



Шығыс Қазақстан облысы білім басқармасы
Тарбағатай ауданы бойынша білім бөлімінің
«А.Байтұрсынов атындағы орта мектебі»
коммуналдық мемлекеттік мекемесі

«Гір» спорты үйірмесінің жоспары

Жетекшісі Елубаев Б.Ж

2021-2022 жыл

Түсінік хат

«Гір» спорты үйірме жұмыстарында мектеп бағдарламасына байланысты «Гір» спорты ережелері әдіс-тәсілдері үйретіледі. Жаттығу кезінде оқушылар өзара қауіпсіздік ережелерін сақтай отырып, әр оқушы өзінің меңгерген әдіс-тәсілдерін жетілдіре түседі. Үйірменің жұмысы әр оқушының салауатты өмір салтын ұстануына, қимыл-қозғалыс негіздерін игеру арқылы ықтиярлықпен қараудың қажеттілігін қалыптастыру, физикалық және психикалық қасиеттерінің толық дамуын, дене бітімінің қалыптасуын дамытуға әсерін тигізеді.

Оқушылардың денсаулықтарының алдын алу, дененің қимыл –қозғалыс үйлесімдігін дамытады. Жеке гигиена, күн тәртібі, дене жаттығуларының ағзаға тигізетін әсері, жұмыс істеу қабілеті мен қимыл-қозғалыс қабілетін дамыту секілді қарапайым білім деңгейін қалыптастырады. Үйірмеге қатысатын әр оқушының оқу-жаттығу кезінде үйренген әдіс –тәсілін іс жүзінде көрсетіп негізін қалыптастырады.

«Гір» спорты үйірмесінің жұмысының мақсаты

«Гір» спорты бойынша жарысты еске ала отырып, жасалған бұл жүйе мынандай мақсаттарды назарда ұстайды. Гір тасын серпе және жұлқа көтерудің практикалық және техникалық шарттарын айқындау және анықтау. Ережелерді нақты жағдайда қолдану және оларды тиімді оқып үйренуді жүзеге асыру кезінде жеткізілетін пән болып табылады. Бұл нақты ережелерді Қазақстан Республикасының ұйымдастырған біріншілігінде, кубок жолындағы жарыстарда, халықаралық кездесулер мен турнирлерде қолдануға міндетті. Жекелеген оқушының сан қырлы дамып, оның рухани қажеттілігінің арта түсуін қамтамасыз ету. Сол арқылы спортқа деген соның ішінде «Гір» спортына деген қызығушылығын арттыру, оқушылардың өз бетімен іздене білуіне жағдай туғызу. «Гір» спортына баулу, «Гір» спортының құндылығын тани және мәдениетінің негізін қалыптастыруға баулу.

Күтілетін нәтиже

1. «Гір» спортының әдіс-тәсілін жаттығуларды орындау.
2. Оқушы «Гір» спортының ережесін толық үйреніп, сол ережелерді іс жүзінде толығымен көрсете алатындай «Гір» спортының негізін қалыптастырады.
3. Оқушының жарыс кезінде жеңіске жету және жүлделі орындардан көріне білу.
4. Ең үздік шебер спортшыны дайындау аудандық, облыстық жарыстарда үнемі жақсы нәтижелер көрсету.

Гір көтеру кезіндегі қауіпсіздік ережелері:

- 1. Мұғалімнің рұқсатынсыз немесе мұғалімсіз спорт залға гірмен жаттығу жасауға болмайды.*
- 2. Жаттығуларды орындауды ұйымдастыру барысында қойылатын біріңғай талаптарды дәл орындау керек.*
- 3. Алдын ала қыздырыну жаттығуларынсыз гiрдi көтерiп жаттығу жасауға болмайды.*
- 4. Жаттығу жасар алдында снарядқа жақын тұрған оқушының жоқтығына көз жеткізіп алу керек.*
- 5. Осы сабаққа арналған қауіпсіздік техникасы бойынша нұсқаулықты мұқият тыңдау керек.*

