

**Күнтізбелік- тақырыптық жоспар**  
**7- сынып 2020/2021 оқу жылы**

		1-Тоқсан 24 сағат					7 «А»	7 «Ә»	7 «Б»	7 «В»	7 «Г»
Ұзақ мерзімді жоспардың бөлімі	Ұзақ мерзімді жоспар бөлімінің тақырыптары	Оқу мақсаттары. Білім алушылар білуі тиіс	Сағ саны	7 «А»	7 «Ә»	7 «Б»	7 «В»	7 «Г»			
1-бөлім Жүгіру, секіру және лақтыру дағдылары н дамыту және жақсарту.	<b>ӨҚН.</b> Қысқа қашықтыққа жүгіру	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулар кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	2	02-03-09							
		7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулар кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	2	04-09							
		7.3.3.1 - түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	1	10-09							
		7.3.2.2 - жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету	1	11-09							
	2-бөлім	Ойын әдісін жақсарту	7.1.2.1 - қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру және қорытындылау	2	16-17-09						
			7.1.1.1 - кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	2	18-25-09						
			7.1.1.1 - кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	2	24-25-09						
			7.3.5.1 - басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды анықтай білу	2	30-09-01-10						
			7.3.5.1 - басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды анықтай білу	2	02-07-10						
			7.1.1.1 - кең ауқымдағы арнайы спорттық қимыл-қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалыс дағдыларын жетілдіру	1	08-10						

Спорт ойындары арқылы командалық бірлесу әрекеттері.	Ойын әдісін жақсарту	7.1.3.1 - арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және қорытындылау 7.2.4.1 - дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажетті ережелер мен құрылымдық тәсілдерді көрсете білу	2	09-14.10.			
	Спорт ойындарындағы тактика және тактикалық іс-әрекеттер	7.1.2.1 - қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау	2	15-16.10			
	Спорт ойындарындағы тактика және тактикалық іс-әрекеттер	7.1.5.1 - бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	2	21-22.10			
	Командадағы көшбасшылық дағдыларын дамыту	7.2.2.1 - көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу	1	29.10			
	Командадағы көшбасшылық дағдыларын дамыту	7.2.1.1 - өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді жетілдіре білу	2	28-29.10			
	<b>2 тоқсан</b>						
3-бөлім Гимнастика арқылы когнитивті және денені басқару дағдылары	ӨҚН. Саптық жаттығуларды оқып үйрену	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезінде болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	2	11-18.11			
	ӨҚН. Саптық жаттығуларды оқып үйрену	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезінде болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	2	13-18.11			
	Акробатикалық элементтер кешені	7.3.2.1 - жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету	1	19.11			
	Акробатикалық элементтер кешені	7.1.2.1 - қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау	2	20-25.11			
	Гимнастикалық кондырғылардағы жаттығулар түрлері	7.1.5.1 - бірқатар дене жаттығуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру және бағалай білу	2	26-27.11			
	Гимнастикалық кондырғылардағы жаттығулар түрлері	7.1.4.1 - қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын жақсарту	2	02-03.12			
	Орындауды құрастыру процесі және топта бағалау.	7.2.2.1 - көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді талқылау және көрсете білу	2	04-09.12			
	Орындауды құрастыру процесі және топта бағалау.	7.2.5.1 - өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, оны шешудің балама жолдарын ұсыну	2	10-11.12			
	Қазақтың ұлттық ойындары	7.2.7.1 - жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсетуді талқылау және бейімдей білу.	2	17-18.12			
	4-бөлім						



Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары	Қазақтың ұлттық ойындары	7.2.3.1 - қолайлы оқу-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша біріккен, әрі тиімді жұмыс дағдыларын талқылау және көрсете білу 7.3.5.1 - басқа аламдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды анықтай білу	2	23.04.12				
	Зияткерлік ойындар	7.2.6.6 - жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін қолдана білу	2	25.06.12				
	Зияткерлік ойындар	7.2.5.1 - өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, оны шешудің балама жолдарын ұсыну	2					
<b>3-тоқсан 30 сағат</b>								
5-бөлім Шаңғы/кро сс/ коньки дайындығы	ӨҚН. Тиісті қызметті жүзеге асыру үшін денені қыздыру және қалпына келтіру әдістері  ӨҚН. Тиісті қызметті жүзеге асыру үшін денені қыздыру және қалпына келтіру әдістері  Күш және шыдамдылықты жақсартуға қозғалыс іс-әрекеттері  Күш және шыдамдылықты жақсартуға қозғалыс іс-әрекеттері  Күш және шыдамдылықты жақсартуға қозғалыс іс-әрекеттері  Кедергілерден өтуге арналған арнайы жаттығулар  Кедергілерден өтуге арналған арнайы жаттығулар	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	2	10.08.01				
		7.3.2.1 - жалпы дене жаттығуларын өткізу және ағзаны қалпына келтіру жаттығуларының құрамын көрсету	2	15.11.01				
		7.3.1.1 - өз денсаулығына салауатты өмір салтының тиісетін әсерін түсіну және түсіндіре білу	2	15.20.01				
		7.3.1.1 - өз денсаулығына салауатты өмір салтының тиісетін әсерін түсіну және түсіндіре білу	2	21.12.01				
		7.1.4.1 - қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын жақсарту білу	2	27.08.01				
		7.1.3.1 - арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және қорытындылау	2	29.01.02				
		7.1.3.1 - арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және қорытындылау 7.3.3.1 - түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тиісетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	2	04-05.02				
		Ойындар кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-әрекет	2	10-11.02				
		Ойындар кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-әрекет	2	12-17.02				
		6-бөлім Шытырман оқиғалы ойындар және команда	Ойындар кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-әрекет	7.2.2.1 - көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуі талқылау және көрсете білу	2			

