

Қазақстан Республикасы
Білім және ғылым министрінің
2020 жылғы «5» ақпандағы
№ 51 бұйрығына 59-қосымша

Қазақстан Республикасы
Білім және ғылым министрінің
2013 жылғы 3 сәуірдегі
№ 115 бұйрығына 604-қосымша

**Сөйлеу тілінің күрделі бұзылыстары бар білім алушыларға арналған
бастауыш білім беру деңгейінің 0-4 сыныптары үшін
«Бейімделген дене шынықтыру» пәнінен жаңартылған мазмұндағы
үлгілік оқу бағдарламасы**

1-тарау. Жалпы ережелер

1. Сөйлеу тілінің күрделі бұзылыстары бар білім алушыларға арналған бастауыш білім беру деңгейінің 0-4 сыныптары үшін «Бейімделген дене шынықтыру» пәнінен жаңартылған мазмұндағы үлгілік оқу бағдарламасы (бұдан әрі - Бағдарлама) «Білім туралы» 2007 жылғы 27 шілдедегі Қазақстан Республикасы Заңының 5 -бабы, б) тармақшасына сәйкес әзірленген.

2. Бағдарламаның мақсаты – сөйлеу тілінің күрделі бұзылыстары бар білім алушыларда дене мәдениетінің негіздерін еңбекке баулу, ақыл-ой, адамгершілік, эстетикалық тәрбиемен тығыз байланыста қалыптастыру.

3. Бағдарлама міндеттері:

1) білім алушыларда өз денсаулығына ұқыпты қарау қажеттіліктері мен уәждемесін қалыптастыру;

2) дене жаттығулары және базалық түрлерінің әрекеттері мен тәсілдері арқылы білім алушылардың қимыл-қозғалыс тәжірибесін байыту, төзімділігін, шапшаңдығын, күшін, ептілігін, жылдамдығын дамыту;

3) өзара әрекет ету дағдыларын дамыту: өз мінез-құлқы мен серіктестің мінез-құлқын дұрыс бағалау, қақтығыстарды конструктивті түрде шешу;

4) командалық спорт түрінде – ортақ мақсат пен оған жету жолдарын жоспарлау, бірлескен әрекеттегі рольдерді бөліп алу дағдыларын қалыптастыру;

5) моральдік және ерік-жігерлік қасиеттерін, жетістіктерге жету және қиындықтарды жеңу ынтасын, өзінің тұлғалық және дене ресурстарын жұмылдыру қабілеттерін арттыру.

4. Түзете-дамыту міндеттері:

1) білім алушылардың барлық сенсорлық жүйесін түзету;

2) лексикалық қорды байыту, дұрыс тыныс алу мен дауысты қоюды

қосқанда сөйлеудің техникалық жағын жетілдіру арқылы ауыр сөйлеу бұзылыстары бар білім алушылардың сөйлеудегі коммуникативтік-сөйлеу дағдылары мен коммуникативтік сапасын жетілдіру;

3) білім алушылардың өзін-өзі дұрыс бағалау мен өзін ұстай алу, тәртіпке бағыну, өзара қарым-қатынасы жасаудың серіктестік стилін белгілеу, атқарушылық сауаттылықты қалыптастыру арқылы әлеуметтендіру.

2-тарау. Оқу процесін ұйымдастырудағы педагогикалық тәсілдер

5. Оқу процесі құндылыққа-бағдарланған, іс-әрекеттік, тұлғаға-бағдарланған, саралап оқыту, коммуникативтік тәсілдер негізінде жүзеге асырылады.

6. Құндылыққа-бағдарланған тәсіл білім алушылардың тұлғасының әлеуметтік-маңызды құндылықтар жүйесін, мінез-құлқы мен әрекеттерін, ынтасын қалыптастырылады, бұл тәсіл білім алушылардың ұлттық және спорттық ойындарға қатысуы арқылы жүзеге асырылады да, қазақстандық патриотизм мен азаматтық жауапкершілікке, бір-біріне құрмет көрсетуге, ынтымақтастыққа ұмтылуға, абыроймен жеңіле білуге және жеңіске абыроймен жете білуге тәрбиелейді.

7. Тұлғаға-бағдарланған тәсіл оқу үрдерісін білім алушылардың қозғалыс белсенділігін дамытуға, денсаулығын сақтау мен нығайтуға ықпал ететін және олардың дене, психикалық, тұлғалық ерекшеліктерін ескеретін дайындық, жалпы дамыту жаттығуларды қолдану арқылы жекелендіруге мүмкіндік береді.

8. Іс-әрекеттік тәсілдің қағидасы – өзара түсіністік пен ынтымақтастық бастамасымен мұғалім мен білім алушылардың бірлескен қызметіне негізделіп, жалпы және ұсақ моторикасының бұзылыстары бар балаларға ерекше көңіл бөлу.

9. Саралап оқыту тәсілі - негізі медициналық тексерудің мәліметтері, психологиялық-медициналық-педагогикалық кеңес ұсыныстары, бағдарламамен қарастырылған бақылау нормативтерін тапсыруға дайындығын алдын-ала тексеру нәтижелері бойынша білім алушылардың әртүрлі топтары үшін оқу процесін мамандандыру.

10. Түзете-дамыта оқыту тәсілі сөйлеу тілі мен танымдық процестерін, жалпы, ұсақ және сөйлеу моторикасын түзетуге бағытталған арнайы техникалар мен технологиялар және оқыту құралдары арқылы іске асады.

11. Коммуникативтік тәсіл – өзара әрекеттесуде вербалды және вербалсыз құралдар арқылы қарым-қатынас жасауға, тілдік және сөйлеу нормаларының жүйесін дұрыс қолдануға, жағдаятқа сәйкес қатынас жасаудың мінез-құлқын дұрыс таңдауға мүмкіндік береді.

12. Білім алушыларды дене тұрғысынан тәрбиелеу келесі қағидалар негізінде жүзеге асады:

1) барлық сабақ барысында сөйлеу тәртібін сақтау: айтылуын бақылау,

әрбір білім алушының ауызша тіліндегі аграмматизмдерді жою, тұтығатын балалардағы сөйлеудің қарқыны мен ырғағын қалыпқа келтіру;

2) сабақта сөйлеу қатынасы жағдайын жасау мақсатында білім алушыларды топтастыру, қарым-қатынас жасау ситуациясын үлгілеу;

3) сабақтағы қызмет түрлері мен қарқынының жиі ауысуы;

4) жауап беру, талқылау, өзара байланысқан сөйлемдерді құруға көмектесетін сөйлеу конструкциялары, сөйлемдер мен фразалар нысанына арналған шаблондар жиынтығын, алгоритмдерді, жоспарларды, сызбаларды пайдалану арқылы білім алушылардың сөйлеу қызметін қолдау.

13. Сабақтың түзеу-сауықтыру бағытында гимнастиканың әрқилы түрлерін қолданады: дәстүрлі тыныс алу гимнастикасын, А.Стрельникованың парадоксалды тыныс алу гимнастикасын, саусақ, артикуляциялық гимнастиканы, психогимнастиканы, бұлшықет релаксациясы мен ми жартышарларының жұмысын синхронизацияла және өзара әрекетін дамытуға бағытталған кинезологиялық бағдарламаларын.

14. Бейімделген дене шынықтыру сабағындағы түзеу ритмикасының элементтері ырғақты сезінуді күшейтуге, сөйлеу қозғалысы мен есту анализаторларын дамытуға, тыныстың реттелуіне, жүрудің мәнері мен дене мүсінін дұрыс қалыптасуына, түзелуіне ықпал етеді.

15. Оқытушының логопедпен, психологпен, медициналық қызметкерлермен жүйелі түрде әрекет етуі және алалиялық немесе дизартриялық компоненттері, ринолалиясы, тұтығуы, аутизмі бар білім алушыларды сабақта жекелей түзете қолдауға мүмкіндік беретін арнайы әдістерді қолдана білуі оның кәсіби қызметіне жатады.

16. Білім алушыларының тәуелсіз түрде өмір сүру дағдыларын дамыту және функционалды сауаттылығын қалыптастыру мақсатында, дене жағдайының өзіндік диагностикасына жататын дағдыларды, өзін-өзі уқалау дағдыларын үйретуге және алғашқы медициналық көмек көрсету икемдерін қалыптастыру мен автоматтандыруға назар аударылады.

3-тарау. «Бейімделген дене шынықтыру» пәнінің мазмұнын ұйымдастыру

17. «Бейімделген дене шынықтыру» бойынша оқу жүктемесінің көлемі:

1) 0-сыныпта - аптасына 3 сағат, оқу жылында 96 сағатты;

2) 1-сыныпта - аптасына 3 сағат, оқу жылында 99 сағатты;

3) 2-сыныпта - аптасына 3 сағат, оқу жылында 102 сағатты;

4) 3-сыныпта - аптасына 3 сағат, оқу жылында 102 сағатты;

5) 4-сыныпта - аптасына 3 сағат, оқу жылында 102 сағатты құрайды.

18. Бағдарламаның мазмұны келесідей бөлімдерді қамтиды:

1) «Қозғалыс қызметі» бөлімі;

2) «Қозғалыс дағдылары арқылы сыни ойлауды және шығармашылық қабілеттерін дамыту» бөлімі;

3) «Денсаулық және салауатты өмір салты» бөлімі.

19. «Қозғалыс қызметі» бөлімі келесідей бөлімшелерді қамтиды:

1) жеңіл атлетика;

2) акробатика элементтері бар гимнастика;

3) шаңғы/кросс/коньки тебу дайындығының негіздері.

20. «Қозғалыс дағдылары арқылы сыни ойлауды және шығармашылық қабілеттерін дамыту» бөлімі келесідей бөлімшелерді қамтиды:

1) өзара әрекет ету ойындары (2-сыныптан бастап);

2) қозғалыс ойындары;

3) қазақтың ұлттық қозғалыс және танымдық ойындары.

21. «Денсаулық және салауатты өмір салты» бөлімі келесідей бөлімшелерді қамтиды:

1) қауіпсіздік техникасы;

2) денсаулық және дене белсенділігі.

22. 0-сыныпқа арналған «Бейімделген дене шынықтыру» пәнінің базалық мазмұны:

1) пәнді оқытуға кіріспе: дене тәрбиесі – денсаулық сабағы, сенің дене мүмкіндіктерің;

2) жеңіл атлетика: жүгіру және жүру. Секіру және лақтыру;

3) акробатика элементтері бар гимнастика: сымбат және координация. Гимнастикалық фигуралар. Қарапайым гимнастикалық снарядтар негізіндегі қозғалыстар. Кеңістіктегі әрекеттер. Имитациялық жаттығулар;

4) қазақтың ұлттық қозғалыс ойындары: қазақ халқының дәстүрлері. Ұлттық қозғалыс ойындары: «Жапалақ пен қарлығаштар», «Балапандар»;

5) қозғалыс ойындары: ойын – дене тәрбиесінің құралдары. Сюжеттік қозғалыс ойындары. Заттармен қозғалыс ойындары «допты тап», «Әткеншек». Секіргішпен ойналатын ойындар мен жаттығулар;

6) өзара әрекет ету ойындары: шағын топтар мен жұптасу кезіндегі қарым-қатынас дағдылары. Ойындарға арналған шығармашылық идеялар. Қарым-қатынастық дағдыларды дамытуға арналған «Кімді ұстағанымызды тауып көр» ойыны;

7) қауіпсіздік техникасы;

8) денсаулық және дене белсенділігі: дене жаттығу сабақтарының пайдасы. Қозғалыс – денсаулыққа апарар жол. Адамның жүрек қағымы мен тыныс алуы. Тірек-қимыл аппаратының дамуы. Таза ауадағы дене қызметі. Қозғалыс дағдылары. Жылдамдық, күш және шапшаңдық. Секіруді дамыту. Қозғалыс қызметіндегі белсенділік пен тұрақтылық.

23. 1-сыныпқа арналған «Бейімделген дене шынықтыру» пәнінің базалық мазмұны:

1) пәнді оқытуға кіріспе: дене мәдениеті дегеніміз не? Күн тәртібі. Таңғы жаттығу және жаттығу минуттары;

2) жеңіл атлетика: жүгіру және жүру. Секіру және лақтыру. Эстафеталар;

3) акробатика элементтері бар акробатика: мүсін және координация.

Гимнастикалық фигуралар. Қарапайым гимнастикалық снарядтағы қозғалыстар. Имитациялық жаттығулар;

4) қазақтың ұлттық қозғалыс ойындары: қазақ халқының дәстүрлері мен мәдениетімен танысу. «Ақ сүйек», «Ақ таяқ» ойындары. Қозғалыс ойындары арқылы еліктіру;

5) қозғалыс ойындары: ойын – дене қасиеттерін дамыту құралдары. «Қаздар-аққулар» сюжеттік-рөлдік қозғалыс ойыны. Ойын кеңістігі. Заттармен қозғалыс ойындары. Доппен ойналатын ойындар. Секіргішпен ойындар мен жаттығулар;

6) өзара әрекет ету ойындары: «Тезірек орын тап» ойыны арқылы шығармашылық және қарым-қатынас дағдыларын дамыту. Ойындар арқылы шығармашылық қабілетті дамыту. Қарым-қатынас дағдыларын дамытуға арналған ойындар. Шағын топтар мен жұптасатын ойындардағы қарым-қатынас дағдылары;

7) қауіпсіздік техникасы;

8) денсаулық және дене белсенділігі: денсаулық туралы түсінік. Дене жаттығулары сабақтарының пайдасы. Сенің дене мүмкіндіктерің. Қозғалыс дағдылары. Жылдамдық, күш және шапшаңдық. Секіруді дамыту. Дене қызметі кезіндегі адамның жүрек соғысы мен тыныс алуы. Тірек-қимыл аппаратын дамыту. Қозғалыс қызметіндегі белсенділік пен дербестілік. Таза ауадағы дене қызметі.

