

«№5 жалпы білім беретін орта мектеп» КММ

ппкҚ-дің шешімімен қабылданды

Хаттама № 3

« 29 » 09 2024 ж.

«Бекітемін»
«№5 ЖББОМ» КММ директорының м.а.:
К.А.Айтмағанбетова



Ерекше білімді қажет ететін 3 «Ә» класс оқушысы

Дәуренқызы Томириске арналған

бейімделген дене шынықтыру пәні бойынша

жеке күнтізбелік –тақырыптық

жоспары

Мұғалім: Шәбілов Біржан Жаңбырбайұлы

Сағат саны: 102

2023-2024 оқу жылы

р/с	Бөлімше	Сабақтың тақырыбы	Оқу мақсаттары	Сағ ат сан	Мерзімі
4 тоқсан					
1	Ойындағы қарым-қатынас дағдылары	Қауіпсіздік ережесі	3.1.3.4 мұғалімнің көмегімен арқанмен өрмелей алу	1	01.04.2024
2		Футбол ойыны	3.3.2.2. мұғалімнің көмегімен снарядтарда, снарядтар мен инвентарьларда гимнастикалық жаттығуларды орындауды жетілдіру мұғалімнің көмегімен арқанмен өрмелей алу	5	03.04.2024
3					05.04.2024
4					08.04.2024
5					10.04.2024
6					12.04.2024
7		Қақпаға тұру	3.3.2.4 мұғалімнің көмегімен снарядтарда, снарядтар мен инвентарьларда гимнастикалық жаттығуларды орындауды жетілдіру мұғалімнің көмегімен арқанмен өрмелей алу	3	15.04.2024
8	17.04.2024				
9	19.04.2024				
10	Ойын белсенділігі процесінде әлеуметтік дағдыларын дамыту.	Допты ауада тебу әдісі	3.4.5.1. негізгі дене қабілеттерін дамыту бойынша дербес сабақтар өткізу дене сымбаты мен дене бітімін түзеу тыныс алуды әртүрлі қозғалыстармен үйлестіру мұғалімнің көмегімен снарядтарда, снарядтар мен инвентарьларда гимнастикалық жаттығуларды орындауды жетілдіру	2	22.04.2024 24.04.2024
11		Эстафета 4x60 м	3.5.4.1. негізгі дене қабілеттерін дамыту бойынша дербес сабақтар өткізу дене сымбаты мен дене бітімін түзеу тыныс алуды әртүрлі қозғалыстармен үйлестіру мұғалімнің көмегімен снарядтарда, снарядтар мен инвентарьларда гимнастикалық жаттығуларды орындауды жетілдіру	2	26.04.2024 29.04.2024 01.05.2024
12					
13					
14	Салауатты өмір салтын қалыптастыру.	Бір біріне қарама қарсы тұрып секіру	3.1.1.4. ұзақтыққа және биіктікке секірудің әртүрлі тәсілдерін игеру және орындау	1	03.05.2024
15		Еркін жүгіру әдісі	3.3.2.1 қоғамда өзін-өзі ұстау ережелері мен дене мәдениетін игеру негізіндегі әлеуметтік қолданыстағы қызметтер мен тәсілдерді ұйымдастыру барысындағы қиындықтарды анықтай алу кезіндегі қиындықтарды түсіну	1	04.05.2024
16					
17		Арқан тарту	3.3.2.1 қоғамда өзін-өзі ұстау ережелері мен дене мәдениетін игеру негізіндегі әлеуметтік қолданыстағы қызметтер мен тәсілдерді ұйымдастыру барысындағы қиындықтарды анықтай алу кезіндегі қиындықтарды түсіну	1	06.05.2024
18					
19	Жүру арқылы жылдамдықты анықтау	3.1.3.6 ереже бойынша спорттық ойындардың бірін үйрену	1	10.05.2024	
20	Жүгіру және оның түрлері.	30 м жүгіру	3.1.3.6 ереже бойынша спорттық ойындардың бірін үйрену	1	13.05.2024
21		3x10 м жүгіру	3.1.3.6 ереже бойынша спорттық ойындардың бірін үйрену	1	15.05.2024
22		Орта қашықтыққа жүгіру	3.1.1.2 спорттың бір түрі бойынша мамандануда қозғалыс әрекеттерін техникалық тұрғыдан дұрыс орындай алу	2	17.05.2024
23					20.05.2024
24		Ұзындыққа және биіктікке секіру. Бір орыннан қзындыққа секіру	3.1.1.2 спорттың бір түрі бойынша мамандануда қозғалыс әрекеттерін техникалық тұрғыдан дұрыс орындай алу	2	22.05.2024
25	24.05.2024				