күрүшү ойындар	Ойындар аркылы мәселелерді шешу дагдыларын жетілдіру	7.2.8.1 - түрлү кимыл-козгалыс негіздерімен шарттастырылган рөлдерді колдана білу	2	18-19-02		
	Ойындар аркылы мәселелерді шешу дагдыларын жетілдіру	7.1.4.1 - кимыл-козгалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің биліктілік сапасын жақсарту білу	2	24-25-02		
	Баламалы ойын жағдайын құру	7.2.3.1 - колайлы оку ортасын калыптастыру бойынша біріккен эрі тиімді жұмысдагдыларын талкылау және көрсете білу	2	26-02-03		
	Баламалы ойын жағдайын құру	7.2.5.1 - өзінің және өзгелердің шыгармашылык кабілеттерін колдана білу, оны шешудің балама жолдарын ұсыну	2	04-06-03		
	Топтарда шыгырман окугалы ойындар құру	7.2.1.1 - өзгермелі жагдайга жауап кайтара білу, кимыл эрекеттерімен байланысты білімді жетілдіре білу	2	10-11-03		
	Топтарда шыгырман окугалы ойындар құру	7.2.6.1 - жарыс іс-эрекеттерін және төрелік егу ережелерін колдана білу	2	12-11-03		

4-тоқсан

7-бөлім Басып кіру ойындарын дагы түсінік пен дагдыларды оқып дамыту	ӨКН. Ойын жагдайларында допка ие болу эдісі	7.3.4.1 - денсаулыкты нығайтуга багытталган дене жаттыгулары кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді аныктай білу	1	01-02-04		
	ӨКН Ойын жагдайларында допка ие болу эдісі	7.1.1.1 - кең ауымдагы арнайы спорттык кимыл-козгалыс эрекеттерінің дәлдігін, бақылауды және үйлесімділікті дамытуга арналган кимыл-козгалыс дагдыларын жетілдіру	2	02-08-04		
	Ойын кезінде аланда багдарлау және допты кайтару дагдылары	7.1.2.1 - кимыл-козгалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттыгуларындагы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау	1	09-04		
	Ойын кезінде аланда багдарлау және допты кайтару дагдылары	7.2.4.1 - дене жаттыгулары аясындагы іс-эрекеттерді онтайландыру және балама түрлерін құруга кажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді көрсете білу	2	14-15-04		
	Тактикалык іс-эрекеттер: жеке, топтык және командалык	7.1.5.1 - бірқатар дене жаттыгуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялык идеяларын құру және бағалай білу	2	16-01-04		
	Тактикалык іс-эрекеттер: жеке, топтык және командалык	7.1.5.1 - бірқатар дене жаттыгуларының қарапайым тактикаларын, стратегияларын және композициялык идеяларын құру және бағалай білу	1	22-04		
	Өздерінің ойындарын құрастыру және өткізу	7.2.8.1 - түрлі кимыл-козгалыс негіздерімен шарттастырылган рөлдерді колдана білу	2	23-08-04		
	Өздерінің ойындарын құрастыру және өткізу	7.1.6.1 - түрлі кимыл-козгалыс белсенділігін орындауды сынактан өткізу кезіндегі қауіп- қатерді білу және алдын алу	1	29-04		



8-бөлім Жеңіл атлетика арқылы белсенді өмір салты	Сауықтыру жүгірісі	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	2	30.04.05				
	Сауықтыру жүгірісі	7.3.4.1 - денсаулықты нығайтуға бағытталған дене жаттығулары кезіндегі болуы мүмкін қауіп-қатерлерді анықтай білу	1	06.05				
	Белгілерге тез жауап қайтару ойындары	7.2.5.1 - өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, оны шешудің балама жолдарын ұсыну	2	07.12.05				
	Белгілерге тез жауап қайтару ойындары	7.2.5.1 - өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін қолдана білу, оны шешудің балама жолдарын ұсыну	2	13.11.05				
	Денені қыздыру және қалыпқа келтіру құралдары	7.3.3.1 - түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	1	19.05				
	Денені қыздыру және қалыпқа келтіру құралдары	7.3.3.1 - түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ішкі және сыртқы белгілері бойынша анықтау	2	20.01.05				
	Арнайы спорттық әдістерді орындау барысындағы қозғалысты жетілдіру	7.1.3.1 - арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және қорытындылау	1	28.05				
	Арнайы спорттық әдістерді орындау барысындағы қозғалысты жетілдіру	7.1.3.1 - арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті жетілдіру және қорытындылау	1					
	Қозғалыс белсендігі арқылы денсаулықты нығайту	7.3.1.1 - өз денсаулығына салауатты өмір салтының тигізетін әсерін түсіну және түсіндіре білу	1					