2021-2022 оқу жылы

«Гір» спорты үйірмесінің жоспары

Р/с	Өткізілетін тақырыптар	Сағат саны		
		Барлығы	Теориялық сабақтар	Практикалық сабақтар
1	Қазақстандағы дене тәрбиесі және спорт туралы түсінік	1	1	
2	Адам ағзасы және құрлысы туралы түсінік	1	1	
3	Дене тәрбиесі жаттығуларының адам ағзасына әсері	1	1	
4	Гигиена, дәрігерлік бақылау, өзін-өзі бақылау	1	1	
5	Гір спортының методикасы мен жаттығуларының негізі	1	1	
6	Ереже, жарыстарды ұйымдастыру және өткізу	1	1	
7	Қажетті құрал-жабдықтар	1	1	
8	Жалпы және арнайы дене дайындығы	80	1	79
9	Гір спортының техникасы мен тактикасының негіздері	183	1	182
10	Сынақ жарыстары	1		1
11	Сынақ жаттығулары	1		1
12	Экскурсия, жарыстарды тамашалау	1		
13	Барлығы :	272	9	263

Бекітемін
А.Байтұрсынов атындағы
орта мектептің директоры
Б.Тақиров



Апталық кесте
2021-2022 оқу жылы

Ай атауы	Апта				
	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма
Қыркүйек	15.00-17.20		15.00-17.20		15.00-17.20
Қазан	15.00-17.20		15.00-17.20		15.00-17.20
Қараша	15.00-17.20		15.00-17.20		15.00-17.20
Желтоқсан	15.00-17.20		15.00-17.20		15.00-17.20
Қаңтар	15.00-17.20		15.00-17.20		15.00-17.20
Ақпан	15.00-17.20		15.00-17.20		15.00-17.20
Наурыз	15.00-17.20		15.00-17.20		15.00-17.20
Сәуір	15.00-17.20		15.00-17.20		15.00-17.20
Мамыр	15.00-17.20		15.00-17.20		15.00-17.20

Жаттықтырушы :  Б.Елубаев

Шығыс Қазақстан облысы

Тарбағатай ауданы

Маңырақ ауылының тұрғыны

Салыққали Ерлен

А.Байтұрсынов атындағы орта
мектебінің директоры

Б.Такиров жолдасқа

Өтініш

Менің сізге өтініш беретін себебім төмендегідей:

Менің 6 сыныпта оқитын балам

Ерленқұдыл Нұрсәуле

«Гір» спорты үйірмесіне қатыстыруыңызды сұраймын.

Өтініш иесі: Ерлен.

2021-2022 оқу жылы

Шығыс Қазақстан облысы
Тарбағатай ауданы
Маңырақ ауылының тұрғыны
Ташитова Майра
А.Байтұрсынов атындағы орта
мектебінің директоры
Б.Такиров жолдасқа

Өтініш

Менің сізге өтініш беретін себебім төмендегідей:

Менің 9 сыныпта оқитын балам

Мұхамбетқұл Әраман

«Гір» спорты үйірмесіне қатыстыруыңызды сұраймын.

Өтініш иесі: Майра

2021-2022 оқу жылы

Шығыс Қазақстан облысы

Тарбағатай ауданы

Маңырақ ауылының тұрғыны

Аманжолдин Жалғат

А.Байтұрсынов атындағы орта
мектебінің директоры

Б.Такиров жолдасқа

Өтініш

Менің сізге өтініш беретін себебім төмендегідей:

Менің 2 сыныпта оқитын балам

Шалғатова Әулигер

«Гір» спорты үйірмесіне қатыстыруыңызды сұраймын.

Өтініш иесі: Аманжолдин

2021-2022 оқу жылы

Шығыс Қазақстан облысы

Тарбағатай ауданы

Маңырақ ауылының тұрғыны

Садыров Аскар

А.Байтұрсынов атындағы орта
мектебінің директоры

Б.Такиров жолдасқа

Өтініш

Менің сізге өтініш беретін себебім төмендегідей:

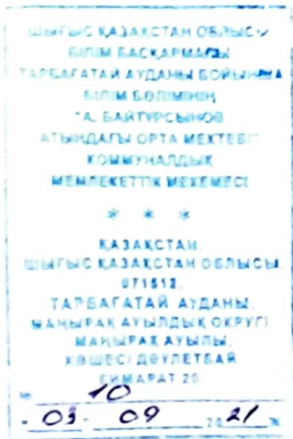
Менің 9 сыныпта оқитын балам

Дәуітсекова Ақсәтә

«Гір» спорты үйірмесіне қатыстыруыңызды сұраймын.

