

## **ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ**

### **Оқу бағдарламасы**

(орта білім беру мазмұнын жаңарту аясында)

Бастауыш білім беру (1-4 сыныптар)

Наурыз 2016 ж.

\_\_\_\_\_ **Е.Н. Иманғалиев**

Қазақстан Республикасының  
Білім және ғылым вице-министрі

\_\_\_\_\_ **К.Н. Шәмшидинова**

«Назарбаев Зияткерлік мектептері» дербес  
білім беру ұйымының Басқарма төрайымы

\_\_\_\_\_ **Ж.А. Жонтаева**

Қазақстан Республикасының  
Білім және ғылым министрлігі  
Мектепке дейінгі және орта білім,  
ақпараттық технологиялар Департаментінің  
директоры

\_\_\_\_\_ **Ж.О. Жылбаев**

Ы. Алтынсарин атындағы Ұлттық білім  
академиясының президенті

\_\_\_\_\_ **Ж.Н. Абдильдина**

«Назарбаев Зияткерлік мектептері» ДББҰ  
Білім беру бағдарламалары орталығының  
директоры

**Дене шынықтыру.** Орта білім беру мазмұнын жаңарту аясында бастауыш мектепке (1-4 сыныптар) арналған оқу бағдарламасы. – Астана, 2016. – 50 б.

Оқу бағдарламасын «Назарбаев Зияткерлік мектептері» дербес білім беру ұйымы  
Б.Алтынсарин атындағы Ұлттық білім академиясымен, жоғарғы оқу орындарының  
ғалымдарымен және жалпы орта білім беретін мектептердің мұғалімдерімен бірлесіп  
құрастырған

## Мазмұны

1.«Дене шынықтыру» пәнінің мақсаты мен міндеттері.....	7
2.Оқыту процесін ұйымдастырудағы педагогикалық әдіс-тәсілдер.....	8
3.Оқу жетістіктерін бағалау тәсілдері.....	11
4.«Дене шынықтыру» пәнінің мазмұнын ұйымдастыру.....	12
4.1. Оқу жүктемесінің бөлінуі.....	12
4.2. «Дене шынықтыру» пәнінің мазмұны.....	15
4.3. Оқу мақсаттарының жүйесі.....	17
4.4 Ұзақ мерзімді жоспар.....	25

## Түсіндірме

Оқу бағдарламасы оқушылардың жас ерекшеліктерінің танымдық мүмкіндіктеріне сәйкес әр оқу пәнінің/сабақтың мазмұны мен білім, білік, дағдыларының көлемін анықтайтын оқу-нормативтік құжат болып табылады

Оқу бағдарламасы оқыту үдерісін оқушылардың пән салалары бойынша білім мен біліктерді саналы түрде меңгеруі үшін әр пәннің әдістемелік әлеуетін қолдануға, оқу, жоба, зерттеу іс-әрекеттері тәсілдерін меңгеру арқылы дербестігінің дамытуға, әлеуметтік-мәдени кеңістікте орнын таба білуі үшін біліктерді меңгеруге бағыттайды.

Оқу бағдарламасында оқу-нормативтік құжаттың дәстүрлі міндеттері заманауи мектепте білім беру үдерісін ұйымдастырудың инновациялық тәсілдемелерімен үйлесімді сабақтасқан. Оқытудағы тәсілдемелер пән бойынша оқу бағдарламасының түбегейлі жаңа құрылымын құруда негізгі бағдарлары болып табылады. Құндылықтық-бағдарлық, іс-әрекеттік, тұлғалық-бағдарлық, коммуникативтік тәсілдемелер білім берудің классикалық негізі ретінде оқыту мақсаттарының жүйесі мен білім беру үдерісі нәтижелерінің басымдылығын арттыру үшін қолданылды, бұл оқу бағдарламасының жаңа құрылымында көрініс тапты.

Қазіргі кезеңде оқушының өз бетімен білімге ие болу барысында оның белсенді іс-әрекетін ұйымдастыру оқу үдерісіне қойылатын негізгі талаптардың бірі болып табылады. Бұл тәсілдеме пәндік білімді, әлеуметтік және коммуникативтік дағдыларды ғана емес, сонымен бірге өзінің жеке мүдделері мен болашағын сезінуге, сындарлы шешімдер қабылдауына мүмкіндік беретін тұлғалық қасиеттерді де меңгеруге ықпал етеді. Мұғаліммен бірлесіп шығармашылықпен айналысу және серіктес, кеңесші ретінде мұғалімнің қолдауы кезінде оқушының белсенді танымдық қабілеті тұрақты сипатқа ие болады.

Тұлғалық-бағдарлық білім беруді осындай сипатта жақсарту білім беру үдерісіне барлық қатысушылардың өзара қарым-қатынасында өктемшілікке жол бермей, ынтымақтастығы үшін алғышарттарды құрайтын оқытудың алуан түрлі интерактивті әдістерін қолдану кезінде мүмкін. Диалогтік және рефлексивті технологияларды қолдану оқушылардың жоба және зерттеу жұмыстарын ұйымдастыруымен сабақтасады. Оқу үдерісін ұйымдастырудың барлық инновациялық тәсілдемелері оқытуды білім, идеялар және іс-әрекет тәсілдерімен белсенді түрде алмасуды көздейтін оқушының шынайы шығармашылық үдерісіндегі қарым-қатынас моделіне айналдырады. Нақты пәннің оқу бағдарламасы жергілікті сипаттағы материалдарды (нысандар, кәсіпорындар, ақпарат көздері) пайдалануға бағытталған оқу-жобалау іс-әрекеттерін ұйымдастыру арқылы

танымдық және әлеуметтік тұрғыдан оқушының белсенділігін арттыруға мүмкіндік береді. Осы пәннің оқу мақсаттары аясында жүзеге асырылатын тәрбиелік сипаттағы жоба жұмысын ата-аналармен, жергілікті қауымдастық өкілдерімен бірлесе отырып, ұйымдастыруға болады.

Әр пәннің оқу бағдарламаларында үш тілде білім беруді жүзеге асыру қарастырылған, онда үш тілді меңгертіп қана қоймай, сол сияқты оқушылардың сыныптан тыс жұмыстарын да үш (қазақ, орыс және ағылшын тілдерінде) тілде ұйымдастыру қарастырылған. Көп тілді оқу ортасын құрудағы әр пән қосқан үлесі үш тілде білім беру саясатын жүзеге асыруға мүмкіндік береді. Тіл үйретудің негізі болып табылатын коммуникативтік тәсілдеме әрбір оқу пәнінің түрлі оқу жағдаяттарында білім және білікпен алмасу, тілдік және сөйлеу нормалары жүйесін дұрыс қолдану сияқты әдіс-тәсілдері арқылы оқушылардың сөйлеу әрекеттерін дамытудың жетекші қағидаты ретінде қарастырылады.

Пән мазмұнын меңгеру және оқу мақсаттарына қол жеткізу үдерісінде оқушылардың ақпараттық-коммуникациялық технологияларды, атап айтсақ: қажетті ақпаратты іздеу, өңдеу, алу, құру және көрсету, ақпараттар және идеялармен алмасу үшін бірлесіп әрекет ету, жабдықтар мен қосымшаларды кең ауқымда қолдану арқылы өз жұмысын бағалау және жетілдіру сияқты қолдану дағдыларын дамыту үшін алғышарттар/жағдайлар жасау керек.

Оқу бағдарламасында оқу пәнінің мазмұнын анықтаудың негізі болып табылатын оқыту мақсаттарының жүйесі түрінде ұсынылған күтілетін нәтижелері қалыптастырылған. Мазмұны тұрғысынан оқу бағдарламалары оқушыны өзін-өзі оқыту субъектісі және тұлғааралық қарым-қатынас субъектісі ретінде тәрбиелеуде нақты оқу пәнінің қосатын үлесін айқындайды. Оқу бағдарламалары білім беру құндылықтарының өзара байланысы мен өзара шарттылығына негізделген тәрбиелеу мен оқытудың біртұтастығы қағидатын және нақты пәнді оқыту мақсаттарының жүйесі бар мектепті бітіргеннен кейінгі нәтижелерін іске асыруға мүмкіндік береді. Оқу бағдарламаларының тек пәндік білім мен білікке ғана емес, сонымен қатар кең ауқымды дағдылардың қалыптасуына бағыттылығы оның ерекше өзгешелігі болып табылады. Оқыту мақсаттарының құрастырылған жүйесі: білімді функционалдық және шығармашылық қолдану, сын тұрғысынан ойлау, зерттеу жұмыстарын жүргізу, ақпараттық-коммуникациялық технологияларды пайдалану, қарым-қатынас жасаудың түрлі тәсілдерін қолдану, топпен және жеке дара жұмыс істей алу, мәселелерді шешу және шешімдер қабылдау сияқты кең ауқымды дағдыларын дамытуға негіз болады. Кең ауқымды дағдылар оқушының мектептегі білім алу тәжірибесінде де, келешекте мектепті бітіргеннен кейін де жетістігінің кепілі болып табылады.

Экономикадағы заманауи инновациялар, еңбек нарығындағы өзгерістер оқушылардың күрделі міндеттерді шешу үшін немесе оларды шешудің жаңа тәсілдерін табу үшін жағдаятқа, идеялар мен ақпараттарға талдау жасау және бағалауға, алған білімі мен тәжірибесін жаңа идея мен ақпаратты жинақтау үшін шығармашылық қолдануға мүмкіндік беретін дағдылар жиынтығын меңгеру қажеттілігіне себепші болады. Жігерлілік, алғырлық, өзгерістерге дайындығы, байланысқа бейімділігі сияқты тұлғалық қасиеттер өзекті болып отыр.

Нақты пән бойынша күнделікті білім беру үдерісінің мазмұны оқу мақсаттарына бағынады және оқушылардың меңгерген білім, білік және дағдыларын кез келген оқу үдерісінде және өмір жағдаяттарында шығармашылықпен пайдалану даярлығын қалыптастыруға, жетістікке қол жеткізуде қажырлылықты дамытуға бағытталған, өмір бойы білім алуға ынталандырады.

Кең ауқымдағы дағдылармен бірлікте жеке қасиеттердің дамуы: «қазақстандық патриотизм мен азаматтық жауапкершілік», «құрмет», «ынтымақтастық», «еңбек пен шығармашылық», «ашықтық», «өмір бойы білім алу» сияқты білім берудің басты құндылықтарына оқушыларды дағдыландырудың негізі болып табылады. Бұл құндылықтар оқушының тәртібі мен күнделікті іс-әрекеттерін ынталандыратын тұрақты тұлғалық бағдары болуы тиіс.

Оқу бағдарламаларын әзірлеудің негізі болып табылатын тұжырымдамалық ережелер мен идеялар сурет түрінде визуалды берілді (1-қосымша). Суреттің ортасында құндылықтар мектепте берілетін білімнің мазмұндық және іс жүргізу аспектілерін анықтаудың негізгі бағыты ретінде, сонан соң кең ауқымды дағдылар мектепті бітірген кездегі нәтижелер ретінде берілген. Келесі шеңберде білім салалары білім беру мазмұнының функционалдық толыққандылығының көрсеткіші ретінде берілген. Соңғы шеңберде оқу үдерісіне енгізілген барлық инновациялар ұсынылды.

## 1. «Дене шынықтыру» пәнінің мақсаты мен міндеттері

«Дене шынықтыру» бағдарламаның мақсаты оқушыларды дене шынықтырудың негіздерімен таныстыру болып табылады, нақты айтқанда, олардың спорттық-спецификалық қозғалу дағдылары мен дене шынықтыру (физикалық) қабілеттерін меңгеруімен қатар, салауатты денені шынықтырудың дамуына ықпал етеді. «Дене шынықтыру» пәні бойынша бағдарлама кезең-кезеңімен жүзеге асырылатын оқу жоспарын ұсынады, бұл жоспар оқушылардың физикалық іс-әрекеттің түрлері бойынша білімдерін, түсініктерін және дағдыларын дамытуға ықпал етіп, сол уақытта олардың жеке гигиена, психикалық денсаулық және салауатты өмір салтының қағидалары сияқты аспектілер тұрғысында жалпы дамуын жақсартады.

