

**ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ ПӘНІНЕН 10 СЫНЫПҚА АРНАЛҒАН  
КҮНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР**

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

<b>№</b>	<b>Ауыспалы тақырыптар</b>	<b>Сабақтардың тақырыптары</b>	<b>Оқудың мақсаттары</b>	<b>Сағат саны</b>	<b>Мерзімі</b>	<b>Ескертулер</b>
1	1-бөлім – Жеңіл атлетика түсінігі және қозғалыстың озық дағдысы(12 сағат)	<b>Қауіпсіздік ережесі. Жүгіру және оның түрлері</b>	10.3.4.4. Дене белсенділігін дамыту және бағалау үшін тәуекелді басқару стратегиясын жүзеге асыру	1		
2		<b>Жүгіру және оның түрлері</b> (60 м жүгіру)	10.1.1.1. Спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде шеберлік көрсете отырып үйлестіру	1		
3		<b>Жүгіру және оның түрлері</b> (4x10 м жүгіру)	10.3.4.4. Дене белсенділігін дамыту және бағалау үшін тәуекелді басқару стратегиясын жүзеге асыру	1		
4		<b>Жүгіру және оның түрлері</b> (Эстафета 4x60м жүгіру)	10.1.1.1. Спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде шеберлік көрсете отырып үйлестіру	1		
5		<b>Секіру және оның түрлері</b> (Бір орыннан ұзындыққа секіру)	10.3.3.3. Ағзаға тиімді қысқа және ұзақ мерзімді қарқындылығы бар жаттығуларды талқылау	1		
6		<b>Секіру және оның түрлері</b> (Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру)	10.3.2.2. Кейбір жаттығу түрлері үшін дене қыздыру және қалыпқа келу процесін оңтайландыруды талқылау	1		
7		<b>Секіру және оның түрлері</b> (Бір орыннан ұзындыққа секіру)	10.3.3.3. Ағзаға тиімді қысқа және ұзақ мерзімді қарқындылығы бар жаттығуларды талқылау	1		
8		<b>Секіру және оның түрлері</b> (Жүгіріп келіп ұзындыққа секіру)	10.3.2.2. Кейбір жаттығу түрлері үшін дене қыздыру және қалыпқа келу процесін оңтайландыруды талқылау	1		
9		<b>Лақтыру және оның түрлері</b> (150 г допты нысанаға лақтыру)	10.1.2.2. Түрлі дене жаттығулары аясында және жағдаяттарда үздік үйлесімділік пен бірізділікті ойлап табу және қолдану	1		
10		<b>Лақтыру және оның түрлері</b> (150 г допты қашықтыққа лақтыру)	10.3.5.5. Дене белсенділік тәжірибесі үшін білім мен дағдыны дамыту	1		
11		<b>Лақтыру және оның түрлері</b> (ядро итеру)	10.1.2.2. Түрлі дене жаттығулары аясында және жағдаяттарда үздік үйлесімділік пен бірізділікті ойлап табу және қолдану	1		
12		<b>Лақтыру және оның түрлері</b> (Граната лақтыру)	10.3.5.5. Дене белсенділік тәжірибесі үшін білім мен дағдыны дамыту	1		

13	2-бөлім - Командалық ойынның қозғалыс дағдысы (12 сағат)	<b>Жұптық және топтық ойынның қозғалыс дағдысы.</b> (Футбол. Ойын ережелері)	10.1.1.1. Спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде шеберлік көрсете отырып үйлестіру	1		
14		<b>Жұптық және топтық ойынның қозғалыс дағдысы.</b> (Футбол. Ойындағы қозғалыстар)	10.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті салыстыру және талдау	1		
15		<b>Жұптық және топтық ойынның қозғалыс дағдысы.</b> (Футбол. Пас алмасулары)	10.2.4.4. Дене жаттығуының сапасын жақсарту мақсатында баламалы ережелер мен құрылымдық әдістер құру	1		
16		<b>Жұптық және топтық ойынның қозғалыс дағдысы.</b> (Футбол. Қорғаныста ойнау әдістері)	10.1.1.1. Спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде шеберлік көрсете отырып үйлестіру	1		
17		<b>Жұптық және топтық ойынның қозғалыс дағдысы.</b> (Футбол. Айып добы және оның түрлері)	10.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті салыстыру және талдау	1		
