

**ДЕНЕ ШЫНЫКТЫРУ ПӘНІНЕН 5 СЫНЫПКА АРНАЛҒАН
КҮНТІЗБЕЛІК ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР**

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

№ р/с	Ауыспалы тақырыптар	Са бақ №	Сабақтардың тақырыптары	Оқудың мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі											
						5А	5Ә	5Б	5В	7	12						
1-тоқсан 24 сағат																	
1	1-бөлім. Жүгіру, секіру, лақтыру дағдыларына оқыту. (12 сағат) Ө.К.Н (4 сағат)	1	Қауіпсіздік ережесі. Қысқа қашықтыққа жүгіру техникасын оқу	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу.	1	01.09	02.09	04.09	03.09	02.09	02.09						
2		Қысқа қашықтыққа жүгіру техникасын оқу	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу.	1	04.09	03.09	05.09	06.09	03.09	04.09	04.09						
3/4		Орта және алыс қашықтық техникасын үйрету Ө.К.Н Қан кеткен және күйік кездерінде алғашқы көмек ережесі	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың аздаған типізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	2	06.09	05.09	06.09	09.09	04.09	04.09	05.09						
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	11.09	10.09	12.09	13.09	10.09	11.09							
6		Жүгіріп келіп және бір орында ұзындыққа секіру техникасын үйрету. Ө.К.Н Дауыл, боранның алдын алыу	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	12.09	12.09	13.09	16.09	11.09	12.09							
7/8		Жүгіріп келіп және бір орында ұзындыққа секіру техникасын үйрету	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	2	16.09	16.09	17.09	17.09	16.09	16.09							
9		Әр түрлі снарядтарды нысанға, 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	19.09	19.09	20.09	23.09	18.09	19.09							
10		Әр түрлі снарядтарды нысанға, 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	23.09	23.09	24.09	24.09	23.09	23.09							
9		Топтық эстафеталық жұмыс. Ө.К.Н Табиғатта алғашқы медициналық көмек көрсету ережесі	5.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	1	26.09	24.09	26.09	27.09	24.09	24.09	25.09						
10		Топтық эстафеталық жұмыс.	5.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау	1	26.09	26.09	27.09	30.09	25.09	26.09							

11	2-бөлім Өзгертілген командалық ойын (12 сағат)	13	Ойынның қабылдау техникасын үйрету.	5.1.3.1 Қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1						
		14	Ойынның қабылдау техникасын үйрету.	5.1.3.1 Қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	02.10	03.10	04.10	05.10	06.10	07.10
12		15	Ойынның қабылдау техникасын үйрету.	5.1.3.1 Қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	03.10	04.10	05.10	06.10	07.10	08.10
13		16	Ойынның қабылдау техникасын үйрету.	5.1.3.1 Қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	07.10	08.10	09.10	10.10	11.10	12.10
14		17	Ойынның қабылдау техникасын үйрету.	5.1.3.1 Қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	09.10	10.10	11.10	12.10	13.10	14.10
15		18	Негізгі қабылдау тактикасын үйрету.	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	10.10	11.10	12.10	13.10	14.10	15.10
16		19	Негізгі қабылдау тактикасын үйрету.	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	14.10	15.10	16.10	17.10	18.10	19.10
17		20	Негізгі қабылдау тактикасын үйрету.	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының техникасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	16.10	17.10	18.10	19.10	20.10	21.10
18		21	Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру.	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар құрамында командаламен жұмыс істей білуді түсіну	1	17.10	18.10	19.10	20.10	21.10	22.10
19		22	Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру.	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	21.10	22.10	23.10	24.10	25.10	26.10
20		23	Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру.	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	23.10	24.10	25.10	26.10	27.10	28.10
21		24	Ойын кезінде көшбасшылық дағдыны қалыптастыру.	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	24.10	25.10	26.10	27.10	28.10	29.10
22											