Бұл мақсатты жүзеге асыру үшін бастауыш мектеп оқушыларды оқытуға арналған оқу бағдарламасы келесі міндеттерді іске асыруы тиіс:

- дене денсаулығының және рухани денсаулықтың негізін қалайды, бұл әлеуметтік дағдыларды дамытуға, тұлғалық дамуға оң әсер етеді;
- оқушыларды өздерінің физикалық және психологиялық денсаулықтарын түсінуге және нығайтуға ынталандырады;
- дене шынықтыру және спорт саласындағы теориялық білімдері мен тәжірибелік дағдыларын дамытуға жағдай жасайды;
- оқушылардың қозғалыс дағдыларын дамытады, атап айтқанда, олардың төзімділігін, ширақтығын, күшін, ептіліктерін және икемділігін дамытуға әсер етеді;
- оқушылардың Отанға деген патриоттық сезімін ұялатуға, бір-бірін құрметтеуге, командалық жұмыс дағдыларына, жауапкершілік пен өзара түсіністікке тәрбиелейді;
- оқушылардың өз өмірлерінде салауатты өмір салтын ұстануға және үйренген дене қимыл дағдыларын алдағы уақытта қолдануға ынталандырады;
- оқушылардың жалпы адамзат мәдениетінің бір бөлігі ретінде дене шынықтыру пәні туралы өз көзқарастарын қалыптастырып, осы саладағы білімдерін дамытуға мүмкіндік береді.

«Дене шынықтыру» пәнін оқыту оқушыларға:

- пән туралы білімдерін, шеберліктері мен дағдыларын күнделікті өмірлерінде қолдануға;
- қимыл-қозғалыс дағдыларын жақсарту және оқушылардың дене дамуын жетілдіру

қажеттіліктерін бағалауға;

- адамгершілік қасиетін дамытудың маңыздылығын түсінуге және әділ бәсекелестік пен өздерін үздіксіз дамытудың қажеттілігін түсінуге;
- жеке гигиена туралы ережелерін сақтау қажеттілігін түсінуге;
- дене қимыл-қозғалыс жаттығулары адамның дене жүйелеріне әсерін білуге;
- өзінің және басқалардың дене жағдайын бағалауға;
- сыни тұрғыдан, шығармашылық ойлау қабілеттерін және коммуникативтік дағдыларын *дамытуға мүмкіндік береді*.

## **2. Оқыту процесін ұйымдастырудағы педагогикалық әдіс-тәсілдер**

### **Құндылықтарға бағытталған ұстаным**

Оқытудағы **құндылықтарға бағытталған ұстаным** – ол оқу әрекетін белгілі бір құндылықтар тұрғысынан ұйымдастыру және жүзеге асыру, нәтижелерге қол жеткізу және пайдаланудың тәсілі. Құндылыққа бағытталған ұстаным оқушы тұлғасының бойында мақсатты түрде құндылықтар жүйесін қалыптастырады. **Құндылықтарға бағытталу**–ол тұлғаның өз әрекетінде жетекшілікке жекелеген құндылықтарды таңдап алу (құндылықтарда бағдарлану қабілеттілігі) қабілеттілігі (қасиеті), және оларды өзінің әлеуметтік маңызды құндылықтары ретінде сезіну және қабылдау қабілеттілігі. Құндылықтарды жүзеге асыру дегеніміз құндылықтардан шығатын талаптарға сай болу және күнделікті өмірді сол талаптарға бағындыру. Құндылықтардың мәні қоғамда сәтті әрекет ету үшін қажетті ережелерді, дағдыларды, өмір салтын, жүріс-тұрысты қалыптастыруда көрініс табады.

**Құндылықтар**–қоғам қолдайтын және адамдардың көпшілігі мойындайтын белгілі нысандардың және құбылыстардың, адамдық қасиеттер мен өзін өзі ұстау ережелерінің тұлғалық және әлеуметтік-мәдени маңыздылығы. Құндылықтар тұлғаны ынталандырудың өте маңызды факторы ретінде жүріс-тұрыс пен іс-әрекеттерді бағдарлайды. «Мәңгілік ел» ұлттық идеясының құндылықтары орта білім беру құндылықтарының негізі болып табылады. Қазақстандық патриотизм және азаматтық жауапкершілік, құрмет, ынтымақтастық, еңбек пен шығармашылық, ашықтық және өмір бойы оқып-үйрену - орта білім берудің құндылықтары ретінде белгіленді.

### **Тұлғаға бағытталған ұстаным**

Тұлғаға бағытталған ұстанымның мақсаты оқу үдерісін дараландыру, оқу үдерісінде тұлғаны, оның жеке психикалық және физиологиялық ерекшеліктерін, қажеттіліктері мен жүріс-тұрыс уәждерін, әлеуетті қабілеттіліктерін ескере отырып үйлесімді қалыптастыру



және жан-жақты дамыту, оның шығармашылық қабілеттерін толық ашу.

### **Іс-әрекеттік ұстаным**

**Іс-әрекеттік ұстанымның негізгі мазмұны** – оқушыбілімді дайын күйінде алмай, оны өзі өндіреді, өзінің оқу әрекетінің мазмұны мен түрлерін ұғынады, оның ережелер жүйесін түсінеді және қабылдайды, жетілдіруге белсенді қатысады. Ол өз кезегіндебілімдердің, біліктердің, оқып-үйрену және кең ауқымды дағдылардың белсенді әрі сәтті қалыптасуын қамтамасыз етеді. Оқушылардың оқу әрекеттері келесі басты санаттар бойынша топтастырылған: «біледі», «түсінеді», «талдайды», «бағалайды», «синтездейді».

### **Саралап оқыту ұстаны**

**Саралап оқыту ұстанымы** - оқу үдерісін оқушылардың әртүрлі топтарынамамандандырылуын, оқушылардың жеке қабілеттіліктерін ескеру мақсатында әртүрлі топтарға түрлі жағдайларды жасауды көздейді. Саралап оқыту ұстанымы әртүрлі оқушылар тобының оқу әрекетін ұйымдастыру үшін арнайы оқыту әдістерін және іс-әрекеттерді саралау тәсілдерін кіріктіреді. Күрделілігімен, оқу-танымдық қызығушылықтарымен, мұғалім тарапынан көмек сипатымен ерекшеленетін сараланған тапсырмаларды қолдану - сараланған оқу іс-әрекеттерін ұйымдастырудың шарты болып табылады.

### **Коммуникативтік ұстаным**

Білім берудегі коммуникативтік ұстаным дегеніміз ақпаратты тарату мен жариялауда, білім, білік және дағдылармен алмасуда екіден асатын адамдардың сөйлеу арқылы атқарылатын әрекеттесу үдерісі. Коммуникативтік ұстанымның нәтижесі болып тіл арқылы қатынасу қабілеттілігі, яғни тілдік және сөйлеу нормаларын дұрыс пайдалана және қатынас жағдайына сай тиімді қатынас жүріс-тұрысын таңдай отырып, түрлі жағдайларда қатынас әрекетінің басқа қатысушыларымен ой бөлісу және алмасу қабілеттілігі болып табылады. Коммуникативті ұстанымға сәйкес ұйымдастырылған оқу үдерісі қатынасу икемділікті қалыптастыратын тапсырмаларды және шынайы қатынас жағдайларына сай жұмыс режимдерін (жұптық және топтық жұмыстарды) кіріктіру керек.

### **Ортақ тақырыптар арқылы оқыту**

«Дене шынықтыру» оқу пәнінің «ортақ тақырыптарының» мазмұны оқушының жақын аймағынан, яғни оның өз іс-әрекетімен тікелей байланысты тақырыптарды оқудан басталады. Алты-жеті жастағы балалар өз ойын білдіруге, оқу мазмұны бойынша сұрақ қоюға, сұрақтарға жауап іздеуге үйренуі тиіс.

### **Ойын іс-әрекеттері арқылы оқыту**

Оқу үдерісінде білімді меңгеруде оқу әдісі ретінде ойын іс-әрекетін қолдану

оқушылардың танымдық белсенділігін арттыруға мүмкіндік береді.

Педагогикалық ойын технологияларың басты элементтері – ойын алдында оқушыларға нақты оқу мақсаты қойылады; ойын арқылы белгілі педагогикалық нәтижеге қол жеткізу жоспарланады, оқу әрекеті ойын ережелеріне бағынады, оқу материалы ойынның құралы болып табылады. Оқушылардың сабақтағы ұжымдық іс-әрекетін ұйымдастыруға бағытталған ойын әдісі арқылы, олардың шағын топтың өзге мүшелерінің пікірін сыйлауына, әртүрлі өнімді іс-әрекет негізінде соңғы нәтижені алдын-ала көре білуіне, өзбетіндік іс-әрекетін жоспарлауына, мақсатқа жету амалдарын таңдауына мүмкіндік беріледі.

### **Жобалық ұстаным**

Оқу жобасы – оқушының немесе оқушылар тобының ғылыми-зерттеушілік, шығармашылық немесе практикалық сипаттағы проблемаларды шешу жөніндегі нәтижелерге қол жеткізу үшін бағытталған оқу-танымдық әрекеті. Ортақ мақсатымен, келісілген әдістер мен іс-әрекеттердің реттілігімен, кеңейтілген шешімдер мен белгілі тәсіл бойынша рәсімделген нәтижелермен сипатталады. Бұл әдіс білім алушының өз алдына жеке проблема қойып, оны шешуде өзбетіндік іс-әрекетін танытуымен сипатталады. Бастауыш деңгей білім алушыларының жас ерекшеліктеріне сәйкес жобалау әдісі толығымен жүзеге асырылмайды. Бірақ, жобалау іс-әрекетінің алгоритімі (жоба – мұғалімнің көмегімен білім алушының маңызды проблеманы шешудегі өзбетіндік іс-әрекет кешені) толығымен сақталады. Бөлім мазмұнымен танысу аясында білім алушылардың ұжымдық/топтық жобалар бойынша жұмыстарын ұйымдастыру ұсынылады. Жобалық жұмыстарды ұйымдастыру сабақпен шектелмейді, сондықтан да сабақ-сабақтан тыс интеграцияда қарастырылады.

### **Ақпараттық-коммуникациялық технологияларды қолдану**

Ақпараттық-коммуникациялық технологияларды қолдану құзыреттілігі оқушылардың жұмыс барысында, бос уақыттарында және коммуникацияда сенімді және шығармашылықпен қолдана білуін қамтамасыз етеді. Бұл құзыреттілік АКТ-ның негізгі дағдылары арқылы қалыптасады.

Оқушылар өздерінің АКТ-ны қолдану дағдыларын барлық пәндерге арналған білім беру бағдарламаларын меңгеру барысында дамытады. Яғни, АКТ-ны пайдалана отырып ақпаратты табу, құру, мәліметтер мен ой түйіндерімен бөлісе және алмаса отырып құрал-жабдықтар мен қосымшалардың кең ауқымын пайдалану арқылы өз жұмысын бағалайды және жетілдіреді.

