

БЕКІТЕМІН: Мектеп директоры Утверждаю: директор школы Р. А. Райзих А.И «02» 09 2025г	КЕЛІСЕМІН: оқу ісінің меңгерушісі Согласовано: зам.директора УВР Лобода А.А «02» 09 2025г	Ә/Б ОТЫРЫСЫНДА ҚАРАЛДЫ рассмотрено на заседании М/О протокол № 1 Куценко А.В «20» 08 2025г
--	---	---

КҮНТІЗБЕЛІК-ТАҚЫРЫПТЫҚ
ЖОСПАР
КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ
ПЛАНИРОВАНИЕ

САБАҚТАР:

УРОКОВ:

физическая культура

СЫНЫП:

КЛАСС:

6

МҰҒАЛІМ:

УЧИТЕЛЬ:

Омирбаев Иса Оразгалиевич

САҒАТ САНЫ:

КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ:

68

АПТАСЫНА:

В НЕДЕЛЮ:

2

2025-2026 оқу жылы

2025-2026 учебный год

Дене шынықтыру

Күнтізбелік-тақырыптық жоспар 6 класс 1-тоқсан 16 сағат жылына 68 сағат, аптасына 2 сағат

Р/с	Ауыспалы тақырыптар	Сабақтардың тақырыбы	Оқу мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі	Ескерту
1	1-бөлім Жүгіру, секіру, лақтыру дағдыларына дамыту. (8 сағ)	Қауіпсіздік ережесі. Өртүрлі физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгеріс	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіну	1	04.09.25	
2		Жүгіру секіру реттілігі ӨҚН. Табиғатта адамның автономдық тіршілік етуі	6.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ұсыну және көрсету	1	05.09.25	
3			6.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағзаға тигізетін әсері мен энергетикалық жүйемен байланысын ұсыну және көрсету	1	11.09	
4			6.3.2.1 дене қыздыру мен қалпына келу техникаларының басты құрамдарының ағзаға тигізетін әсерін түсіндіру және оларды орындау	1	12.09	
5			6.3.2.1 дене қыздыру мен қалпына келу техникаларының басты құрамдарының ағзаға тигізетін әсерін түсіндіру және оларды орындау	1	18.09.	
6		ӨҚН. Дәрігерлік көмек көрсету құралдары	6.1.2.1. қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін құру және орындау	1	19.09	
7			6.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды қолдана білу	1	25.09	
8		Эстафеталық ойындар	6.1.1.1 аз ауқымды арнайы спорттық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты дағдыларын қолдану	1	26.09	
9	2-бөлім Командалық спорттық ойындар. (8 сағ)	Ойын техникасының дағдысын дамыту	6.1.1.1 аз ауқымды арнайы спорттық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған қимыл-қозғалысты дағдыларын қолдану	1	02.10.	
10		ӨҚН. Зілзала (жер сілкінісі)	6.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті таңдай білу	1	03.10	
11			6.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті таңдай білу	1	09.10	
12			6.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді түсіну және қолдана білу	1	10.10	
13		Спорттық ойындарда тактикалық әрекеттерді қолдану	6.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін құру және орындау	1	16.10.	
			6.1.5.1 бірқатар дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын түсіну және қолдана білу	1	17.10	
14		Командалық жұмыста көшбасшылық дағдысын дамыту	6.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді анықтау және қолдана білу	1	23.10	
16		ӨҚН. Топырақтың жылжуы, көшуі, сел	6.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу, қимыл әрекеттерімен байланысты білімді анықтау және қолдана білу	1	24.10	

