

**ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ПӘНІНЕН 9 СЫНЫПҚА АРНАЛҒАН
КҮНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР**

«Дене шынықтыру» пәні бойынша оқу жүктемесінің көлемі аптасына 3 сағат, оқу жылына 102 сағатты құрайды

№	Ауыспалы тақырыптар	Сабақтардың тақырыптары	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі	Ескертулер
1	1-бөлім. Жүгіру, сегіру, лақтыру техникасын жетілдіру (12 сағат)	<i>Қауіпсіздік ережесі.</i> Спринттік жүгіруді жетілдіру ӨҚН Радиоактивтік заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1		
2		Спринттік жүгіруді жетілдіру (60 м жүгіру) ӨҚН Радиоактивтік заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1		
3		Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту (4x10 м жүгіру) ӨҚН Гидродинамикалық апаттар	9.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру және сипаттау;	1		
4		Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту (200 м жүгірту) ӨҚН Радиоактивтік заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар	9.3.2.1 нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған дене қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау	1		
5		Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту (400м жүгірту)	9.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру және сипаттау;	1		
6		Жүгіру төзімділік дағдысын жақсарту (эстафетаға 4x60 жүгірту)	9.3.2.1 нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған дене қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау	1		
7		Секірудің түрлендірілген түрлері (Ұзындыққа бір орыннан секіру)	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу	1		
8		Секірудің түрлендірілген түрлері (Ұзындыққа жүгіріп келіп секіру)	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу	1		
9		Лақтыруды жетілдіруге арналған жаттығулар құрастыру (150 г кіші допты нысанаға лақтыру)	9.1.1.1 үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру	1		

10		Лақтыруды жетілдіруге арналған жаттығулар құрастыру (150 г кіші допты қашықтыққа лақтыру)	9.1.1.1 үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру	1		
11		Жүгіру эстафетасын өткізу жолдарын құрастыру (Эстафеталық таяқты беру техникасы)	9.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды бағалай білу	1		
12		Жүгіру эстафетасын өткізу жолдарын құрастыру (эстафетаға жүгіру 4x60 м)	9.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды бағалай білу	1		
13	2-бөлім Спорт ойындары арқылы бірлескен жұмыс 12 сағат	Ойын техникасы (Футбол. Ойын ережелерімен еске түсіру)	9.1.1.1 үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру;	1		
14		Ойын техникасы (Футбол. Қорғаныста ойнау)	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу;	1		
15		Ойын техникасы (Футбол. шабуылда ойнау)	9.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді бағалау және салыстыра білу	1		
16		Ойын техникасы (Футбол. Допты ойыншымен алмасу)	9.1.1.1 үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру;	1		
17		Ойын техникасы (Футбол. Допты қақпаға тебу)	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу;	1		
18		Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер, (Футбол. Айып добын тебу)	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу;	1		
19		Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер (Футбол. Допты игеру әдісі)	9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	1		
20		Ойын тактикасы және тактикалық әрекеттер (Футбол. Баспен ойнау әдісі)	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу;	1		
21		Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы (Футбол. Допты тартып алу әдістері)	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1		
22		Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы (Футбол. Командалық қозғалыстар)	9.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтару, қимыл-әрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу	1		

23		Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы ((Футбол. Екі жақты ойын)	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1		
24		Командалық жұмыс және көшбасшылық дағдысы (Футбол. Допты тартып алу)	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1		
25	4-бөлім Қазақтың ұлттық және халық ойындары (3 сағат)	Зияткерлік ойындар (шахмат ойыны)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1		
26		Зияткерлік ойындар (дойбы ойыны)	9.2.6.6 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу;	1		
27		Зияткерлік ойындар Шахмат және дойбы ойыны)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1		
28	3-бөлім Гимнастика арқылы денені басқару дағдылары (16 сағат)	<i>Қауіпсіздік ережесі.</i> Топтық саптық жаттығулар ӨҚН Гидродинамикалық апаттар	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1		
29		Топтық саптық жаттығулар. (Арнайы жаттығуларды сапалы жасау.) ӨҚН Радиоактивтік заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1		
30		Акробатикалық элемент-тердің жиынтығын құру (Топтастыру жаттығуларын жасау) ӨҚН Мектеп жасындағы балалардың жара-қат алуының және жарақат алған кездегі естен тануының алдын алу шаралары.	9.3.2.1 нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау;	1		
31		Акробатикалық элемент-тердің жиынтығын құру (Жинақтаушы жаттығуларды орындау)	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу	1		
32		Акробатикалық элемент-тердің жиынтығын құру (Гимнастикалық керемеде жаттығулар жасау)	9.3.2.1 нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау;	1		
33		Акробатикалық элемент-тердің жиынтығын құру (Гимнастикалық сырықта жаттығулар жасау)	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу	1		

