Дене шынықтыру

№	АЙ	қаңтар											ақпан												наурыз																			
	КҮНІ Оқушының тегі мен аты	8	9	12	15	16	19	22	23	26	29	30	2	5	6	9	12	13	16	19	20	23	26	27	1	4	5	11	12	15	18	19												
1	Абельдиева Дилара	8			9		9																																					
2	Азатиев Дінмұхаммед		9			9																																						
3	Айбеков Толенберген			9			9																																					
4	Байгобек Асмира	7			7			7																																				
5	Бөкенбай Нұрәділ		8			8																																						
6	Ерышев Мансұр			10			9																																					
7	Коптлеуова Әдемі		9		9																																							
8	Латыпова Румия	8		8		8																																						
9	Марат Ердәулет		10		10		10																																					
10	НУРСУЛТАНОВ ЖАНИБЕК			8		8																																						
11	Тлеков Ерік	9			10																																							
12	Төлеш Айару		9			9																																						
13	Тулеубаев Абдул-азиз			10			10																																					
14	ТУРАБАЕВ БОЛАТБЕК		8		8																																							
15	Хасенов Асет	9		10		10																																						
16	Юсупов Арман		6		6																																							
17																																												
18																																												
19																																												
20																																												
21																																												
22																																												
23																																												
24																																												
25																																												
26																																												
27																																												
28																																												
29																																												
30																																												
31																																												
32																																												
33																																												
34																																												
35																																												
36																																												
37																																												
38																																												
39																																												
40																																												
41																																												
42																																												
43																																												
44																																												
45																																												

Бекет Баларисович Зинаддинов

3 тоқсан бойынша бағаны есептеу								
Оқу бағдарламасының бөлімдері үшін ЖБ балдары				Тоқсандағы жиынтық бағалау баллы	% (ҚБ+БЖБ)	% ТЖБ	% Сомасы	Тоқсандық баға
БЖБ 1	БЖБ 2	БЖБ 3	БЖБ 4					
Максималды баллдар								
								ЕСП
								ЕСП
								ЕСП
								ЕСП
								ЕСП
								ЕСП
								ЕСП
								ЕСП
								ЕСП
								ЕСП
								ЕСП
								ЕСП
								ЕСП
								ЕСП
								ЕСП
								ЕСП
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-
								-

Күні, айы	Тақырыптар	Үй тапсырмасы
08.01	Қауіпсіздік ережесі. Физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгерістер.	
09.01	Физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгерістер.Бір колоннадан екінші коллоннаға және бір қатардан екінші	
12.01	Физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгерістер.60 м бөренеден секіру	
15.01	Физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгерістер. Уакытка бір орында жүгіру .	
16.01	Дене жаттығулары кезінде өзін-өзі басқару.Гигиеналық гимнастика жаттығулары	
19.01	Дене жаттығулары кезінде өзін-өзі басқару. Жугіруден кейін жүрек қағысын тексеру	
22.01	Дене жаттығулары кезінде өзін-өзі басқару.. Бағытты және екпінді өзгертіп жүгіру	
23.01	Дене жаттығулары кезінде өзін-өзі басқару.Қайталап 3*10 м жүгіру	
26.01	Физикалық жүктеменің ағзаға әсері Уақытты есепке алмай қашықтыққа жүгіру	
29.01	Физикалық жүктеменің ағзаға әсері .Денені еденен қол күшімен көтеру	
30.01	Төзімділікті дамытуға бағыт-талған дене жаттығулары. Бір орында жерден секіру әдісі(рет)	
02.02	Төзімділікті дамытуға бағыт-талған дене жаттығулары. Командалық тартысу ойыны	
05.02	Төзімділікті дамытуға бағыт-талған дене жаттығулары. Екі қолды мейлінше өоғары көтеріп тұру	
06.02	Төзімділікті дамытуға бағыт-талған дене жаттығулары. Бір аяқты көтеріп тұру (уақытка)	
09.02	Төзімділікті дамытуға бағыт-талған дене жаттығулары. Бір аяқты көтеріп тұру (уақытка)	
12.02	Ролдерді анықтайтын ойын әрекеттері. Орта-доп ойыны	
13.02	Ролдерді анықтайтын ойын әрекеттері Орта-доп ойыны	
16.02	Ролдерді анықтайтын ойын әрекеттері Орта-доп ойыны	
19.02	Ролдерді анықтайтын ойын әрекеттері Пионербол ойыны	
20.02	Көшбасшылық қасиеттерін дамытуға бағытталған ойындар Пионербол ойыны	
23.02	Көшбасшылық қасиеттерін дамытуға бағытталған ойындар. Пионербол ойыны	
26.02	Көшбасшылық қасиеттерін дамытуға бағытталған ойындар. Пионербол ойыны	
27.02	Топтағы шығармашылықты дамытуға бағытталған ойындар. Қарама қарсы тұрып секіріп ойнау	
01.03	Топтағы шығармашылықты дамытуға бағытталған ойындар. Екі адамдық секіріп ойнау	
04.03	Топтағы шығармашылықты дамытуға бағытталған ойындар. Допты торға тастау	
05.03	Топтағы шығармашылықты дамытуға бағытталған ойындар. Допты торға тастау	
11.03	Командалық ойындардағы тактика және стратегия. Баскетбол ойыны	
12.03	Командалық ойындардағы тактика және стратегия. Баскетбол ойыны	
15.03	Командалық ойындардағы тактика және стратегия. Баскетбол ойыны	
18.03	Командалық ойындардағы тактика және стратегия. Баскетбол ойыны	
19.03	Командалық ойындардағы тактика және стратегия. Баскетбол ойыны	
	Сабақтар саны: 31	