БЕКІТЕМІН
Мектеп директоры
_____ А.Абдраймов
«__» «__» 2025ж

КЕЛІСЕМІН
директордың тәрбие жұмысы
жөніндегі орынбасарлары
_____ К.С Толегенова
_____ Ж.И.Серикбаева
«__» «__» 2025ж

«Жеңіл атлетика» үйірмесінің 2025-2026 оқу жылына арналған жылдық жоспары

Үйірме жетекші: Қайыр Қ

Бағдарламаның мақсаты:

Жеңіл атлетика үйірмесінде оқушыларды спортка деген қызығушылығын арттыру белсенділігін қалыптастыру,өздігінен еңбек етуге дайындау,іскерлігін дамыту.

Бағдарламаның міндеті:

Жеңіл атлетика үйірмесінің міндеті оқушыларды аудандық,облыстық,республикалық жарыстарғашығару және жеңіл атлетика ойын ережелерін айла тәсілдерін менгеру.Осы жеңіл атлетика үйірмесіне 5-9 сынып оқушылары тартылады.Әрбір оқушының ойын шеберлігін арттыру,сонымен қатар жеке спортшының дене дауымына көңіл бөлу.

Бағдарлама түрлерін әдіс-тәсілдер арқылы жүзеге асырылады:

Әрбір жетекші өз пәнін жақсы біліп қана қоймай,үнемі ізденіс үстінде болу керек,жұмыс жасауға қажетті материялдарды бейне таспаларды барынша пайдаланып,көп еңбектенуге тура келеді.

Жеңіл атлетика үйірмесінің жоспары

	Өтілетін сабақтың тақырыбы	Сағат саны	Өтілетін мерзімі
1	Жеңіл атлетика қауіпсіздік ережелері	2 сағ	04.09.25ж
2	Жүгіру	2 сағ	11.09
3	Қысқа қашықтықта жүгіру	2 сағ	18.09
4	Төменгі сөреден жүгіру	2 сағ	25.09
5	Төзімділікті шыңдау	2 сағ	02.10
6	60 метрге жүгіру	2 сағ	09.10
7	100 метрге жүгіру	2 сағ	16.10
8	Сөреге түзу әзірлік және жүгіру	2 сағ	23.10
9	Сөреге шық командасы	2 сағ	06.11
10	Биіктікке секіру	2 сағ	13.11
11	Тұрған орнынан ұзындыққа секіру	2 сағ	20.11
12	Доп лақтыру	2 сағ	27.11
13	Кім алысқа секіреді эстафетасы	2 сағ	04.12
14	Кедергілерден секіреді эстафетасы	2 сағ	11.12
15	Мергендер эстафетасы	2 сағ	18.12
16	Секірде,жүгіре жөнел эстафетасы	2 сағ	25.12
17	Доп ұста ойыны	2 сағ	08.01.26ж
18	Ең мерген ойыны	2 сағ	15.01
19	Қысқы қашықтыққа жүгіру	2 сағ	22.01
20	Төменгі сөреден жүгіру	2 сағ	29.01
21	Шеңбер бойымен доп қуу ойыны	2 сағ	05.02
22	Нысанаға дәл тигізу ойыны	2 сағ	12.02
23	Аңшылармен үйректер ойыны	2 сағ	19.02
24	Таяқшалармен өткізілетін эстафетасы	2 сағ	26.02
25	Адымдау әдісімен биіктікке секіру	2 сағ	05.03
26	Сырықпен секіру	2 сағ	12.03
27	Найза лақтыру жалауға қарай жүгіру	2 сағ	02.04
28	Мергендер серіпемен өткізілетін эстафетасы	2 сағ	09.04
29	Эстафета	2 сағ	16.04
30	Шеңбермен жүгіру	2 сағ	23.04
31	Жүгіріп өтіп үлгер	2 сағ	30.04
32	Допты қатардан өткізу	2 сағ	07.05
33	Мергендер эстафетасы	2 сағ	14.05
34	Секірде,жүгіре жөнел эстафетасы	2 сағ	21.05

«Жеңіл атлетика» үйірмесінің қатысатын оқушылар тізімі

№	Оқушының аты-жөні	Сынып
	I-топ	
1	Бегмырад Сая	1-сынып „А"
2	Мухаммедаман Рамазан	1-сынып „А"
3	Бердіхан Хамза	1-сынып „А"
4	Новруз Ақнұр	1-сынып „А"
5	Карлен Әбілхайыр	1-сынып „А"
6	Конысбай Бекдәулет	1-сынып „А"
7	Мухаммед Арсен	1-сынып „А"
8	Науқ Бақдәулет	1-сынып „А"
9	Марат Асхат	1-сынып „А"
10	Әскар Асылым	1-сынып „А"
11	Дүйсенов Нұрислам	1-сынып „А"
12	Кондакова Аделай	1-сынып „А"
13	Құрманбай Қанатбек	1-сынып „А"
14	Диходова Альтаир	1-сынып „А"
15	Кувантбай Еркебұлан	1-сынып „А"
	II-топ	
1	Оңғарбай Аққарлы	1-сынып „Ә"
2	Арапбай Ислам	1-сынып „Ә"
3	Алмамбетов Нұрлы	1-сынып „Ә"
4	Жоларын Қасқар	1-сынып „Ә"
5	Рахат Мұслима	1-сынып „Ә"
6	Кулдарбаева Софья	1-сынып „Ә"
7	Тұрлыбай Бекзат	1-сынып „Ә"
8	Избасова Аққұлтан	1-сынып „Ә"
9	Рахимбердіқызы Қазына	1-сынып „Ә"
10	Ербикозо Раяна	1-сынып „Ә"
11	Еркін Раяна	1-сынып „Ә"
12	Мухаммед Конысбек	1-сынып „Ә"
13	Рамазан Бекбақат	1-сынып „Ә"
14	Ибраш Ақтілек	1-сынып „Ә"
15	Жеңткелді Мейірбек	1-сынып „Ә"