



“Бекітемін”

№56 ЖОББМ директоры
ГМ.Наримбетова

Бес асық спорт секциясына қатысатын оқушылардың тізімі
2024-2025 оқу жылы

№	Оқушының аты-жөні	Туған күні, айы, жылы	Мекен-жайы	Телефон
1	Абай Айару Саматқызы	28.08.2016	12/53/23	8771118742 9
2	Абдулла Медина Нұрболатқызы	16.07.2016	12/64/35	8701289970 5
3	Аманжол Айжұлдыз Қалиахметқызы	01.06.2016	С/к «Ұстаз», 11	8705383328 9
4	Әлімбет Хадия Русланқызы	13.01.2016	Сазды, 293	8777130637 8
5	Бекарыс Ақзере Жұмабекқызы	21.12.2015	12/65/108	8702670365 7
6	Қанатқызы Кәусар	11.07.2016	12/16Н/51	8708541365 0
7	Қасенғали Азиза Болатқызы	15.02.2016	Вокзальная, 92	8747422356 1
8	Орысбай Ақару Мейрамбекқызы	14.07.2016	Бөкенбай батыр, 88А	8707385819 4
9	Саясатқызы Амина	04.06.2016	12/18/17	8775520445 1
10	Серғалиева Дамира Манасқызы	21.01.2016	С/к Гүлдер, 4Б	8777660823 5
11	Сүлекенова Айзере	28.03.2016	12/52/96	8776482587 3

	Ермекқызы			
12	Умирбекова Нурай Нурбековна	12.06.2016	12/15/29	8778246558 1

Жетекші: Издибаева Г.С

тел: 87715188786



«БЕКІТЕМІН»
ОТЫРЫСЫНДА ҚАРАЛДЫ
«№ 56 жалпы орта білім беретін
мектеп» КММ директоры
Г. Наримбетова
«31» тамыз 2024 жыл

«КЕЛІСЕМІН»

Директордың оқу - тәрбие ісі
жөніндегі орынбасары
Р. Джамбаева
«28» тамыз 2024 жыл

БІРЛЕСТІК

Хаттама №1
Әкімшілік жетекшісі
Н. Ермаганбетов
«25» тамыз 2024 жыл

«Бес асық» үйірмесінің жоспары

МУҒАЛИМІ: Издибаева Г.С

2024 – 2025 оқу жылы

«Бес асық» үйірмесінің жылдық жоспары(аптасына 2 сағат)

№	Тақырып, мазмұны	Сағаты
1	Асық ойынының шығу тарихы Ойын ережесін түсіндіру Асық ойын түрлерімен таныстыру	2
2	Асықтың түрлерімен танысу. Бес асықты алақанда ұстап иіріп тастау. Асықты жоғары лақтырып қағып алу әдісітерін үйрету	2
3	Асықты жоғары лақтырып қағып алу әдісітерін қалыптастыру. Бірлік ойын әдісін үйрету.	2
4	Бес асық ойыны. Бірлік ойын әдісін қалыптастыру. Екілік ойын әдісін үйрету.	2
5	Бес асық ойыны. Бірлік ойын әдісін шыңдау. Екілік ойын әдісін қалыптастыру.	2
6	Бес асық ойыны. Екілік ойын әдісін шыңдау. Үштік ойын әдісін үйрету.	2
7	Бес асық ойыны. Үштік ойын әдісін қалыптастыру. Төрттік ойын әдісін үйрету. Асықтардың арасы 20 см болады.	2
8	Бес асық ойыны. Үштік ойын әдісін шыңдау. Төрттік ойын әдісін қалыптастыру.	2
9	Бес асық ойыны. Төрттік ойын әдісін шыңдау. Бес асық ережесі бойынша үйретілген ойын түрлерінің топтық әдіс тәсілдерін шыңдау.	2
10	Бес асық ойыны. Үйретілген ойын түрлерінің топтық әдіс тәсілдерін шыңдау. Жалақ ойын әдісін үйрету. Сұқ саусақпен	2
11	Бес асық ойыны. Жалақ ойын әдісін қалыптастыру. Алақан ойын әдісін үйрету.	2
12	Бес асық ойыны. Жалақ ойын әдісін шыңдау. Алақан ойын әдісін қалыптастыру.	2
13	Бес асық ойыны. Алақан ойын әдісін шыңдау. Төртбұрыш ойын әдісін үйрету. Сұқ саусақпен үш рет артқа қарай кілемді үйкелеу.	2
14	Бес асық ойыны. Төртбұрыш ойын әдісін қалыптастыру. Алмастыру ойын әдісін үйрету.	2
15	Бес асық ойыны. Төртбұрыш ойын әдісін шыңдау. Алмастыру ойын әдісін қалыптастыру.	2
16	Бес асық ойыны. Алмастыру ойын әдісін шыңдау. Бес асық ережесі бойынша үйретілген ойын түрлерінің топтық әдіс тәсілдерін шыңдау.	2

