



Бекітемін:
Мектеп директоры

А.Р. Төлеулина
«31» тамыз 2023 ж.

Т.Жармағамбетов атындағы орта мектебі

Келісемін:

Директордың ТДЖО

Ш.С.Хусайнова

«31» тамыз 2023 ж.

Тақыланды:

Хаттама №1 «31»тамыз 2023 ж.

Ұсынамын:

Пән бірлестік жетекшісі:

Е.Н. Назаралин

Шыңға өрмелеу үйірмесінің оқу жоспары

Жаттықтырушысы:

Ашықбаев Жаркынбек Тағыбергенұлы

2023 – 2024 оқу жылы

№ p/ с	Тақырыптаp	Сағат саны	Күні
1	Ұйымдастыру жұмыстары	3	02.09.2023 07.09.2023 09.09.2023
2	Kіріспе сабақ	3	14.09.2023 16.09.2023 21.09.2023
3	Жалпы кәсіпшілік өмірінің ережелерімен танысу	3	23.09.2023 28.09.2023 30.09.2023
4	Арқан-жіптер, олардың құрылысы, қолданылуы	3	05.10.2023 07.10.2023 12.10.2023
5	Жіп байлау түрлері	3	14.10.2023 19.10.2023 21.10.2023
6	Жіп қолданылатын жіп байлау түрлері	3	26.10.2023 28.10.2023 09.11.2023
7	Жалпы дене дайындығы. Туристтік сақтандыру жүйесін дұрыс қолдану тәсілдері	3	11.11.2023 16.11.2023 18.11.2023
8	Жеке, байламдағы және топтық сақтандыру әдістерін қолдану	3	23.11.2023 25.11.2023 30.11.2023
9	Жасанды шыңдағы жаттығу жұмыстары	3	02.12.2023 07.12.2023 09.12.2023
10	Құға өрмелеушілердің базалық жаттығулары	3	14.12.2023 21.12.2023 23.12.2023
11	Жасанды шыңдағы жұптың жұмысы	3	28.12.2023 30.12.2023 11.01.2024
12	Жалпы дене дайындығы. Өрттің қауіпін азайту. Құз тастарын қолмен қармай әдістері.	3	13.01.2024 18.01.2024 20.01.2024

25.01.2024 27.01.2024 01.02.2024	3	Жалпы дене дайындығы. Әртүрлі құз тастарын аяқпен қармай әдістері, құзға өрмелеушілігінің кимыл-қозғалысы.
03.02.2024 08.02.2024 10.02.2024	3	Аспалы өткел ұйымдастырып және одан өту
15.02.2024 17.02.2024 22.02.2024	3	Жасанды шыңдағы жаттығу жұмыстары
24.02.2024 01.03.2024 03.03.2024	3	Жасанды шыңдағы командалық сақтандыру
10.03.2024 15.03.2024 17.03.2024	3	Антимаятник кезеңін ұйымдастыру, өту
29.03.2024 31.03.2024 05.04.2024	3	Қиғаш тартылған аспалы өткелмен көтерілу, түсу
07.04.2024 12.04.2024 14.04.2024	3	Жерілікті жерді бағдарлай техникасы. Ауа-райының түрлі жағдайларында және тәуліктің түрлі уақытында бағдарлай ерекшеліктері. Компас және картамен жұмыс істеу негіздері.
19.04.2024 21.04.2024 26.04.2024	3	Көдергілер жолақтарынан өзін-өзі бақылай арқылы жылдамдықта өту
28.04.2024 03.05.2024 05.05.2024	3	Жылдамдық жаттығулары
10.05.2024 12.05.2024 17.05.2024	3	Түйіндер байлау техникасы
19.05.2024 24.05.2024 26.05.2024	3	Қорытынды сынақ
Барлығы:		69