18		<b>Жұптық және топтық ойынның қозғалыс дағдысы.</b> (Футбол. Қақпашының іс - әрекеті )	10.2.4.4. Дене жаттығуының сапасын жақсарту мақсатында баламалы ережелер мен құрылымдық әдістер құру	1		
19		<b>Доппен топтық тапсырмалар.</b> (Футбол. Допты ауада тебу)	10.1.2.2. Түрлі дене жаттығулары аясында және жағдаяттарда үйлесімділік пен бірізділікті ойлап табу және қолдану	1		
20		<b>Доппен топтық тапсырмалар.</b> (Футбол. Баспен ойнау әдісі )	10.1.2.2. Түрлі дене жаттығулары аясында және жағдаяттарда үйлесімділік пен бірізділікті ойлап табу және қолдану	1		
21		<b>Доппен топтық тапсырмалар.</b> (Футбол. Шабуылда ойнау әдісі )	10.1.2.2. Түрлі дене жаттығулары аясында және жағдаяттарда үйлесімділік пен бірізділікті ойлап табу және қолдану	1		
22		<b>Доппен топтық тапсырмалар.</b> (Футбол.Командалық қозғалыстар)	10.1.2.2. Түрлі дене жаттығулары аясында және жағдаяттарда үйлесімділік пен бірізділікті ойлап табу және қолдану	1		
23		<b>Ойын арқылы сенімділікті бекіту.</b> (Футбол. Екі жақты ойын)	10.2.2.2. Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын бағалау	1		
24		<b>Ойын арқылы сенімділікті бекіту.</b> (Футбол. Екі жақты ойын)	10.2.1.1. Өзгермелі жағдайларға жауап қайтара білу қимыл әрекеттерімен байланысты және балама идеяларды бағалау	1		
25	<b>4-бөлім – Қазақстандық ұлттық ойынындағы шығармашылық қабілеттілік (3 сағат)</b>	<b>Ұлттық ойындардың іс – шараларын ұйымдастыру және өткізу.</b> (Шахмат ойыны )	10.2.6.6. Жарыс іс-шараларының шарттары және төреші ережесін қолдану	1		
26		<b>Ұлттық ойындардың іс – шараларын ұйымдастыру және</b>	10.2.5.5. Баламалы идеяларды дамыту мақсатында өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін	1		

		өткізу.(Дойбы ойыны)	біріктіру			
27		Ұлттық ойындардың іс – шараларын ұйымдастыру және өткізу. (Жарыс сабағын өткізу)	10.2.6.6. Жарыс іс-шараларының шарттары және төреші ережесін қолдану	1		
28	<b>3-бөлім Гимнастикадағы денені басқарудың қозғалыс дағдылары (16 сағат)</b>	<b>Қауіпсіздік ережесі. Гимнастикада компази-циялық элементтер құру.</b>	10.3.4.4. Дене белсенділігін дамыту және бағалау үшін тәуекелді басқару стратегиясын жүзеге асыру	1		
29		<b>Гимнастикада компази-циялық элементтер құру.</b> (Саптық жаттығулар жиынтығы)	10.3.4.4. Дене белсенділігін дамыту және бағалау үшін тәуекелді басқару стратегиясын жүзеге асыру	1		
30		<b>Гимнастикада компази-циялық элементтер құру.</b> (Саптық жаттығулар жасау және жетілдіру)	10.2.2.2. Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын бағалау	1		
31		<b>Гимнастикада компази-циялық элементтер құру.</b> (Гимнастикалық құрылғылардың түрлері және жаттығу жасау әдісі )	10.2.2.2. Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын бағалау	1		
32		<b>Гимнастикалық снарядтарда денені басқару қозғалысының дағдысы</b> (Гимнастикалық сырықта жаттығу жасау )	10.3.2.2. Кейбір жаттығу түрлері үшін дене қыздыру және қалыпқа келу процесін оңтайландыруды талқылау	1		
33		<b>Гимнастикалық снарядтарда денені басқару қозғалысының дағдысы</b> (Гимнастикалық сырықта жаттығу жасау )	10.3.2.2. Кейбір жаттығу түрлері үшін дене қыздыру және қалыпқа келу процесін оңтайландыруды талқылау	1		
34		<b>Гимнастикалық снарядтарда денені басқару қозғалысының дағдысы</b> (Гимнастикалық кермеде жаттығу жасау )	10.1.2.2. Түрлі дене жаттығулары аясында және жағдаяттарда үйлесімділік пен бірізділікті ойлап табу және қолдану	1		