Бұл «Дене шынықтыру» пәні бағдарламасында төмендегідей жұмыс түрлері арқылы жүзеге асырылады:

- БАҚ және мультимедиялық құралдарды пайдалану;
- дерекқордан және интернеттен ақпаратты іздеу;
- сандық, интернет жүйелері арқылы алынған ақпараттарды таңдап, өңдеу және оның нақтылығын, сенімділігін, құндылығын бағалай алу;
- сандық, мәтіндік және визуалдық ақпаратпен және дерекқормен, оның ішінде гиперсілтемелерді, электрондық кестелерді, графикалық және басқа қосымшаларды пайдаланып жұмыс істеу арқылы мәліметті жүйелеу; қолдану; заңдылықтар мен тенденцияларды зерттеу; модельдер мен модельдеуді пайдалану мүмкіндіктерін зерделеу, сонымен қатар жылжымайтын және қозғалыстағы бейнелерді, дыбыстарды және мәтіндерді мультимедиялық таныстырылымдар құру үшін біріктіру;
- басқа нұсқаларды зерделеуде, нақтылауда және нәтижелерді жақсартуда сандық ақпараттың икемділігін толығымен пайдалану;
- электрондық байланысқа, он-лайн форумдарға, виртуалдық оқыту орталарына қатысу арқылы, басқа оқушылармен және мұғалімдермен әртүрлі байланыс арнасы бойынша ынтымақтастықта болып қарым-қатынас жасау және ақпарат алмасу;
- интерактивті тақтаны белсенді оқытуға техникалық қолдау көрсету мақсатында қолдану;
- аяқталған жұмысты мектеп шеңберінде және өзге орталарда мультимедиялық таныстыру.

### **3. Оқу жетістіктерін бағалау тәсілдері**

«Дене шынықтыру» пәнін меңгеру нәтижелері критериалды бағалауды қолдану арқылы жүзеге асырылады.

Критериалды бағалау оқыту, оқу және бағалаудың өзара тығыз байланысында негізделген. Критериалды бағалау нәтижелері білім беру процессін тиімді жоспарлау және ұйымдастыру мақсатында пайдаланылады.

Критериалды бағалау қалыптастырушы және жиынтық бағалаудан тұрады.

Қалыптастырушы бағалау үздіксіз өткізіледі, оқушы мен оқытушы арасындағы кері байланысты қамтамасыз етеді және оқу процессін дер кезінде түзетуге мүмкіндік береді.

Жиынтық бағалау белгілі оқу мерзімінде оқу блогын оқып бітіргенде өткізіледі, оқушыларға кері байланысты қамтамасыз ету үшін, пән бойынша тоқсандық және жылдық бағаларды қою үшін қолданылады.

#### 4. «Дене шынықтыру» пәнінің мазмұнын ұйымдастыру

##### 4.1. Оқу жүктемесінің бөлінуі

Бағдарлама бойынша әр сыныптағы сағат саны:

Сынып	Апталық жүктеме	Жылдық сағат саны
1-сынып	3 сағат	99 сағат
2-сынып	3 сағат	102 сағат
3-сынып	3 сағат	102 сағат
4-сынып	3 сағат	102 сағат

**Бастауыш сыныптарда «Дене шынықтыру» пәнін оқыту үшін қажетті құрал-жабдықтар:**

Барлық мектептерде жалғыз дене шынықтыру сабақтарында ғана емес, оқу жылы бойы физикалық белсенді оқуға жағдай жасайтын кеңістік пен бөлмелердің көп болғаны дұрыс. Бұл көлемдері мен формалары әр түрлі қоғамдық және ойын алаңдарын, ашық алаңдарды және жабық бөлмелерді қарастырады. Әр мектепте қимыл-қозғалыс жаттығуларын өткізу үшін ауа баптағышпен жабдықталған немесе жақсы желдеткіш жүйесі бар кем дегенде бір бөлме, ашық даладағы түрлі алаңдар болуы қажет.

«Дене шынықтыру» пәні бойынша оқу үдерісі динамикалық, интерактивті сипатта болуға тиіс және бұл білім беру бағдарламасы шеңберіндегі ауқымды міндеттер мен оқыту мүмкіндіктеріне сәйкес келетін ішкі және сыртқы бөлмелерді пайдалануға тиісті. Ішкі оқу бөлмелері желдеткіш жүйелерімен жабдықталып, жақсы жарықтандырылып, температуралық режимі сәйкес болуы тиіс. Дене шынықтыру жүктемелерінің көлеміне және қалпына келуге берілетін үзілістердің жиілігіне қарай сыртқы алаңдар сәйкес көлеңке қалқалармен жабдықталуы тиіс. Сыртқы алаңдардың жағдайлары бөлмеде оқыту мүмкіндіктерін барынша табиғи жақсарту сияқты қарастырылуы керек.

Мектептерде «Дене шынықтыру» пәнінің мұғалімдері үшін, сондай-ақ, басқа өңірлерден келіп жұмыс істейтін жаттықтырушылар, мұғалімдер үшін немесе білім бағдарламасын қолдайтын немесе толықтыратын нұсқаушылар үшін қауіпсіз, мамандандырылған, жақсы жабдықталған киім ауыстыру және жұмыс бөлмелерін қамтамасыз етуге тиіс.

Киім ауыстыру бөлмелері жынысы мен жасына қарай бөлінуі керек, киім

ауыстыруға және жуынуға арналған жер кең болуы тиіс, киім, жеке және бағалы заттарды сақтайтын орын қарастырылғаны дұрыс. Дәретханалар мен душ қабылдайтын бөлмелері жеке гигиена тазалығын сақтайтындай болуы керек.

Төменде «Дене шынықтыру» пәні бағдарламасы бойынша денені шынықтыру қызметін орындауға арналған арнайы құрал-жабдықтардың ең аз түрі көрсетілген:

**Жеңіл атлетика:** секундомер, рулетка, ысқырық, эстафета таяқшалары, конустар, биіктікке секірудегі қолданатын өлшеу бірлігі бар таяқ, ұзындыққа жүгіріп келіп секіру кезінде қонуға арналған құм шұңқыр, 150 гр. резеңке доптар, 500-700 гр. гранаталар, жүгіргендегі қолданатын кедергілер.

Мектепте қолданатын **спорттық ойын түрлері** және оларға қажетті құралдар:

- футбол: командалық форма, футбол доптары, конустар, қақпалар, ысқырық;
- волейбол: қысқа жеңді командалық форма, волейбол доптары, тор, тіректер, ысқырық;
- баскетбол: қысқа жеңді командалық форма, баскетбол доптары, себет, шығыршық, ысқырық, шеңбер;
- гандбол: қысқа жеңді командалық форма, гандбол доптары, қақпалар, ысқырық;
- үстел теннисі: үстел теннисіне арналған үстелдер, ракеткалар, үстел теннисіне арналған доптар;
- бадминтон: ракеткалар, тор, воландар; ысқырық;
- үлкен теннис: ракеткалар, торлар, теннис доптары;

**Ұлттық ойын түрлері:** тоғызқұмалақ тақтасы, шахмат, дойбы, асық;

**Гимнастика:** арқандар, гимнастикалық төсеніш, швед қабырғалары, қос сырық керме, гимнастикалық бөрене (төмен), гимнастикалық кіші ағаш ат, гимнастикалық ағаш ат, гимнастикалық доп, гимнастикалық таспалар (лента таяқшаларымен), гимнастикалық шығыршық, секіргіш, медицинбол;

**Шаңғы, кросстық және коньки дайындығы:** шаңғылар, шаңғы таяқтары, бекіткіштері бар аяқ-киім (ылдидан және ойлы-қырлы жермен шаңғы тебуге арналған), коньки, арнайы аяқ-киім;

**Жүзу:** таспалар, қолға байлауыштар, резеңке кубиктер, салмақты шеңберлер, су ойыншықтары, шарлар.

**Арнайы медициналық топтарда (денсаулығына байланысты, әр деңгейдегі оқушылармен) сабақ ұйымдастыру**

Жүйелі түрде жүргізілетін және ғылыми негізделген педагогикалық бақылаудың арқасында ғана дене шынықтыру балалар мен жасөспірімдердің денсаулықтарын сақтау

мен нығайтудың, олардың физикалық дамуын жақсартудың тиімді әдісі бола алады. Осыған байланысты дене шынықтыру пәнінің мұғалімі физикалық жаттығулардың өсіп келе жатқан ағзаға әсері туралы жеткілікті деңгейде хабардар болуға тиіс. Сонымен қатар, дене шынықтыру пәнінің мұғалімдері өздерінің педагогикалық әдістерін бақылап, оларды оқушылардың анатомиялық-физиологиялық ерекшеліктеріне сәйкес өзгертіп отырулары тиіс.

Арнайы топтағы оқушылар үшін дене шынықтырудың басты міндеттері төмендегілер болып табылады:

- салауатты өмір салтын насихаттау, сонымен қатар, оқушылардың физикалық даму процесінде көмек көрсету құқықтарын білуі;
- аурудан әлсіреген органдары мен жүйелерінің функционалдық деңгейін арттыру;
- физикалық және ақыл-ой қабілеттерін арттыру;
- оқушылардың ағзалары аллергияларға, суық тию ауруларына және созылмалы инфекцияларға қарсы тұра алуы үшін олардың иммундық жүйелерін жақсарту;
- дұрыс мүсін қалыптастыру және оны түзету;
- дұрыс тыныс алу техникасына үйрету;
- негізгі қимыл-қозғалыс қабілеттері мен дағдыларын игеру;
- рухани және ерік-жігер қасиеттерін тәрбиелеу;
- оқушыларды өздігінен денені шынықтыратын іс-әрекеттерді жасау және оны күнделікті өмірде қолдануға тәрбиелеу;
- барлық оқушылар үшін тиімді жұмыс істеу жағдайларын жасау.

Арнайы медициналық топтағы оқушылардың шалдыққан сырқаттарының ауырлығына және сипатына байланысты дене шынықтыру сабақтарында дифференциалды оқыту үшін оларды А және Б кіші топтарына бөлу ұсынылады.

- **А кіші тобы** – денсаулықтарында түрлі ахуалы бар, қалпына келтіруге болатын ауытқулар бар оқушылар.
- **Б кіші тобы** – сыртқы ағза мен ішкі органдар жүйесінде ауыр сырқатқа шалдыққан, қалпына келтіруге болмайтын өзгерістері бар оқушылар (мысалы, жүрек-қан тамырлары ауруы, несеп шығару жолдарының аурулары, бауыр аурулары; көз түбінің өзгеруі салдарынан көру қабілетінің жоғары деңгейде бұзылуы және т.б.).

«Дене шынықтыру» пәнінің мұғалімдері төмендегілерді орындауға тиіс:

1. Оқушыларды олардың денсаулық жағдайларына сәйкес кіші топтарға бөлу (жоғарыда көрсетілгеніне сәйкес болуы тиіс);
2. Оқушылардың сырқаттану диагнозына байланысты оқушыларға жаттығулар

белгілеу;

3. Оқыту, сабақ беру және бағалау үдерісіндегі әдістерін дараландыру;
4. Сабақтарда орындалатын қимыл қозғалыс әрекетінде өз білімдерін жетік қолдана алатын, медициналық білімі бар мамандардың қолдауымен сабақ өткізу.

#### 4.2. «Дене шынықтыру» пәнінің мазмұны

Пәндік білімнің мазмұны бөлімдерге бөлінген. Бұл бөлімдер өз ішінде білім, түсінік және дағдыларды қалыптастыруды көздейтін бөлімшелерден тұрады. Оқу мақсаттары әр бөлімше ішінде мұғалім мен оқушыға болашақ қадамдары жөнінде өзара ой бөлісуге, оларды жоспарлау мен бағалауға мүмкіндік беретін бірізділік пен сабақтастықты көрсетеді.

