

«Бекітемін»

Мектеп директоры:

Р. Жунускулов



Жунускулов
«02» 09 2024ж

«Келісемін»

Қосымша білім беру

педагогы:

Л.Дүйсебекова

Дүйсебекова

«02» 09 2024ж

**№12 жалпы білім беретін мектебі
2024-2025 оқу жылындағы
«Жас спортшы» үйірмесінің
күнтізбелік-тақырыптық жоспары**

**Үйірме жетекшісі: Арипбаев Бақыт
Сағат саны: 68 сағат**

«Жас спортшы» үйірмесінің жұмыс жоспары

	Өтілетін тақырып	Жұмыс түрі	Сағат	Мерзімі
1.	Қазақстан Республикасының спортының тарихы	Баяндау	2	
2.	Сапқа тұру ережелері	Баяндау	2	
3.	Техника қауіпсіздігі	Баяндау	2	
4.	Жалпы дамыту жаттығулары	Баяндау	2	
5.	Салауатты өмір салтын қалыптастыру жолдары	Баяндау	2	
6.	Волейбол ойынының шығу тарихы	Жаттығулар	2	
7.	Волейбол ойыны кезінде орындалатын қауіпсіздік ережелері	Жаттығулар	2	
8.	Волейбол ойынының негізгі және жеңілдетілген ережелерімен танысу	Жаттығулар	2	
9.	Жалпы қозғалыс дайындығы	Жаттығулар	2	
10.	3*10м-ге қайталап жүгіру	Жаттығулар	2	
11.	Саптық және жалпы дамыту жаттығулары	Жаттығулар	2	
12.	400 м қашықтыққа жүгіру	Жаттығулар	2	
13.	200 м жүгіру	Жаттығулар	2	
14.	Допты қабылдап алу жаттығулары	Жаттығулар	2	

15.	Допты бір-біріне бере отырып үстіне соғу	Жаттығулар	2	
16.	Гимнастика сап жаттығулары	Жаттығулар	2	
17.	Тоғызқұмалақ ойынының ережелері	Жаттығулар	2	
18.	Тоғызқұмалақ ойынының жүрістерін есептеп ойнау	Жаттығулар	2	
19.	Тоғызқұмалақ тұздық алу тәсілдері	Жаттығулар	2	
20.	Ұлттық ойындар	Жаттығулар	2	
21.	Асық ойынының шығу тарихы	Жаттығулар	2	
22.	1000 м дала жарысы	Жаттығулар	2	
23.	100 м уақыт есептеп жүгіру	Жаттығулар	2	
24.	Допты тордан өткізе	Жаттығулар	2	
25.	Баскетбол ойыны	Жаттығулар	2	
26.	Бір орында тұрып, қозғалыста және себетке доп лақтыру	Жаттығулар	2	
27.	Аяқты бұғу тәсілімен ұзындыққа секіру тәсілі	Жаттығулар	2	
28.	Биікке секіру жаттығулары	Жаттығулар	2	
29.	Жеңіл атлетика қауіпсіздік ережелері	Жаттығулар	2	
30.	Жүгіру, секіру реттілігі	Жаттығулар	2	
31.	Қысқа қашықтыққа 30 м жүгіру	Жаттығулар	2	

32.	Тұрған орыннан ұзындыққа секіру	Жаттығулар	2	
33.	Төменгі сөреден жүгіру	Жаттығулар	2	
34.	Тепе-теңдікті сақтау жаттығулары	Жаттығулар	2	
Барлығы				

Handwritten signature

«Жас спортишы» үйірмесіне қатысатын оқушылар тізімі

	Оқушының аты-жөні	Сыныбы	1-топ	2-топ	3-топ	4-топ
I топ						
1.	Жамантаев Тамерлан	3Б	*			
2.	Зейнабдин Олжас Мұхтарұлы	3Б	*			
3.	Спатаев Ернар Алишерұлы	3Б	*			
4.	Асан Амангелді Сержанұлы	3Ә	*			
5.	Нұрсұлтанұлы Бауыржан	3Ә	*			
6.	Слам Ернар Ахметұлы	3Ә	*			
7.	Тасыбек Орынбасар Жолдасбекұлы	3Ә	*			
8.	Слам Санжар Ахметұлы	4Ә	*			
9.	Камалбек Азамат	5А	*			
10.	Мурзабаева Азиза	5А	*			
II топ						
1.	Абдрахман Айсұлтан Ержанұлы	5А		*		
2.	Абу Әдемі	5А		*		
3.	Адилбек Маржан Абилбекқызы	5А		*		
4.	Айдарбек Ален Рысдаулетұлы	5А		*		
5.	Амандық Бейбарыс Рустамұлы	5А		*		
6.	Асим Зере Даулет-Ханқызы	5А		*		
7.	Асқар Едіге Ғаниұлы	5А		*		
8.	Бахыт Арсен Бекзатұлы	5А		*		
9.	Бекмурат Кәусар Ержанқызы	5А		*		
10.	Болат Дастан Мейрханұлы	5А		*		
III топ						
1.	Мәлікайдар Әлихан Оспанұлы	5Б			*	
2.	Нұржан Іңкәр Берікқызы	5Б			*	
3.	Нұрсұлтанқызы Аружан	5Б			*	
4.	Пазилбек Іңкәр Ғабитқызы	5Б			*	
5.	Пазилбек Інжу Ғабитқызы	5Б			*	
6.	Пайзулла Бағдат Бахытұлы	5Б			*	

7.	Сапарбек Мерей Сейтқасымқызы	5Б			*	
8.	Спатаева Нұрбану Алишеровна	5Б			*	
9.	Турганбек Айзере Оспанқызы	5Б			*	
10.	Улашбай Алтынай Нуржанқызы	5Б			*	
IV топ						
1.	Ғабитқызы Бинұра	5Ә				*
2.	Ажимухан Кәусар	5А				*
3.	Ермекбай Ерсайын Мұханұлы	5Ә				*
4.	Есмахан Ернар Талғатұлы	5Ә				*
5.	Әмірхан Әли Темірханұлы	5Ә				*
6.	Заманбек Гүлназым Жарылқасынқызы	5Ә				*
7.	Кемалхан Әділхан Нұрсұлтанұлы	5Ә				*
8.	Кәрімберган Жандос Мұхтарұлы	5Ә				*
9.	Қанытбек Қазыбек Қалдыбекұлы	5Ә				*
10.	Құрбан Назым Сейдахметқызы	5Ә				*

«Жас спортшы» үйірменің сабақ кестесі

№		Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
1	I топ	10²⁰-11⁰⁰	10²⁰-11⁰⁰			
2	II топ	11²⁰-12⁰⁰	11²⁰-12⁰⁰			
3	III топ				10²⁰-11⁰⁰	10²⁰-11⁰⁰
4	IV топ				11²⁰-12⁰⁰	11²⁰-12⁰⁰

Үйірме жетекшісі: Арипбаев Бақыт