35		<b>Гимнастикалық снарядтарда денені басқару қозғалысының дағдысы</b> (Гимнастикалық кермеде жаттығу жасау )	10.1.2.2. Түрлі дене жаттығулары аясында және жағдаяттарда үйлесімділік пен бірізділікті ойлап табу және қолдану	1		
36		<b>Тепе - теңдік гимнастика-лық жаттығулар және кеңістіктегі дене қозғалысы</b> (Гимнастикалық атта жаттығу жасау )	10.1.5.5. Сенімділік қабілетін жақсарту үшін тактикалық, стратегиялық, құрылымдық идеялармен тәжірибе жасау	1		
37		<b>Тепе - теңдік гимнастика-лық жаттығулар және кеңістіктегі дене қозғалысы</b> (Гимнастикалық атта жаттығу жасау )	10.1.4.4.Өзінің және өзгелердің қозғалыс қабілетін сын тұрғысынан бағалау	1		

38		<b>Тепе - теңдік гимнастика-лық жаттығулар және кеңістіктегі дене қозғалысы (Акробатикалық гимнастика жаттығуларын жасау)</b>	10.3.5.5. Дене белсенділік тәжірибесі үшін білім мен дағдыны дамыту	1		
39		<b>Тепе - теңдік гимнастика-лық жаттығулар және кеңістіктегі дене қозғалысы (Акробатикалық гимнастика жаттығуларын жасау)</b>	10.1.5.5. Сенімділік қабілетін жақсарту үшін тактикалық, стратегиялық, құрылымдық идеялармен тәжірибе жасау	1		
40		<b>Тепе - теңдік гимнастика-лық жаттығулар және кеңістіктегі дене қозғалысы (бір орында отырып-тұру, кеудені еденнен көтеру жаттығулар)</b>	10.1.4.4.Өзінің және өзгелердің қозғалыс қабілетін сын тұрғысынан бағалау	1		
41		<b>Тепе - теңдік гимнастика-лық жаттығулар және кеңістіктегі дене қозғалысы (Акробатикалық гимнастика жаттығуларын жасау)</b>	10.3.5.5. Дене белсенділік тәжірибесі үшін білім мен дағдыны дамыту	1		
42		<b>Тепе - теңдік гимнастика-лық жаттығулар және кеңістіктегі дене қозғалысы (Акробатикалық гимнастика жаттығуларын жасау)</b>	10.1.5.5. Сенімділік қабілетін жақсарту үшін тактикалық, стратегиялық, құрылымдық идеялармен тәжірибе жасау	1		
43		<b>Тепе - теңдік гимнастика-лық жаттығулар және кеңістіктегі дене қозғалысы (бір орында отырып-тұру, кеудені еденнен көтеру жаттығулар)</b>	10.1.4.4.Өзінің және өзгелердің қозғалыс қабілетін сын тұрғысынан бағалау	1		
44	<b>4-бөлім – Қазақстандық ұлттық ойынындағы шығармашылық қабілеттілік (5 сағат)</b>	<b>Қазақ ұлттық ойындарының балама нұсқалары (Асық ату, бестас ойыны)</b>	10.2.7.7. Бәсекелестік кезіндегі патриотизм, тәртіп, ынтымақтастық және әділ ойынды анықтау	1		
45		<b>Қазақ ұлттық ойындарының балама нұсқалары (Тоғызқұмалақ ойыны)</b>	10.2.3.3. Қолайлы оқу ортасын құру мақсатында басқалармен тиімді жұмыс дағдысын таңдау және пайдалану	1		
46		<b>Қазақ ұлттық ойындарының балама нұсқалары (Тоғызқұмалақ ойыны)</b>	10.3.5.5. Дене белсенділік тәжірибесі үшін білім мен дағдыны дамыту	1		
47		<b>Қазақ ұлттық ойындарының балама нұсқалары (Тоғызқұмалақ ойыны)</b>	10.2.7.7. Бәсекелестік кезіндегі патриотизм, тәртіп, ынтымақтастық және әділ ойынды анықтау	1		
48		<b>Қазақ ұлттық ойындарының балама нұсқалары (Тоғызқұмалақ ойыны)</b>	10.2.3.3. Қолайлы оқу ортасын құру мақсатында басқалармен тиімді жұмыс дағдысын таңдау және пайдалану	1		
5-бөлім – кросс/гимнастика дайындығы(10 сағат)						

49		<b>Қауіпсіздік ережесі.</b> <b>Техникалық дағдыларды қолдану.</b>	10.3.4.4. Дене белсенділігін дамыту және бағалау үшін тәуекелді басқару стратегиясын жүзеге асыру	1		