24. 2-сыныпқа арналған «Бейімделген дене шынықтыру» пәнінің базалық мамұны:

1) пәнді оқытуға кіріспе: денсаулықтың негізгі түсініктеріне шолу жасау;

2) жеңіл атлетика: таңғы жаттығу жиынтығы. Жүгіру, секіру және лақтыру дағдылары. Жүгіру, секіру және лақтыру элементтері бар эстафеталар. Ұзындыққа және биіктікке секіру;

3) акробатика элементтері бар гимнастика: гимнастикалық жаттығулар. Өрмелеу және бірнеше мәрте өрмелеу. Тепе-теңдікті дамыту;

4) қазақтың ұлттық қозғалыс ойындары: қазақтың ұлттық ойындарымен танысу. Қазақтың ұлттық жүгіру ойындары («Бәйге»). Сюжеттік-рөлдік ойындар: «Аққасқыр - байланған қасқыр». Серіктестік және шынайы ойын;

5) қозғалыс ойындары: қозғалыс ойындары – спорттық ойындардың негізі. Қозғалыс ойындарының әрқилылығы. Қозғалыс ойындарындағы қозғалыс дағдылары. «Доп кімде?» деп аталатын доппен ойналатын қозғалыс ойыны. Қозғалысы көп ойындар. Аттракциондық ойындар. Кіріктірілген ойындар. Стандарттық емес құралдарды қолданушы ойындар. Шабуылдаушы әрекеттер бар ойындар;

6) өзара әреке ететін ойындар: жұптасатын және топтық ойындар. Топтарда және жұп болу кезіндегі жұмыстар. «Аю мен аралар» ойынындағы жұптасу және топтасу жұмыстары. Қарым-қатынас дағдыларды дамыту. Жекелей шығармашылық қабілеттер. Топтық қызмет арқылы көрінетін шығармашылық;

7) қауіпсіздік техникасы: спорт зал және спорт алаңқайларындағы қауіпсіздік техникасы;

8) денсаулық және дене белсенділігі: дене жүктемесі арқылы күшті дамыту. Төзімділікке тәрбиелеу. Денеге күш түсіру кезіндегі организмдегі өзгерістер. Дербес қозғалыс қызметі кезіндегі прогресс. Ашық ауадағы дене қызметі.

25. 3-сыныпқа арналған «Бейімделген дене шынықтыру» пәнінің базалық мазмұны:

1) пәнді оқытуға кірісу: салауатты өмір салты түсінігін қалыптастыру;

2) жеңіл атлетика: әртүрлі қозғалыс түрлеріне арналған сергітпелер. Жүгіру, секіру және лақтырудың әрқилылығы. Жеңіл атлетика элементтері бар эстафеталар. Жүгіру ойындарына қатысу. Ұзындық пен биіктікке секіру. Лақтырумен жүргізілетін тәжірибелер;

3) акробатика элементтері бар гимнастика: аэробика элементтері бар гимнастика. Гимнастикалық жаттығулар реттілік. Тепе-теңдікті дамытуға арналған ойындар;

4) қазақтың ұлттық қозғалыс ойындары: «Айгөлек» қазақтың ұлттық ойынымен таныстыру. Серіктестік және әділ ойын;

5) қозғалыс және спорттық ойындар: қозғалыс ойындарындағы қозғалыс дағдылары. «арық арқылы секіру» қозғалыс координациясы бойынша қозғалыс ойыны. Әсер етудің жылдамдығына қозғалыс ойындары. Ұжымда жұмыс жасай алу;

6) өзара ету ойындары: командалық ойындар элементтері. Ойын арқылы әлеуметтік дағдылары. Ойындардағы қарым-қатынас дағдылары. Жарысу элементтері бар ойындар. Дәлдік пен нақтылықты дамытуға арналған ойындар. «Бос орын» ойыны. Дамытушы ойындар. Жүп және топтардағы ойын жұмысына арналған тапсырмалар. Баскетбол элементтері бар эстафеталар. Топтардағы шығармашылықты дамыту ойындары;

7) қауіпсіздік техникасы;

8) денсаулық және дене белсенділігі: дене жүктемесі кезінде өз-өзін бақылау. Дене белсенділігі және төзімділік. Төзімділікті дамытуға арналған ойындар. Дене жаттығулары арқылы шапшаңдықты дамыту. Қозғалыс және еріктік қасиеттерді дамыту. Топтық қозғалыс қызметіндегі прогресс.

26. 4-сыныпқа арналған «Бейімделген дене шынықтыру» пәнінің базалық мазмұны:

1) жеңіл атлетика: қысқа қашықтыққа жүгіру. Ұзындыққа секіру негіздері. Әртүрлі типтегі лақтырулармен тәжірибелер. Жеңіл атлетика элементтерімен тәжірибе;

2) акробатика элементтерімен гимнастика: гимнастиканың негізгі элементтері. Жалпы дамытушы жаттығулар кешені. Акробатиканың қарапайым элементтері. Қарапайым гимнастикалық снарядтардағы жаттығулар. Гимнастикалық құралдармен тапсырмалар;

3) шаңғы/кросс/коньки тебу дайындығының негіздері: тапсырмалар

арқылы дене жағдайының компоненттерін дамыту. Аэробикалық жаттығулардың пайдасы. Қашықтыққа жүру тапсырмасы;

4) қазақтың ұлттық ойындары: қазақтың қозғалыс ойындары: «Тоқта», «Күміс алу». Ұлттық танымдық ойындары: «Тоғыз құмалақ»;

5) қозғалыс және спорттық ойындар: спорттық ойындардың жеңілдетілген нұсқалары. Волейбол доптарымен ойналатын ойындар. Спорттық сипаттағы ойындар. Техникасы қарапайым элементтерден тұратын тапсырмалар. Командада жұмыс жасау негіздері;

б) өзара әрекет ету ойындары: баскетбол элементтері бар ойындар. Допты игеру дағдыларын дамыту. Допты қолданумен жаттығулар құрау. Ойындардағы командалық әрекеттер. Доппен ойналатын түрлі ойындар. Біріккен және оқиғаларға негізделген тапсырмалар: көшбасшылық және серіктестік. Біріккен және оқиғаға толы тапсырмалар арқылы оқыту. Ойындарда елестетуді дамыту;

7) қауіпсіздік техникасы;

8) денсаулық туралы білім және тәжірибе арқылы дағдыларға ие болу: ойын қозғалыстары қатары арқылы көрінетін денсаулық компоненттерінің көрінуі. Денсаулық пен жүгіру дағдыларын дамыту.

4-тарау. Оқыту мақсаттарының жүйесі

27. Бағдарламада оқу мақсаттары кодтық белгімен берілген. Кодта бірінші сөз сынып, екінші және үшінші сандар – бөлім мен тарау, төртінші сан оқу мақсатының нөмірін көрсетеді. Мысалы, 1.2.1.1 кодталуында «1»-сынып, «2.1» - бөлімше, «1» - оқу мақсатының нөмірі.

28. Оқыту мақсаттарының жүйесі бойынша күтілетін нәтижелер:

1) «Қозғалыс қызметі» бөлімі:

1-кесте

Бөлімше лер	Оқыту мақсаттары				
	0-сынып	1-сынып	2-сынып	3-сынып	4-сынып
1.1 Жеңіл атлетика	0.1.1.1 мұғаліммен бірге оған ұқсатып негізгі қозғалыстар ды орындау; 0.1.1.2 негізгі пәндік	1.1.1.1 өздігінен, сөздік нұсқаулар бойынша негізгі қозғалыстар ды білу және орындай алу 1.1.1.2	2.1.1.1 дене жаттығула рын орындау кезінде негізгі қозғалыста рдың сапасын жақсарту; 2.1.1.2	3.1.1.1 негізгі дене жаттығулар ын орындау кезінде негізгі қозғалыс дағдыларын ың сапасын бағалау; 3.1.1.2 технология	4.1.1.1 әртүрлі жаттығулар ды өздігінен орындау кезінде негізгі қозғалыс дағдылары мен икемдерін көрсету;

	<p>терминдерді түсіну; .1.1.3 мұғаліммен бірге әрекет ету; деңгейінде негізгі дене қозғалыстарын орындау; 0.1.1.4 нормативті, жалпы қолданыстағы ишараттардың мәнін түсіну, дауыстың, ырғақтың күші мен жоғары болуының әлеуметтік мәнін түсіну; 0.1.1.5 дене жаттығуларын орындау кезінде пайда болатын қиындықтарды түсіну және сөзбен жеткізу; 0.1.1.6 сөйлеу этикетінің формулаларын бағытты</p>	<p>негізгі пәндік терминдерді игеру, оларды сөйлеуде қолдану; 1.1.1.3 негізгі дене қозғалыстарын үлгі бойынша және ұқсаттырып орындау, оларды қарапайым дене жаттығуларымен байланыстыру; 1.1.1.4 жаттығуларды орындау техникасын нақтылау мен түзеу үшін тікелей сұрақтар қою 1.1.1.5 дене жаттығуларын орындау кезінде пайда болатын қиындықтарды білу; 1.1.1.6 қиындықтар</p>	<p>пәндік-графикалық сызба бойынша тірек сөзбен бағалаушы пікір құрау; 2.1.1.3 негізгі дене қозғалыстарын сөзбен берілген нұсқаулықта білу және орындау, оларды жаттығулармен байланыстыру; 2.1.1.4 жаттығуларды орындау техникасын түсіну, нақтылауға қатысты сұрақтар қою; 2.1.1.5 дене жаттығуларын орындау кезінде пайда болатын қиындықта</p>	<p>лық жоспар жоспарға тірек ретіндегі тапсырманы орындау барысын сөз түрінде көрсету; 3.1.1.3 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезінде бір жаттығудан екінші жаттығуға баяу өтіп, негізгі қозғалыстарды өздігінен байланыстыру; 3.1.1.4 дене жаттығуларын орындау техникасын нақтылау үшін тікелей, жанама және балама сұрақтар қою; 3.1.1.5 қозғалыс қызметінің әрқилы деңгейлерін дегі қиындықтардың</p>	<p>4.1.1.2 берілген тақырыпқа талқылау мәтінін құрастыру; 4.1.1.3 жаттығулар сериясында қозғалыстарды орындау сапасының барынша қолжетімділігін көрсету; 4.1.1.4 жаттығуларды орындау сапасы туралы бағалаушытық пікір құрастыру; 4.1.1.5 оларды орындау кезіндегі тәуекелдерді азайтуды көрсете отырып, жаттығуларды орындау деңгейін тану; 4.1.1.6 жолдастың көмегімен мақсатты түрде көмек беру</p>
--	--	--	---	---	--

	және ынталы түрде пайдалану;	дың алдын-алу үшін көмекке жүгіне алу	рдың алдын-алу дағдылары н игеру; 2.1.1.6 эмоционалды жағдайды өздігінен басқара алудың қарапайым тәсілдерін білу	себептеріне талдау жасау; 3.1.1.6 психофизикалық күш салуды алу үшін тыныс алу техникаларын пайдалану	
1.2 Акробатика элементтері бар гимнастика	0.1.2.1 әртүрлі дене жаттығуларындағы қозғалыстарды орындау кезіндегі ырғақтылық, кеңістік, салмақ, уақыт туралы қарапайым түсініктерге ие болу, 0.1.2.2 негізгі қозғалыстарды орындау сапасына бақылау жасау үшін көру анализаторларын пайдалану; 0.1.2.3 мұғалімнің көмегімен	1.1.2.1 қозғалыстарды орындау контексіндегі «ырғақтылық» және «уақыт», «кеңістік», «салмақ» түсініктерін е бағытталу; 1.1.2.2 оқу тапсырмаларының орындалуын дұрыстығын бағалау; 1.1.2.3 әртүрлі кеңістікте жасалатын қарапайым қозғалыстар қатарын білу және орындау;	2.1.2.1 дене жаттығулары орындау кезінде уақыт, кеңістік және ырғақтылық түсініктеріне түсініктемесі беру; 2.1.2.2 оқу қызметінің жетістігі (сәтсіздіктерін) себептерін сөзбен айту және оларға қол жеткізу үшін конструктивті түрде	3.1.2.1 қозғалыстарды орындауда уақыт, кеңістік және ырғақтылық түсініктерін көрсету; 3.1.2.2 дене жаттығуларын орындау процесіндегі алдын-ала, қадамды және қорытынды өзіндік бақылау 3.1.2.3 кеңістік және қарқынмен орындалатын қозғалыс қатарын өздігінен	4.1.2.1 кеңістік, уақыт туралы білімді көрсетуші бірізділік, нақты және тиімді дағдылар қатарын қолдана алу; 4.1.2.2 жаттығуларды орындау техникасын өзара және өзіндік бақылау жасау бағытын жүзеге асыру; 4.1.2.3 өлшемдер бойынша қозғалыстарды орындау

	<p>әртүрлі кеңістіктерде қарапайым қозғалыстарды жасау; 0.1.2.4 білім алушының ауызша нұсқаулығы бойынша әрекет ете алу; 0.1.2.5 мұғалімнің көмегімен қозғалыс дағдылары бойынша өзінің икемдері мен кемшіліктерін түсіну және бағалау; 0.1.2.6 вербалды, паравербалды, вербалды емес құралдарды пайдалана отырып, көмекке жүгіне алу</p>	<p>1.1.2.4 мұғаліммен бірге оқу тапсырмаларын тұжырымдау; 1.1.2.5 өздерінің қозғалыс дағдыларын орындаудағы икемдері мен кемшіліктерін сипаттай алу; 1.1.2.6 пәндік лексиканы пайдаланумен бағалауыштық пайымдауды құру</p>	<p>әрекет ете алу; 2.1.2.3 кеңістіктегі және қарқынды түрде қарапайым өзгерістер мен келетін қозғалыстарды түсіну және бере алу; 2.1.2.4 өз әрекеттерін реттеу үшін сөйлеуді қолдану; 2.1.2.5 қозғалыс дағдыларын игере алуы мен кемшіліктерін түсіну және түсіндіру; 2.1.2.6 қарым-қатынастық және танымдық тапсырмаларды шешу үшін сөйлеу құралдарын пайдалану</p>	<p>орындауды көрсету; 3.1.2.4 оқу әрекеттерінің жоспары мен алгоритмінің құру; 3.1.2.5 жаттығуларды үздік орындау үшін әлеуетін анықтау; 3.1.2.6 қарым-қатынас кезінде шығармашылық және ізденушілік сипаттағы мәселені бірге шешу</p>	<p>сапасына талдау жасау; 4.1.2.4 пәндік лексиканы пайдаланумен конструктивтік диалог құру; 4.1.2.5 оқу нәтижесіне қол жеткізудің анағұрлым тиімді тәсілдерін анықтау және ұсыну; 4.1.2.6 алға қойылған міндетке сәйкес оқу әрекеттерін жоспарлау, бақылау және бағалай алу</p>
--	---	---	--	--	---

<p>1.3 Шаңғы тебу/кро сс/ коньки тебу дайынд ығының негіздер і</p>					<p>4.1.3.1 сабақтан кейін құралдарға күтім жасау, шаңғы, коньки тебуге өзіндік дайындықта ы ұйымдасты ру; 4.1.3.2 тоқтату техникасы, коньки мен шаңғының негізгі қадамдарын игеру, шаңғы мен коньки тебу техникасы, оларда тұрудың техникасын игеру; 4.1.3.3 тыныс алуды қалыпқа келтіру үшін тыныс алу және дене жүктемесін төмендету жаттығулар ын жасау, аэробика жаттығуы кезінде</p>
--	--	--	--	--	---

