	11.01.27 ж 26.01.26 ж
20	Балл санап үйрену	3	2	13.01.27 ж 18.01.27ж
21	Қарсыласпен жұмыс жасау	3	2	20.01.27 ж 25.01.27 ж
22	Хьенги дегеніміз не?	3	2	27.01.27 ж 01.02.27 ж
23	Барлық соққылардың атауы	3	2	03.02.27 ж 08.02.27 ж
24	Белбеулердің деңгейі	3	2	10.02.27 ж 15.02.27 ж
25	Төрт жаққа соққы	3	2	17.02.27ж 22.02.27 ж
26	Саджи чируги хьенги бірінші жағы үйрену	3	2	24.02.27 ж 01.03.27 ж
27	Саджи чируги хьенги екінші жағы үйрену	3	2	03.03.27 ж 08.03.27 ж
28	Қатемен Жұмыс	3	2	10.03.27 ж 15.03.27 ж
29	Бірқалыпты ауа шығарып хьенги қайталау	3	2	17.03.27 ж 22.03.27 ж
30	Саджи макки хьенги бірінші жағын үйрену	3	2	29.03.27 ж 31.03.27 ж
31	Қатемен жұмыс	3	2	05.04.27 ж 07.04.27 ж
32	Саджи макки хьенги екінші жағын үйрену	3	2	12.04.27 ж 14. 04.27 ж

33	Қатемен Жұмыс	3	2	19.04.27 ж 21.04.27 ж
34	Пхумсэ теорияларын үйрену	3	2	26.04.27 ж 28.04.27 ж