

Т.Жармағамбетов атындағы орта мектебі



Келісемін:
Директордың ТДЖО
Ш.С. Хусайнова
«29» тамыз 2024 ж.

Тақыланды :
Хаттама №1 «29» тамыз 2024 ж.
Ұсынамын:
Пән бірлестік жетекшісі:
Е.Н. Назаралин

Шыңға өрмелеу үйірмесінің оқу жоспары

Жаттықтырушысы:

Ашықбаев Жарқынбек Тағыбергенұлы

2024 – 2025 оқу жылы

№ р/ с	Тақырыптар	Сағат саны	Күні
1	Ұйымдастыру жұмыстары	3	02.09.2024 06.09.2024 09.09.2024
2	Кіріспе сабақ	3	13.09.2024 16.09.2024 20.09.2024
3	Жалпы қауіпсіздік өмірінің ережелерімен танысу	3	23.09.2024 27.09.2024 30.09.2024
4	Арқан-жіптер, олардың құрылысы, қолданылуы	3	04.10.2024 07.10.2024 11.10.2024
5	Жіп байлау түрлері	3	14.10.2024 18.10.2024 21.10.2024
6	Жіп қолданылатын жіп байлау түрлері	3	04.11.2024 08.11.2024 11.11.2024
7	Жалпы дене дайындығы. Туристтік сақтандыру жүйесін дұрыс қолдану тәсілдері	3	15.11.2024 18.11.2024 22.11.2024
8	Жеке, байламдағы және топтық сақтандыру әдістерін қолдану	3	25.11.2024 29.11.2024 02.12.2024
9	Жасанды шыңдағы жаттығу жұмыстары	3	06.12.2024 09.12.2024 13.12.2024
10	Құзға өрмелеушілердің базалық жаттығулары	3	20.12.2024 23.12.2024 27.12.2024
11	Жасанды шыңдағы жұптың жұмысы	3	10.01.2025 13.01.2025 17.01.2025
12	Жалпы дене дайындығы. Өртүрлі құз тастарын қолмен қармау әдістері.	3	20.01.2025 24.01.2025 27.01.2025

13	Жалпы дене дайындығы. Өртүрлі күз тастарын аякпен кармау әдістері, күзга өрмелеушілінің қимыл-қозғалысы.	3	31.01.2025 10.02.2025 14.02.2025
14	Аспалы өткел ұйымдастырып және одан өту	3	17.02.2025 21.02.2025 24.02.2025
15	Жасанды шындағы жаттығу жұмыстары	3	28.02.2025 03.03.2025 07.03.2025
16	Жасанды шындағы командалық сақтандыру	3	10.03.2025 14.03.2025 17.03.2025
17	Антимаятник кезеңін ұйымдастыру, өту	3	19.03.2025 02.04.2025 04.04.2025
18	Қиғаш тартылған аспалы өткелмен көтерілу, түсу	3	07.04.2025 09.04.2025 11.04.2025
19	Жергілікті жерді бағдарлау техникасы. Ауа-райының түрлі жағдайларында және тәуліктің түрлі уақытында бағдарлау ерекшеліктері. Компас және картамен жұмыс істеу негіздері.	3	14.04.2025 16.04.2025 18.04.2025
20	Кедергілер жолақтарынан өзін-өзі бақылау арқылы жылдамдыққа өту	3	21.04.2025 23.04.2025 25.04.2025
21	Жылдамдық жаттығулары	3	28.04.2025 30.04.2025 05.05.2025
22	Түйіндер байлау техникасы	3	12.05.2025 14.05.2025 16.05.2025
23	Қорытынды сынақ	3	19.05.2025 21.05.2025 23.05.2025
	Барлығы:	69	