					өзінің қал- жағдайын бақылауға алу
--	--	--	--	--	---

2) «Қозғалыс дағдылары арқылы сыни ойлау мен шығармашылық қабілетті дамыту» бөлімі:

2-кесте

Бөлімше лер	Оқыту мақсаттары				
	0-сынып	1-сынып	2-сынып	3-сынып	4-сынып
2.1 Өзара әрекет ету ойындар ы	0.2.1.1 мұғалімнің бағыттаушы көмегін қолдана отырып, ұжымдық дене қызметі процесіндегі стратегияла р мен жоспарлар, қозғалыс идеяларын жүзеге асыру; 0.2.1.2 физикалық міндеттерді шешу процесіндегі оқу міндетін сақтап қалу; 0.2.1.3 топта мұғалімнің көмегімен коммуникат ивтік	1.2.1.1 ұжымдық дене жаттығуы кезіндегі қозғалыс идеялары, стратегияла ры мен жоспарлары н білу және түсіну; 1.2.1.2 қозғалыс операцияла рын жүзеге асыру сапасына бақылау жасау үшін әртүрлі анализаторл арды пайдалану; 1.2.1.3 қарым- қатынас жасау және өзара әрекет ету кезінде серіктестің позициясын	2.2.1.1 қозғалыс идеяларын , стратегиял ары мен жоспарлар ын талқылау және көрсету; 2.2.1.2 оқу тапсырмал арын сыныптаст арымен өнімді түрде бірге жұмыс жасау; 2.2.1.3 қозғалыс мақсаттар ына қол жеткізу үшін жұмыс жасау дағдысын көрсету; 2.2.1.4	3.2.1.1 қозғалыс идеялары, стратегияла ры мен жоспарлары қатарында балама шешімдерді қолдану; 3.2.1.2 тиімді оқу диалогыны ң бастамасы және оны қолдау; 3.2.1.3 көшбасшыл ққты ауыстыруме н өзіндік және командалық жұмыстың мәнін түсіну және көрсету; 3.2.1.4 жалпы мақсаттарға қол жеткізу контексінде	4.2.1.1 балама шешімдерде гі стратегияла р мен жоспарлар, қозғалыс идеяларын тұжырымда у және жүзеге асыру; 4.2.1.2 бірге атқарылаты н әрекетте ортақ бір шешімге келу; 4.2.1.3 қозғалыс мақсаттары на қол жеткізу үшін топта және өз алдына дербес түрде жұмыс жасай алу;

	тапсырмаларды шешуді ұйымдастыру; 0.2.1.4 қозғалыс мақсаттарына қол жеткізу үшін оны жасай алу	а бағытталу; 1.2.1.4 қозғалыс мақсаттарына қол жеткізу үшін жеке дағдыларды жетілдіру	қозғалыс мақсаттарына қол жеткізу үшін жеке дағдыларын дұрыс бағалау	жеке дағдылармен қабілеттерді бағалау	4.2.1.4 өзара біріккен істе өз қатарластарымен оңа қарым-қатынас жасау және өзара әрекет ету
2.2 Қозғалыс ойындары	0.2.2.1 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезінде жағымды оқу ортасын құру маңыздылығын түсіне отырып, кеңістікті мұғалімнің басшылығымен бөлу; 0.2.2.2 қарым-қатынас жасау және өзара әрекет ету кезінде серіктеске бағытталу; 0.2.2.3 мұғалімнің ұйымдастырушылық көмегімен дене белсенділігі кезінде қарапайым	1.2.2.1 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезінде жағымды білім беру ортасын құру маңыздылығын сезіне отырып, ресурстармен идеяларды, кеңістікті бөлу; 1.2.2.2 дене жаттығуларын орындау кезінде өзара көмек көрсету; 1.2.2.3 мұғалімнің бағыттаушы көмегімен ойын кезінде қарапайым ережелер	2.2.2.1 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезінде идеялармен ресурстар, кеңістікті ауыстыру туралы білімді бекіту; 2.2.2.2 жағымды білім беру ортасын құру маңыздылығын көрсету, бәсекелеске сыйластық қарым-қатынас таныту; 2.2.2.3 ережелермен	3.2.2.1 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезінде идеялармен ресурстарды ауыстыру мүмкіндігін бағалау; 3.2.2.2 вербалды және вербалды емес деңгейде бәсекелеске құрмет көрсету; 3.2.2.3 ойын барысында құрылымдық тәсілдермен ережелерді білу және пайдалана алу; 3.2.2.4 өзінің сөйлеудегі	4.2.2.1 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезінде жағымды эмоционалды және дидактикалық ортаны құру маңыздылығын сезіне отырып, идеялармен ресурстарды, кеңістікті бөле алу; 4.2.2.2 өнімді іскерлік қарым-қатынас жасаудың негізгі дағдыларын көрсету; 4.2.2.3 ойын барысында құрылымдық тәсілдер

	<p>ережелер мен құрылымдық тәсілдерді білу және орындау; 0.2.2.4 оқу тапсырмаларын тыңдау. түсіну және қабылдау</p>	<p>мен құрылымдық тәсілдерді атау және пайдалану; 1.2.2.4 қиындықтарды жеңуге тырысу және оң нәтижелерге қол жеткізуді көрсету</p>	<p>құрылымдық тәсілдерді талқылау, олардың ұжымдық дене жаттығуларын орындау кезінде дайындығын көрсету; 2.2.2.4 мұғалім мен өз қатарының бағалауын дұрыс қабылдау</p>	<p>мінез-құлқын, қоршаған ортаның мінез-құлқын дұрыс бағалау</p>	<p>мен ережелерді жасау және қолдану; 4.2.2.4 алға қойған мақсаттарға қол жеткізу үшін еңбексүйгіштік пен табандылық, тәртіпті көрсету</p>
<p>2.3 Қазақтың ұлттық қозалыс және танымдық ойындары</p>	<p>0.2.3.1 мұғаліммен бірге шығармашылық тапсырмаларды шешу; 0.2.3.2 сөйлеудің дыбыстық мәдениетін жетілдіруге ұмтылуды көрсету; 0.2.3.3 негізгі шығармашылық стратегиялар идеяларды білу; 0.2.3.4</p>	<p>1.2.3.1 шығармашылық тапсырмаларды түсінуді көрсету; 1.2.3.2 ауызша сөйлеуді өзіндік бақылауды көрсету; 1.2.3.3 негізгі шығармашылық стратегиялар мен идеяларды атау және пайдалану,</p>	<p>2.2.3.1 конструктивті шешімдерді ұсына отырып, шығармашылық тапсырмаларды қатысуға қатысу; 2.2.3.2 сөйлеу қызметін өзіндік бақылау және өзіндік түзетуге бағыттауды жүзеге</p>	<p>3.2.3.1 конструктивті жолдарды ұсына отырып, шығармашылық міндеттерді шешу үшін күш біріктіру; 3.2.3.2 сөйлеу қызметінің мақсатты түрде бағытталған өзіндік бақылауы мен өзара бақылауын жүзеге</p>	<p>4.2.3.1 шығармашылық міндеттерді шешу үшін координатордың рөлін атқару; 4.2.3.2 қазақтың ұлттық қозғалыс және танымдық ойындарының ережелерін білу түсіндіре алу (бесеуден кем емес);</p>

	<p>оқу міндеттерін түсіну, нақтылау сұрақтарын қою; 0.2.3.5 патриотизм және оның көріну жолдары туралы негізгі түсініктерге ие болу; 0.2.3.6 пәндік лексиканы пайдаланумен әрекеттерді сөзбен жеткізу; 0.2.3.7 сюжеттік ойында қарапайым қозғалыстарды орындау кезінде өз рөлін түсіну</p>	<p>оны мұғалімге көрсету; 1.2.3.4 паравербалды құралдарды дұрыс пайдалана отырып, оқу міндеттерін түсіну, нақтылау сұрақтарын қою; 1.2.3.5 бастауыш мектепте білім алушылардың әлеуметтік рөлі контекстінде патриотизмнің мәні неде соны түсіну; 1.2.3.6 оқу тапсырмасын ұстап тұру және тұжырымдау; 1.2.3.7 өзінің рөлін білу және оның ойын барысындағы орындауын</p>	<p>асыру; 2.2.3.3 шығармашылық қабілеттермен жылпыландыру және оларды мұғалімдермен қатарластарына көрсету; 2.2.3.4 жеке тұлғалық рефлексия, ортақ әрекет етудегі мәселелерді шешу үшін сөйлеуді қолдану; 2.2.3.5 әділ бәсекелестің мәнін түсіне отырып, өзара әрекет ету және патриотизм сезіміне екенін білу; 2.2.3.6 қарым-қатынастық кезінде</p>	<p>асыру; 3.2.3.3 шығармашылық қабілеттермен идеяларды анықтау және талдау, оны мұғалімдерімен өз қатарластарына беру; 3.2.3.4 мәні бар сөйлемдерді дұрыс құрау: өтініш, шақыру, тілек айту, сыпайы түрде бас тарту; 3.2.3.5 патриотизмнің мәнін түсіндіру және өзара әрекет етумен әділ ойынды көрсету; 3.2.3.6 вербалды және вербалды емес деңгейлерде командалық өзара әрекет етуде тиімді</p>	<p>4.2.3.3 әртүрлі жағдайларда берілетін жана идеяларды құру үшін шығармашылық қабілетпен идеяларды өзгелерімен біріктіру; 4.2.3.4 өзіне және өз сыныптастарына деген оң көзқарасты вербалды және вербалды емес түрде көрсету; 4.2.3.5 жекелей және топтық дене жаттығулары кезіндегі әділ бәсекелестік және патриотизм сезімін көрсету; 4.2.3.6 талқылау мәтінінің құрылымын а сүйене отырып, өз</p>
--	--	---	--	---	---

		бақылау	пәндік терминдерді пайдалану; 2.2.3.7 ойын аяқталған ша өз рөлінің орындалуын сараптау	өзара қарым-қатынас дағдыларын игеру; 3.2.3.7 ойын барысында өз рөлінің өзгеруін негіздеу	позициясын сенімді түрде дәлелдеу; 4.2.3.7 олардың айырмашылықтарын түсіне отырып, ойын барысында әртүрлі рөлдерді тәжірибеде өткізу
--	--	---------	--	---	--

3) «Денсаулық және салауатты өмір салты» бөлімі:
3-кесте

Бөлімшелер	Оқыту мақсаттары				
	0-сынып	1-сынып	2-сынып	3-сынып	4-сынып
3.1 Денсаулық және дене белсенділігі	0.3.1.1 адам өміріндегі денсаулықтың мәні туралы түсінікке ие болу, оны сақтау үшін дене қызметінің рөлін түсіну; 0.3.1.2 белсенді тыңдау дағдысына ие болу; 0.3.1.3 денені сергіту	1.3.1.1 дене қызметінің маңыздылығын түсіну, денсаулықты сақтауы тәсілдері туралы білімді көрсету; 1.3.1.2 графикалық сызбаға тірек ретінде денсаулыққа арналған дене жаттығуының мәні	2.3.1.1 дене жаттығуларының сауықтырушы пайдасы туралы талқылау және сипаттау; 2.3.1.2 тірек сөздер және жоспар бойынша талқы мәтін құрау; 2.3.1.3	3.3.1.1 денсаулықты бекітуге ықпал етуші дене жаттығуларының сауықтырушы пайдасын түсіну және ол туралы білімді көрсету; 3.3.1.2 публицистикалық стильде «Салауатты өмір салты» тақырыбын	4.3.1.1 денсаулық және салауатты өмір салты үшін және дене жаттығуының маңыздылығын түсіну және талдау; 4.3.1.2 денсаулыққа арналған дене жаттығуының мәні туралы презентация

	<p>және тоқтаусыз жасалатын жаттығулар туралы түсінікке ие болу, олардың дене қызметіндегі орнын білу; 0.3.1.4 мұғалім көмегімен дене жаттығуларын орындау кезіндегі организмдегі дене өзгерістерін сезіну; 0.3.1.5 ұқсату бойынша релаксация техникасын жүзеге асыру</p>	<p>туралы талқы мәтін құрау; 1.3.1.3 сергіту және тоқтаусыз жасалатын жаттығулардың дене қызметіндегі маңыздылығын түсіну; 1.3.1.4 дене жаттығуларын орындау кезінде организмдегі дене өзгерістерін анықтау; 1.3.1.5 үлгі бойынша әртүрлі жағдайларда релаксация техникасын қолдану</p>	<p>дене қызметіндегі сергіту мен тоқтаусыз жасалатын жаттығулардың маңыздылығын түсіндіру; 2.3.1.4 дене жаттығуларын орындау кезінде организмдегі дене өзгерістерін қалай бақылауды білу; 2.3.1.5 эмоционалды күш түсіруді алу үшін және релаксация техникасын білу және қолдану</p>	<p>а талқы мәтін құрау; 3.3.1.3 дене қызметіндегі сергіту мен тоқтаусыз жасалатын жаттығулар процесін сипаттау; 3.3.1.4 дене жаттығуларын орындау кезінде дене өзгерістерін анықтау үшін бақылау стратегияларын көрсету және түсіндіру; 3.3.1.5 сөйлеу нұсқаулығы бойынша әртүрлі жағдайларда релаксация техникасын қолдану</p>	<p>мен сөз дайындау; 4.3.1.3 дене қызметіндегі сергіту және тоқтаусыз жасалатын жаттығулардың қажеттілігін талқылау және көрсету; 4.3.1.4 дене жаттығуларын орындағаннан кейін немесе жаттығу барысындағы дене өзгерістерін бақылау бойынша бақылау стратегияларын игеру 4.3.1.5 эмоционалды күш түсіруді алу үшін әртүрлі релаксация техникаларын өздігінен қолдану және араластыру</p>
--	---	---	--	---	--