<b>Бөлім</b>	<b>Бөлімше</b>
<b>1. Қозғалыс әрекеттері</b>	1.1. Негізгі қозғалыс дағдыларын дамыту: тірек-қозғалыс аппараты, денені және объектіні басқара біледі
	1.2. Физикалық дамуға ықпал ететін түрлі дене жаттығуларында түйіндес қозғалыстарды жақсартады және орындайды
	1.3. Кеңістікті, ағынды, салмақты, уақытты түсінгенін көрсету арқылы кезектілігін сақтап, жаттығуларды дұрыс әрі тиімді орындайды
	1.4. Өзінің және басқалардың дене қозғалыстарын, кемшіліктерін және әлеуетін анықтайды
	1.5. Өзінің және басқалардың қызметін жақсарту үшін негізгі қозғалыс әрекеттерді бағалау дамыту.
	1.6. Қозғалыс қабілеттерін жақсарту үшін оқудың әр кезеңдерінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді
<b>2. Қозғалыс дағдылары арқылы шығармашылық қасиеттер және сыни ойлау</b>	2.1. Өзгеріп отыратын жағдайларда әрекет ету үшін балама шешімдер арқылы қозғалыспен байланысты жоспарларды, стратегияларды және идеяларды бейімдейді
	2.2. Команда жетекшісінің рөлін кезектесіп орындау арқылы мақсаттарға қол жеткізу үшін өз бетімен және бірлесе жұмыс істейді
	2.3. Қолайлы оқу ортасын құру үшін бірлесіп жұмыс істеуге

	дағдыларын білу мен түсіну
	2.4. Бірқатар дене жаттығуларында ережелер мен құрылымдық амалдарды пайдаланады, қолданады және жасайды
	2.5. Өзінің және басқалардың шығармашылық міндеттеріне сыни қарайды, қажет болған жағдайда, құрылымдық ұсыныстар жасайды
	2.6. Эмоциялар, көңіл-күйлер және тақырыптарды көрсету үшін бірқатар құрылымдық идеяларды дамытады
	2.7. Физикалық жаттығулар кезінде жеке және топтық тапсырмаларды орындау барысында топпен жұмыс істеп, әділ жарыса біледі, патриоттық сезімін дамыту
	2.8. Түрлі қимыл контекстерінен туындаған рөлдерді орындайды және олардың айырмашылықтарын түсінеді
<b>3. Денсаулық және салауатты өмір салты</b>	3.1. Денсаулық пен салауатты өмір салтының дене белсенділігіне маңыздылығын түсіну
	3.2. Дене жаттығуларын орындау барысында денені ширату мен босатудың қажеттілігін түсінеді
	3.3. Дене жаттығуларын орындау кезінде тыныс алу, жүрек соғысының жиілігі, дене қызуы сияқты ағзадағы физикалық өзгерістерді қалай бақылайтынын біледі
	3.4. Денсаулық жағдайын нығайтуға бағытталған бірқатар физикалық жүктемелерге қатысу барысында сәйкес әрекет етіп, қиындықтар мен тәуекелдерді анықтайды және оларды жеңе біледі
	3.5. Мектептен тыс және мектеп ішіндегі физикалық қызметтерге қатысу үшін мүмкіндіктерін анықтайды және ұсынады



### 4.3. Оқу мақсаттарының жүйесі

<b>1. Қозғалыс әрекеттері</b>				
<b>Бөлімше</b>	<b>1-сынып</b>	<b>2-сынып</b>	<b>3-сынып</b>	<b>4-сынып</b>
<b>1.1. Негізгі қозғалыс дағдыларын дамыту: тірек-қозғалыс аппараты, денені және объектіні басқара біледі</b>	1.1.1.1 Қарапайым дене жаттығуларын орындауда негізгі қимыл-қозғалыс машықтарын біледі, жасай алады	2.1.1.1 Түрлі дене жаттығуларын орындау кезінде негізгі қозғалыс машықтарының сапасын жақсартады	3.1.1.1 Негізгі дене жаттығуларын орындау кезінде қозғалыс машықтарын біледі, түсінеді және жақсартып жалғастырады.	4.1.1.1 Түрлі дене жаттығуларын орындау кезінде негізгі қозғалыс машықтарын түсінеді және көрсетеді,
<b>1.2. Физикалық дамуға ықпал ететін түрлі дене жаттығуларында түйіндес қозғалыстарды жақсартады және орындайды</b>	1.1.2.2 Негізгі дене қозғалыстарын және олардың қарапайым дене жаттығуларымен қалай байланысты болатынын біледі	2.1.2.2 Өз бетінше байланыстыруды үйреніп, негізгі қозғалыс машықтарын түсінеді және жақсартады	3.1.2.2 Дене дамуы үшін қарастырылған түрлі дене жаттығуларын орындау кезінде қозғалыстарды қалай орындау керек екендігін біледі және түсінеді	4.1.2.2 Дене дамуына ықпал ететін түрлі жүйелі жаттығулар мен қозғалыстарды орындау сапасын арттыруды түсінеді және көрсетеді
<b>1.3. Кеңістікті, ағынды, салмақты, уақытты түсінгенін көрсету арқылы кезектілігін сақтап, жаттығуларды дұрыс әрі тиімді</b>	1.1.3.3 Дене жаттығуларының әр түрінде қозғалыстарды орындау мәнмәтінінде уақыт, кеңістік, салмақ пен бір қалыптылық	2.1.3.3 Қарапайым дене жаттығуларын орындау кезінде уақытты, кеңістікті және бірқалыптылықты түсінетінін көрсетеді	3.1.3.3. Уақытты, кеңістікті және бірқалыптылықты түсінетінін көрсететін машықтарды және жүйелілікті дамытады және жетілдіреді	4.1.3.3 Қимылды орындаудың уақыт, кеңістік және бір қалыптылық туралы түсініктерін көрсететін бірқатар тиімді

<b>орындайды</b>	түсініктері туралы біледі			машықтарды және жүйеліліктерді түсінеді және қолдана біледі
<b>1.4. Өзінің және басқалардың дене қозғалыстарын, кемшіліктерін және әлеуетін анықтайды</b>	1.1.4.4. Қозғалыс машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін сипаттай біледі	2.1.4.4 Қимыл кемшіліктерін түзету қабілеттілігін дамыту үшін қозғалу машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін түсінеді және түсіндіреді	3.1.4.4 Өзінің күшті жақтары мен кемшіліктерін анықтайды және басқалардың жаттығуларды орындау сапасын талқылайды	4.1.4.4. Дене жаттығуларын шебер орындау үшін әлеуетті анықтап, қозғалыстың күшті және әлсіз жақтарын салыстырады
<b>1.5. Өзінің және басқалардың қызметін жақсарту үшін негізгі қозғалыс әрекеттерді бағалау дамыту.</b>	1.1.5.5 Түрлі кеңістіктерде бірқатар қарапайым іс-қимылдарды біледі және орындай алады	2.1.5.5 Кеңістікте және динамикада қарапайым өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және жеткізе біледі	3.1.5.5 Орындау және бағалау кезінде бірқатар іс-қимылдарды, кеңістікті, динамиканы және байланыстарды көрсетеді және анықтай біледі	4.1.5.5 Қолданылатын бірқатар іс-қимылдарды, кеңістікті, динамиканы және байланыстарды көрсете және түсіндіре отырып, өзінің және басқаларының іс-қимылдарды орындауына ортақтасады
<b>1.6. Қозғалыс қабілеттерін жақсарту үшін оқудың әр</b>	1.1.6.6. Қарапайым, өзгертілген дене жаттығуларын орындау	2.1.6.6. Тәуекелдердің туындау мүмкіндігін түсінеді, қарапайым және	3.1.6.6 Қозғалыс қызметін оқытудың түрлі кезеңдерінде тәуекелдердің	4.1.6.6 Жаттығулардың әр түрін орындау кезінде тәуекелдерді қысқарту

<b>кезеңдерінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді</b>	кезінде туындауға мүмкін тәуекелдерді және қиындықтарды біледі	өзгертілген дене жаттығуларын жетілдіру кезінде машықтар мен шеберлікті нығайтады.	туындауын қысқартады және қиындықтарды еңсеру шеберлігі мен машықтарын жетілдіреді	және туындайтын қиындықтарды еңсеру қабілеттілігін көрсетіп орындалатын жаттығулардың күрделілігінің деңгейін тани біледі
--	--	--	--	---

## 2. Қозғалыс дағдылары арқылы шығармашылық қасиеттер және сыни ойлау

<b>Бөлімше</b>	<b>1-сынып</b>	<b>2-сынып</b>	<b>3-сынып</b>	<b>4-сынып</b>
<b>2.1. Өзгеріп отыратын жағдайларда әрекет ету үшін балама шешімдер арқылы қозғалыспен байланысты жоспарларды, стратегияларды және идеяларды бейімдейді</b>	1.2.1.1 Дене қызметін орындау және оған қатысу кезінде қозғалыс идеяларын, стратегияларын және жоспарларын білу және түсіну	2.2.1.1 Баламаларды түсінетінін көрсетіп, қозғалыс идеяларын, стратегияларын және жоспарларды талқылайды және көрсетеді	3.2.1.1 Бірқатар қозғалыс идеяларымен, стратегиялармен және жоспарлармен баламаларды талдау үшін проблемаларды жою әдістерін қолданады	4.2.1.1 Баламаларды анықтап және жасап қозғалыс идеяларын, стратегияларды және жоспарларды анықтайды және ұйымдастырады.
<b>2.2. Команда жетекшісінің рөлін кезектесіп орындау арқылы мақсаттарға қол жеткізу үшін өз</b>	1.2.2.2. Әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше қалай жұмыс істеу керек екендігін	2.2.2.2 Әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін командада жұмыс істей бастайды және өзіндік жұмыс жөніндегі	3.2.2.2 Әрекет мақсаттарына қол жеткізуге бағытталған жұмыс барысында өзіндік және командалық	4.2.2.2 Көшбасшылық рөлдерімен кезектесіп алмасып, әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше және

<b>бетімен және бірлесе жұмыс істейді</b>	біледі	білімді нығайтады	жұмыстың мағынасын түсінеді. Көшбасшылық рөлдерімен алмасып, жұмыс істей бастайды	топта жұмыс істей біледі
<b>2.3. Қолайлы оқу ортасын құру үшін бірлесіп жұмыс істеуге дағдыларын білу мен түсіну</b>	1.2.3.3 Түрлі дене жаттығулары орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маңыздылығын мойындай отырып, кеңістік, ресурстар мен идеяларды білу және бөлісу	2.2.3.3 Түрлі дене жаттығулары орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маңыздылығын мойындай отырып, идеяларды, ресурстар кеңістік, білімін бекіту	3.2.3.3 Түрлі дене жаттығулары орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маңыздылығын мойындай отырып, идеяларды, ресурстар кеңістік, білімін қолдану	4.2.3.3 Түрлі дене жаттығулары орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маңыздылығын мойындай отырып, идеяларды, ресурстар кеңістік айрмашылығын білу.
<b>2.4. Бірқатар дене жаттығуларында ережелер мен құрылымдық амалдарды пайдаланады, қолданады және жасайды</b>	1.2.4.4 Таңдалған дене жаттығуларын орындау кезінде қарапайым ережелерді және құрылымдық тәсілдерді атап өтеді және пайдаланады	2.2.4.4. Түрлі дене жаттығуларын орындау кезінде ережелерді және құрылымдық тәсілдерді талқылайды және көрсетеді	3.2.4.4. Бірқатар дене жаттығуларына қатысқан кезде ережелерді және құрылымдық тәсілдерді білетінін қолданады және пайдаланады	4.2.4.4 Түрлі дене жаттығуларын орындау кезінде ережелер мен құрылымдық тәсілдерді жасайды және қолданады
<b>2.5. Өзінің және басқалардың</b>	1.2.5.5. Өзінің шығармашылық	2.2.5.5. Өзінің шығармашылық	3.2.5.5. Өзінің шығармашылық	4.2.5.5. Орындаушыларға конструктивтік ұсыныстар