2-тоқсан 16 сағат

Р/с	Ауыспалы тақырыптар	Сабактардың тақырыбы	Оқу мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі	Ескерту
17	3-бөлім Құрал жабдықтар арқылы гимнастика дағдыларын арттыру. (9сағат)	Қауіпсіздік ережесі. Саптағы жаттығулардың элементтері	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіне білу	1		
18		Акробатикалық жаттығулар комбинациясын орындау ӨҚН. Дауыл, Боран Құйын	6.3.2.1 дене қыздыру мен қалпына келу техникаларының басты құрамдарының ағаға тигізетін әсерін түсіндіру және оларды орындау	1	06.11	
19	4-бөлім Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары (7 сағ)	Акробатикалық жаттығулар комбинациясын орындау	6.1.2.1. қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін құру және орындау	1	07.11	
20		Снарядтағы жаттығулар кезіндегі өзін өзі реттеу ӨҚН. Дауыл, Боран, Құйын	6.1.5.1 бірқатар дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын түсіну және қолдана білу	1	13.11	
21			6.1.5.1 бірқатар дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын түсіну және қолдана білу	1	14.11	
22			6.1.4.1 қимыл-қозғалыс орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын түсіну және түсіндіре білу	1	20.11	
23	4-бөлім Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары (7 сағ)	Топтық жиынтық	6.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді анықтау және қолдана білу	1	21.11	
24			6.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін түсіну және қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	27.11	
25			6.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін түсіну және қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	28.11	
26		Қазақтың ұлттық ойындары	6.2.7.1 жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсетуді түсіну және қолдана білу	1	04.12	
27	4-бөлім Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары (7 сағ)	ӨҚН. Қатты әсер ететін улы заттармен улану кезінде бірінші дәрігерлік көмек көрсету ережесі	6.2.3.1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын анықтау және қолдана білу	1	05.12	
28			6.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды қолдана білу	1	11.12	
29			6.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды қолдана білу	1	12.12	
30		Ұлттық ойындар аясындағы тактикалар мен стратегияларды оқып үйрену.	6.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін түсіне білу	1	18.12	
31	4-бөлім Қазақтың ұлттық және зияткерлік ойындары (7 сағ)	ӨҚН. Қатты әсер ететін улы заттармен улану кезінде бірінші дәрігерлік көмек көрсету ережесі	6.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін түсіну және қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	19.12	
32			6.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін түсіну және қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	25.12	
				1	26.12	

3-тоқсан 20 сағат

Р/с	Ауыспалы тақырыптар	Сабақтардың тақырыбы	Оқу мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі	Ескерту
33	5-бөлім Шаңғы / кросс/ коньки дайындығы (8 сағ)	Қауіпсіздік ережесі. Арнайы қозғалыс дағдыларын дамыту	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіне білу	1	08.01.26	
34			6.3.2.1 дене қыздыру мен қалпына келу техникаларының басты құрамдарының ағаға тигізетін әсерін түсіндіру және оларды орындау	1	09.01.26	
35		Күш пен шыдамдылық дамыту жааттықтары	6.3.1.1 өз денсаулығына деген қауіп-қатерді анықтай білу	1	15.01	
36		ӨҚН. Әр түрлі	6.1.4.1 қимыл-қозғалыс орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын түсіну және түсіндіре білу	1	16.01	
37		жарақат кезінде көрсетілетін бірінші дәрігерлік көмек	6.1.4.1 қимыл-қозғалыс орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын түсіну және түсіндіре білу	1	22.01	
38		Қашықты жүріп өтудегі шығармашылық тапсырмалар	6.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті тандай білу	1	23.01	
39			6.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағаға тигізетін әсері мен энегетикалық жүйемен байланысын ұсыну және көрсету	1	29.01	
40			6.3.3.1 түрлі дене жаттығуларын іс жүзінде орындау, олардың ағаға тигізетін әсері мен энегетикалық жүйемен байланысын ұсыну және көрсету	1	30.01	
41		Ынтымақтастық дағдыларын дамыту	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіне білу	1	05.02	
42		ӨҚН. Жаппай	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіне білу	1	06.02	
43	6-бөлім Шытырман оқиғалы ойындар (12 сағ)	зақымдану кезінде көрсетілетін бірінші дәрігерлік көмек	6.2.2.1 көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді анықтау және қолдана білу	1	12.02	
44		Ойындар арқылы мәселені шешу	6.2.8.1 түрлі қимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді сезініп, олардың айырмашылықтарын түсіндіре білу	1	13.02	
45		ӨҚН. Жараланғанда, жарақаттанғанда, басқа да қатерге ұшырағанда көрсетілетін бірінші дәрігерлік көмек	6.1.4.1 қимыл-қозғалыс орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын түсіну және түсіндіре білу	1	19.02	
46			6.1.4.1 қимыл-қозғалыс орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктілік сапасын түсіну және түсіндіре білу	1	20.02	
47		Шытырман оқиғалы ойындар арқылы сыни тұрғысынан ойлауды дамыту	6.2.3.1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын анықтау және қолдана білу	1	26.02	
48		тұрғысынан ойлауды дамыту	6.2.3.1 қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын анықтау және қолдана білу	1	27.02	
49		ӨҚН. Жараланғанда, жарақаттанғанда, басқа да қатерге ұшырағанда көрсетілетін бірінші дәрігерлік көмек	6.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін түсіну және қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	05.03.	
50		Әділ ойын және ынтымақтастық	6.2.1.1 өзгермелі жағдайға жауап қайтара білу қимыл әрекеттерімен байланысты білімді анықтау және қолдана білу	1	06.03	
51			6.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін түсіне білу	1	16.03	
52			6.2.6.1 жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін түсіне білу	1	13.03	