А 2 Б В Г Д

2-тоқсан 24 сағат											
3-бөлім Гимнастикалық жаттығулар арқылы шығармашылық және сыни тұрғыдан ойлау (12 сағат)		Ө.Қ.Н (4 сағат)									
23	3-бөлім Гимнастикалық жаттығулар арқылы шығармашылық және сыни тұрғыдан ойлау (12 сағат)	1	Қауіпсіздік ережесі. Кешенді жалпы дамыту жаттығуларының негізін құру. Ө.Қ.Н Жаракат алғанда және жараланған кездерде алғашқы медициналық көмек көрсету ережесі	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу	1	04.11	04.11	05.11	04.11	04.11	04.11
24		2	Кешенді жалпы дамыту жаттығуларының негізін құру.	5.3.2.1 қыздырыну және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	1	06.11	05.11	07.11	05.11	05.11	06.11
25		3	Кешенді жалпы дамыту жаттығуларының негізін құру.	5.3.2.1 қыздырыну және қалпына келтіру жаттығуларын орындау мен дайындау аясындағы негізгі компоненттерді білу және түсіну	1	07.11	07.11	08.11	08.11	06.11	07.11
26		4	Акробатикалық жаттығулар орындау. Ө.Қ.Н Жердің опырлыуы мен сел,көшкінінің орын алуы	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	11.11	11.11	12.11	11.11	11.11	11.11
27		5	Акробатикалық жаттығулар орындау	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	13.11	12.11	14.11	12.11	12.11	13.11
28		6	Акробатикалық жаттығулар орындау	5.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау	1	14.11	14.11	15.11	15.11	13.11	14.11
29		7	Снарядтарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету. Ө.Қ.Н Денсаулық және салауатты өмір салты туралы негізгі түсінік	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	18.11	18.11	19.11	18.11	18.11	18.11
30		8	Снарядтарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	20.11	19.11	21.11	19.11	19.11	20.11
31		9	Снарядтарда гимнастикалық жаттығудың техникасын үйрету	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	21.11	21.11	22.11	22.11	20.11	21.11
32		10	Гимнастикалық жаттығудың негізін құру. Ө.Қ.Н Радиоактивтік заттардың қалдықтарынан туындайтын апаттар	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	25.11	25.11	26.11	25.11	25.11	25.11

33	4-бөлім Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары (12 сағат)	11	Гимнастикалық жиынтықтың негізін құру	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	27.11	26.11	28.11	26.11	26.11	27.11	28.11
34		12	Гимнастикалық жиынтықтың негізін құру	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	28.11	28.11	29.11	29.11	27.11	28.11	
35		13	Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары	5.2.7.1 жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсету және түсіндіру;	1	02.12	02.12	03.12	02.12	02.12	02.12	
36		14	Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары	5.2.7.1 жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсету және түсіндіру;	1	04.12	03.12	05.12	03.12	03.12	04.12	
37		15	Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары	5.2.7.1 жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсету және түсіндіру;	1	05.12	05.12	06.12	06.12	07.12	05.12	
38		16	Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары	5.2.3.1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау;	1	09.12	09.12	10.12	09.12	09.12	09.12	
39		17	Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары	5.2.3.1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау;	1	11.12	10.12	12.12	10.12	10.12	11.12	
40		18	Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары	5.2.3.1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау;	1	12.12	12.12	13.12	13.12	11.12	12.12	
41		19	Ұлттық ойын аясындағы бірқатар стратегия мен тактиканы оқу.	5.2.6.1 жарыс іс-әрекеттері және төрелік ету ережелерін білу;	1	18.12	17.12	17.12	17.12	17.12	18.12	
42		20	Ұлттық ойын аясындағы бірқатар стратегия мен тактиканы оқу.	5.2.6.1 жарыс іс-әрекеттері және төрелік ету ережелерін білу;	1	19.12	19.12	19.12	20.12	18.12	19.12	
43		21	Ұлттық ойын аясындағы бірқатар стратегия мен тактиканы оқу.	5.2.6.1 жарыс іс-әрекеттері және төрелік ету ережелерін білу;	1	23.12	23.12	20.12	23.12	23.12	23.12	