34		Гимнастикалық снарядта жүйелі жаттығулар құру (Гимнастикалық атта нұсқама көрсету)	9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу;	1		
35		Гимнастикалық снарядта жүйелі жаттығулар құру (Еденде жатып орындалатын жаттығулар)	9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу;	1		
36		Гимнастикалық снарядта жүйелі жаттығулар құру (Гимнастикалық жаттығу-лардың орындалу реті)	9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу;	1		
37		Гимнастикалық снарядта жүйелі жаттығулар құру (Төсеніште орындалатын жаттығулар жасау)	9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу;	1		
38		Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау (Жұпта орындалатын еркін жаттығулар жасау)	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1		
39		Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау (Акробатикалық жаттығулар жасау)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1		
40		Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау (Топта домалау, секіру жаттығуларын жасау)	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1		
41		Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау (флешмоб)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1		
42		Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау (Топта дома-лау, секіру жаттығуларын жасау)	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау;	1		
43		Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау (флешмоб)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1		
44	4-бөлім Қазақтың ұлттық және халық ойындары (2 сағат)	Халықаралық ойындар (шахмат ойыны)	9.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды бағалай білу	1		
45		Халықаралық ойындар (дойбы ойыны)	9.2.7.1 жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсетуді талдай білу;	1		
46	5-бөлім *Гимнастика/кросс/коньк и дайындығы (15 сағат)	<i>Қауіпсіздік ережесі.</i> Денені қыздыру және қалпына келтіру әдістерінің кешенін құрастыру ӨҚН Мектеп	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу;	1		

		жасындағы балалардың жара-қат алуының және жарақат алған кездегі естен тануының алдын алу шаралары.			
47		Денені қыздыру және қалпына келтіру әдістерінің кешенін құрастыру (Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау) ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	9.3.2.1 нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау		
48		Денені қыздыру және қалпына келтіру әдістерінің кешенін құрастыру (Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау) ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	9.3.2.1 нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау		
49		Күшті, төзімділікті жақсарту жатығулар жиынтығы (Қыздырыну, қалыпқа келу техникасы) ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	9.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жекебастың үлгісімен көрсету;		
50		Күшті, төзімділікті жақсарту жатығулар жиынтығы (Қыздырыну, қалыпқа келу техникасы)	9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу	1	
51		Күшті, төзімділікті жақсарту жатығулар жиынтығы (Дене қасиет-терінің компоненттері (Динамикалық жаттығулар арқылы шыдамдылықты анықтау)	9.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жекебастың үлгісімен көрсету;	1	
52		Күшті, төзімділікті жақсарту жатығулар жиынтығы (Дене қасиеттерінің компоненттері	9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу	1	
53		Күшті, төзімділікті жақсарту жатығулар жиынтығы (қалыпқа келу техникасы жаттығулар кешені)	9.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жекебастың үлгісімен көрсету;	1	
54		Күшті, төзімділікті жақсарту жатығулар жиынтығы (қалыпқа келу техникасы жаттығулар кешені)	9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу	1	
55		Кедергілерден өтудегі арнайы спецификалық жаттығуларды жетілдіру (қалыпқа келу техникасы	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу;	1	

		жаттығулар кешені)				
56		Кедергілерден өтудегі арнайы спецификалық жаттығуларды жетілдіру (жүріс, жүгіру жаттығулары)	9.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру және сипаттау	1		
57		Кедергілерден өтудегі арнайы спецификалық жаттығуларды жетілдіру (дайындық және арнайы жаттығулар)	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу;	1		
58	6-бөлім Команда құру ойындары (15 сағат)	Ойын кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-шаралар (Баскетбол. Ойын ережелері)	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу;	1		
59		Ойын кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-шаралар (Баскетбол. Допсыз алаңда қозғалыстар)	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау	1		
60		Ойын кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-шаралар (Баскетбол. Допты ойыншыға беру әдісі)	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу;	1		
61		Ойын кезіндегі мәселені шешу дағдысын жетілдіру (Баскетбол өзара әрекеттестік)	9.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді бағалау және бейімдей білу;	1		
62		Ойын кезіндегі мәселені шешу дағдысын жетілдіру (Баскетбол. Командалық жұмыс)	9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу	1		
63		Ойын кезіндегі мәселені шешу дағдысын жетілдіру (Баскетбол тактикасы, стратегиялар)	9.1.4.1 қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін бағалай білу	1		
64		Ойын комбинацияларын құру (Баскетбол. Доп беру, допты ойыншыға беру)	9.2.3.1 қолайлы оқып-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша бірқатар біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын бағалай білу;	1		
65		Ойын комбинацияларын құру (Баскетбол. Дриблинг, финттар)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1		
66		Ойын комбинацияларын құру (Баскетбол. Допты алып жүру)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1		
67		Баламалы ойындар құрастыру (Баскетбол. Шабуылға тосқауыл қою)	9.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу;	1		

