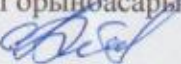
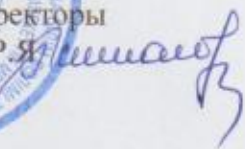


Келісемін
Тәрбие ісі жөніндегі орынбасары
Ермуханбетов С.К. 



Бекітемін
Мектеп директоры
Османова Р.Я. 

“Қазақ күрес үйірмесі”

Үйірме сағатының оқу - тақырыптық жоспары

Дене тәрбиесінің мұғалімі: Айдарбеков М.Б

2025-2026 оқу жылы

Қазақ күресінен 6-11 сыныптарға арналған

Тақырыптық – күнтізбелік жоспар.

№	Сабақтың тақырыбы	Сағат саны	Ұйымдастыру формасы
I тоқсан		8	
1	Қазақ күресі туралы түсінік, қауіпсіздік ережелері.	1	дәріс
2	Спорт құрал-жабдықтары және жаттығу орны	2	дәріс
3	Аяқты іштен іліп, кеудеден асыра шалқайып лақтыру әдістері.	2	дәріс
4	Ұстау және ара қашықтық	3	Дәріс тәжірибе
II тоқсан		8	
1	Қауіпсіздік ережесі, жамбас әдісі	1	Дәріс тәжірибе
2	Қазақ күрестің тактикалық іс-әрекеттері	1	Дәріс тәжірибе
3	Қоян-қолтық көне күресі	1	Дәріс тәжірибе
4	Аяқты іштен іліп, кеудеден асыра шалқайып лақтыру әдістері.	3	Дәріс тәжірибе
5	Шалып жы,у әдістері	2	Дәріс тәжірибе
III тоқсан		10	
1	Қауіпсіздік ережесі	1	Дәріс тәжірибе
2	Ұлттық спорт жарысы	1	Дәріс тәжірибе
3	Жамбасқа салу жаттығулары	4	Дәріс тәжірибе
4	Иыққа асып лақтыру әдістері	4	Дәріс тәжірибе
IV тоқсан		8	
1	Қауіпсіздік ережесі	1	Дәріс
2	Бастан асыра лақтыру әдісі	3	Дәріс тәжірибе
3	Іштен шалып лақтыру әдісі	5	Дәріс тәжірибе
4	Жамбас әдісі	1	Дәріс тәжірибе
5	Қарсы әдіс	1	Дәріс тәжірибе
Барлығы: 34 сағат			

Жаттықтырушы: Айдарбеков М.Б

2025-2026 оқу жылы

Қазақ күресінен 3-6 сыныптарға арналған

Тақырыптық – күнтізбелік жоспар.

№	Сабақтың тақырыбы	Сағат саны	Ұйымдастыру формасы
I тоқсан		8	
1	Қазақ күресі туралы түсінік, қауіпсіздік ережелері.	1	дәріс
2	Спорт құрал-жабдықтары және жаттығу орны	2	дәріс
3	Аяқты іштен іліп, кеудеден асыра шалқайып лақтыру әдістері.	2	дәріс
4	Ұстау және ара қашықтық	3	Дәріс тәжірибе
II тоқсан		8	
1	Қауіпсіздік ережесі, жамбас әдісі	1	Дәріс тәжірибе
2	Қазақ күрестің тактикалық іс-әрекеттері	1	Дәріс тәжірибе
3	Қоян-қолтық көне күресі	1	Дәріс тәжірибе
4	Аяқты іштен іліп, кеудеден асыра шалқайып лақтыру әдістері.	3	Дәріс тәжірибе
5	Шалып жы,у әдістері	2	Дәріс тәжірибе
III тоқсан		10	
1	Қауіпсіздік ережесі	1	Дәріс тәжірибе
2	Ұлттық спорт жарысы	1	Дәріс тәжірибе
3	Жамбасқа салу жаттығулары	4	Дәріс тәжірибе
4	Иыққа асып лақтыру әдістері	4	Дәріс тәжірибе
IV тоқсан		8	
1	Қауіпсіздік ережесі	1	Дәріс
2	Бастан асыра лақтыру әдісі	3	Дәріс тәжірибе
3	Іштен шалып лақтыру әдісі	5	Дәріс тәжірибе
4	Жамбас әдісі	1	Дәріс тәжірибе
5	Қарсы әдіс	1	Дәріс тәжірибе
Барлығы: 34 сағат			