3.2 Қауіпсіз дік техника сы	0.3.2.1 дене жаттығулар ы қатарын орындау кезінде мүмкін болатын қиындықтар мен тәуекелдер туралы білу; 0.3.2.2 мұғаліммен бірге жасалатын оқу әрекеттерін жоспарлау және бағалау; 0.3.2.3 дене жаттығуына қатысу мүмкіндігі мен шектеулері туралы дұрыс түсінікті қалыптасты ру; 0.3.2.4 вербалды және вербалды емес деңгейде сұхбаттасу шыға кұрмет	1.3.2.1 дене жаттығулар ы қатарын орындау кезіндегі қиындықтар мен тәуекелдерд і анықтау; 1.3.2.2 мұғалімнің үлгісі бойынша жасалатын алға қойылған тапсырмаға сәйкес оқу әрекеттерін бақылау және бағалау; 1.3.2.3 ойын алаңқайынд а және спорт залда өзін-өзін ұстау қауіпсіздігі қажеттілігін түсіну; 1.3.2.4 мәдени сөйлеу қарым- қатынасы ережелерін білу және орындау	2.3.2.1 дене жаттығула рын орындау кезінде оның негізгі ықпал ету жолдарын анықтай отырып, қиындықта ры мен тәуекелдер ін түсіну; 2.3.2.2 алға қойылған тапсырмағ а сәйкес орындалат ын оқу әрекеттері н өздігінен жоспарлау , бақылау және бағалау; 2.3.2.3 ойын алаңқайын да және спорт залда өзін- өзін ұстау қауіпсіздіг і қажеттілігі ережелерін білу және орындау; 2.3.2.4	3.3.2.1 денсаулықт ы бекітуге ықпал етуші дене жаттығулар ын орындау кезінде сәйкес түрде ықпал ете отырып, тәуекелдер мен мен қиындықтар мен қалай күресу керек екенін түсіну және көрсету; 3.3.2.2 мұғаліммен бірге жеткен нәтиже түріндегі қызмет мақсаттары мен міндеттерін тұжырымда у; 3.3.2.3 ойын алаңқайынд а және спорт залда өзін-өзін ұстау қауіпсіздігі қажеттілігі ережелерін орындауды көрсету;	4.3.2.1 денсаулыққ а ықпал етуші дене жаттығулар ын орындау кезіндегі қиындықтар мен тәуекелдер мен күрсеуге көмектесу үшін сәйкес етулерді таңдау және қолдану; 4.3.2.2 қажетті нәтиже түріндегі қызмет мақсаттары мен міндеттері өздігінен тұжырымда у; 4.3.2.3 ойын алаңқайынд а және спорт залда өзін-өзін ұстау қауіпсіздігі қажеттілігі ережелерін орындауды бақылау; 4.3.2.4 әртүрлі
---	--	---	---	--	--

	көрсету		олардың қарым-қатынасын көрсете отырып, сөйлеу этикетінің нормаларын игеру	3.3.2.4 вербалды және вербалды емес оң сөйлеу қарым-қатынасын ережелерін сақтау	формалар мен сөйлеу стильдерін пайдалана отырып, өз пікірін әдеби тілдің нормаларын а сәйкес білдіру
--	---------	--	--	---	--

29. Бағдарлама сөйлеу тілінің күрделі бұзылыстары бар білім алушыларға арналған бастауыш білім беру деңгейінің 0-4 сыныптары үшін «Бейімделген дене шынықтыру» пәнінен жаңартылған мазмұндағы үлгілік оқу бағдарламасының ұзақ мерзімді жоспары негізінде осы Бағдарламаның қосымшасына сәйкес жүзеге асырылады. Ұзақ мерзімді жоспарда барлық сынып бойынша әр бөлімде қамтылатын оқу мақсаттарының көлемі белгіленген.

30. Бөлім мен тақырыптар бойынша сағат сандарын бөлу мұғалімнің еркіне қалдырылады.

Бастауыш білім беру деңгейінің
0-4 сыныптары үшін «Бейімделген дене
шынықтыру» пәнінен жаңартылған
мазмұндағы үлгілік оқу бағдарламасына
қосымша

Сөйлеу тілінің күрделі бұзылыстары бар білім алушыларға арналған
бастауыш білім беру деңгейінің 0-4 сыныптары үшін «Бейімделген дене шынықтыру»
пәнінен жаңартылған мазмұндағы үлгілік оқу бағдарламасын жүзеге асыру бойынша
ұзақмерзімді жоспар

1) 0-сынып:
1-кесте

Бөлімдер	Бөлімнің мазмұны	Оқыту мақсаттары
1 - тоқсан		
1. Пәнді игеруге кіріспе	Қауіпсіздік техникасы. «Бейімделген дене шынықтыру» – денсаулық сабағы	0.3.2.1 бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді білу; 0.3.2.2 мұғаліммен бірге оқу әрекеттерін жоспарлау және бағалау; 0.3.1.1 адам өміріндегі денсаулықтың пайдасы туралы түсінікке ие болу, оны сақтау үшін дене қызметінің рөлін түсіну; 0.3.1.2 белсенді тыңдау дағдысын игеру
	Сенің дене мүмкіндіктерің	0.3.1.3 сергіту және шынықтыру жаттығулары және олардың дене қызметіндегі орны туралы түсінікке ие болу; 0.1.1.2 негізгі пәндік терминдерді түсіну; 0.3.1.4 мұғалімнің көмегімен орындалатын дене жаттығуларын орындау кезінде организмде болатын физикалық өзгерістерді түсіну
2. Жеңіл атлетика	Жүгіру және жүру	0.1.1.1 мұғаліммен бірге, ұқсата отырып негізгі қозғалыстарды орындау; 0.1.1.2 негізгі пәндік терминдерді түсіну; 0.1.1.5 дене жаттығуларын орындау кезіндегі қиындықтарды түсіну және сөзбен жеткізу; 0.1.1.6 сөйлеу этикетінің формулаларын бағыттық және ынталандыру тұрғысынан пайдалану
	Секірулер мен лақтырулар	0.1.1.1 мұғаліммен бірге, ұқсата отырып негізгі қозғалыстарды орындау; 0.1.1.2 негізгі пәндік терминдерді түсіну; 0.1.1.3 мұғаліммен бірге орындалатын әрекет деңгейіндегі негізгі дене жаттығуларын орындау; 0.1.1.4 нормативті, жалпықолданыстағы ишараттың мәнін түсіну, ырғақ, дауыстың күші мен жоғарылығының әлеуметтік мәнін түсіну

3. Өзара әрекет ету ойындары	Сюжеттік қозғалыс ойындары «Көбелектер мен құрттар» ойыны	0.2.1.1 мұғалімнің бағыттаушы көмегін қолдана отырып, ұжымдық дене қызметі процесіндегі стратегиялар мен жоспарлар, қозғалыс ойындарын жүзеге асыру; 0.2.1.2 дене міндеттерін шешу процесіндегі оқу міндетін басты назарға алады
	Қозғалыс дағдылары «Қырыаяқ» ойыны	0.1.1.3 мұғаліммен орындалатын әрекет деңгейіндегі негізгі дене жаттығуларын орындау; 0.1.1.4 жалпы қолданыстағы нормативті ым-ишараттың мәнін түсіну, ырғақ, дауыстың күші мен жоғарылығының әлеуметтік мәнін түсіну; 0.2.3.7 сюжеттік ойындағы қарапайым қозғалыстарды орындау кезіндегі өзінің рөлін түсіну
	Шағын топтар мен жұптардағы қарым-қатынас дағдылары	0.2.1.1 мұғалімнің бағыттаушы көмегін қолдана отырып, ұжымдық дене қызметі процесіндегі стратегиялар мен жоспарлар, қозғалыс ойындарын жүзеге асыру; 0.2.1.2 дене міндеттерін шешу кезіндегі оқу мақсаты; 0.2.2.1 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезіндегі жағымды оқу ортасын құрудың маңыздылығын түсіну, мұғалімнің басшылығымен кеңістікті, ресурстар мен идеяларды бөлісу
4. Денсаулық пен дене белсенділігі	Дене жаттығуларының пайдасы	0.3.2.3 дене қызметіндегі мүмкін болатын қатысулар мен шектеулер туралы дұрыс түсінік қалыптастыру; 0.3.2.4 вербалды және вербалды емес деңгейде сұхбатташуға құрметпен қарау
2 - тоқсан		
5. Акробатика элементтері бар гимнастика	Қауіпсіздік техникасы. Мүсін мен координация	0.3.2.1 дене жаттығуларын орындау кезіндегі мүмкін болатын қиындықтар мен тәуекелдер туралы білу; 0.3.2.2 мұғаліммен орындалатын оқу әрекеттерін жоспарлау және бағалау; 0.3.1.3 сергіту және шынықтыру жаттығулары және олардың дене қызметіндегі орны туралы түсінікке ие болу; 0.3.1.4 мұғалімнің көмегімен орындалатын дене жаттығуларын орындау кезінде организмде болатын дене өзгерістерін түсіну
	Гимнастикалық фигуралар	0.1.1.3 мұғаліммен орындалатын әрекеттер деңгейіндегі негізгі дене қозғалыстарын орындау; 0.1.1.4 жалпы қолданыстағы нормативті ым-ишараттың мәнін түсіну, ырғақ, дауыстың күші мен жоғарылығының әлеуметтік мәнін түсіну; 0.1.2.6 қолжетімді вербалды және вербалды емес құралдары қолдана отырып, көмекке жүгіне алу

	Қарапайым гимнастикалық снарядтардағы қозғалыстар	0.1.2.1 әртүрлі дене жаттығулары кезіндегі қозғалыстар барысында уақыт, кеңістік, салмақ және ырғақтылық туралы қарапайым түсініктерге ие болу; 0.1.2.2 негізгі қозғалыстарды орындау сапасына бақылау жасау үшін көру анализаторын пайдалану; 0.1.2.5 мұғалімнің көмегімен қозғалыс дағдылары бойынша өзінің дағдылары мен кемшіліктерін білу және бағалау; 0.1.2.6 қолжетімді вербалды және вербалды емес құралдары қолдана отырып, көмекке жүгіне алу
	Кеңістіктегі қозғалыс	0.1.2.3 әртүрлі кеңістікте қарапайым әрекеттер қатарын мұғалімнің көмегімен жүзеге асыру; 0.1.2.4 мұғалімнің ауызша нұсқаулығымен әрекет ету; 0.1.2.5 мұғалімнің көмегімен қозғалыс дағдылары бойынша өзінің дағдылары мен кемшіліктерін білу және бағалау
	Имитациялық жаттығулар	0.1.1.3 мұғаліммен бірге жасалатын жаттығулар деңгейінде негізгі дене қозғалыстарын орындау; 0.1.1.4 жалпы қолданыстағы нормативті ым-ишараттың мәнін түсіну, ырғақ, дауыстың күші мен жоғарылығының әлеуметтік мәнін түсіну;
6. Қазақтың ұлттық қозғалыс ойындары	Қазақ халқының дәстүрлері	0.2.3.5 патриотизм туралы және оның көріну жолдары туралы негізгі түсініктерге ие болу; 0.2.3.6 пәндік лексиканы пайдаланумен әрекеттерді сөзбен жеткізу; 0.2.3.7 сюжеттік ойында қарапайым қозғалыстарды орындауда өз рөлін түсіну; 0.2.3.3 негізгі шығармашылық стратегиялар мен идеяларды білу; 0.2.3.4 оқу міндетін түсіну, нақтылау сұрақтарын қою
	«Жапалақ пен қарлығаштар», «Балапандар» атты ұлттық қозғалыс ойындары	0.2.3.1 мұғаліммен бірге шығармашылық міндеттерді шешу; 0.2.3.2 сөйлеудің дыбыстық мәдениетін жетілдіруге ұмтылуды көрсету
3 - тоқсан		
7. Денсаулық және дене белсенділігі	Қауіпсіздік техникасы. Жүрек қағысы мен адамның тыныс алуы	0.3.2.1 дене жаттығуларын орындау кезіндегі мүмкін болатын қиындықтар мен тәуекелдер туралы білу; 0.3.2.2 мұғаліммен орындалатын оқу әрекеттерін жоспарлау және бағалау; 0.3.1.4 мұғалімнің көмегімен орындалатын дене жаттығуларын орындау кезінде организмде болатын дене өзгерістерін түсіну 0.3.1.5 ұқсатып жасау бойынша релаксация

		техникасын жүзеге асыру
	Қозғалыс – денсаулыққа апаратын жол	0.3.1.1 адам өміріндегі денсаулықтың мәні туралы түсінікке ие болу, оны ұстап тұру үшін дене қызметінің рөлін түсіну; 0.3.1.2 белсенді тыңдау дағдысын игеру
	Развитие опорно-двигательного аппарата	0.1.2.3 әртүрлі кеңістіктегі қарапайым әрекеттер қатарын мұғалімнің көмегімен жүзеге асыру; 0.1.2.4 мұғалімнің ауызша нұсқаулығы бойынша әрекет ете алу
8. Қозғалыс ойындары	Ойын – дене тәрбиесінің құралы	0.2.2.1 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезіндегі жағымды оқу ортасын құрудың маңыздылығын түсіну, мұғалімнің басшылығымен кеңістікті, ресурстар мен идеяларды бөлісу; 0.2.2.2 қарым-қатынас және өзара әрекетте ету кезінде серіктесіне бағытталу
	«Өткеншек» қозғалыс ойыны	0.2.2.3 мұғалімнің көмегімен ұйымдастырылған дене белсенділігі кезінде қарапайым ережелер мен құрылымдық тәсілдерді білу және орындау; 0.2.2.4 оқу тапсырмаларын тыңдау, түсіну және қабылдау
	«Допты тап» доппен ойналатын ойын	0.2.2.3 мұғалімнің көмегімен ұйымдастырылған дене белсенділігі кезінде қарапайым ережелер мен құрылымдық тәсілдерді білу және орындау; 0.2.2.4 оқу тапсырмаларын тыңдау, түсіну және қабылдау; 0.1.2.5 мұғалімнің көмегімен қозғалыс дағдылары бойынша өзінің кемшіліктері мен дағдыларын білу және бағалау; 0.1.2.6 қолжетімді вербалды және вербалды емес құралдары қолдана отырып, көмекке жүгіне алу
	Секірмемен жасалатын жаттығулар мен ойындар	0.1.2.1 әртүрлі дене жаттығулары кезіндегі қозғалыстар барысында уақыт, кеңістік, салмақ және ырғақтылық туралы қарапайым түсініктерге ие болу; 0.1.2.2 негізгі қозғалыстарды орындау сапасына бақылау жасау үшін көру анализаторын пайдалану
4 - тоқсан		
9. Өзара бірге ойналатын ойындар	Қауіпсіздік техникасы	0.3.2.1 дене жаттығулары қатарын орындау кезінде мүмкін болатын қиындықтар мен тәуекелдер туралы білу; 0.3.2.2 мұғаліммен бірге орындалатын әрекеттерді жоспарлау және бағалау
	«Кімді ұстағанын тап!» қарым-қатынас дағдыларын дамыту ойындары	0.1.1.3 мұғаліммен бірге жасалатын әрекеттер деңгейіндегі негізгі дене қозғалыстарын орындау; 0.2.1.1 мұғалімнің бағыттаушы көмегін қолдана отырып, ұжымдық дене қызметі процесіндегі

