

БЕКІТЕМІН
«Тайпа» ЖОББ» КСМ директорының
міндетін атқарушы
Алиев А.С.
« 01 » 08 2023 ж.



КЕЛІСЕМІН
Директордың тәрбие ісі жөніндегі
орынбасары
Касенов А.М.
« 31 » 08 2023 ж.

Ә/Б ОТЫРЫСЫНДА
қаралды
Хаттама №1
Бірлестік жетекшісі
Букепов Н.Н.
« 31 » 08 2023 ж.

«Қазақ күресі» үйірмесінің күнтізбелік-тақырыптық жоспары

Мұғалім: Бкенов Нурбол Нурланович

2023-2024 оқу жылы

**2023-2024 оқу жылына арналған қазақша күрес үйірмесінің
күнтізбелік жоспары (аптасына 2 сағат, жылдық 68 сағат)**

№	Тақырып мазмұны	Сағат саны	Өтілетін мерзім	Ескерту
1.	Қазақ күрес тарихы	2		
2.	Қауіпсіздік ережелері	2		
3.	ЖДЖ	2		
4.	Күреспен танысу	2		
5.	Қазақ күресінің тактикасы	2		
6.	Техникалық-тактикалық дайындық	2		
7.	Құлау әдістері	2		
8.	Палуканның жан-жақты дайындығы	2		
9.	Арқадан тастау тәсілдері	2		
10.	Арқадан тастау тәсілдері	2		
11.	Қателер, қорғаныс, қарсы әдістер	2		
12.	Арқадан тастау тәсілдері	2		
13.	Күшке тән жаттығулары	2		
14.	Жамбасқа салып орындалатын тәсілдері	2		
15.	Жамбасқа салып орындалатын тәсілдері	2		
16.	Шалу әдістері	2		
17.	Шалу әдістердің айла тәсілдері	2		
18.	Шалу әдістері	2		
19.	Күшке тән жаттығулары	2		
20.	Жамбасқа салып орындалатын тәсілдері	2		
21.	Белдіктен немесе жеңнен ұстап, аяқтан шалу	2		
22.	Белдіктен немесе жеңнен ұстап, аяқтан шалу	2		
23.	Толық меңгеру жаттығулары	2		
24.	Толық меңгеру жаттығулары	2		
25.	Күшке тән жаттығулары	2		
26.	Жеңнен немесе нықтан ұстап, сыртқа шалу	2		
27.	Жеңнен немесе нықтан ұстап, сыртқа шалу	2		
28.	Кездесетін қателер, қарсы әдіс	2		
29.	Толық меңгеру жаттығулары	2		
30.	Күшке тән жаттығулары	2		
31.	Аяқтан қағу әдістері	2		
32.	Аяқтан қағу әдістері	2		
33.	Аяқтан қағу әдістері	2		
34.	Күшке тән жаттығулары	2		

Түсінік хат

«Денсаулық зор байлық» әрбір адамның өз денсаулығы өз қолында соны өздері бағалай білуі керек. Оқушылардың күреске деген икемділіктерін, қызығушылықтарын бақылау және арттыру.

Оқушылардың дайындығына қойылатын талаптар:

1. Қауіпсіздік ережелерін түсіну, қадағалау;
2. Кілемнің ұзындығы 25, ені 25 м болуы;
3. Оқушылардың бойына ізгілік, адамгершілік, еңбекқорлық пен төзімділік қасиеттерін қалыптастыру;

Мақсаты:

- ❖ Оқушылардың қазақша күреске деген қызығушылығын арттыру;
- ❖ Оқушылардың дене қимылын, күреске деген ынталарын арттыру;
- ❖ Күрес барысында оқушылардың дұрыс құлауын еш жеріне зақым келмеуін қадағалау;
- ❖ Әр оқушының іс – әрекетін қимыл – қозғалыстардың ырғағын сақтай білуін қадағалау;
- ❖ Күресті оқушыларға дұрыс үйрету, қателіктерін күрес барысында айтып отыру;

Міндеттері:

- ❖ Үйірмеге қатысушы оқушылардың киімдері болуы, басталу уақытынан қалмауы;
- ❖ Қауіпсіздік ережесін оқушылардың білуі;
- ❖ Түрлі жарыстарға қатысу;
- ❖ Үйірме барысында мұғалімнің айтқанын қатаң түрде тыңдау;
- ❖ Спорттық ойындарына үлестерін қосу;
- ❖ Күреске шыққанда бір – бірімен амандасуды, үйреткен жаттығуларды дұрыс орындауын, белдесуді, қарсы жаттығуды жасауды, күрес кезінде қолын жерге тіремеуді білу;

БЕКІТЕМІН:

«Тайтөбе ауылының ЖОББМ»КММ
мектеп директорының міндетін атқару
Г.С.Алиева

« » _____ 2023 жыл

«Тайтөбе ауылының жалпы орты білім беретін» КММ

2023-2024 оқу жылына арналған қазақша күрес үйірмесінің өтілу кестесі

№	Өтетін күндері	Ауысым	Уақыты	Ескерту
1	Дүйсенбі			
2	Сейсенбі		19:00 - 20:00	
3	Сәрсенбі			
4	Бейсенбі		19:00 - 20:00	
5	Жұма			
6	Сенбі			
7	Жексенбі			

2023-2024 оқу жылына арналған қазақша күрес үйірмесіне қатысатын оқушылар тізімі

№	Оқушының аты-жөні	Сыныбы
1	Умар Бектас	3 а
2	Хамит Ерасыл	3 а
3	Орал Бауыржан	3 а
4	Жомарт Санжар	3 ә
5	Тленбаев Асанали	3 ә
6	Самат Али	3 ә
7	Данаұлы Ақжігіт	3 ә
8	Аманбай Мухаммедханапия	3 ә
9	Серік Алдияр	3 б
10	Елбайұлы Айарыс	3 б
11	Жасұлан Нұрдәулет	3 б
12	Абдухамет Бейбарыс	3 б
13	Айтжан Ислам	3 б
14	Әділхан Мәди	3 в
15	Бейбір Айсұлтан	3 в
16	Кәукен Алдияр	3 в
17	Серікбай Ерасыл	3 в
18	Асауке Барыс	4 а
19	Ибрагим Досымжан	4 а
20	Мұхтар Алихан	4 а
21	Жақсыбай Нұрасыл	4 ә
22	Тоқан Мырзатай	4 б
23	Сартай Нұрасыл	4 б