Өтініш иесі: Ақсәтә

2021-2022 оқу жылы



Анықтама

Берілді осы анықтама спорт үйірмелеріне қатысатын төмендегі оқушыларға, себебі олар 2021-2022 оқу жылында ШҚО, Тарбағатай ауданы, Маңырақ ауылы Шығыс Қазақстан облысы білім басқармасы Тарбағатай ауданы бойынша білім бөлімінің «А.Байтұрсынов атындағы орта мектебі» КММ-де оқитыны рас.

Гір үйірмесіне қатысатын оқушылар		
1	Ықыласбекұлы.Е	9-сынып
2	Дәуітбекова.А	9-сынып
3	Талғатова.Г	8-сынып
4	Ерланқызы.Н	6-сынып

Мектеп директоры



Б.Такиров

**Оқушылардың үйірмеге қатысуын белгілеу
ЖУРНАЛЫ
2021-2022 оқу жылы**

P/C	Аты-жөні күні	Айы: Қыркүйек											
		3	6	8	10	13	15	17	20	22	24	27	29
1	Ықыласбекұлы.Е									ж			
2	Дәуітбекова.А												
3	Талғатова.Г						ж						
4	Ерланқызы.Н												

P/C	Аты-жөні күні	Айы: Қазан												
		1	4	6	8	11	13	15	18	20	22	25	27	29
1	Ықыласбекұлы.Е													
2	Дәуітбекова.А			ж										
3	Талғатова.Г													
4	Ерланқызы.Н												ж	

P/C	Аты-жөні күні	Айы: Қараша												
		1	3	5	8	10	12	15	17	19	22	24	26	29
1	Ықыласбекұлы.Е	ж												
2	Дәуітбекова.А				ж									
3	Талғатова.Г													
4	Ерланқызы.Н													

P/C	Аты-жөні күні	Айы: Желтоқсан											
		3	6	8	10	13	15	17	20	22	24	27	29
1	Ықыласбекұлы.Е												
2	Дәуітбекова.А												
3	Талғатова.Г							ж					
4	Ерланқызы.Н	ж											

P/C	Аты-жөні күні	Айы: Қаңтар												
		3	5	7	10	12	14	17	19	21	24	26	28	31
1	Ықыласбекұлы.Е	ж												
2	Дәуітбекова.А											ж		
3	Талғатова.Г													
4	Ерланқызы.Н													


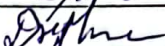

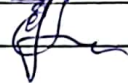
P/C	Аты- жөні күні	Айы: Ақпан											
		2	4	7	9	11	14	16	18	21	23	25	28
1	Ықыласбекұлы.Е												жк
2	Дәуітбекова.А												
3	Талғатова.Г												
4	Ерланқызы.Н	жк											

P/C	Аты- жөні күні	Айы: Наурыз									
		2	4	7	11	14	16	18	25	28	30
1	Ықыласбекұлы.Е								жк		
2	Дәуітбекова.А			жк							
3	Талғатова.Г										
4	Ерланқызы.Н										

P/C	Аты -жөні күні	Айы: Сәуір												
		1	4	6	8	11	13	15	18	20	22	25	27	29
1	Ықыласбекұлы.Е									жк				
2	Дәуітбекова.А													
3	Талғатова.Г													
4	Ерланқызы.Н	жк												

P/C	Аты- жөні күні	Айы: Мамыр								
		2	4	6	11	13	16	18	20	23
1	Ықыласбекұлы.Е				жк					
2	Дәуітбекова.А									
3	Талғатова.Г	жк								
4	Ерланқызы.Н								жк	

«Гір» спорты үйірмесіне қатысатын оқушылардың техникалық қауіпсіздік ережелері 2021-2022 оқу жылы.

Р/с	Оқушының аты-жөні	Танысқан уақыты	Қолы
1	Ықыласбекұлы.Е	03.09.2021	
2	Дәуітбекова.А	03.09.2021	
3	Талғатова.Г	03.09.2021	
4	Ерланқызы.Н	03.09.2021	

«Гір» спорты үйірмесіне қатысатын оқушылардың тізімі 2021-2022 оқу жылы.

Р/с	Оқушының аты-жөні	Туған жылы	Сыныбы	Дәрігер
1	Ықыласбекұлы.Е	2007	9-сынып	
2	Дәуітбекова.А	2007	9-сынып	
3	Талғатова.Г	2008	8-сынып	
4	Ерланқызы.Н	2009	6-сынып	