		<p>стратегиялар мен жоспарлар, қозғалыс идеяларын жүзеге асыру;</p> <p>0.2.1.2 дене жаттығулары міндеттерін шешу барысындағы оқу мақсатын назарға алу;</p> <p>0.2.1.3 топтағы қарым-қатынас міндеттерін мұғалімнің ұйымдастырушылық көмегімен шешу</p>
	Ойындарға арналған шығармашылық идеялар	<p>0.2.3.1 мұғаліммен бірге шығармашылық міндеттерді шешу</p> <p>0.2.3.2 сөйлеудің дыбыстық мәдениетін жетілдіруге ұмтылуды көрсету;</p> <p>0.2.3.3 негізгі шығармашылық стратегиялар мен идеяларды білу;</p> <p>0.2.3.4 оқу міндетін түсіну, нақтылау сұрақтарын қою</p>
10. Денсаулық және дене белсенділігі	Ашық ауадағы дене қызметі	<p>0.3.2.1 дене жаттығулары қатарын орындау кезіндегі мүмкін болатын қиындықтар мен тәуекелдер туралы білу;</p> <p>0.3.2.2 мұғаліммен бірге оқу әрекеттерін жоспарлау және бағалау;</p> <p>0.3.1.1 адам өміріндегі денсаулықтың мәні туралы түсінікке ие болу, оны сақтау үшін дене қызметінің рөлін түсіну;</p> <p>0.3.1.2 белсенді тыңдау дағдыларын игеру</p>
	Жылдамдық, күш және шапшаңдық	<p>0.1.2.1 әртүрлі дене жаттығулары кезіндегі қозғалыстар барысында уақыт, кеңістік, салмақ және ырғақтылық туралы қарапайым түсініктерге ие болу;</p> <p>0.3.1.4 мұғалімнің көмегімен орындалатын дене жаттығуларын орындау кезінде организмде болатын дене өзгерістерін түсіну;</p> <p>0.3.1.5 ұқсау бойынша релаксация техникасын жүзеге асыру</p>
	Секіруді дамыту	<p>0.1.2.3 әртүрлі кеңістікте қарапайым әрекеттер қатарын мұғалімнің көмегімен жүзеге асыру;</p> <p>0.1.2.4 мұғалімнің ауызша нұсқаулығымен әрекет ете алу</p>
	Қозғалыс қызметіндегі белсенділік дербестілік пен	<p>0.3.2.3 дене жаттығуларына қатысу мүмкіндіктері мен шектеулері туралы дұрыс түсінік қалыптастыру;</p> <p>0.3.2.4 сұхбат берушіге вербалды және вербалды емес деңгейде құрмет көрсету;</p> <p>0.1.1.3 мұғаліммен бірге орындалатын жаттығулар деңгейінде негізгі қозғалыстарды орындау;</p> <p>0.1.1.5 дене жаттығуларын орындау кезінде пайда болатын қиындықтарды түсіну және сөзбен жеткізу;</p> <p>0.2.1.4 қозғалыс мақсаттарына қол жеткізу үшін дағдыларды жүзеге асыру</p>

2) 1-сынып:

2-кесте

Бөлімдер	Бөлімнің мазмұны	Оқыту мақсаттары
1 - тоқсан		
1. Пәнді игеруге кіріспе	Қауіпсіздік техникасы. Дене мәдениеті дегеніміз не?	1.3.1.1 дене қызметінің маңыздылығын түсіну, денсаулықта сақтау жолдары туралы білімді көрсету; 1.3.1.2 графикалық сызбаны тірек ете отырып, денсаулыққа арналған дене белсенділігінің мәні туралы талқылама мәтін құрау; 1.3.2.3 ойын алаңында және спорт залды өзін-өзі ұстау қауіпсіздігі ережелерін орындау қажеттілігін түсіну; 1.3.2.4 мәдениетті сөйлеу қатынасының ережелерін білу және орындау
	Күн тәртібі, таңғы жаттығу және жаттығу минутасы	1.3.1.3 дене қызметі үшін денені сергіту және тоқтаусыз жасалатын жаттығулардың маңыздылығын түсіну; 1.3.1.4 мұғалімнің көмегімен орындалатын дене жаттығуларын орындау кезінде организмде болатын дене өзгерістерін анықтау; 1.3.1.5 үлгі бойынша әртүрлі жағдайларда релаксация техникасын қолдану
2. Жеңіл атлетика	Жүгіру және жүру	1.1.1.3 үлгі және ұқсату бойынша негізгі дене жаттығуларын орындау, оларды қарапайым дене жаттығуларымен байланыстыру; 1.1.1.4 орындау техникасын нақтылау және түзетуге арналған тікелей сұрақтар қою
	Секіру және лақтыру	1.1.1.1 сөйлеу нұсқаулығы бойынша негізгі қозғалыстарды білу және өздігінен жасай алу; 1.1.1.2 негізгі пәндік терминдерді игеру, оларды сөйлеуде қолдану; 1.1.1.5 дене жаттығуларын орындау кезінде пайда болатын мүмкін болатын қиындықтарды білу; 1.1.1.6 қиындықтардың алдын-алу үшін көмекке жүгіне алу
	Эстафеталар	1.2.3.1 шығармашылық міндеттерді түсінуді көрсету; 1.2.3.2 ауызша сөйлеуде өзін-өзі бақылау дағдысын көрсету; 1.1.2.3 әртүрлі кеңістіктегі қарапайым әрекеттер қатарын білу және орындау; 1.1.2.4 мұғаліммен бірге оқу міндеттерін қалыптастыру
3. Өзара әрекет ету ойындары	«Тез орынға тұру» ойыны арқылы	1.2.3.1 шығармашылық міндеттерді түсінуді көрсету;

	шығармашылық және қарым-қатынас дағдыларын дамыту	1.2.3.2 ауызша сөйлеуде өзін-өзі бақылау дағдысын көрсету; 1.2.1.3 қарым-қатынас жасауда және өзара әрекет етуде серіктестің позициясына бағытталу
	Ойындар арқылы шығармашылық қабілеттерді дамыту	1.2.1. ұжымдық дене қызметі процесіндегі стратегиялар мен жоспарлар, қозғалыс ойындарын білу және түсіну; 1.2.1.2 қозғалыс операциясын орындау сапасына бақылау үшін әртүрлі анализаторларды қолдану; 1.2.2.1 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезіндегі жағымды оқу ортасын құрудың маңыздылығын түсіну, мұғалімнің басшылығымен кеңістікті, ресурстар мен идеяларды бөлісу; 1.2.2.2 дене жаттығуларын орындау кезінде өзара көмек көрсету
	Коммуникативтік дағдыларды дамыту ойындары	1.2.3.7 өз рөлін білу және ойын барысында оның орындалуын бақылау; 1.2.1.3 өзара әрекет ету және қарым-қатынас жасауда серіктестің позициясына бағытталу
	Шағын топтар мен жұптардағы қарым-қатынас дағдылары	1.2.1.1 ұжымдық дене қызметі процесіндегі стратегиялар мен жоспарлар, қозғалыс ойындарын білу және түсіну; 1.2.1.2 қозғалыс операциясын орындау сапасына бақылау жасау үшін әртүрлі анализаторларды пайдалану
2 - тоқсан		
4. Акробатика элементтері бар гимнастика	Қауіпсіздік техникасы дене мүсіні және үйлесімділік	1.3.2.1 дене жаттығуларын орындау кезіндегі мүмкін болатын қиындықтар мен тәуекелдерді анықтау; 1.3.2.2 мұғалімнің үлгісі бойынша алға қойылған міндетке сәйкес оқу әрекеттерін жоспарлау және бағалау; 1.3.1.3 дене қызметі үшін денені сергіту және ширату жаттығулардың маңыздылығын түсіну; 1.3.1.2 графикалық сызбаға сүйене отырып, денсаулыққа арналған дене белсенділігінің мәні туралы талқы-мәтін құрау
	Гимнастикалық фигуралар	1.1.1.3 үлгі және ұқсас негізгі дене қозғалыстарын орындау, оларды қарапайым дене жаттығуларымен байланыстыру; 1.1.1.4 орындау техникасын нақтылау және түзетуге арналған тікелей сұрақтар қою; 1.1.2.1 қимылдарды орындау контекстінде «уақыт», «кеңістік», «салмақ» және «ырғақтылық» түсініктеріне бағытталу; 1.1.2.2 оқу міндеттерін орындау дұрыстығын бағалау
	Қарапайым гимнастикалық	1.1.2.3 әртүрлі кеңістікте қарапайым әрекеттер қатарын білу және жасай алу;

	снарядтардағы қозғалыстар	1.1.2.4 мұғаліммен бірге оқу міндеттерін тұжырымдау
	Имитациялық жаттығулар	1.1.2.5 қозғалыс дағдыларын орындауда өзінің дағдылары мен кемшіліктерін сипаттай алу; 1.1.2.6 пәндік лексиканы пайдаланумен бағалау талқыламасын құрау; 1.2.3.1 шығармашылық міндеттерді түсінуді көрсету; 1.2.3.2 ауызша сөйлеуде өзін-өзі бақылау дағдысын көрсету
5. Қазақтың ұлттық қозғалыс ойындары	Қазақ халқының дәстүрлері мен мәдениетімен танысу «Ақ сүйек», «Ақ таяқ»	1.2.3.5 бастауыш мектепте білім алушылардың әлеуметтік рөлі контекстінде патриотизмнің мәні неде, соны түсіну; 1.2.3.6 оқу міндетін тұжырымдау және ұстап тұру; 1.2.3.1 шығармашылық міндеттерді түсінуді түсіну; 1.2.3.2 ауызша сөйлеуде өзін-өзі бақылау дағдысын көрсету
	Қозғалыс ойындары арқылы тарту	1.2.3.3 негізгі шығармашылық стратегиялар мен идеяларды атау және пайдалану, мұғалімге беру; 1.2.3.4 нақтылау сұрақтарын қою, паравербалды құралдарды дұрыс қолдана отырып, оқу міндеттерін түсіну; 1.2.3.7 өз рөлін білу және ойын барысында оның орындалуын бақылау
3 - тоқсан		
6. Қозғалыс ойындары	Жүрек қағысы және дене қызметі кезіндегі адамның тыныс алуы	1.3.2.1 дене жаттығуларын орындау кезіндегі мүмкін болатын қиындықтар мен тәуекелдерді анықтау; 1.3.2.2 мұғалімнің үлгісі бойынша қойылған міндетке сәйкес оқу әрекеттерін жоспарлау, бақылау және бағалау; 1.3.1.4 дене жаттығуларын орындау кезінде организмде болатын дене өзгерістерін анықтау; 1.3.1.5 үлгі бойынша әртүрлі жағдайларда релаксация техникасын қолдану
	Ойын – дене қасиеттерін дамыту құралы	1.3.1.1 дене қызметінің маңыздылығын түсіну, сақтау тәсілдері туралы білімді көрсету; 1.3.1.2 графикалық сызбаны тірек ете отырып, денсаулыққа арналған дене белсенділігінің мәні туралы талқылама мәтін құрау; 1.1.2.5 қозғалыс дағдыларын орындауда өзінің дағдылары мен кемшіліктерін сипаттай алу; 1.1.2.6 пәндік лексиканы пайдаланумен бағалау талқыламасын құру
	Ойын кеңістігі	1.2.2.1 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезінде жағымды оқу ортасын құру маңыздылығын сезіне отырып, кеңістікті, ресурстарды және идеяларды бөлуді білу;

		1.2.2.2 дене жаттығуларын орындау кезінде өзара көмек көрсету
	Заттармен қозғалыс ойындары	1.2.2.3 мұғалімнің бағыттаушы көмегімен ойын барысында қарапайым ережелер мен құрылымдық тәсілдерді атау және пайдалану; 1.2.2.4 қиындықтардың алдын-алу және нәтижеге қол жеткізуге ұмтылуды көрсету
	«Гуси – лебеди» сюжеттік-рөлдік ойындар	1.1.2.1 қимылдарды орындау контексінде «уақыт», «кеңістік», «салмақ» және «ырғақтылық» түсініктеріне бағытталу; 1.1.2.2 оқу міндетін орындау дұрыстығын бағалау
	Тірек-қимыл аппаратын дамыту	1.1.2.3 әртүрлі кеңістікте қарапайым жаттығулар қатарын білу және орындай алу; 1.1.2.4 мұғаліммен бірге оқу міндеттерін қалыптастыру; 1.1.1.4 орындау техникасын нақтылау және түзету үшін тікелей сұрақтар қою
	Доппен ойналатын ойындар	1.1.1.3 үлгі және ұқсас негізгі дене қозғалыстарын орындау, оларды қарапайым дене жаттығуларымен байланыстыру; 1.1.1.4 орындау техникасын нақтылау және түзету үшін тікелей сұрақтар қою
	Секірмемен ойналатын ойындар мен жаттығулар	1.1.1.5 дене жаттығуларын орындау кезінде пайда болатын мүмкін болатын қиындықтарды білу; 1.1.1.6 қиындықтардың алдын-алу үшін көмекке жүгіне алу
4 - тоқсан		
7. Денсаулық және дене белсенділігі	Қауіпсіздік техникасы. Денсаулық туралы түсінік	1.3.1.1 дене қызметінің маңыздылығын білу, денсаулықты сақтау тәсілдері туралы білімді көрсету; 1.3.1.2 графикалық сызбаға сүйене отырып, денсаулыққа арналған дене белсенділігінің мәні туралы талқы-мәтін құрау; 1.3.2.3 ойын алаңында және спорт залды өзін-өзін ұстау қауіпсіздігі ережелерін орындау қажеттілігін түсіну; 1.3.2.4 мәдени сөйлеу қатынасының ережелерін білу және орындау
	Сенің дене мүмкіндіктерің	1.3.1.4 дене жаттығуларын орындау кезінде организмде болатын дене өзгерістерін анықтау; 1.3.1.5 үлгі бойынша әртүрлі жағдайларда релаксация техникасын қолдану
	Жылдамдық, күш және жылдамдық	1.1.2.1 қимылдарды орындау контексінде «уақыт», «кеңістік», «салмақ» және «ырғақтылық» түсініктеріне бағытталу; 1.1.2.2 оқу міндеттерін орындау дұрыстығын бағалау

	Секіруді дамыту	1.1.2.3 әртүрлі кеңістікте қарапайым әрекеттер қатарын орындай алу және білу; 1.1.2.4 мұғаліммен бірге оқу міндеттерін қалыптастыру
	Қимыл әрекетіндегі белсенділік пен дербестілік	1.1.2.3 әртүрлі кеңістікте қарапайым әрекеттер қатарын орындай алу және білу; 1.1.2.5 өзінің қозғалыс дағдыларын сипаттай алу және кемшіліктері; 1.1.2.6 пәндік лексиканы пайдаланумен бағалау талқыламасын құру; 1.2.1.4 қозғалыс дағдыларына қол жеткізу үшін өзіндік дағдыны жетілдіру
	Ашық ауадағы дене қызметі	1.3.2.1 дене жаттығулары қатарын орындау барысында қиындықтар мен тәуекелдерді анықтау; 1.3.1.1 дене қызметінің маңыздылығын түсіну, денсаулықты сақтау тәсілдері туралы білімді көрсету; 1.3.2.2 мұғалім үлгісі бойынша алға қойылған міндетке сәйкес оқу әрекеттерін жоспарлау, бақылау және бағалау