А В С D E F G H

53	8	Қашықтықтан өту тактикасының негізі. Ө.Қ.Н Көліктегі төтенше жағдай	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	23.01	23.01	24.01	23.01	28.01	27.01
54	9	Қашықтықтан өту тактикасының негізі.	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	29.01	28.01	28.01	28.01	29.01	29.01
55	10	Қашықтықтан өту тактикасының негізі.	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	1	30.01	30.01	30.01	31.01	30.01	30.01
56	11	Қашықтықтан өту тактикасының негізі.	5.1.3.1 қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау	2	03.02	03.02	31.01	03.02	04.02	03.02
	11/12				05.02	04.02	04.02	04.02	05.02	05.02
57	13	Ойындардағы командалық іс-арекет және көшбасшылық. Ө.Қ.Н Орман және дала өрті алдын алу	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу;	1	06.02	06.02	06.02	07.02	10.02	10.02
58	14	Ойындардағы командалық іс-арекет және көшбасшылық.	5.3.4.1 денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу	1	10.02	10.02	07.02	10.02	11.02	10.02
59	15	Ойындардағы командалық іс-арекет және көшбасшылық	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	11.02	11.02	11.02	11.02	12.02	12.02
60	16	Ойындардағы командалық іс-арекет және көшбасшылық	5.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді түсіну	1	13.02	13.02	13.02	14.02	17.02	17.02
61	17	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту.	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу;	1	17.02	17.02	14.02	17.02	18.02	17.02
62	18	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту.	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу;	1	19.02	18.02	18.02	18.02	19.02	19.02
63	19	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту.	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу;	1	20.02	20.02	20.02	21.02	24.02	20.02
64	20	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту.	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу;	1	24.02	24.02	24.02	24.02	25.02	25.02
65	21	Ойын арқылы қиындықты шешу жолдарына оқыту.	5.1.4.1 қимыл-қозғалысты орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын білу және анықтау	1	26.02	26.02	25.02	25.02	26.02	26.02
66	22	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет	5.2.3.1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау	1	27.02	27.02	27.02	28.02	28.02	27.02
67	23	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	03.03	03.03	18.02	03.03	04.03	03.03

68		24	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет	5.2.3.1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтау	1	05.03	04.03	04.03	04.03	05.03	05.03
69		25	Ойын құруға арналған шығармашылық қабілет	5.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін білу және түсіну, сондай-ақ оны шешудің қарапайым балама жолдарын ұсыну	1	06.03	06.03	06.03	07.03	10.03	06.03
70		26	Ойын - сауық ойындарын құру	5.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну;	1	10.03	10.03	07.03	10.03	11.03	10.03
71		27	Ойын - сауық ойындарын құру	5.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл-әрекеттермен байланысты білімді білу және түсіну;	1	11.03	11.03	11.03	11.03	12.03	11.03
72		28	Ойын - сауық ойындарын құру	5.2.6.1 жарыс іс-әрекеттері және төрелік ету ережелерін білу.	1	13.03	13.03	13.03	14.03	17.03	13.03
73		29	Ойын - сауық ойындарын құру	5.2.6.1 жарыс іс-әрекеттері және төрелік ету ережелерін білу.	1	17.03	17.03	19.03	17.03	18.03	17.03
74		30	Ойын - сауық ойындарын құру	5.2.6.1 жарыс іс-әрекеттері және төрелік ету ережелерін білу.	1	19.03	18.03	18.03	18.03	19.03	19.03