<p><b>шығармашылық міндеттеріне сыни қарайды, қажет болған жағдайда, құрылымдық ұсыныстар жасайды</b></p>	<p>тапсырмаларының күшті жақтарын және жақсартуды қажет ететін жақтарын іздейді және бақылайды</p>	<p>тапсырмалары мен басқаларының тапсырмалары бойынша талқылайды және қорытындылар шығарады, сонымен қатар конструктивті ұсыныс жасайды</p>	<p>тапсырмаларын және басқаларын талдау үшін конструктивті ұсыныстар жасау туралы алынған білімді пайдаланады және қолданады</p>	<p>жасау үшін шығармашылық тапсырмаларға қатысты өзінің сыни тұрғыдан көзқарасы мен басқаларының көзқарастарын біріктіреді</p>
<p><b>2.6. Эмоциялар, көңіл-күйлер және тақырыптарды көрсету үшін бірқатар құрылымдық идеяларды дамытады</b></p>	<p>1.2.6.6 Тақырыптарды, көңіл күйлер мен эмоцияларды жеткізу үшін кейбір композициялық элементтермен танысады және пайдаланады</p>	<p>2.2.6.6. Тақырыптарды, көңіл күйлер мен эмоцияларды жеткізу қабілеттігін көрсетіп, өзінің композициялық идеяларын түсінеді және талқылайды</p>	<p>3.2.6.6. Тақырыптарды, көңіл күйлер мен эмоцияларды жасау үшін композициялық идеялармен эксперимент жасайды</p>	<p>4.2.6.6. Белгілі бір тақырыптарды, көңіл күйлер мен эмоцияларды жеткізу үшін бірқатар композициялық идеяларды анықтайды және құрайды</p>
<p><b>2.7. Физикалық жаттығулар кезінде жеке және топтық тапсырмаларды орындау барысында топпен жұмыс істеп, әділ жарыса біледі,</b></p>	<p>1.2.7.7 Дербес және топтық қызметті орындау кезінде өзара қалай әрекет етуді біледі. Патриоттықтың неге негізделгенін түсінеді</p>	<p>2.2.7.7. Патриоттық сезімнің не екенін біледі, бір бірімен әрекет ету, адал бәсекелестіктің мағынасын түсінеді</p>	<p>3.2.7.7. Патриотизмнің мағынасын түсіндіреді, топтық және дербес дене қимылдарында өзара іс қимыл мен адал ойын көрсетеді</p>	<p>4.2.7.7. Топтық және дербес дене қимылдарында патриоттық сезімін, өзара іс қимылдар мен адал бәсекелестікті көрсетеді</p>

<b>патриоттық сезімін дамыту</b>				
<b>2.8. Түрлі қимыл контекстерінен туындаған рөлдерді орындайды және олардың айырмашылықтарын түсінеді</b>	1.2.8.8 Түрлі қарапайым әрекеттерді орындау кезінде өзінің рөлін және басқаларының рөлін біледі, тани бастайды, айырмашылықтарды құрметтейді	2.2.8.8 Айырмашылықтарды түсіндіре отырып, қарапайым әрекеттерді орындау кезінде өзінің рөлін және басқаларының рөлін біледі және көрсетеді	3.2.8.8 Түрлі қарапайым әрекеттерді орындау кезінде басқаларының рөлін түсінеді және көрсетеді, олардың айырмашылықтарын ұғынады	4.2.8.8 Түрлі әрекеттерді орындау кезінде түрлі рөлдермен эксперимент жасайды және орындауға кіріседі, олардың айырмашылықтарын бағалайды.

<b>3. Денсаулық және салауатты өмір салты</b>				
<b>Бөлімше</b>	<b>1-сынып</b>	<b>2-сынып</b>	<b>3-сынып</b>	<b>4-сынып</b>
<b>3.1. Денсаулық пен салауатты өмір салтының дене белсенділігіне маңыздылығын түсіну</b>	1.3.1.1 Денсаулық туралы жалпы түсінік алу, дене белсенділігін ұғыну.	2.3.1.1 Дене жаттығулар жасау барысында сауықтыру артықшылығын талқылау және сипаттау.	3.3.1.1 Дене жаттығуларының, сауықтыру пайдасы денсаулықты нығайтуға ықпал ететін көрсете білу және түсіну	4.3.1.1 Дене жаттығулары үшін денсаулық және салауатты өмір салтын маңыздылығын талдау және түсіну
<b>3.2. Дене жаттығуларын орындау барысында денені ширату мен босатудың қажеттілігін</b>	1.3.2.2 Жаттығуларды орындау кезінде денені ширатып	2.3.2.2 Дене қызметін орындаған кезде денені қыздыру және босаңсыту үдерісін анықтайды	3.3.2.2 Дене қызметімен айналысқанда денені қыздыру және босаңсыту маңызын түсіндіреді	4.3.2.2 Дене қызметімен айналысқан кезде, денені қыздыру және босаңсыту

<b>түсінеді</b>	шынықтырудың маңызын сипаттайды.			қажеттілігін көрсетеді және талқылайды
<b>3.3. Дене жаттығуларын орындау кезінде тыныс алу, жүрек соғысының жиілігі, дене қызуы сияқты ағзадағы физикалық өзгерістерді қалай бақылайтынын біледі</b>	1.3.3.3 Дене жаттығуларын орындау кезінде ағзадағы физикалық өзгерістерді анықтайды	2.3.3.3 Дене жаттығуларын орындау кезінде ағзадағы физикалық өзгерістерді қалай бақылайтынын біледі	3.3.3.3 Дене жаттығуларын орындау кезінде физикалық өзгерістерді анықтау үшін бірқатар бақылау стратегияларын көрсетеді және түсіндіреді	4.3.3.3 Дене қимылдарын орындау кезінде немесе орындағаннан кейін белгілі бір физикалық өзгерістерді көру үшін бірқатар бақылау стратегияларын қолданады
<b>3.4. Денсаулық жағдайын нығайтуға бағытталған бірқатар физикалық жүктемелерге қатысу барысында сәйкес әрекет етіп, қиындықтар мен тәуекелдерді анықтайды және оларды жеңе біледі</b>	1.3.4.4. Бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді анықтайды	2.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды	3.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде тиісінше жауап қайтарып, қиындықтар мен тәуекелдерді қалай еңсеру керек екендігін түсінеді және көрсетеді	4.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды таңдайды және қолданады
<b>3.5. Мектептен тыс және</b>	1.3.5.5. Дене	2. 3.5.5 Мектептен тыс	3. 3.5.5. Түрлі дене	4. 3.5.5. Дене

<p><b>мектеп ішіндегі физикалық қызметтерге қатысу үшін мүмкіндіктерін анықтайды және ұсынады</b></p>	<p>қимылдарына қатысу мүмкіндіктерін анықтайды</p>	<p>және мектеп кезінде дене қимылдарына қатысу мүмкіндігін түсіне бастайды және анықтайды</p>	<p>қызметтеріне қатысу мүмкіндігін қалай алу керектігін қарайды және түсіндіреді</p>	<p>қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін зерттейді және салыстырады, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдары</p>
---	--	---	--	--



#### 4.4. Ұзақ мерзімді жоспар

##### 1 сынып

Ұзақ мерзімді жоспардың бөлімдері	Тақырып/ Ұзақ мерзімді жоспардың мазмұны	Оқу мақсаттары
<b>1-тоқсан</b>		
<b>1-бөлім – Денсаулық мағынасын түсіну және түйю</b>	Қауіпсіздік ережесі. Дене тәрбиесі дегеніміз не	1.3.4.4. Бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді анықтайды ----- 1.3.1.1 Денсаулық туралы жалпы түсінік алу, дене белседілігін ұғыну.
	Күн тәртібі және таңғы жаттығу серігу	1.3.2.2 Жаттығуларды орындау кезінде денені ширатып шынықтырудың маңызын сипаттайды. ----- 1.3.3.3 Дене жаттығуларын орындау кезінде ағзадағы физикалық өзгерістерді анықтайды
	Жүру және жүгіру	1.1.2.2 Негізгі дене қозғалыстарын және олардың қарапайым дене жаттығуларымен қалай байланысты болатынын біледі
	Секіру және лақтыру	1.1.1.1 Қарапайым дене жаттығуларын орындауда негізгі қимыл-қозғалыс машықтарын біледі, жасай алады ----- 1.3.5.5. Дене қимылдарына қатысу мүмкіндіктерін анықтайды
	<b>2-бөлім – Ойын арқылы қарым-қатынас пен әлеуметтік дағдылар</b>	Рөлдік сюжеттік қозғалмалы ойындар

	Бірқатар қимыл-қозғалыс дағдыларын	1.1.2.2 Негізгі дене қозғалыстарын және олардың қарапайым дене жаттығуларымен қалай байланысты болатынын біледі
	Шағын және жұптасып қарым-қатынас жасау дағдылары	1.2.2.2. Әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше қалай жұмыс істеу керек екендігін біледі
	Дене тәрбиесінің пайдасы	1.2.1.1 Дене қызметін орындау және оған қатысу кезінде қозғалыс идеяларын, стратегияларын және жоспарларын білу және түсіну
	Рөлдік сюжеттік қозғалмалы ойындар	1.2.3.3 Түрлі дене жаттығулары орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маңыздылығын мойындай отырып, кеңістік, ресурстар мен идеяларды білу және бөлісу
	Бірқатар қимыл-қозғалыс дағдыларын	1.3.5.5. Дене қимылдарына қатысу мүмкіндіктерін анықтайды
<b>2-тоқсан</b>		
<b>3-бөлім – Шығармашылық және сыни тұрғыдан ойлау арқылы гимнастикалық жаттығулар</b>	Қауіпсіздік ережесі.	1.3.4.4. Бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді анықтайды
	Сымбат және үйлестіру	1.3.2.2 Жаттығуларды орындау кезінде денені ширатып шынықтырудың маңызын сипаттайды.
	Бірқатар гимнастикалық фигуралар үйрену.	1.1.2.2 Негізгі дене қозғалыстарын және олардың қарапайым дене жаттығуларымен қалай байланысты болатынын біледі
	Қарапайым гимнастикалық снарядтарда қозғалу.	1.1.5.5 Түрлі кеңістіктерде бірқатар қарапайым іс-қимылдарды біледі және орындай алады
		1.1.4.4. Қозғалыс машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін сипаттай біледі

	Сенің жеке физикалық мүмкіндіктерің.	1.2.2.2. Әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше қалай жұмыс істеу керек екендігін біледі ----- 1.2.5.5. Өзінің шығармашылық тапсырмаларының күшті жақтарын және жақсартуды қажет ететін жақтарын іздейді және бақылайды
<b>4-бөлім – Қазақ ұлттық қозғалыс ойындары</b>	Қазақ халқының салт дәстүрі мен мәдениетін таныстыру.	1.2.7.7 Дербес және топтық қызметті орындау кезінде өзара қалай әрекет етуді біледі. Патриоттықтың неге негізделгенін түсінеді ----- 1.3.5.5. Дене қимылдарына қатысу мүмкіндіктерін анықтайды
	Қозғалмалы ойындар арқылы тарту.	1.2.5.5. Өзінің шығармашылық тапсырмаларының күшті жақтарын және жақсартуды қажет ететін жақтарын іздейді және бақылайды ----- 1.2.6.6 Тақырыптарды, көңіл күйлер мен эмоцияларды жеткізу үшін кейбір композициялық элементтермен танысады және пайдаланады
<b>3-тоқсан</b>		
<b>5-бөлім – Ойын арқылы қозғалыс дағдыларын үйрету</b>	Қауіпсіздік ережесі. Дене белсенділігі кезінде жүрек соғысы және тыныс алу	1.3.4.4. Бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді анықтайды ----- 1.3.3.3 Дене жаттығуларын орындау кезінде ағзадағы физикалық өзгерістерді анықтайды
	Ойын - жеке физикалық қасиеттерді дамыту құралы	1.3.1.1 Денсаулық туралы жалпы түсінік алу, дене белсенділігін ұғыну. ----- 1.1.4.4. Қозғалыс машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін сипаттай біледі
	Кеңістік динамикасы және қозғалыс	1.1.5.5 Түрлі кеңістіктерде бірқатар қарапайым іс-қимылдарды біледі және орындай алады