3) 2-сынып:
3-кесте

Бөлімдер	Бөлімнің мазмұны	Оқыту мақсаттары
1 - тоқсан		
1. Пәнді игеруге кіріспе	Қауіпсіздік техникасы. Денсаулықтың негізгі түсініктеріне шолу жасау	2.3.2.1 дене жаттығуларын орындау кезінде олардың ықпал етуінің негізгі жолдарын анықтай отырып, қиындықтар мен тәуекелдерді түсіну; 2.3.2.2 алға қойылған міндетке сәйкес оқу әрекеттерін өздігінен жоспарлау, бақылау және бағалау; 2.3.1.1 дене жаттығуларының сауықтырушы пайдасын сипаттай және талқылай алу; 2.3.1.2 тірек сөздер және жоспар бойынша денсаулық туралы талқы-мәтін құрау
2. Жеңіл атлетика	Таңғы жаттығулар кешені	2.3.1.3 дене қызметі үшін денені сергіту және тоқтаусыз жасалатын жаттығулардың маңыздылығын түсіну; 2.3.1.4 мұғалімнің көмегімен орындалатын дене жаттығуларын орындау кезінде организмде болатын дене өзгерістерінің маңыздылығын білу; 2.3.1.5 эмоционалды күш түсуді алу үшін релаксация техникасын білу және қолдану
	Жүгіру, секіру және лақтыру дағдылары	2.1.1.1 дене жаттығуларын орындау кезінде негізгі қозғалыстардың сапасын жақсарту;

		2.1.1.2 пәндік-графикалық сызбаны тірек ете отырып, бағалауыш пікір құру; 2.1.1.5 дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтардың алдын-алу дағдыларын игеру; 2.1.1.6 эмоционалды жағдайды өздігінен реттеудің қарапайым тәсілдерін білу
	Жүгіру, секіру және лақтыру элементтері эстафета	2.1.1.3 сөздік нұсқаулық бойынша негізгі дене жаттығуларын білу және орындау, оларды жаттығуларда байланыстыру; 2.1.1.4 нақтылау сұрақтарын қою, жаттығуларды орындау техникасын білу
3 Қозғалыс ойындары	Қозғалыс ойындары – спорттық ойындардың негізі. Қозғалыс ойындарының әрқилылығы	2.2.2.1 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезінде идеяларды, ресурстарды, кеңістікті ауыстыру туралы білімді бекіту; 2.2.2.2 жағымды оқу ортасын құру маңыздылығын көрсету, бәсекелеске құрметпен қарау
	Қозғалыс ойындарындағы қозғалыс дағдылары	2.2.3.7 ойынның аяқталуы бойынша өз рөлінің орындалуына талдау жасау; 2.2.2.3 құрылымдық тәсілдер мен ережелерді талқылау, оларды ұжымдық дене қызметі барысында ұстану дайындығын көрсету; 2.2.2.4 мұғалім мен өз қатарластарын бағасын дұрыс және конструктивті түрде беру
	«Доп кімде?» қозғалыс ойыны	2.2.2.1 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезінде идеяларды, ресурстарды, кеңістікті ауыстыру туралы білімді бекіту; 2.2.2.2 жағымды оқу ортасын құру маңыздылығын көрсету, бәсекелеске құрметпен қарау; 2.2.1.3 қозғалыс мақсаттарына қол жеткізу үшін командада жұмыс жасау дағдысын көрсету
	Жүру ойындары	2.2.1.1 қозғалыс идеялары, стратегиялары мен жоспарларын талқылау көрсету; 2.2.1.2 оқу міндеттерін орындау орындау кезінде сыныптастармен өнімді түрде жұмыс жасау; 2.2.1.1 қозғалыс идеялары, стратегиялары мен жоспарларын талқылау көрсету; 2.2.1.2 оқу міндеттерін орындау орындау кезінде сыныптастармен өнімді түрде жұмыс жасау
2 - тоқсан		
4. Акробатика элементтері бар гимнастика	Қауіпсіздік техникасы дене жүктемесі арқылы күшті дамыту	2.3.2.1 дене жаттығуларын орындау кезінде олардың ықпал етуінің негізгі жолдарын анықтай отырып, қиындықтар мен тәуекелдерді түсіну; 2.3.2.2 алға қойылған міндетке сәйкес оқу әрекеттерін өздігінен жоспарлау, бақылау және бағалау; 2.3.1.3 дене қызметі үшін денені сергіту және тоқтаусыз жасалатын жаттығулардың маңыздылығын түсіну;

		2.3.1.4 дене жаттығуларын орындау кезінде организмде болатын дене өзгерістерін бақылауды білу
	Гимнастикалық жаттығулар	2.1.1.3 сөздік нұсқаулық бойынша негізгі дене жаттығуларын білу және орындау, оларды жаттығуларда байланыстыру; 2.1.1.4 нақтылау сұрақтарын қою, жаттығуларды орындау техникасын білу; 2.1.2.1 қимылдарды орындау контексінде «уақыт», «кеңістік», «салмақ» және «ырғақтылық» түсініктеріне түсініктеме беру; 2.1.2.2 оқу қызметінің сәтті (сәтсіз) болу себептерін сөзбен жеткізу және оған қол жеткізу үшін конструктивті түрде әрекетте ете алу
	Өрмелеу және қайта өрмелеу	2.1.2.3 кеңістік пен қарқын бойынша қарапайым өзгерістермен келген әрекеттерді білу және бере алу; 2.1.2.4 өз әрекеттерін басқара алу үшін сөйлеуді пайдалану
	Тепе-теңдікті дамыту	2.1.2.5 қозғалыс дағдыларын игере алу дағдысы мен кемшілігін түсіну және түсіндіре алу; 2.1.2.6 қарым-қатынастық және танымдық міндеттерді шешу үшін сөйлеу құралдарын белсенді пайдалану; 2.2.3.1 конструктивтік шешімдерді ұсына отырып, шығармашылық міндеттерді талқылауға қатысу; 2.2.3.2 сөйлеу қызметін өзіндік бақылау және түзетуді жүзеге асыру
5. Қазақтың ұлттық қозғалыс ойындары	Қазақтың ұлттық ойындарымен танысу	2.2.3.5 әділ бәсекелестік мәнін түсіне отырып, өзара әрекет ету және патриотизм сезімінің не екенін білу; 2.2.3.6 коммуникативтік қатынастарда пәндік терминдерді еркін қолдану
	Қазақтың ұлттық жүгіру ойындары («Бәйге»)	2.2.3.7 ойынның аяқталуы қарай өз рөлінің орындалуына талдау жасау; 2.2.2.3 ережелер мен құрылымдық тәсілдерді талқылау, ұжымдық дене қызметі кезінде оларды ұстану дайындығын көрсету
	«Ақ касқыр — байланған касқыр» сюжеттік-рөлдік ойындар	2.2.3.1 конструктивтік шешімдерді ұсына отырып, шығармашылық міндеттерді талқылауға қатысу; 2.2.3.2 сөйлеу қызметін өзіндік бақылау және түзетуді жүзеге асыру
	Серіктестік және әділ ойын	2.2.3.3 шығармашылық қабілеттер мен идеяларды мұғалім мен қатарластары үшін жалпыландыру және көрсету; 2.2.3.4 жеке рефлексия, ұжымдық қызметтегі мәселелерді шешуде сөйлеуді пайдалану
3 - тоқсан		

6. Денсаулық және дене белсенділігі	Қауіпсіздік техникасы Төзімділікке тәрбиелеу	2.3.2.1 дене жаттығуларын орындау барысында олардың ықпал етуінің негізгі жолдарын анықтай отырып, қиындықтары мен тәуекелдерін түсіну; 2.3.2.2 алға қойылған міндетке сәйкес оқу әрекеттерін жоспарлау, бақылау және бағалау; 2.3.1.4 дене жаттығуларын орындау кезінде организмде болатын дене өзгерістерін бақылауды білу; 2.3.1.5 эмоционалды күш түсіруді алу үшін релаксация техникасын білу және қолдану
	Дене жүктемесі кезінде организмде болатын өзгерістер	2.3.1.1 дене жаттығуларының сауықтырушы пайдасын сипаттай және талқылай алу; 2.3.1.2 тірек сөздер мен жоспар бойынша денсаулық туралы талқы-мәтін құру; 2.1.2.5 қозғалыс дағдыларын игере алу және кемшіліктерін түсіну және түсіндіре алу; 2.1.2.6 қарым-қатынастық және танымдық міндеттерді шешу үшін сөйлеу құралдарын белсенді түрде пайдалану
7. Қозғалыс ойындар	Өткеншек ойындар	2.2.2.1 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезінде идеяларды, ресурстарды, кеңістікті ауыстыру туралы білімді бекіту; 2.2.2.2 жағымды оқу ортасын құру маңыздылығын көрсету, бәсекелеске құрметпен қарау; 2.2.3.7 ойынның аяқталуы бойынша өз рөлінің орындалуына талдау жасау
	Кіріктірілген ойындар	2.2.2.3 ережелер мен құрылымдық тәсілдерді талқылау, оларды ұжымдық дене қызметі кезінде ұстану дайындығын көрсету; 2.2.2.4 мұғалім мен қатарластарының бағасын дұрыс және конструктивті түрде қабылдау; 2.2.3.6 коммуникативтік қатынаста пәндік терминдерді еркін қолдану
	Стандарт болып табылмайтын құралдармен ойындар	2.2.3.1 конструктивтік шешімдерді ұсына отырып, шығармашылық міндеттерді талқылауға қатысу; 2.2.1.2 оқу міндеттерін орындау кезінде сыныптастарымен бірге өнімді жұмыс жасау; 2.2.3.2 сөйлеу қызметін өзіндік бақылау мен түзету бағытын жүзеге асыру
	Қарсы шабуыл жасау ойындары	2.1.2.3 кеңістік пен қарқында қарапайым өзгерістермен келген әрекеттерді білу және бере алу; 2.1.2.4 өз әрекетін басқару үшін сөйлеуді пайдалану; 2.2.1.3 қозғалыс мақсаттарына қол жеткізу үшін командада жұмыс жасау дағдысын көрсету; 2.2.1.4 қозғалыс мақсаттарына қол жеткізу үшін жеке дағдыларын дұрыс бағалау

4 тоқсан		
8. Өзара әрекет ету ойындары	Қауіпсіздік техникасы Коммуникативтік дағдыларды дамыту	2.3.2.1 дене жаттығуларын орындау барысында олардың ықпал етуінің негізгі жолдарын анықтай отырып, қиындықтары мен тәуекелдерін түсіну; 2.3.2.2 алға қойылған міндетке сәйкес оқу әрекеттерін жоспарлау, бақылау және бағалау; 2.2.3.7 ойынның аяқталуы бойынша өз рөлінің орындалуына талдау жасау; 2.1.2.6 қарым-қатынастық және танымдық міндеттерді шешу үшін сөйлеу құралдарын белсенді түрде пайдалану
	Жұптық және топтық ойындар	2.2.1.1 қозғалыс идеялары, стратегиялары мен жоспарларын талқылауды көрсету; 2.2.1.2 оқу міндеттерін орындау кезінде сыныптастарымен бірге өнімді жұмыс жасау; 2.2.2.2 жағымды оқу ортасын құру маңыздылығын көрсету, бәсекелеске деген құрмет
	«Аю мен аралар» тобындағы және жұптардағы жұмыстар	2.2.1.3 қозғалыс мақсаттарына қол жеткізу үшін командада жұмыс жасау дағдысын көрсету; 2.2.1.4 қозғалыс мақсаттарына қол жеткізу үшін жеке дағдыларын дұрыс бағалау
	Жекелей шығармашылық қабілеттер	2.2.2.3 ережелер мен құрылымдық тәсілдерді талқылау, оларды ұжымдық дене қызметі кезінде ұстану дайындығын көрсету; 2.2.2.4 мұғалім мен қатарластарының бағасын дұрыс және конструктивті түрде қабылдау; 2.2.3.3 шығармашылық қабілет пен идеяны мұғалім мен қатарластарына көрсету, жалпыландыру; 2.2.3.4 жеке рефлексия, ұжымдық қызметтегі мәселені шешу үшін сөйлеуді пайдалану
	Топтық қызмет арқылы келетін шығармашылық	2.2.3.1 конструктивтік шешімдерді ұсына отырып, шығармашылық міндеттерді талқылауға қатысу; 2.2.3.2 сөйлеу қызметін өзіндік бақылау және түзету бағытын жүзеге асыру
	Өзіндік қозғалыс қызметіндегі прогрессия	2.1.2.5 қозғалыс дағдыларын игеру дағдысы мен кемшілігін түсіну және түсіндіре алу; 2.1.2.2 оқу қызметінің сәтті (сәтсіз болу) себептерін түсіндіру, оған қол жеткізу үшін конструктивті түрде жұмыс жасау; 2.1.1.5 дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтардың алдын-алу дағдыларын игеру
	9. Денсаулық жәнге дене белсенділігі	Ашық ауадағы дене қызметі

		2.3.2.2 алға қойылған міндетке сәйкес оқу әрекеттерін жоспарлау, бақылау және бағалау;
10. Жеңіл атлетика	Жүгіру	2.1.1.3 сөздік нұсқаулық бойынша негізгі дене жаттығуларын білу және орындау, оларды жаттығуларда байланыстыру; 2.1.1.4 нақтылау сұрақтарын қою, жаттығуларды орындау техникасын білу; 2.3.2.4 сөйлеу этикетінің негізгі нормаларын игеру, оларды қарым-қатынас кезінде көрсету
	Биіктік пен қашықтыққа секіру	2.1.2.3 кеңістік пен қарқындағы қарапайым өзгерістермен келген әрекеттерді білу және бере алу; 2.1.2.4 сөйлеуді өз әрекетін басқару үшін пайдалану
	Қозғалыс ойындары мен эстафеталар	2.2.3.1 конструктивтік шешімдерді ұсына отырып, шығармашылық міндеттерді талқылауға қатысу; 2.2.3.2 сөйлеу қызметін өзіндік бақылау және түзету бағытын жүзеге асыру 2.2.1.3 қозғалыс мақсаттарына қол жеткізу үшін командада жұмыс жасау дағдыларын көрсету