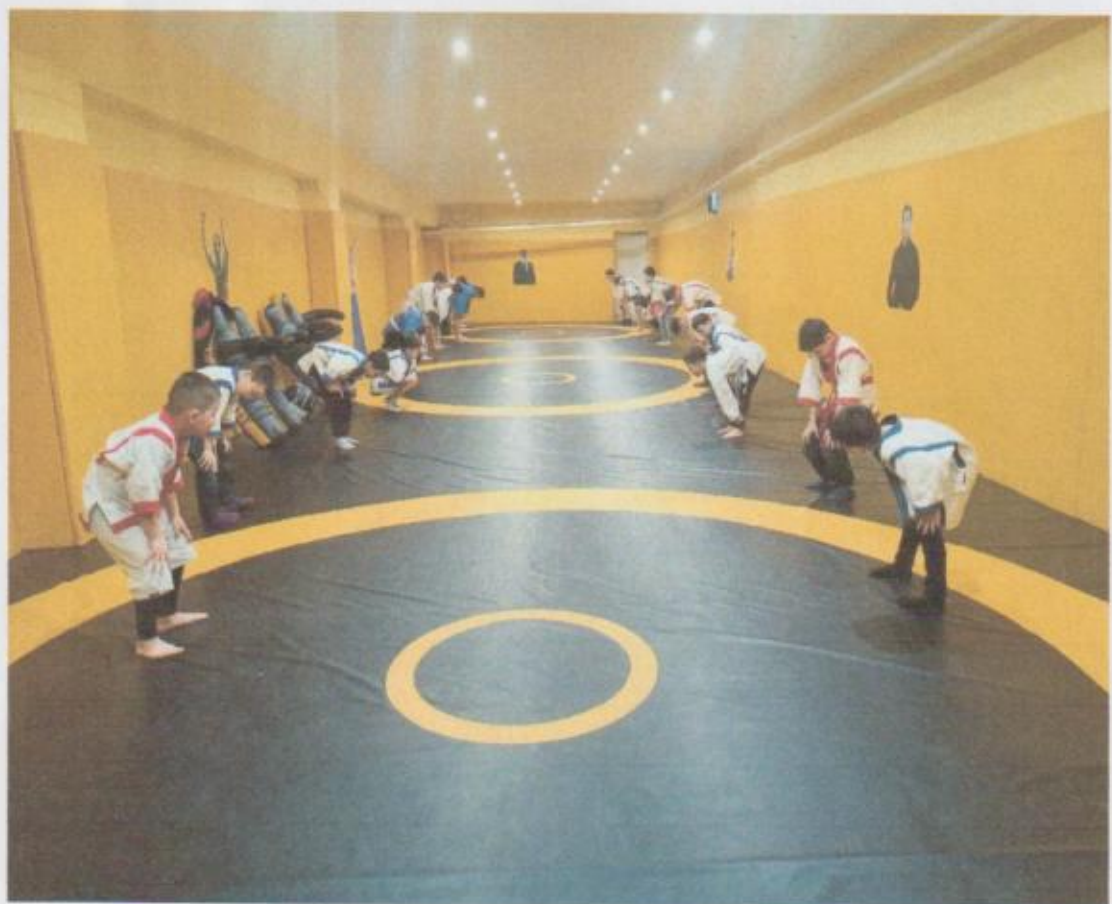
Жаттықтырушы: Айдарбеков М.Б

2025-2026 оқу жылы

Қазақ күресі үйірмесінің оқушылар тізімі
2025-2026 оқу жылы

№	Т.А.Ә	Өтетін күні	Өтетін орны	Сыныбы
1	Айман Арын	Сейсенбі Бейсенбі	18:30	9 сынып
2	Бейсен Ерасыл	Сейсенбі Бейсенбі	18:30	8 сынып
3	Қасым Санжар	Сейсенбі Бейсенбі	18:30	9 сынып
4	Белявский Мариян	Сейсенбі Бейсенбі	18:30	9 сынып
5	Рыспек Кәрім	Сейсенбі Бейсенбі	18:30	8 сынып
6	Айман Арын	Сейсенбі Бейсенбі	18:30	9 сынып
7	Бахир Самғат	Сейсенбі Бейсенбі	18:30	11 сынып
8	Бахырам Сұңғат	Сейсенбі Бейсенбі	18:30	10 сынып
9	Жайлаубай Саян	Сейсенбі Бейсенбі	18:30	7 сынып
10	Алпысбеков нұржігіт	Сейсенбі Бейсенбі	18:30	7 сынып
11	Рыспек Мақсат	Сейсенбі Бейсенбі	18:30	10 сынып
12	Бахаралы Серіжан	Сейсенбі Бейсенбі	18:30	10 сынып
13	Қажығали Али	Сейсенбі Бейсенбі	18:30	8 сынып
14	Бахырам Нұрислам	Сейсенбі Бейсенбі	18:30	8 сынып
15	Бақтыбай Жанболат	Сейсенбі Бейсенбі	18:30	9 сынып
16	Жақсылық Иманғали	Сейсенбі Бейсенбі	18:30	8 сынып
17	Каный Темірлан	Сейсенбі Бейсенбі	18:30	5 сынып

Жаттықтырушы: Айдарбеков М.Б



Анықтама

Мектеп: «Тасты ауылының ЖОББМ»КММ

«Қазақ күресі» үйірмесі – оқушылардың дене тәрбиесін жетілдіру, ұлттық спортқа қызығушылығын арттыру, рухани және патриоттық сана-сезімін қалыптастыру мақсатында жұмыс істейді. Үйірме жұмысы жылдық жоспар негізінде ұйымдастырылып, оқу жылы бойы жүйелі түрде өткізіледі. Бұл анықтама 2025-2026 оқу жылына арналған.

Жылдық жоспарға сәйкес, үйірмеде оқушыларға қазақ күресінің шығу тарихы, ережелері мен әдіс-тәсілдері үйретіледі. Сабақтар барысында дене қыздыру жаттығулары, белдесу техникасын меңгеру, күш пен төзімділікті арттыруға бағытталған дайындықтар жүргізіледі.

Сонымен қатар, жоспарға мектепшілік және аудандық жарыстарға қатысу, спорттық мерекелер мен патриоттық іс-шараларға қатысу, оқу жылының соңында қорытынды жарыс өткізу енгізілген.

Үйірме жұмысы оқушылардың салауатты өмір салтын ұстануына, ұлттық мәдениет пен дәстүрді құрметтеуге, спорт арқылы жігерлі, тәртіпті тұлға болып қалыптасуына бағытталған.

Мақсаты:

- Қазақтың ұлттық спортын дамыту және дәріптеу;
- Оқушылардың денсаулығын нығайту, күш-қайратын арттыру;
- Ептілік, төзімділік, батылдық сияқты қасиеттерді қалыптастыру;
- Отанға деген сүйіспеншілікті, патриоттық рухты тәрбиелеу.

Жаттықтырушы: Айдарбеков М.Б

Оқу ісі жөніндегі орынбасары: Ермуханбетов С.К