	Құралдармен қозғалмалы ойындар	1.1.3.3 Дене жаттығуларының әр түрінде қозғалыстарды орындау мәнмәтінінде уақыт, кеңістік, салмақ пен бір қалыптылық түсініктері туралы біледі
<b>6-бөлім – Қозғалмалы ойындар арқылы қимыл-тірек аппаратын дамыту</b>	Түрлі жаттығулар арқылы денені басқару дағдылары	1.3.4.4. Бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді анықтайды
		1.2.2.2. Әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше қалай жұмыс істеу керек екендігін біледі
	Тірек қимыл жаттығуларын дамыту.	1.2.8.8 Түрлі қарапайым әрекеттерді орындау кезінде өзінің рөлін және басқаларының рөлін біледі, тани бастайды, айырмашылықтарды құрметтейді
		1.1.4.4. Қозғалыс машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін сипаттай біледі
	Доппен ойын	1.2.3.3 Түрлі дене жаттығулары орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маңыздылығын мойындай отырып, кеңістік, ресурстар мен идеяларды білу және бөлісу
		1.2.5.5. Өзінің шығармашылық тапсырмаларының күшті жақтарын және жақсартуды қажет ететін жақтарын іздейді және бақылайды
Секіртпемен орындалатын ойындар.	1.2.1.1 Дене қызметін орындау және оған қатысу кезінде қозғалыс идеяларын, стратегияларын және жоспарларын білу және түсіну	
	1.2.6.6 Тақырыптарды, көңіл күйлер мен эмоцияларды жеткізу үшін кейбір композициялық элементтермен танысады және пайдаланады	
<b>4-тоқсан</b>		

<b>7-бөлім: Ойын арқылы қарым-қатынас пен әлеуметтік дағдылар</b>	Қауіпсіздік ережесі Ойын арқылы шығармашылық қабілеттер	1.3.4.4. Бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді анықтайды ----- 1.2.8.8 Түрлі қарапайым әрекеттерді орындау кезінде өзінің рөлін және басқаларының рөлін біледі, тани бастайды, айырмашылықтарды құрметтейді
	Комуникативті дағдыларын дамыту ойындары.	1.1.2.2 Негізгі дене қозғалыстарын және олардың қарапайым дене жаттығуларымен қалай байланысты болатынын біледі ----- 1.2.4.4 Таңдалған дене жаттығуларын орындау кезінде қарапайым ережелерді және құрылымдық тәсілдерді атап өтеді және пайдаланады
	Ойынға шығармашылық идеялар	1.2.5.5. Өзінің шығармашылық тапсырмаларының күшті жақтарын және жақсартуды қажет ететін жақтарын іздейді және бақылайды ----- 1.2.6.6 Тақырыптарды, көңіл күйлер мен эмоцияларды жеткізу үшін кейбір композициялық элементтермен танысады және пайдаланады
	Жеке қозғалыс белсенділігі	1.1.6.6. Қарапайым, өзгертілген дене жаттығуларын орындау кезінде туындауға мүмкін тәуекелдерді және қиындықтарды біледі
<b>8-бөлім – Салауатты өмір салтын қалыптастыру</b>	Ашық ауада физикалық қозғалыс.	1.3.4.4. Бірқатар дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді анықтайды ----- 1.3.1.1 Денсаулық туралы жалпы түсінік алу, дене белсенділігін ұғыну.
	Жылдамдық күш пен ептілік.	1.1.3.3 Дене жаттығуларының әр түрінде қозғалыстарды орындау мәнмәтінінде уақыт, кеңістік, салмақ пен бір қалыптылық түсініктері туралы біледі

	Секіруді дамыту үшін тапсырмалар	1.1.5.5 Түрлі кеңістіктерде бірқатар қарапайым іс-қимылдарды біледі және орындай алады
	Эстафета және қозғалмалы ойындар	1.2.5.5. Өзінің шығармашылық тапсырмаларының күшті жақтарын және жақсартуды қажет ететін жақтарын іздейді және бақылайды ----- 1.2.2.2. Әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше қалай жұмыс істеу керек екендігін біледі

## 2 сынып

Ұзақ мерзімді жоспардың бөлімдері	Тақырып/ Ұзақ мерзімді жоспардың мазмұны	Оқу мақсаттары
<b>1-тоқсан</b>		
<b>1-бөлім – Атлетика арқылы дене қасиеттерін дамыту</b>	Қауіпсіздік ережесі Денсаулық туралы жалпы түсінік	2.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды ----- 2.3.1.1 Дене жаттығулар жасау барысында сауықтыру артықшылығын талқылау және сипаттау.
	Таңғы жаттығулар жиынтығы	2.3.2.2 Дене қызметін орындаған кезде денені қыздыру және босаңсыту үдерісін анықтайды ----- 2.3.3.3 Дене жаттығуларын орындау кезінде ағзадағы физикалық өзгерістерді қалай бақылайтынын біледі

	Лақтыру секіру және жүгіру дағдылары	2.1.2.2 Өз бетінше байланыстыруды үйреніп, негізгі қозғалыс машықтарын түсінеді және жақсартады
	Лақтыру секіру және жүгірудің эстафеталық элементтері	2.1.1.1 Түрлі дене жаттығуларын орындау кезінде негізгі қозғалыс машықтарының сапасын жақсартады ----- 2. 3.5.5 Мектептен тыс және мектеп кезінде дене қимылдарына қатысу мүмкіндігін түсіне бастайды және анықтайды
<b>2-бөлім – Спорттық ойындарды меңгеру үшін қозғалыс ойындар</b>	Қозғалмалы ойындардың қимыл дағдылар спектрі	2.2.8.8 Айырмашылықтарды түсіндіре отырып, қарапайым әрекеттерді орындау кезінде өзінің рөлін және басқаларының рөлін біледі және көрсетеді
	Доппен қозғалмалы ойындар	2.1.2.2 Өз бетінше байланыстыруды үйреніп, негізгі қозғалыс машықтарын түсінеді және жақсартады ----- 2.2.2.2 Әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін командада жұмыс істей бастайды және өзіндік жұмыс жөніндегі білімді нығайтады
	Қозғалыстар арқылы ойындар	2.2.1.1 Баламаларды түсінетінін көрсетіп, қозғалыс идеяларын, стратегияларын және жоспарларды талқылайды және көрсетеді ----- 2.2.3.3 Түрлі дене жаттығулары орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маңыздылығын мойындай отырып, идеяларды, ресурстар кеңістік, білімін бекіту
	Жұптық және таптық жұмыстар	2. 3.5.5 Мектептен тыс және мектеп кезінде дене қимылдарына қатысу мүмкіндігін түсіне бастайды және анықтайды
<b>2-тоқсан</b>		
<b>3-бөлім – Гимнастика</b>	Қауіпсіздік ережесі	2.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене

<b>арқылы денені дамыту</b>	Әр түрлі физикалық іс шаралар аұылы күшті дамыту.	жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды ----- 2.3.2.2 Дене қызметін орындаған кезде денені қыздыру және босаңсыту үдерісін анықтайды
	Кең ауқымды гимнастикалық жаттығулар	2.1.2.2 Өз бетінше байланыстыруды үйреніп, негізгі қозғалыс машықтарын түсінеді және жақсартады
	Өрмелеу	2.1.5.5 Кеңістікте және динамикада қарапайым өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және жеткізе біледі ----- 2.1.4.4 Қимыл кемшіліктерін түзету қабілеттілігін дамыту үшін қозғалу машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін түсінеді және түсіндіреді
	Тепе теңдікті дамыту.	2.2.2.2 Әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін командада жұмыс істей бастайды және өзіндік жұмыс жөніндегі білімді нығайтады ----- 2.2.5.5. Өзінің шығармашылық тапсырмалары мен басқаларының тапсырмалары бойынша талқылайды және қорытындылар шығарады, сонымен қатар конструктивті ұсыныс жасайды
<b>4-бөлім – Қазақ ұлттық қозғалыс ойындары</b>	Қазақтың ұлттық ойындарымен танысу	2.2.7.7. Патриоттық сезімнің не екенін біледі, бір бірімен әрекет ету, адал бәсекелестіктің мағынасын түсінеді ----- 2. 3.5.5 Мектептен тыс және мектеп кезінде дене қимылдарына қатысу мүмкіндігін түсіне бастайды және анықтайды
	Рөльдік сюжеттік ойындар	2.2.5.5. Өзінің шығармашылық тапсырмалары мен басқаларының тапсырмалары бойынша талқылайды және қорытындылар шығарады,



		сонымен қатар конструктивті ұсыныс жасайды
	Ынтымақтастық және әділ ойын	2.2.6.6. Тақырыптарды, көңіл күйлер мен эмоцияларды жеткізу қабілеттігін көрсетіп, өзінің композициялық идеяларын түсінеді және талқылайды
<b>3-тоқсан</b>		
<b>5-бөлім –Денеге түсетін күш пен денсаулық</b>	Қауіпсіздік ережесі Белсенді қозғалыс және төзімділік	2.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды ----- 2.3.3.3 Дене жаттығуларын орындау кезінде ағзадағы физикалық өзгерістерді қалай бақылайтынын біледі
	Дене жаттығулары кезінде ағзаның өзгеруі	2.3.1.1 Дене жаттығулар жасау барысында сауықтыру артықшылығын талқылау және сипаттау. ----- 2.1.4.4 Қимыл кемшіліктерін түзету қабілеттілігін дамыту үшін қозғалу машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін түсінеді және түсіндіреді
	Дәстүрлі қазақтың жүгіру ойындары.	2.1.5.5 Кеңістікте және динамикада қарапайым өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және жеткізе біледі
	Жұптық және топтық ойындар	2.1.3.3 Қарапайым дене жаттығуларын орындау кезінде уақытты, кеңістікті және бірқалыптылықты түсінетінін көрсетеді

<b>6-бөлім –Қозғалыс ойындардың аралуандығы</b>	Көрнекті ойындар	2.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды
		2.2.2.2 Әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін командада жұмыс істей бастайды және өзіндік жұмыс жөніндегі білімді нығайтады
	Кіріктірілген ойындар	2.2.8.8 Айырмашылықтарды түсіндіре отырып, қарапайым әрекеттерді орындау кезінде өзінің рөлін және басқаларының рөлін біледі және көрсетеді
		2.1.4.4 Қимыл кемшіліктерін түзету қабілеттілігін дамыту үшін қозғалу машықтары бойынша өзінің күшті жақтарын және кемшіліктерін түсінеді және түсіндіреді
	Жай жабдықтар арқылы ойындар	2.2.3.3 Түрлі дене жаттығулары орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маңыздылығын мойындай отырып, идеяларды, ресурстар кеңістік, білімін бекіту
		2.2.5.5. Өзінің шығармашылық тапсырмалары мен басқаларының тапсырмалары бойынша талқылайды және қорытындылар шығарады, сонымен қатар конструктивті ұсыныс жасайды
	Шабуыл әрекеті арқылы ойындар	2.2.1.1 Баламаларды түсінетінін көрсетіп, қозғалыс идеяларын, стратегияларын және жоспарларды талқылайды және көрсетеді
		2.2.6.6. Тақырыптарды, көңіл күйлер мен эмоцияларды жеткізу қабілеттігін көрсетіп, өзінің композициялық идеяларын түсінеді және талқылайды

<b>4-тоқсан</b>		
<b>7-бөлім – Топтық ойындар арқылы әлеметтік дағдылар</b>	Қауіпсіздік ережесі Комуникативті дағдыларды дамыту.	2.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды ----- 2.2.8.8 Айырмашылықтарды түсіндіре отырып, қарапайым әрекеттерді орындау кезінде өзінің рөлін және басқаларының рөлін біледі және көрсетеді
	Жеке шығармашылық қабілет	2.1.2.2 Өз бетінше байланыстыруды үйреніп, негізгі қозғалыс машықтарын түсінеді және жақсартады ----- 2.2.4.4. Түрлі дене жаттығуларын орындау кезінде ережелерді және құрылымдық тәсілдерді талқылайды және көрсетеді
	Шығармашылық - топтық жұмыс арқылы	2.2.5.5. Өзінің шығармашылық тапсырмалары мен басқаларының тапсырмалары бойынша талқылайды және қорытындылар шығарады, сонымен қатар конструктивті ұсыныс жасайды ----- 2.2.6.6. Тақырыптарды, көңіл күйлер мен эмоцияларды жеткізу қабілеттігін көрсетіп, өзінің композициялық идеяларын түсінеді және талқылайды
	Өздігінен жасалатын қозғалыстағы прогресс	2.1.6.6. Тәуекелдердің туындау мүмкіндігін түсінеді, қарапайым және өзгертілген дене жаттығуларын жетілдіру кезінде машықтар мен шеберлікті нығайтады.
<b>8-бөлім – Денсаулық және дене белсенділігі</b>	Таза ауадағы дене тәрбиесі (іс-әрекеті)	2.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін аз ғана дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді

		түсінеді, оларға жауап қайтарудың кейбір негізгі жолдарын анықтайды
		2.3.1.1 Дене жаттығулар жасау барысында сауықтыру артықшылығын талқылау және сипаттау.
	Жеке және топтық белсенділік арқылы жүгіру қабілеттері	2.1.3.3 Қарапайым дене жаттығуларын орындау кезінде уақытты, кеңістікті және бірқалыптылықты түсінетінін көрсетеді
	Түрлі ұзындыққа және биіктікке секіру	2.1.5.5 Кеңістікте және динамикада қарапайым өзгерістермен іс-қимылдарды ұғынады және жеткізе біледі
	Эстафета және қозғалмалы ойындар	2.2.5.5. Өзінің шығармашылық тапсырмалары мен басқаларының тапсырмалары бойынша талқылайды және қорытындылар шығарады, сонымен қатар конструктивті ұсыныс жасайды
		2.2.2.2 Әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін командада жұмыс істей бастайды және өзіндік жұмыс жөніндегі білімді нығайтады

### 3 сынып

Ұзақ мерзімді жоспардың бөлімдері	Тақырып/ Ұзақ мерзімді жоспардың мазмұны	Оқу мақсаттары
<b>1-тоқсан</b>		

<b>1-бөлім – Жеңіл атлетика арқылы қозғалыс әрекеттері</b>	Қауіпсіздік ережесі Денсаулық туралы негізгі түсініктер	3.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде тиісінше жауап қайтарып, қиындықтар мен тәуекелдерді қалай еңсеру керек екендігін түсінеді және көрсетеді ----- 3.3.1.1 Дене жаттығуларының, сауықтыру пайдасы денсаулықты нығайтуға ықпал ететін көрсете білу және түсіну
	Түрлі іс-әрекетке бағытталған жаттығулар	3.3.2.2 Дене қызметімен айналысқанда денені қыздыру және босаңсыту маңызын түсіндіреді ----- 3.3.3.3 Дене жаттығуларын орындау кезінде физикалық өзгерістерді анықтау үшін бірқатар бақылау стратегияларын көрсетеді және түсіндіреді
	Лақтыру, секіру және жүгірудің түрлері	3.1.2.2 Дене дамуы үшін қарастырылған түрлі дене жаттығуларын орындау кезінде қозғалыстарды қалай орындау керек екендігін біледі және түсінеді
	Эстафета элементтері бар жеңіл атлетика	3.1.1.1 Негізгі дене жаттығуларын орындау кезінде қозғалыс машықтарын біледі, түсінеді және жақсартып жалғастырады. ----- 3. 3.5.5. Түрлі дене қызметтеріне қатысу мүмкіндігін қалай алу керектігін қарайды және түсіндіреді
<b>2-бөлім – Қозғалыс және спорт ойындар</b>	Қозғалмалы ойындарындағы қозғалыс дағдылары	3.2.8.8 Түрлі қарапайым әрекеттерді орындау кезінде басқаларының рөлін түсінеді және көрсетеді, олардың айырмашылықтарын ұғынады
	Қозғалыс координациясына бағытталған қозғалмалы ойындар	3.1.2.2 Дене дамуы үшін қарастырылған түрлі дене жаттығуларын орындау кезінде қозғалыстарды қалай орындау керек екендігін біледі және түсінеді

		3.2.2.2 Әрекет мақсаттарына қол жеткізуге бағытталған жұмыс барысында өзіндік және командалық жұмыстың мағынасын түсінеді. Көшбасшылық рөлдерімен алмасып, жұмыс істей бастайды
	Шапшаңдыққа бағытталған қозғалмалы ойындар	3.2.1.1 Бірқатар қозғалыс идеяларымен, стратегиялармен және жоспарлармен баламаларды талдау үшін проблемаларды жою әдістерін қолданады
		3.2.3.3 Түрлі дене жаттығулары орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маңыздылығын мойындай отырып, идеяларды, ресурстар кеңістік, білімін қолдану
	Ұжымда жұмыс атқару	3. 3.5.5. Түрлі дене қызметтеріне қатысу мүмкіндігін қалай алу керектігін қарайды және түсіндіреді
<b>2-тоқсан</b>		
<b>3-бөлім – Акробатика негіздерінде гимнастика</b>	Қауіпсіздік ережесі	3.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде тиісінше жауап қайтарып, қиындықтар мен тәуекелдерді қалай еңсеру керек екендігін түсінеді және көрсетеді
	Жаттығулар арқылы икемділікті дамыту	
	Аэробика элементтері бар гимнастика	3.3.2.2 Дене қызметімен айналысқанда денені қыздыру және босаңсыту маңызын түсіндіреді
		3.1.2.2 Дене дамуы үшін қарастырылған түрлі дене жаттығуларын орындау кезінде қозғалыстарды қалай орындау керек екендігін біледі және түсінеді
	Гимнастикалық жаттығулардағы реттілік	3.1.5.5 Орындау және бағалау кезінде бірқатар іс-қимылдарды, кеңістікті, динамиканы және байланыстарды көрсетеді және анықтай біледі

		3.1.4.4 Өзінің күшті жақтары мен кемшіліктерін анықтайды және басқалардың жаттығуларды орындау сапасын талқылайды
	Тепе-теңдікті дамытуға арналған ойындар	3.2.2.2 Әрекет мақсаттарына қол жеткізуге бағытталған жұмыс барысында өзіндік және командалық жұмыстың мағынасын түсінеді. Көшбасшылық рөлдерімен алмасып, жұмыс істей бастайды
		3.2.5.5. Өзінің шығармашылық тапсырмаларын және басқаларын талдау үшін конструктивті ұсыныстар жасау туралы алынған білімді пайдаланады және қолданады
<b>4-бөлім –Қазақ ұлттық қозғалыс ойындар</b>	Қазақтың ұлттық ойындарына баулу	3.2.7.7. Патриотизмнің мағынасын түсіндіреді, топтық және дербес дене қимылдарында өзара іс қимыл мен адал ойын көрсетеді
		3. 3.5.5. Түрлі дене қызметтеріне қатысу мүмкіндігін қалай алу керектігін қарайды және түсіндіреді
	Ынтымақтастық және әділ ойын	3.2.5.5. Өзінің шығармашылық тапсырмаларын және басқаларын талдау үшін конструктивті ұсыныстар жасау туралы алынған білімді пайдаланады және қолданады
		3.2.6.6. Тақырыптарды, көңіл күйлер мен эмоцияларды жасау үшін композициялық идеялармен эксперимент жасайды
<b>3-тоқсан</b>		

<b>5-бөлім – Денсаулық және физикалық белсенділік</b>	Қауіпсіздік ережесі Физикалық белсенділік және төзімділік	3.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде тиісінше жауап қайтарып, қиындықтар мен тәуекелдерді қалай еңсеру керек екендігін түсінеді және көрсетеді ----- 3.3.3.3 Дене жаттығуларын орындау кезінде физикалық өзгерістерді анықтау үшін бірқатар бақылау стратегияларын көрсетеді және түсіндіреді
	Дене жаттығулары кезінде өзіні өзі басқару	3.3.1.1 Дене жаттығуларының, сауықтыру пайдасы денсаулықты нығайтуға ықпал ететін көрсете білу және түсіну ----- 3.1.4.4 Өзінің күшті жақтары мен кемшіліктерін анықтайды және басқалардың жаттығуларды орындау сапасын талқылайды
	Жұптық және топтық жұмыстардағы тапсырмалар	3.1.5.5 Орындау және бағалау кезінде бірқатар іс-қимылдарды, кеңістікті, динамиканы және байланыстарды көрсетеді және анықтай біледі
	Төзімділікті дамытуға бағытталған ойындар	3.1.3.3. Уақытты, кеңістікті және бірқалыптылықты түсінетінін көрсететін машықтарды және жүйелілікті дамытады және жетілдіреді
	<b>6-бөлім – Топтық ойындар элементтері</b>	Дәлдік пен мергендікті дамытатын ойындар
	Дамытатын ойындар	3.2.2.2 Әрекет мақсаттарына қол жеткізуге бағытталған жұмыс барысында өзіндік және командалық жұмыстың мағынасын түсінеді. Көшбасшылық рөлдерімен алмасып, жұмыс істей бастайды



		3.1.4.4 Өзінің күшті жақтары мен кемшіліктерін анықтайды және басқалардың жаттығуларды орындау сапасын талқылайды
	Топтағы шығармашылықты дамытуға бағытталған ойындар	3.2.3.3 Түрлі дене жаттығулары орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маңыздылығын мойындай отырып, идеяларды, ресурстар кеңістік, білімін қолдану
		3.2.5.5. Өзінің шығармашылық тапсырмаларын және басқаларын талдау үшін конструктивті ұсыныстар жасау туралы алынған білімді пайдаланады және қолданады
	Баскетбол элементтері бар эстафета	3.2.1.1 Бірқатар қозғалыс идеяларымен, стратегиялармен және жоспарлармен баламаларды талдау үшін проблемаларды жою әдістерін қолданады
		3.2.6.6. Тақырыптарды, көңіл күйлер мен эмоцияларды жасау үшін композициялық идеялармен эксперимент жасайды
<b>4-тоқсан</b>		
<b>7-бөлім – Ойын арқылы әлеуметтік дағдылар</b>	Қауіпсіздік ережесі	3.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде тиісінше жауап қайтарып, қиындықтар мен тәуекелдерді қалай еңсеру керек екендігін түсінеді және көрсетеді
	Ойындағы қарым-қатынас дағдылары	3.2.8.8 Түрлі қарапайым әрекеттерді орындау кезінде басқаларының рөлін түсінеді және көрсетеді, олардың айырмашылықтарын ұғынады
	Жарыс элементтері бар ойындар	3.1.2.2 Дене дамуы үшін қарастырылған түрлі дене жаттығуларын орындау кезінде қозғалыстарды қалай орындау керек екендігін біледі және түсінеді

		3.2.4.4. Бірқатар дене жаттығуларына қатысқан кезде ережелерді және құрылымдық тәсілдерді білетінін қолданады және пайдаланады
	Жігерлендіру және қозғалыс қасиеттерін дамыту	3.2.5.5. Өзінің шығармашылық тапсырмаларын және басқаларын талдау үшін конструктивті ұсыныстар жасау туралы алынған білімді пайдаланады және қолданады
		3.2.6.6. Тақырыптарды, көңіл күйлер мен эмоцияларды жасау үшін композициялық идеялармен эксперимент жасайды
	Топтық қозғалыс әрекетінің прогресі	3.1.6.6 Қозғалыс қызметін оқытудың түрлі кезеңдерінде тәуекелдердің туындауын қысқартады және қиындықтарды еңсеру шеберлігі мен машықтарын жетілдіреді
<b>8-бөлім – Жеңіл атлетика арқылы салауатты өмір салты</b>	Салауатты өмір салтын қалыптастыру	3.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде тиісінше жауап қайтарып, қиындықтар мен тәуекелдерді қалай еңсеру керек екендігін түсінеді және көрсетеді
		3.3.1.1 Дене жаттығуларының, сауықтыру пайдасы денсаулықты нығайтуға ықпал ететін көрсете білу және түсіну
	Жүгіру ойындарына қатысу	3.1.3.3. Уақытты, кеңістікті және бірқалыптылықты түсінетінін көрсететін машықтарды және жүйелілікті дамытады және жетілдіреді
	Ұзындыққа және биіктікке секіру	3.1.5.5 Орындау және бағалау кезінде бірқатар іс-қимылдарды, кеңістікті, динамиканы және байланыстарды көрсетеді және анықтай біледі
	Лақтыру тәжірибелері	3.2.5.5. Өзінің шығармашылық тапсырмаларын және басқаларын талдау үшін конструктивті ұсыныстар жасау туралы алынған білімді пайдаланады және қолданады

