**ТАҚЫРЫПТЫҚ КҮНТІЗБЕ ЖОСПАРЫ**

**ҮЙІРМЕ: «АСЫҚ АТУ»**

Жетписов Қайрат

**Асық ату ойының күнтізбелік жоспары**

**Мақсаты:** Ұлттық ойындардың ішінде аса танымалысы -асық ойыны. Асық ойыны -қазақ халқының дәстүрлі ұлттық ойындарының ең қызықты әрі өте кең тараған түрі. Сондықтан ғасыр бойы халықтың зердесінде сақталып келген осы бір қызғылықты ойынды өскелең ұрпақты тәрбиелеудің тиімді құралы ретінде ұтымды пайдалану, халық пен оқущылар арасында ұлттық спорттық ойынын дамыту және насихаттау.

**Міндеттері:** «Асық ату» ұлттық спорт түрлерінің үйрету кезеніңде теориялық, тактикалық, техникалық, адамгершілік жігерін дамыту.

Асық ату - өте кең таралған қазақ ұлттық ойыны, ойын ережелері ұрпақтан ұрпаққа жалғасып келеді, айлакерлік және тапқыштықты, дамытатын спорттық ойыны.

Асық ату - ойыншылардың арасында көшбасшылықты, көрегендікті, өткірлікті, асарлықты, дәлме-дәлділікті, күшті, шыдамдылықты дамытатын-көшпенділер балаларының танымал сайысы.

Тәлім-тәрбиенің және жаттығудың негізінде жалпыдаму және арнаулы жаттығу жатады, физикалық даму сапасына бағытталған, сонымен қатар ойынның тактикасын және техникасын басып алу.

Жоспар аптасына 4/4 сағаттық есебі бойынша 34 аптаға дейін есептелген, сонда 136 сағат.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Тақырып** | **Сағаттар саны** |
| **1** | **Теориялық дайындық** | **11** |
| **2** | **ЖФД (жалпы физикалық дайындық** | **20** |
| **3** | **АФД (арнайы физикалық дайындық)** | **20** |
| **4** | **«Асық ату» түрлерін жетілдіру және үйрену** | **17** |
| **5** | **Ойын техникасын үйрену** | **17** |
| **6** | **Ойын тактикасын үйрену** | **17** |
| **7** | **Оқу жаттығу ойындары** | **17** |
| **8** | **Өткізілген ойындарды өрнету және талқылау** | **17** |
| **9** | **Барлығы:** | **жылына 136 сағат** |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № | Мерзімі | Тақырып | Уақыт саны |
| 1 |  | Кіріспе | 2 |
| 2 |  | Асық ойындары-қазақ халқының ұлттық ойындарының бірі | 2 |
| 3 |  | Алшы | 2 |
| 4 |  | Тәйке | 2 |
| 5 |  | Бүге/бүк/ | 2 |
| 6 |  | Шіге/шік/ | 2 |
| 7 |  | Тұрык | 2 |
| 8 |  | Омпы | 2 |
| 9 |  | Сомпы | 2 |
| 10 |  | Табан | 2 |
| 11 |  | Оң қай-малдың оң жақ аяғыңың асығы | 2 |
| 12 |  | Солақай- малдың сол жақ аяғының асығы | 2 |
| 13 |  | Сақа-асықтың ең үлкеңі,ірісі | 2 |
| 14 |  | Ешкімер-ешкінің асығы | 2 |
| 15 |  | Қойлақ-қойдың асығы | 2 |
| 16 |  | Құлжаз-құлжаның асығы | 2 |
| 17 |  | Топай, сомпай- сиырдың асығы | 2 |
| 18 |  | Шүкейт-киіктің асығы | 2 |
| 19 |  | Пүш- тәйке түспесін деп алшы жағы жонылған асық | 2 |
| 21 |  | «Алшы» ойынының ережесі | 2 |
| 22 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 23 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 24 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 25 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 26 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 27 |  | «Омпы» ойынының ережесі | 2 |
| 28 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 29 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 30 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 31 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 32 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 33 |  | «Тасқала» ойының ережесі | 2 |
| 34 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 35 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 36 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 37 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 38 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 39 |  | «Шік - Бүк» ойыны | 2 |
| 40 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 41 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 42 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 43 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 44 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 45 |  | «Шеңбер» ойыны | 2 |
| 46 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 47 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 48 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 49 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 50 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 51 |  | «Хан ату» ойыны | 2 |
| 52 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 53 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 54 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 55 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 56 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 57 |  | «Үш табан» ойыны | 2 |
| 58 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 59 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 60 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 61 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 62 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 63 |  | «Ханталапай » ойыны | 2 |
| 64 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 65 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 66 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 67 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 68 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 69 |  | «Сақа өлді» ойыны | 2 |
| 70 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 71 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 72 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 73 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 74 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 75 |  | «Бір табан» ойыны | 2 |
| 76 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 77 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 78 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 79 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 80 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 81 |  | «Қақпақыл» ойыны | 2 |
| 82 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 83 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 84 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 85 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 86 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 87 |  | «Алшы-тәйке» ойыны | 2 |
| 88 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 89 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 90 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 91 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 92 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 93 |  | «Топай» ойыны | 2 |
| 94 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 95 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 96 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 97 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 98 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 99 |  | «Хан» ойыны | 2 |
| 100 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 101 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 102 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 103 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 104 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 105 |  | «Хан атпақ» ойыны | 2 |
| 106 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 107 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 108 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 109 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 110 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 111 |  | «Бестабан» ойыны | 2 |
| 112 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 113 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 114 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 115 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 116 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 117 |  | «Ханды қара басты» ойыны | 2 |
| 118 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 119 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 120 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 121 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 122 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 123 |  | «Хан мен уәзір» ойыны | 2 |
| 124 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 125 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 126 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 127 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 128 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 129 |  | «Үйірмекел» ойыны | 2 |
| 130 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 131 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 132 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 133 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 134 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 135 |  | «Шеңбер» ойыны | 2 |
| 136 |  | Техника дайындығы | 2 |
| 137 |  | Жалпы дене шынықтыруға дайындық /Ж.Д .Д/ | 2 |
| 138 |  | Арнайы дене шынықтыруға дайындық /А.Д.Д./ | 2 |
| 139 |  | Жарыс өткізу | 2 |
| 140 |  | Өткізілген ойындарды талқылау | 2 |
| 141 |  | «Қақпақыл» ойыны | 2 |
| 142 |  | Техника дайындығы | 2 |