68		Баламалы ойындар құрастыру (Баскетбол. Допты торға тастау)	9.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу	1		
69		Баламалы ойындар құрастыру (Баскетбол. Командалық қозғалыстар)	9.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу;	1		
70		Баламалы ойындар құрастыру (Баскетбол. Қоғаныста ойнау әдістері)	9.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу	1		
71		Баламалы ойындар құрастыру (Баскетбол Шабуылда ойнау әдістері)	9.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттерімен байланысты білімді бағалай білу;	1		
72		Баламалы ойындар құрастыру (Баскетбол. Екі жақты ойын)	9.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу	1		
73		Баламалы ойындар құрастыру (Баскетбол. Шабуылға тосқауыл қою)	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу;	1		
74		Баламалы ойындар құрастыру (Баскетбол. Допты торға тастау)	9.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау	1		
75		Ойын кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-шаралар (Баскетбол. Екі жақты ойын)	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу;	1		
76	7-бөлім Әлеуметтік дағдылар және мәселелерді командалық іс-әрекеттерде шешу (12 сағат)	Қауіпсіздік ережесі. Ойын жағдайында допты игеру техникасы (Волейбол. Ойын ережелері) ӨҚН Жара мен жарақат алу және басқа да келеңсіз жағдайларда алғашқы медициналық көмек көрсету.	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу;	1		
77		Ойын жағдайында допты игеру техникасы (Волейбол, алаңдағы қозғалыстар) ӨҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	9.1.1.1 үлкен ауқымдағы арнайы спорттық қимыл әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты салыстыру	1		
78		Ойын кеңістігінде бағыт-бағдар дағдысын жетілдіру (Волейбол, алаңдағы қозғалыстар) ӨҚН Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу;	1		
79		Ойын кеңістігінде бағыт-бағдар дағдысын жетілдіру (Волейбол, допты қабылдау түрлері) ӨҚН	9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана	1		

		Жастардың денсаулығы және өмір сүру тұрпаты	білу;			
80		Ойын кеңістігінде бағыт-бағдар дағдысын жетілдіру (Волейбол, допты қабылдау түрлері)	9.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді бағалау және салыстыра білу	1		
81		Ойын кеңістігінде бағыт-бағдар дағдысын жетілдіру (Волейбол, допты ойынға қосу түрлері)	9.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді бағалау және салыстыра білу	1		
82		Жеке, топтық, командалық тактикалық әрекеттер (Волейбол, допты ойынға қосу түрлері)	9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	1		
83		Жеке, топтық, командалық тактикалық әрекеттер (Волейбол, допты ойынға қосу түрлері)	9.1.5.1 кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	1		
84		Топта ойын- сауық ойындарын құру (Волейбол, қорғаныста ойнау)	9.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді бағалау және бейімдей білу;	1		
85		Топта ойын- сауық ойындарын құру (Волейбол, шабуылда ойнау)	9.1.6.1 қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап қайтара білу дағдыларын бағалау	1		
86		Топта ойын- сауық ойындарын құру (Волейбол, тосқауыл қою)	9.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді бағалау және бейімдей білу;	1		
87		Топта ойын- сауық ойындарын құру (Волейбол, екі жақты ойын)	9.1.6.1 қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жауап қайтара білу дағдыларын бағалау	1		
88	8-бөлім Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулық және фитнес (12 сағат)	Әртүрлі бұлшық еттерді қалпына келтіру жаттығулар жиынтығын құрастыру. (60 м жүгіру)	9.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру және сипаттау	1		
89		Әртүрлі бұлшық еттерді қалпына келтіру жаттығулар жиынтығын құрастыру (эстафетаға жүгіру)	9.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын түсіндіру және сипаттау	1		
90		Стайерлік жүгіру дағдысын дамыту (200 м жүгіру)	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу	1		
91		Стайерлік жүгіру дағдысын дамыту (400 м жүгіру)	9.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті түрлендіре білу	1		
92		Секіру, лақтыру дағдысын дамыту (допты нысанаға лақтыру)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1		

93		Секіру, лақтыру дағдысын дамыту (допты нысанаға лақтыру)	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1		
94		Секіру, лақтыру дағдысын дамыту (допты қашықтыққа лақтыру)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1		
95		Секіру, лақтыру дағдысын дамыту (допты қашықтыққа лақтыру)	9.3.4.1 денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу	1		
96		Секіру, лақтыру дағдысын дамыту (бір орыннан ұзындыққа секіру)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1		
97		Қозғалыс қабілеті арқылы денсаулықты нығайту (1000м жүгіру)	9.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жекебастың үлгісімен көрсету	1		
98		Қозғалыс қабілеті арқылы денсаулықты нығайту (эстафетаға жүгіру4x60)	9.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жекебастың үлгісімен көрсету	1		
99		Қозғалыс қабілеті арқылы денсаулықты нығайту (эстафетаға жүгіру4x60)	9.3.1.1 салауатты өмір салтының денсаулыққа тигізетін әсерін жекебастың үлгісімен көрсету	1		
100	4-бөлім Қазақтың ұлттық және халық ойындары (3 сағат)	Зияткерлік ойындар (асық ату мен бес тас ойыны)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1		
101		Зияткерлік ойындар (асық ату мен бес тас ойыны)	9.2.6.6 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу;	1		
102		Зияткерлік ойындар (асық ату мен бес тас ойыны)	9.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалау және талдай білу, оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1		