		3.2.2.2 Әрекет мақсаттарына қол жеткізуге бағытталған жұмыс барысында өзіндік және командалық жұмыстың мағынасын түсінеді. Көшбасшылық рөлдерімен алмасып, жұмыс істей бастайды
--	--	---

#### 4 сынып

Ұзақ мерзімді жоспардың бөлімдері	Тақырып/ Ұзақ мерзімді жоспардың мазмұны	Оқу мақсаттары
<b>1-тоқсан</b>		
<b>1-бөлім – Жүгіру, секіру және лақтыру</b>	Қауіпсіздік ережесі Қысқа қашықтыққа жүгіру	4.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды таңдайды және қолданады ----- 4.3.1.1 Дене жаттығулары үшін денсаулық және салауатты өмір салтын маңыздылығын талдау және түсіну
	Ұзындыққа секіру негіздері	4.3.2.2 Дене қызметімен айналысқан кезде, денені қыздыру және босаңсыту қажеттілігін көрсетеді және талқылайды ----- 4.3.3.3 Дене қимылдарын орындау кезінде немесе орындағаннан кейін белгілі бір физикалық өзгерістерді көру үшін бірқатар бақылау стратегияларын қолданады
	Лақтырудың түрлерімен тәжірибелер	4.1.2.2 Дене дамуына ықпал ететін түрлі жүйелі жаттығулар мен қозғалыстарды орындау сапасын арттыруды түсінеді және көрсетеді
	Жеңіл атлетика элементтері бар эстафета	4.1.1.1 Түрлі дене жаттығуларын орындау кезінде негізгі қозғалыс машықтарын түсінеді және көрсетеді

		4. 3.5.5. Дене қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін зерттейді және салыстырады, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдары
<b>2-бөлім – Жеңілдетілген спорттық ойындар</b>	Волейбол доптарымен ойындар	4.2.8.8 Түрлі әрекеттерді орындау кезінде түрлі рөлдермен эксперимент жасайды және орындауға кіріседі, олардың айырмашылықтарын бағалайды.
	Спорттық ойындар	4.1.2.2 Дене дамуына ықпал ететін түрлі жүйелі жаттығулар мен қозғалыстарды орындау сапасын арттыруды түсінеді және көрсетеді
		4.2.2.2 Көшбасшылық рөлдерімен кезектесіп алмасып, әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше және топта жұмыс істей біледі
	Техникасы жеңіл тапсырмалар	4.2.1.1 Баламаларды анықтап және жасап қозғалыс идеяларын, стратегияларды және жоспарларды анықтайды және ұйымдастырады.
		4.2.3.3 Түрлі дене жаттығулары орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маңыздылығын мойындай отырып, идеяларды, ресурстар кеңістік айрмашылығын білу.
Топтағы негізгі жұмыстар	4. 3.5.5. Дене қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін зерттейді және салыстырады, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдары	
<b>2-тоқсан</b>		
<b>3-бөлім – Гимнастиканың негізгі элементтері</b>	Қауіпсіздік ережесі	4.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды таңдайды және қолданады
	Жалпы дамытуға арналған жаттығулар	4.3.2.2 Дене қызметімен айналысқан кезде, денені қыздыру және босаңсыту қажеттілігін көрсетеді және талқылайды

	Акробатиканың жеңіл элементтері	4.1.2.2 Дене дамуына ықпал ететін түрлі жүйелі жаттығулар мен қозғалыстарды орындау сапасын арттыруды түсінеді және көрсетеді
	Жеңіл гимнастикалық құралдармен жаттығулар	4.1.5.5 Қолданылатын бірқатар іс-қимылдарды, кеңістікті, динамиканы және байланыстарды көрсете және түсіндіре отырып, өзінің және басқаларының іс-қимылдарды орындауына ортақтасады
		4.1.4.4. Дене жаттығуларын шебер орындау үшін әлеуетті анықтап, қозғалыстың күшті және әлсіз жақтарын салыстырады
	Гимнастикалық құралдарға бағытталған тапсырмалар	4.2.2.2 Көшбасшылық рөлдерімен кезектесіп алмасып, әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше және топта жұмыс істей біледі
		4.2.5.5. Орындаушыларға конструктивтік ұсыныстар жасау үшін шығармашылық тапсырмаларға қатысты өзінің сыни тұрғыдан көзқарасы мен басқаларының көзқарастарын біріктіреді
<b>4-бөлім – Қазақ ұлттық ойындар</b>	Қазақтың қозғалмалы ойындары	4.2.7.7. Топтық және дербес дене қимылдарында патриоттық сезімін, өзара іс қимылдар мен адал бәсекелестікті көрсетеді
		4. 3.5.5. Дене қимылдарына қатысудың түрлі мүмкіндіктерін зерттейді және салыстырады, оларға қатысу мүмкіндіктерін алу жолдары
	Ұлттық зияткерлік ойындар	4.2.5.5. Орындаушыларға конструктивтік ұсыныстар жасау үшін шығармашылық тапсырмаларға қатысты өзінің сыни тұрғыдан көзқарасы мен басқаларының көзқарастарын біріктіреді
		4.2.6.6. Белгілі бір тақырыптарды, көңіл күйлер мен эмоцияларды жеткізу үшін бірқатар композициялық идеяларды анықтайды және

		құрайды
<b>3-тоқсан</b>		
<b>5-бөлім – Шаңғы/кросс/коньки даярлық негіздері<sup>1</sup></b>	Қауіпсіздік ережесі	4.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды таңдайды және қолданады
	Тапсырма арқылы дене шынықтыру компоненттерін дамыту	4.3.3.3 Дене қимылдарын орындау кезінде немесе орындағаннан кейін белгілі бір физикалық өзгерістерді көру үшін бірқатар бақылау стратегияларын қолданады
	Аэробикалық жаттығудың пайдасы	4.3.1.1 Дене жаттығулары үшін денсаулық және салауатты өмір салтын маңыздылығын талдау және түсіну
		4.1.4.4. Дене жаттығуларын шебер орындау үшін әлеуетті анықтап, қозғалыстың күшті және әлсіз жақтарын салыстырады
	Қашықтықтан өту тапсырмалары	4.1.5.5 Қолданылатын бірқатар іс-қимылдарды, кеңістікті, динамиканы және байланыстарды көрсете және түсіндіре отырып, өзінің және басқаларының іс-қимылдарды орындауына ортақтасады
		4.1.3.3 Қимылды орындаудың уақыт, кеңістік және бір қалыптылық туралы түсініктерін көрсететін бірқатар тиімді машықтарды және жүйеліліктерді түсінеді және қолдана біледі

<sup>1</sup>Шаңғы/кросс/коньки даярлық сабақтарын әр-түрлі аймақтардың ауа райына сәйкес өзара алмастыруға болады

<b>6-бөлім – Бірлескен және шытырман тапсырмалар арқылы оқыту</b>	Басқалармен ынтымақтастық және көшбасшылық	4.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды таңдайды және қолданады
		4.2.2.2 Көшбасшылық рөлдерімен кезектесіп алмасып, әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше және топта жұмыс істей біледі
	Шытырман және бірлескен тапсырмалар арқылы оқыту	4.2.8.8 Түрлі әрекеттерді орындау кезінде түрлі рөлдермен эксперимент жасайды және орындауға кіріседі, олардың айырмашылықтарын бағалайды.
		4.1.4.4. Дене жаттығуларын шебер орындау үшін әлеуетті анықтап, қозғалыстың күшті және әлсіз жақтарын салыстырады
	Ойындардағы қиялды дамыту	4.2.3.3 Түрлі дене жаттығулары орындауда қолайлы оқыту ортасын құру маңыздылығын мойындай отырып, идеяларды, ресурстар кеңістік айрмашылығын білу.
		4.2.5.5. Орындаушыларға конструктивтік ұсыныстар жасау үшін шығармашылық тапсырмаларға қатысты өзінің сыни тұрғыдан көзқарасы мен басқаларының көзқарастарын біріктіреді
	Баскетбол элементтері бар ойындар	4.2.1.1 Баламаларды анықтап және жасап қозғалыс идеяларын, стратегияларды және жоспарларды анықтайды және ұйымдастырады.
		4.2.6.6. Белгілі бір тақырыптарды, көңіл күйлер мен эмоцияларды жеткізу үшін бірқатар композициялық идеяларды анықтайды және құрайды

**4-тоқсан**

<b>7-бөлім –Қарым-қатынас орнату үшін ойындар</b>	Қауіпсіздік ережесі Допты игеру дағдыларын дамыту	4.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды таңдайды және қолданады ----- 4.2.8.8 Түрлі әрекеттерді орындау кезінде түрлі рөлдермен эксперимент жасайды және орындауға кіріседі, олардың айырмашылықтарын бағалайды.
	Доппен жасалатын жаттығуларды құрастыру	4.2.6.6. Белгілі бір тақырыптарды, көңіл күйлер мен эмоцияларды жеткізу үшін бірқатар композициялық идеяларды анықтайды және құрайды ----- 4.2.4.4 Түрлі дене жаттығуларын орындау кезінде ережелер мен құрылымдық тәсілдерді жасайды және қолданады
	Ойындардағы топтық іс-әрекеттер	4.2.5.5. Орындаушыларға конструктивтік ұсыныстар жасау үшін шығармашылық тапсырмаларға қатысты өзінің сыни тұрғыдан көзқарасы мен басқаларының көзқарастарын біріктіреді ----- 4.1.2.2 Дене дамуына ықпал ететін түрлі жүйелі жаттығулар мен қозғалыстарды орындау сапасын арттыруды түсінеді және көрсетеді
	Доппен түрлендірілген ойындар	4.1.6.6 Жаттығулардың әр түрін орындау кезінде тәуекелдерді қысқарту және туындайтын қиындықтарды еңсеру қабілеттілігін көрсетіп орындалатын жаттығулардың күрделілігінің деңгейін тани біледі
<b>8-бөлім –Денсаулық туралы білім алу және практика арқылы</b>	Қозғалмалы ойындар дене шынықтырудың компоненті ретінде	4.3.4.4. Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау кезінде қиындықтар мен тәуекелдерді еңсеру үшін тиісті реакцияларды таңдайды және қолданады



<b>машықтандыру</b>		4.3.1.1 Дене жаттығулары үшін денсаулық және салауатты өмір салтын маңыздылығын талдау және түсіну
	Жүгіру дағдылары мен денсаулықты нығайту	4.1.3.3 Қимылды орындаудың уақыт, кеңістік және бір қалыптылық туралы түсініктерін көрсететін бірқатар тиімді машықтарды және жүйеліліктерді түсінеді және қолдана біледі
		4.1.5.5 Қолданылатын бірқатар іс-қимылдарды, кеңістікті, динамиканы және байланыстарды көрсете және түсіндіре отырып, өзінің және басқаларының іс-қимылдарды орындауына ортақтасады
	Денсаулықты нығайтуға арналған ойындар мен эстафеталар	4.2.5.5. Орындаушыларға конструктивтік ұсыныстар жасау үшін шығармашылық тапсырмаларға қатысты өзінің сыни тұрғыдан көзқарасы мен басқаларының көзқарастарын біріктіреді
		4.2.2.2 Көшбасшылық рөлдерімен кезектесіп алмасып, әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін өз бетінше және топта жұмыс істей біледі

1-қосымша. Орта білім беру мазмұнын жаңартудың тұжырымдамалық идеяларының визуалды көрінісі