4) 3-сынып:
4-кесте

Бөлімдер	Бөлімнің мазмұны	Оқыту мақсаттары
1 тоқсан		
1. Пәнді игеруге кіріспе	Қауіпсіздік техникасы. Салауатты өмір салты түсінігін қалыптастыру	3.3.2.1 денсаулықты бекітуге ықпал етуші дене жаттығуларын орындау кезінде сәйкес түрде ықпал ете отырып, қиындықтар мен тәуекелдермен қалай күресуді түсіну және көрсету; 3.3.2.2 мұғаліммен бірге қажетті нәтиже түріндегі қызмет мақсаттары мен міндеттерін қалыптастыру; 3.3.1.1 денсаулықты бекітуге ықпал етуші дене жаттығуларын білу және түсінуді көрсету; 3.3.1.2 «Салауатты өмір салты» тақырыбында публицистикалық стильде талқы-мәтін құрастыру
2. Жеңіл атлетика	Қызметтің әрқилы түрлеріне арналған сергітпелер	3.3.1.3 дене қызметі үшін денені сергіту және тоқтаусыз жасалатын жаттығулардың процесін сипаттау; 3.3.1.4 дене жаттығуларын орындау кезінде дене өзгерістерін анықтау үшін бақылау стратегияларының қатарын көрсету және түсіндіру; 3.3.1.5 сөйлеу нұсқаулығы бойынша әртүрлі жағдайларда релаксация техникасын қолдану

	Жүгіру, секіру және лақтыру әрқилылығы	3.1.1.3 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезінде бір қимылдан екінші қимылға баяу өтуде негізгі қимылдарды өздігінен байланыстыру; 3.1.1.4 дене жаттығуларының орындау техникасын нақтылау үшін тік, жанама және балама сұрақтар қою
	Жеңіл атлетика элементтерімен эстафета	3.1.1.1 негізгі дене жаттығуларын орындау кезінде негізгі қозғалыс дағдыларының сапасын бағалау; 3.1.1.2 технологиялық жоспарға сүйене отырып, тапсырмаларды орындауды барысын баяндау; 3.1.1.5 қозғалыс қызметінің әртүрлі деңгейлеріндегі қиындықтардың себептерін талдау; 3.1.1.6 психофизикалық күш салуды алу үшін тыныс алу техникасын қолдану
3. Қозғалыс және спорттық ойындар	Қозғалыс ойындарындағы қимыл дағдылары	3.2.3.7 ойын барысында өз рөлінің өзгеруін негіздеу; 3.2.3.6 вербалды және вербалды емес деңгейде командалармен өзара әрекет етуде тиімді қарым-қатынас дағдыларын игеру
	«Арық арқылы секіру» қимыл үйлесімділігіне қозғалыс ойындары	3.1.1.3 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезінде бір қимылдан екінші қимылға баяу өтуде негізгі қимылдарды өздігінен байланыстыру; 3.2.2.3 ойын барысында ережелер мен құрылымдық тәсілдерді пайдалану және қолдану; 3.2.2.4 сөйлеудегі мінез-құлқты, қоршаған ортаның мінез-құлқын дұрыс бағалау ; 3.2.1.3 көшбасшылықты ауыстырумен командалық жұмыс пен өзіндік жұмыстың мәнін түсіну және көрсету
	Жылдам реакцияға қозғалыс ойындары	3.2.2.1 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезінде ресурстар мен идеяларды, кеңістікті ауыстыру мүмкіндігін бағалау; 3.2.2.2 вербалды және вербалды емес деңгейде бәсекелеске құрмет көрсету; 3.1.1.3 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезінде бір қимылдан екінші қимылға баяу өтуде негізгі қимылдарды өздігінен байланыстыру
	Ұжымда жұмыс жасай алу	3.2.1.1 стратегиялар мен жоспарлар, қозғалыс идеялары қатарында балама шешімдерді қолдану; 3.2.2.2 вербалды және вербалды емес деңгейде бәсекелеске құрмет көрсету
2 тоқсан		
4. Акробатиканың негіздері бар гимнастика	Қауіпсіздік техникасы Дене жаттығулары арқылы шапшаңдықты дамыту	3.3.2.3 ойын алаңында және спорт залда өзін-өзі ұстау қауіпсіздігінің ережелерін білу және орындау;

		3.3.2.4 вербалды және вербалды емес сөйлеу қарым-қатынасының ережелерін ұстану; 3.3.1.4 дене жаттығулары кезінде дене өзгерістерін анықтау үшін бақылау стратегиялары қатарын көрсету және түсіндіру
	Аэробика элементтері бар гимнастика	3.3.1.3 дене қызметі үшін денені сергіту және тоқтаусыз жасалатын жаттығулардың процесін сипаттау; 3.1.2.1 қозғалысты орындау ырғақтылығы мен кеңістік пен уақытты көрсету; 3.1.2.2 дене жаттығуларын орындау процесінде алдын-ала, кадамдық түрдегі қорытынды өзін-өзі бақылауды жүзеге асыру
	Гимнастикалық жаттығулардағы жүйелілік	3.1.2.3 қарқынды түрде және кеңістікте әрекеттерді орындау қатарын өздігінен жүзеге асыру; 3.1.2.4 оқу әрекеттерінің жоспары мен алгоритімін құрау
	Тепе-теңдікті дамыту ойындары	3.2.1.3 көшбасшылықты ауыстырумен командалық жұмыс пен өзіндік жұмыстың мәнін түсіну және көрсету; 3.1.2.5 жаттығуларды үздік орындау үшін әлеуетті анықтау; 3.1.2.6 қарым-қатынас барысында шығармашылық және ізденушілік сипаттағы мәселелерді бірге шешу
5. Қазақтың ұлттық қозғалыс ойындары	Қазақтың ұлттық ойындарына кіріспе	3.2.3.5 патриотизмнің мәнін түсіндіру, әділ ойын мен өзара әрекет етуді көрсету; 3.2.3.6 командалық вербалды және вербалды емес деңгейде тиімді қарым-қатынас дағдысын игеру; 3.2.3.3 өзінің шығармашылық қабілеті мен идеяларын анықтау және талдау, оларды мұғалімі мен қатарластарына көрсету; 3.2.3.4 мағыналы сөйлемдерді дұрыс құрау: өтініш, шақыру, тілек, сыпайы түрде бас тарту
	Серіктестік және «Айгөлек» ойыны	3.2.3.7 ойын барысында өзінің рөлін негіздеу; 3.2.3.1 конструктивтік жолдарды ұсына отырып, шығармашылық міндеттерді шешу үшін күш жұмылдыру; 3.2.3.2 сөйлеу қызметіне өзара және өзіндік бақылау жасау
3 тоқсан		

6. Денсаулық және дене белсенділігі	Қауіпсіздік техникасы, Дене белсенділігі мен төзімділігі	3.3.2.1 денсаулықты бекітуге ықпал етуші дене жаттығуларын орындау кезінде сәйкес түрде ықпал ете отырып, қиындықтар мен тәуекелдермен қалай күресуді түсіну және көрсету; 3.3.2.2 мұғаліммен бірге күтілетін нәтиже түріндегі қызмет мақсаттыр мен міндеттерін тұжырымдау; 3.3.1.4 дене жаттығуларын орындау кезінде дене өзгерістерін анықтау үшін бақылау стратегияларының қатарын көрсету және түсіндіру; 3.3.1.5 сөйлеу нұсқаулығы бойынша әртүрлі жағдайларда релаксация техникасын қолдану
	Дене жүктемесі кезіндегі өзін-өзі бақылау	3.3.1.1 денсаулықты бекітуге ықпал етуші дене жаттығуларының сауықтырушы пайдасын білу және түсіну; 3.3.1.2 «Салауатты өмір салты» тақырыбында публицистикалық стильде талқы-мәтін құрастыру 3.1.2.5 жаттығуларды үздік орындау үшін әлеуетті анықтау
	Төзімділікке арналған ойындар	3.1.2.1 қозғалыстарды орындау уақыты, кеңістігі және ырғағын көрсету; 3.2.1.4 жалпы мақсаттарға қол жеткізудің жекелей дағдылары мен қабілетін бағалау; 3.1.1.4 дене жаттығуларын орындау техникасын нақтылау үшін тікелей, жанама және балама сұрақтар қою
7. Өзара әрекет ету ойындары	Нақтылық пен дәлдікті дамытуға арналған командалық ойын элементтері, «Бос орын» ойыны	3.2.1.1 жоспарлар мен стратегиялар, қозғалыс идеялары қатарында балама шешімдерді қолдану; 3.2.1.2 өнімді оқу диалогын бастау және жалғастыру; 3.2.3.7 ойын барысында өз рөлінің өзгеруін негіздеу
	Топтар мен жұптардағы жұмыстарға арналған тапсырмалар	3.1.2.1 қозғалысты орындау уақыты, кеңістігі мен ырғақтылығын түсінуді көрсету; 3.1.2.5 жаттығуларды үздік орындау үшін әлеуетті анықтау
	Дамытушы ойындар	3.2.1.3 көшбасшылықты ауыстырумен командалық жұмыс пен өзіндік жұмыстың мәнін түсіну және көрсету 3.2.1.4 жалпы мақсаттарға қол жеткізудің жекелей дағдылары мен қабілетін бағалау; 3.1.1.5 қозғалыс қызметінің әртүрлі деңгейлеріндегі қиындықтардың себептеріне талдау жасау
	Топтағы шығармашылықты	3.1.2.3 жылдамдықтағы және кеңістіктегі әрекеттер қатарын өздігінен орындауды көрсету;

	дамыту ойындары	3.1.2.6 қарым-қатынас барысында шығармашылық және ізденушілік сипаттағы мәселелерді бірге шешу; 3.2.3.1 конструктивтік жолдарды ұсына отырып, шығармашылық міндеттерді шешу үшін күш жұмылдыру; 3.2.3.2 сөйлеу қызметін мақсатты түрде өзара бақылау және өздігінен бақылауды жүзеге асыру
	Баскетбол элементтері бар эстафеталар	3.2.3.1 конструктивтік жолдарды ұсына отырып, шығармашылық міндеттерді шешу үшін күш жұмылдыру; 3.2.3.3 өзінің шығармашылық қабілеттер мен идеяларын анықтау және талқылау, оларды өз мұғалімі мен қатарластарына беру; 3.2.3.6 вербалды және вербалды емес деңгейде командалық өзара әрекет етуде тиімді коммуникация дағдыларын игеру
4 тоқсан		
	Ойындар арқылы келетін элеуметтік дағдылар. Ойындардағы қарым-қатынас дағдылары	3.3.2.1 денсаулықты бекітуге ықпал етуші дене жаттығуларын орындау кезінде сәйкес түрде ықпал ете отырып, қиындықтар мен тәуекелдермен қалай күресуді түсіну және көрсету; 3.3.2.2 мұғаліммен бірге қажетті нәтижеге қол жеткізу түріндегі қызмет мақсаттары мен міндеттерін қалыптастыру; 3.2.3.7 ойын барысындағы өз рөлінің өзгеруін негіздеу; 3.2.3.6 вербалды және вербалды емес деңгейдегі командалық өзара әрекет етуде тиімді коммуникация дағдыларын игеру
	«Желаяқтар командасы» жарыс элементтерінен тұратын ойындар	3.1.1.1 негізгі дене жаттығуларын орындау кезінде негізгі қозғалыс дағдыларының сапасын бағалау; 3.1.1.1 негізгі дене жаттығуларын орындау кезінде негізгі қозғалыс дағдыларының сапасын бағалау; 3.2.2.3 ойын барысындағы құрылымдық тәсілдер мен ережелерді пайдалану
	Қозғалыс және еріктік қасиеттерді дамыту	3.2.3.1 конструктивті тәсілдерді ұсына отырып, шығармашылық міндеттерді шешу үшін күш салуды біріктіру; 3.2.3.2 сөйлеу қызметін мақсатты түрде өзара бақылау және өздігінен бақылауды жүзеге асыру; 3.2.3.3 өзінің шығармашылық қабілеттер мен идеяларын анықтау және талқылау, оларды өз мұғалімі мен қатарластарына беру;
	Топтық қозғалыс қызметіндегі қарқын	3.1.1.5 қозғалыс қызметіндегі әртүрлі деңгейлеріндегі қиындықтардың себептерін талдау;

		3.1.1.6 психофизикалық жүктемені алу үшін тыныс алу техникасын қолдану; 3.3.2.2 мұғаліммен бірге қажетті нәтижеге қол жеткізу түріндегі қызмет мақсаттары мен міндеттерін қалыптастыру;
9. Жеңіл атлетика	Салауатты өмір салтын қалыптастыру	3.3.2.1 денсаулықты бекітуге ықпал етуші дене жаттығуларын орындау кезінде сәйкес түрде ықпал ете отырып, қиындықтар мен тәуекелдермен қалай күресуді түсіну және көрсету; 3.3.1.1 денсаулықты нығайтуға ықпал етуші дене жаттығуларының пайдасын білуді және үсінуді көрсету; 3.3.1.2 публицистикалық стильдегі «Салауатты өмір салты» тақырыбына талқы мәтін құрау
	Жүгіретін ойындарға қатысу	3.1.2.1 қозғалысты орындау уақыты, кеңістігі мен ырғақтылығын түсінуді көрсету; 3.1.2.6 қарым-қатынас барысында шығармашылық және ізденушілік сияптағы мәселелерді біріге отырып шешу
	Ұзындыққа және биіктікке секіру	3.1.2.3 кеңістікте және қарқынды түрдегі қозғалыстар қатарын өздігінен орндауды көрсету; 3.1.2.4 оқу әрекеттерін жоспары мен алгоритімін құру; 3.1.2.5 жаттығуларды үздік орындау үшін әлеуетті анықтау
	Лақырумен тәжірибелер жасау	3.2.1.3 көшбасшылықты ауыстырумен командалық жұмыс пен өзіндік жұмыстың мәнін түсіну және көрсету; 3.2.1.4 жалпы мақсаттарға қол жеткізудің жекелей дағдылары мен қабілетін бағалау; 3.2.3.1 конструктивтік жолдарды ұсына отырып, шығармашылық міндеттерді шешу үшін күш жұмылдыру; 3.2.3.2 сөйлеу қызметін мақсатты түрде өзара бақылау және өздігінен бақылауды жүзеге асыру

5) 4-сынып:
5-кесте

Бөлімдер	Бөлімнің мазмұны	Оқыту мақсаттары
1 тоқсан		
1. Жеңіл атлетика	Қауіпсіздік техникасы Қысқа қашықтыққа жүгіру	4.3.2.1 денсаулықты бекітуге ықпал етуші дене жаттығуларын орындау кезінде сәйкес түрде ықпал ете отырып, қиындықтар мен тәуекелдермен қалай күресуді түсіну және көрсету;