50		<b>Техникалық дағдыларды қолдану.</b> (Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау)	10.3.4.4. Дене белсенділігін дамыту және бағалау үшін тәуекелді басқару стратегиясын жүзеге асыру	1		
51		<b>Техникалық дағдыларды қолдану.</b> (Тамырдың соғу жиілігі (ТСЖ) анықтау)	10.3.2.2. Кейбір жаттығу түрлері үшін дене қыздыру және қалыпқа келу процесін оңтайландыруды талқылау	1		
52		<b>Тактикалық дағдыларды қолдану.</b> (Қыздырыну, қалыпқа келу техникасы)	10.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті салыстыру және талдау	1		
53		<b>Тактикалық дағдыларды қолдану.</b> (Дене қасиеттері-нің компоненттері)	10.1.4.4.Өзінің және өзгелердің қозғалыс қабілетін сын тұрғысынан бағалау	1		
54		<b>Тактикалық дағдыларды қолдану.</b> (Қалыпқа келу техникасы жаттығулар кешені)	10.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті салыстыру және талдау	1		
55		<b>Тактикалық дағдыларды қолдану.</b> (Қалыпқа келу техникасы жаттығулар кешені)	10.1.4.4.Өзінің және өзгелердің қозғалыс қабілетін сын тұрғысынан бағалау	1		
56		<b>Тактикалық дағдыларды қолдану.</b> (Жүріс,жүгіру жаттығулары)	10.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті салыстыру және талдау	1		
57		<b>Тактикалық дағдыларды қолдану.</b> (Жүріс,жүгіру жаттығулары)	10.1.4.4.Өзінің және өзгелердің қозғалыс қабілетін сын тұрғысынан бағалау	1		
58		<b>Тактикалық дағдыларды қолдану.</b> (Демалыс сәтінде қан тамыр соғуын өлшеу)	10.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті салыстыру және талдау	1		
59	<b>6-бөлім – Команда ойындарында бірлескен оқу (20 сағат)</b>	<b>Жарыс өткізу және төрешілікті ұйымдастыру.</b> (Баскетбол. Ойын ережелері)	10.3.3.3. Ағзаға тиімді қысқа және ұзақ мерзімді қарқындылығы бар жаттығуларды талқылау	1		
60		<b>Жарыс өткізу және төрешілікті ұйымдастыру.</b> (Баскетбол. Ойын ережелері)	10.3.1.1. Салауатты өмір салты мен дене белсенділігіне деген өз көзқарасын түсіндіру және нақтылау	1		
61		<b>Жарыс өткізу және төрешілікті ұйымдастыру.</b> (Баскетбол. Алаңдағы қозғалыстар,орын ауысулары	10.3.3.3. Ағзаға тиімді қысқа және ұзақ мерзімді қарқындылығы бар жаттығуларды талқылау	1		
62		<b>Жарыс өткізу және төрешілікті ұйымдастыру.</b> (Баскетбол. Қорғаныста ойнау әдістері)	10.3.1.1. Салауатты өмір салты мен дене белсенділігіне деген өз көзқарасын түсіндіру және нақтылау	1		
63		<b>Жарыс өткізу және төрешілікті ұйымдастыру.</b> (Баскетбол. Қорғаныста ойнау әдістері)	10.3.3.3. Ағзаға тиімді қысқа және ұзақ мерзімді қарқындылығы бар жаттығуларды талқылау	1		

64		<b>Жеке, топтық және командалық тактикалық әрекеттер.</b> (Баскетбол. Допты торға тастау әдістері)	10.3.4.4. Дене белсенділігін дамыту және бағалау үшін тәуекелді басқару стратегиясын жүзеге асыру	1		
65		<b>Жеке, топтық және командалық тактикалық әрекеттер.</b> (Баскетбол. Допты торға тастау әдістері)	10.2.2.2. Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын бағалау	1		
66		<b>Жеке, топтық және командалық тактикалық әрекеттер.</b> (Баскетбол. Айып добын торға тастау әдістері)	10.2.2.2. Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын бағалау	1		
67		<b>Жеке, топтық және командалық тактикалық әрекеттер.</b> (Баскетбол. Қорғаныс кезіндегі тосқауылдар)	10.2.2.2. Бірлескен жұмысты оңтайландыру мақсатында өзінің және өзгенің командалық көшбасшылық дағдысын бағалау	1		