4-тоқсан 16 сағат

P/c	Ауыспалы тақырыптар	Сабақтардың тақырыбы	Оқу мақсаттары	Сағат саны	Мерзімі	Ескерту
53	7-бөлім Ойын арқылы дағдыларды жақсарту. (8 сағ)	Қауіпсіздік ережесі Допка ие болу әдісінің негізгі элементтерін дамыту	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіне білу	1	02.04	
54			6.1.1.1 аз ауқымды арнайы спорттық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды және үйлесімділікті дамытуға арналған кимыл-қозғалысты дағдыларын қолдану	1	03.04	
55		Ойын кезінде алаңда бағдарлау дағдыларын оқып үйрену.	6.1.2.1. кимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін құру және орындау	1	09.04	
56		ӨҚН. Салауатты өмір салтының дағдылары туралы түсінік	6.1.2.1. кимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін құру және орындау	1	10.04	
57			6.2.4.1 дене жаттығулары аясындағы іс-әрекеттерді оңтайландыру және балама түрлерін құруға қажет ережелер мен құрылымдық тәсілдерді түсіну және қолдана білу	1	16.04	
58		Тактикалық іс әрекеттердің негіздері. ӨҚН. Салауатты өмір салтының дағдылары туралы түсінік	6.1.5.1 бірқатар дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын түсіну және қолдана білу	1	17.01	
59		Өз ойындарын қайта қарау және көрсету.	6.2.8.1 түрлі кимыл-қозғалыс негіздерінен туындаған рөлдерді сезініп, олардың айырмашылықтарын түсіндіре білу	1	23.04	
60			6.1.6.1 кимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және қауіп-қатерге сезу дағдыларын түсіну және қолдана білу	1	24.04	
61	8-бөлім Жүгіру секіру лақтыру дағдыларын жақсарту. (8 сағат)	Ағзаның бейімділік қабілеттерін дамыту.	6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіне білу	1	30.04	
62			6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіне білу	1	(01)05	
63			6.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін түсіну және қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	(07)05	
64			6.2.5.1 өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін түсіну және қолдана білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну	1	08.05	
65		Қозғалысты дене қыздыру элементтері.	6.3.5.1 басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды қолдана білу	1	14.05	
66		ӨҚН. Салауатты өмір салтының дағдылары туралы түсінік	6.1.3.1 арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті тандай білу	1	15.05	
67		Қозғалыс белсенділігі	6.3.1.1 өз денсаулығына деген қауіп-қатерді анықтай білу	1	21.05	
68		арқылы денсаулықты ныяту	6.3.1.1 өз денсаулығына деген қауіп-қатерді анықтай білу	1	22.05	