		<p>4.3.2.2 мұғаліммен бірге қажетті нәтижеге қол жеткізу түріндегі қызмет мақсаттары мен міндеттерін қалыптастыру;</p> <p>4.3.1.1 денсаулық пен салауатты өмір салты үшін дене қызметінің маңыздылығын талдау және түсіну;</p> <p>4.3.1.2 денсаулыққа арналған дене белсенділігінің мәні туралы презентация – ел алдына сөз алуды дайындау және ұсыну;</p> <p>4.3.2.3 сыныптастардың ойын алаңында және спорт залда өзін-өзі ұстау қауіпсіздігі ережелерін орындауды бақылау</p>
	Ұзындыққа секіру негіздері	<p>4.3.1.3 дене қызметі үшін денені сергіту және тоқтаусыз жасалатын жаттығулардың процесін сипаттау;</p> <p>4.1.1.1 әртүрлі дене жаттығуларын дербес түрде орындау кезіндегі қозғалыс дағдылары мен икемдерді көрсетеді;</p> <p>4.1.1.2 аталған тақырыпқа талқылау мәтінін құрау;</p> <p>4.3.1.4 дене қозғалыстары кезінде және дене қозғалыстары барысында бақылау бойынша бақылау стратегияларын игеру</p>
	Лақтырулардың әртүрлі типтерімен тәжірибелер	<p>4.1.1.3 жаттығулар сериясында қозғалыстарды орындаудың қолжетімді сапасын көрсету;</p> <p>4.1.1.4 жаттығуларды орындау сапасы туралы бағалауыш пікір құру</p>
	Жеңіл атлетика элементтерімен эстафета	<p>4.1.1.5 оларды орындау кезінде тәуекелдерді қысқарту қабілетін көрсете отырып, орындалатын жаттығулардың күрделілік деңгейін тану;</p> <p>4.1.1.6 сұраныс бойынша жолдасқа көмек көрсету;</p> <p>4.1.2.5 оқу нәтижесіне қол жеткізудің анағұрлым тиімді тәсілдерін анықтау және ұсыну</p>
2. Қозғалыс және спорттық ойындар: спорттық ойындардың қарапайым нұсқалары	«Қарсыластың добы» волейбол добымен ойналатын ойындар	<p>4.2.3.7 олардың айырмашылықтарын біле отырып, ойын барысында әртүрлі рөлдерді тәжірибеден өткізу;</p> <p>4.2.2.1 әртүрлі дене жаттығуларын орындау барысында жағымды эмоционалды және дидактикалық орта құру маңыздылығын сезу, кеңістік, ресурстар мен идеяларды бөле алу</p>
	Спорттық сипаттағы ойындар	<p>4.2.3.1 шығармашылық міндеттерді топпен шешу процесінде координатордың рөлін орындау;</p> <p>4.2.1.3 қозғалыс мақсаттарына қол жеткізу үшін рөл алмастыру, өздігінен және топпен жұмыс жасай алу;</p> <p>4.2.2.3 ойын барысында құрылымдық тәсілдер мен ережелерді жасау және қолдану;</p>

		4.2.2.4 алға қойған мақсаттарға қол жеткізуде тәртіп, еңбексүйгіштік және табандылық таныту
	Техникасы қарапайым элементтерден тұратын тапсырмалар	4.2.1.1 балама шешімдердегі қозғалыс идеялары, стратегиялар мен жоспарларды тұжырымдау және жүзеге асыру; 4.2.1.2 келісу және бір істе бір шешімге келу; 4.2.2.1 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезінде жағымды эмоционалды және дидактикалық орта құру маңыздылығын түсіне отырып, кеңістік, ресурстар мен идеяларды бөлісе алу
	Командада жұмыс жасау негіздері	4.2.3.1 шығармашылық міндеттерді топпен шешу процесінде координатордың рөлін орындау; 4.2.2.2 өнімді іскерлік қарым-қатынас кезінде негізгі дағдыларды көрсету; 4.3.2.4 сөйлеу стилі мен әртүрлі формаларды қолдана отырып, әдеби тілдің нормаларына сәйкес өз пікірін білдіру
2 тоқсан		
3. Акробатика элементтері бар жаттығулар	Қауіпсіздік техникасы Жалпы дамытушы жаттығулар кешені	4.3.2.1 денсаулықты нығайтуға ықпал етуші дене жаттығуларының қатарын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдермен күресуге көмектесу үшін сәйкес реакцияларды таңдап алу және қолдану; 4.3.2.2 күтілегін нәтиже түріндегі қызмет мақсаттары мен міндеттері өздігінен қалыптастыру; 4.3.1.3 дене қызметінде сергіту және тоқтаусыз жасалатын жаттығулардың қажеттілігін талқылау және көрсету; 4.3.2.3 ойын залында және спорт залда сыныптастарымен бірге қауіпсіз мінез-құлық ережелерін орындауды бақылау
	Акробатиканың қарапайым элементтері	4.1.2.1 уақыт, кеңістік туралы білімді көрсететін тиімді дағдылар мен реттілікті қолдануды түсіну және жасай алу; 4.1.2.2 жаттығуларды орындау техникасын орындауды өздігінен және өзара бақылауды жүзеге асыру; 4.1.1.4 жаттығуларды орындау сапасы туралы бағалауыш пікір құрастыру
	Қарапайым гимнастикалық снарядтарда орындалатын жаттығулар	4.1.2.3 өлшемдер бойынша әрекеттерді орындау сапасын талдау; 4.2.1.1 балама шешімдерде қозғалыс идеялары, стратегиялары мен жоспарларын қалыптастыру және жүзеге асыру; 4.1.2.4 пәндік лексиканы пайдаланумен конструктивті диалог құру
	Гимнастикалық құралдармен	4.1.2.5 оқу нәтижесіне қол жеткізудің анағұрлым тиімді тәсілдерін анықтау және ұсыну;

	тапсырма	4.1.2.3 өлшемдер бойынша әрекеттерді орындау сапасын талдау; 4.1.2.6 алға қойылған міндетке сәйкес оқу әрекеттерін жоспарлау, бақылау және бағалау
4. Қазақтың ұлттық ойындары	«Тоқта», «Күміс алу» қазақтың қозғалыс ойындары	4.2.3.5 жекелей және дене қызметінде әділ бәсекелестік пен патриотизм сезімін көрсету; 4.2.3.6 талқы-мәтін құрылымына сүйене отырып, өз позициясын сенімді түрде дәлелдеу; 4.2.3.7 олардың айырмашылықтарын сезіне отырып, ойын барысында әртүрлі рөлдермен тәжірибе жасау
	«Тоғыз құмалақ» Ұлттық танымдық ойындары	4.2.3.1 шығармашылық міндеттерді топпен шешу процесінде координатордың рөлін орындау; 4.2.3.2 қазақтың қозғалатын ұлттық және танымдық ойындарының ережелерін білу және түсіндіре алу (бестен аз болуы тиіс); 4.2.3.3 әртүрлі жағдайларда берілетін жаңа элементтерді құру үшін өзгелермен өзінің шығармашылық қабілеттері мен идеяларын біріктіру; 4.2.3.4 өзіне және өз сыныптастарына вербалды және вербалды емес түрде оң қатынасты көрсету; 4.3.2.4 сөйлеу стилі мен әртүрлі формаларды қолдана отырып, әдеби тілдің нормаларына сәйкес өз пікірін білдіру
3 тоқсан		
5. Шаңғы/кросс/ коньки тебу дайындығының негіздері	Қауіпсіздік техникасы Аэробикалық жаттығулардың пайдасы	4.1.3.1 шаңғы, конькиде сырғанауға дайындықты ұйымдастыру, сабақтан соң құралдарға күтім жасау; 4.1.3.3 дене жүктемесін төмендету және тыныс алуды қалыпқа келтіруге арналған тыныс алу жаттығулары, аэробика жаттығуы кезінде өзін-өзі қалай сезінетіндігін бақылау; 4.3.2.2 күтілетін нәтиже түріндегі қызмет мақсаттары мен міндеттерін өздігінен тұжырымдау; 4.3.1.4 дене жаттығулары кезінде және содан кейін дене өзгерістерін бақылау бойынша бақылау стратегияларын игеру
	Дистанцияға жүру тапсырмалары	4.1.3.2 шаңғы, коньки тебу техникасы, шаңғыда тұру техникасы, шаңғыда тұру техникасын игеру, коньки қадамы мен шаңғының негізгі жүрісін, тежеу техникасын игеру; 4.3.2.1 денсаулықты нығайтуға ықпал етуші дене жаттығуларының қатарын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдермен күресуге көмектесу үшін сәйкес реакцияларды таңдап алу және қолдану; 4.2.3.2 қазақтың қозғалатын ұлттық және танымдық ойындарының ережелерін білу және

		<p>түсіндіре алу (бестен аз болуы тиіс);</p> <p>4.1.2.3 өлшемдер бойынша әрекеттерді орындау сапасын талдау;</p> <p>4.1.2.1 кеңістік, уақыт туралы білімді көрсететін нақты және тиімді дағдылар мен реттілік қатарын түсіну және қолдану</p>
6. Біріккен және шытырман тапсырмалар	Көшбасшылық және өзгелермен серіктес болу	<p>4.2.2.1 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезінде жағымды эмоционалды және дидактикалық орта құру маңыздылығын түсіне отырып, кеңістік, ресурстар мен идеяларды бөлісе алу;</p> <p>4.2.2.2 өнімді іскерлік қарым-қатынастың негізгі дағдыларын көрсету;</p> <p>4.3.2.4 сөйлеу стилі мен әртүрлі формаларды қолдана отырып, әдеби тілдің нормаларына сәйкес өз пікірін білдіру</p>
	Біріккен және шытырман тапсырмалар арқылы оқу	<p>4.2.2.3 ойын барысында құрылымдық тәсілдер мен ережелерді жасау және қолдану;</p> <p>4.2.2.4 алға қойған мақсаттарға қол жеткізуде тәртіп, еңбексүйгіштік пен табандылық таныту</p>
	Ойындарда елестетуді дамыту. «Қара және ақ» ойыны	<p>4.2.2.1 әртүрлі дене жаттығуларын орындау кезінде жағымды эмоционалды және дидактикалық орта құру маңыздылығын түсіне отырып, кеңістік, ресурстар мен идеяларды бөлісе алу;</p> <p>4.2.2.2 өнімді іскерлік қарым-қатынастың негізгі дағдыларын көрсету;</p> <p>4.2.3.1 шығармашылық міндеттерді топпен шешуде координатордың рөлін орындау;</p> <p>4.2.3.2 қазақтың қозғалатын ұлттық және танымдық ойындарының ережелерін білу және түсіндіре алу (бестен аз болуы тиіс);</p>
	Баскетбол элементтері бар ойындар	<p>4.2.3.3 әртүрлі жағдайда берілетін жаңа элементтерді құру үшін өзгелермен өзінің шығармашылық қабілеттері мен идеяларды бөлісу;</p> <p>4.2.3.4 өзіне және өз сыныптастарына вербалды және вербалды емес түрде оң қатынасты көрсету;</p> <p>4.2.1.1 балама шешімдердегі қозғалыс идеялары, стратегиялар мен жоспарларды қалыптастыру және жүзеге асыру;</p> <p>4.2.1.2 келісу және біріккен істе ортақ шешімге келу</p>
4 тоқсан		
7. Өзара әрекет ету ойындары	Қауіпсіздік техникасы Допты игеру дағдыларын дамыту	<p>4.3.2.1 денсаулықты нығайтуға ықпал етуші дене жаттығуларының қатарын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдермен күресуге көмектесу үшін сәйкес реакцияларды таңдап алу және қолдану;</p>

		<p>4.3.2.2 күтілетін нәтиже түріндегі қызмет мақсаттары мен міндеттерін өздігінен тұжырымдау;</p> <p>4.2.3.7 олардың айырмашылықтарын сезіне отырып, ойын барысында әртүрлі рөлдермен тәжірибе жасау</p> <p>4.3.2.3 ойын залында және спорт залда сыныптастарымен бірге қауіпсіз мінез-құлық ережелерін орындауды бақылау</p>
	Допты пайдаланумен жаттығулар құру	<p>4.2.3.3 әртүрлі жағдайда берілетін жаңа элементерді құру үшін өзгелермен өзінің шығармашылық қабілеттері мен идеяларды бөлісу;</p> <p>4.2.3.4 өзіне және өз сыныптастарына вербалды және вербалды емес түрде оң қатынасты көрсету;</p> <p>4.2.2.3 ойын барысында құрылымдық тәсілдер мен ережелерді жасау және қолдану;</p> <p>4.2.2.4 алға қойған мақсаттарға қол жеткізуде тәртіп, еңбексүйгіштік пен табандылық таныту</p>
	Ойындардағы командалық әрекеттер	<p>4.2.3.1 шығармашылық міндеттерді топпен шешуде координатордың рөлін орындау;</p> <p>4.2.3.2 қазақтың қозғалатын ұлттық және танымдық ойындарының ережелерін білу және түсіндіре алу (бестен аз болуы тиіс);</p> <p>4.1.2.5 оқу нәтижесіне қол жеткізудің анағұрлым тиімді тәсілдерін анықтау және ұсыну</p>
	Доппен түрлі ойындар	<p>4.1.1.5 оларды орындау кезінде тәуекелдерді қысқарту тәсілін көрсете отырып, орындалатын жаттығулардың деңгейін тану;</p> <p>4.2.1.4 бірге жасалатын жұмыста өз қатарластарымен бірге әрекет ету және оң қарым-қатынас жасау</p>
8. Денсаулық туралы білім, тәжірибе арқылы дағдыларға ие болу	Ойын қозғалыстарының қатары арқылы дене денсаулығының компоненттері	<p>4.3.2.1 денсаулықты нығайтуға ықпал етуші дене жаттығуларының қатарын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдермен күресуге көмектесу үшін сәйкес реакцияларды таңдап алу және қолдану;</p> <p>4.3.1.5 эмоционалды күшті алу үшін релаксацияның әртүрлі техникаларын өздігінен біріктіріп, қолдану;</p> <p>4.3.1.1 денсаулық және салауатты өмір салты үшін дене қызметінің маңыздылығын талдау және түсіну;</p> <p>4.3.1.2 денсаулыққа арналған дене белсенділігінің мәні туралы презентацияны ел алдында дайындау және ұсыну</p>
	Денсаулықты және жүгіру дағдыларын дамыту	4.1.1.3 жаттығулар сериясында қозғалыстарды орындаудың барынша қолжетімді сапасын көрсету;

		<p>4.1.2.3 өлшемдер бойынша әрекеттерді орындау сапасын талдау;</p> <p>4.1.2.4 пәндік лексиканы пайдаланумен конструктивті диалог құру</p>
	<p>Денсаулықты нығайту ойындары мен эстафеталар</p>	<p>4.2.1.3 қозғалыс мақсаттарына қол жеткізу үшін рөлдермен ауыса отырып, өздігінен және топта жұмыс жасай алу;</p> <p>4.2.3.1 шығармашылық міндеттерді топпен шешу процесінде координатордың рөлін атқару;</p> <p>4.2.2.2 өнімді іскерлік қарым-қатынаста негізгі дағдыларды көрсету</p>