68		<b>Ойын арқылы мәселелерді шешу дағдылары.</b> (Баскетбол. Қорғаныс кезіндегі тосқауылдар)	10.1.4.4.Өзінің және өзгелердің қозғалыс қабілетін сын тұрғысынан бағалау	1		
69		<b>Ойын арқылы мәселелерді шешу дағдылары.</b> (Баскетбол. Допты ойыншыға беру әдістері)	10.2.1.1. Өзгермелі жағдайларға жауап қайтара білу қимыл әрекеттерімен байланысты және балама идеяларды бағалау	1		
70		<b>Ойын арқылы мәселелерді шешу дағдылары.</b> (Баскетбол. Допты ойыншыға беру әдістері)	10.2.8.8 Рөлдерді орындауда туындаған әртүрлі қозғалыс контекстің жеке ерекшеліктерін қарау	1		
71		<b>Ойын арқылы мәселелерді шешу дағдылары.</b> (Баскетбол. Допты ойыншыға беру әдістері)	10.1.4.4.Өзінің және өзгелердің қозғалыс қабілетін сын тұрғысынан бағалау	1		
72		<b>Ойын арқылы мәселелерді шешу дағдылары.</b> (Баскетбол. Допты алып жүру, финттар жасау)	10.2.1.1. Өзгермелі жағдайларға жауап қайтара білу қимыл әрекеттерімен байланысты және балама идеяларды бағалау	1		
73		<b>Командалық ойынның орындалуын талдау.</b> (Баскетбол. Допты алып жүру, финттар жасау)	10.2.3.3. Қолайлы оқу ортасын құру мақсатында басқалармен тиімді жұмыс дағдысын таңдау және пайдалану	1		
74		<b>Командалық ойынның орындалуын талдау.</b> (Баскетбол. Шабуылда ойнау әдістері)	10.2.5.5. Баламалы идеяларды дамыту мақсатында өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру	1		
75		<b>Командалық ойынның орындалуын талдау.</b> (Баскетбол. Шабуылда ойнау әдістері)	10.2.6.6. Жарыс іс-шаралары шарттары және төреші ережесін қолдану	1		
76		<b>Командалық ойынның орындалуын талдау.</b> (Баскетбол. Командалық қозғалыстар)	10.2.3.3. Қолайлы оқу ортасын құру мақсатында басқалармен тиімді жұмыс дағдысын таңдау және пайдалану	1		
77		<b>Командалық ойынның орындалуын талдау.</b> (Баскетбол. Екі жақты ойын)	10.2.5.5. Баламалы идеяларды дамыту мақсатында өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру	1		
78		<b>Командалық ойынның орындалуын талдау.</b> (Баскетбол. Екі жақты ойын)	10.2.6.6. Жарыс іс-шаралары шарттары және төреші ережесін қолдану	1		

79	<b>7-бөлім –Командалық ойын – белсенді қозғалыс нысаны (12 сағат)</b>	<b>Қауіпсіздік ережесі. Командалық ойындағы көшбасшылық және көшбасшылық дағдысы.</b>	10.3.4.4. Дене белсенділігін дамыту және бағалау үшін тәуекелді басқару стратегиясын жүзеге асыру	1		
80		<b>Командалық ойындағы көшбасшылық және көшбасшылық дағдысы.</b> (Футбол. Ойындағы қозғалыстар)	10.1.1.1. Спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде шеберлік көрсете отырып үйлестіру	1		
81		<b>Командалық ойындағы көшбасшылық және көшбасшылық дағдысы.</b> (Футбол. Ойындағы қозғалыстар)	10.1.1.1. Спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде шеберлік көрсете отырып үйлестіру	1		
82		<b>Топта ойын -сауық ойынын құру.</b> (Футбол.Пас алмасулар	10.1.2.2. Түрлі дене жаттығулары аясында және жағдаяттарда үйлесімділік пен бірзділікті ойлап табу және қолдану	1		
83		<b>Топта ойын -сауық ойынын құру.</b> (Футбол.Пас алмасулар	10.2.4.4. Дене жаттығуының сапасын жақсарту мақсатында баламалы ережелер мен құрылымдық әдістер құру	1		
84		<b>Топта ойын -сауық ойынын құру.</b> (Футбол. Қорғаныста ойнау әдістері)	10.2.4.4. Дене жаттығуының сапасын жақсарту мақсатында баламалы ережелер мен құрылымдық әдістер құру	1		
85		<b>Топта ойын -сауық ойынын құру.</b> (Футбол. Қорғаныста ойнау әдістері)	10.2.4.4. Дене жаттығуының сапасын жақсарту мақсатында баламалы ережелер мен құрылымдық әдістер құру	1		