4-тоқсан
24 сағат

		а б в г д е ж з									
75	7-бөлім. Ойын кезіндегі басып кіру дағдыларын түсіну және үйрету (12 сағат) Ө.Қ.Н (3 сағат)	1	Кауіпсіздік ережесі Ойын кезінде допты иелену.	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар болу.	1	02.04	01.04	01.04	01.04	01.04	02.04
76		2	Ойын кезінде допты иелену.	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар болу.	1	03.04	03.04	03.04	04.04	04.04	03.04
77		3	Ойын кезінде допты иелену.	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабарлар болу.	1	07.04	07.04	04.04	07.04	07.04	07.04
78		4	Ойын кеністігінде бағдарлау дағдыларына үйрету. Ө.Қ.Н Табиғаттағы төтенше жағдайлар	5.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді онтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді білу және түсіну	1	09.04	08.04	08.04	08.04	08.04	08.04
79		5	Ойын кеністігінде бағдарлау дағдыларына үйрету.	5.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді онтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді білу және түсіну	1	10.04	10.04	10.04	11.04	03.04	10.04

80	8-бөлім. Жеңіл атлетика дағдысын дамыту және шолу (12 сағат)	6	Ойын кеністігінде бағдарлау дағдыларына үйрету.	5.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді онтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді білу және түсіну	1	14.04	14.04	11.04	14.04	14.04	14.04	14.04
81		7	Жеке және командалық ойын әрекеттері. Ө.К.Н Климат ауыстыру	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	16.04	15.04	15.04	15.04	15.04	15.04	16.04
82		8	Жеке және командалық ойын әрекеттері.	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	17.04	17.04	17.04	18.04	16.04	17.04	17.04
83		9	Жеке және командалық ойын әрекеттері.	5.1.5.1 аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	21.04	21.04	18.04	21.04	21.04	21.04	21.04
84		10	Ойын стратегиясын құрудағы дағдыны дамыту. Ө.К.Н Қатты әсер ететін улы заттармен ұланған кездегі алғашқы медициналық көмек көрсету	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу;	1	23.04	23.04	22.04	22.04	22.04	23.04	23.04
85		11	Ойын стратегиясын құрудағы дағдыны дамыту.	5.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу;	1	24.04	24.04	24.04	25.04	23.04	24.04	24.04
86		12	Ойын стратегиясын құрудағы дағдыны дамыту.	5.1.6.1 қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және қауіп- қатерге жауап қайтара білудің қарапайым дағдыларын білу және анықтау	1	28.04	28.04	25.04	28.04	28.04	28.04	28.04
87		13	Ойын арқылы жеңіл атлетика дағдысын дамыту	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу;	1	30.04	30.04	29.04	29.04	29.04	30.04	30.04
88		14	Ойын арқылы жеңіл атлетика дағдысын дамыту	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу	1	05.05	05.05	02.05	02.05	30.04	05.05	05.05
89		15	Ойын арқылы жеңіл атлетика дағдысын дамыту	5.3.4.1. денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу	1	08.05	08.05	06.05	05.05	05.05	08.05	08.05
90		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	12.05	12.05	08.05	06.05	06.05	12.05	12.05
91		17	Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың аздаған типізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	14.05	14.05	13.05	12.05	12.05	14.05	14.05
92		18	Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру	5.3.3.1 түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың аздаған типізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу	1	15.05	15.05	15.05	13.05	13.05	15.05	15.05

93		19/20	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	2	19.05	19.05	16.05	16.05	14.05	19.05
94			Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту	5.3.1.1 денсаулықты сақтаудың маныздылығын білу және түсіну	1	21.05	21.05	20.05	19.05	19.05	21.05
95		21	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту	5.3.1.1 денсаулықты сақтаудың маныздылығын білу және түсіну	1	22.05	22.05	20.05	20.05	22.05	
96		22	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту	5.3.1.1 денсаулықты сақтаудың маныздылығын білу және түсіну	1	26.05	23.05	23.05	21.05		
		23/24	Қозғалыс белсенділігі арқылы денсаулықты нығайту	5.3.1.1 денсаулықты сақтаудың маныздылығын білу және түсіну	2						