86		<b>Ойын кеңістігіндегі бағыт -бағдар дағдысы.</b> (Футбол. Қақпашының іс - әрекеті )	10.2.8.8 Рөлдерді орындауда туындаған әртүрлі қозғалыс контекстің жеке ерекшеліктерін қарау	1		
87		<b>Ойын кеңістігіндегі бағыт -бағдар дағдысы.</b> (Футбол. Қақпашының іс - әрекеті )	10.1.6.6. Қимыл қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жаңа стратегиялық дағдыларын дамыту	1		
88		<b>Ойын кеңістігіндегі бағыт -бағдар дағдысы.</b> (Футбол. Шабуылда ойнау әдісі )	10.1.5.5. Сенімділік қабілетін жақсарту үшін тактикалық, стратегиялық, құрылымдық идеялармен тәжірибе жасау	1		
89		<b>Ойын кеңістігіндегі бағыт -бағдар дағдысы.</b> (Футбол. Шабуылда ойнау әдісі )	10.2.8.8 Рөлдерді орындауда туындаған әртүрлі қозғалыс контекстің жеке ерекшеліктерін қарау	1		
90		<b>Ойын кеңістігіндегі бағыт -бағдар дағдысы.</b> (Футбол. Екі жақты ойын )	10.1.6.6. Қимыл қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және жаңа стратегиялық дағдыларын дамыту	1		
91	<b>8-бөлім – Денсаулық және салауатты өмір салты (12 сағат)</b>	<b>Әр түрлі бұлшық еттерді қалпына келтіру жаттығулар жинағы (100 м жүгіру)</b>	10.3.4.4. Дене белсенділігін дамыту және бағалау үшін тәуекелді басқару стратегиясын жүзеге асыру	1		

92		<b>Әр түрлі бұлшық еттерді қалпына келтіру жаттығулар</b> (Бір орыннан ұзындыққа секіру)	10.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті салыстыру және талдау	1		
93		<b>Әр түрлі бұлшық еттерді қалпына келтіру жаттығулар жинағы</b> (Бір орыннан ұзындыққа секіру)	10.3.4.4. Дене белсенділігін дамыту және бағалау үшін тәуекелді басқару стратегиясын жүзеге асыру	1		
94		<b>Әр түрлі бұлшық еттерді қалпына келтіру жаттығулар жинағы</b> (150 г допты нысанаға лақтыру)	10.1.3.3. Арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті салыстыру және талдау	1		
95		<b>Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту. жинағы</b> (150 г допты нысанаға лақтыру)	10.2.5.5. Баламалы идеяларды дамыту мақсатында өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру	1		
96		<b>Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту.</b> (200 м, 400 м жүгіру)	10.2.5.5. Баламалы идеяларды дамыту мақсатында өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру	1		
97		<b>Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту.</b> (200 м, 400 м жүгіру)	10.2.5.5. Баламалы идеяларды дамыту мақсатында өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру	1		
98		<b>Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту.</b> (1000 м, 1500 м жүгіру)	10.2.5.5. Баламалы идеяларды дамыту мақсатында өзінің және өзгенің шығармашылық қабілетін біріктіру	1		
99		<b>Жеңіл атлетика және фитнес</b> (1000 м, 1500 м жүгіру)	10.3.3.3. Ағзаға тиімді қысқа және ұзақ мерзімді қарқындылығы бар жаттығуларды талқылау	1		
100		<b>Жеңіл атлетика және фитнес</b> (Кедергілер арқылы жүгіру)	10.3.1.1. Салауатты өмір салты мен дене белсенділігіне деген өз көзқарасын түсіндіру және нақтылау	1		
101		<b>Жеңіл атлетика және фитнес</b> (Эстафета 4x60м жүгіру)	10.3.3.3. Ағзаға тиімді қысқа және ұзақ мерзімді қарқындылығы бар жаттығуларды талқылау	1		
102		<b>Жеңіл атлетика және фитнес</b> (Эстафета 4x60м жүгіру)	10.3.1.1. Салауатты өмір салты мен дене белсенділігіне деген өз көзқарасын түсіндіру және нақтылау	1		