17	Бес асық ережесі бойынша үйретілген ойын түрлерінің топтық әдіс тәсілдерін шыңдау. Үндемес ойын әдісін үйрету.	3
18	Бес асық ойыны. Үндемес ойын әдісін қалыптастыру. «Сарт-сұрт» ойын әдісін үйрету. Жоғары лақтырылған асықты ұстар кезде екі рет сарт-сұрт дыбысын шығару.	3
19	Бес асық ойыны. Үндемес ойын әдісін шыңдау. «Сарт-сұрт» ойын әдісін қалыптастыру.	3
20	Бес асық ойыны. «Сарт-сұрт» ойын әдісін шыңдау. Қаршу ойын әдісін үйрету.	3
21	Бес асық ойыны. Қаршу ойын әдісін қалыптастыру. Нәби ойын әдісін үйрету.	3
22	Бес асық ойыны. Қаршу ойын әдісін шыңдау. Нәби ойын әдісін қалыптастыру.	3
23	Бес асық ойыны. Нәби ойын әдісін шыңдау. Бес асық ережесі бойынша үйретілген ойын түрлерінің топтық әдіс тәсілдерін шыңдау.	2
24	Бес асық ойыны. Бес асық ережесі бойынша үйретілген ойын түрлерінің топтық әдіс тәсілдерін шыңдау.	2
25	Бес асық ойыны. Ереже бойынша үйретілген ойын түрлерінің командалық әдіс тәсілдерін шыңдау.	2
26	Бес асық ойын түрлерін жекелей шеберлікпен ойнау әдіс тәсілдерін шыңдау.	2
27	Бес асық ойыны. Бес асық ойын түрлерін жекелей шеберлікпен ойнау әдіс тәсілдерін шыңдау. Ұпай жинау әдісін үйрету.	2
28	Бес асық ойыны. Бес асық ойын түрлерін жекелей шеберлікпен ойнау әдіс тәсілдерін шыңдау. Ұпай жинау әдісін қалыптастыру, шыңдау.	2
29	Бес асық ойыны. Ереже бойынша командалық ойын әдіс тәсілдерін шыңдау	2
30	Бес асық ойыны. Ереже бойынша командалық ойын әдіс тәсілдерін шыңдау	2
31	Бес асық ойыны. Ереже бойынша командалық ойын.	2

БЕС АСЫҚ ОЙЫНЫ ЕРЕЖЕСІ

Әр ойыншыда бес асықтан болады. Асықтың салмағы (11гр. ені 2см; ұзындығы 3.5см) кем болмауы керек, (ұсақ малдың асығы ойын алаңына қатыстырылмайды) ал жоғары болуына рұқсат. Асықтар сіңірінен жақсылап тазартылған болсын. Төрт асық бір түспен, хан басқа түспен боялады. Түстерді таңдау ойыншының өз еркінде. Ойыншының киім нысаны спорт үлгісінде немесе ұлттық үлгіде болуы шарт, аяқтарына мәсі немесе чешки. Ойын мазмұны. Ойын кезегі асықтарды иіру арқылы анықталады. Асығы алшысынан түскен ойыншы ойнау кезегіне ие болады. Бірінші ойыншы ойынның ережесін бұзғанша ойнайды. Кейін ойынға екінші, үшінші ойыншы өз кезегімен кіріседі. 6 ж., 7 ж., 12 және ұпайдан басқа ойындар бір қолмен ойналады. Ойыншы жерден (кілемнен) асықтарды алғанда, асық алатын қолы басқа асықтарға тимеуі және кілемде жатқан ойын асықтары бір-біріне тимеуі керек және де асықтарды иірген кезде, ойнап жатқан кездерде қол да, асықтар да дене мен киімге жанаспауы керек. Екінші қолы тізесінің үстінде болуы шарт. Әр жаттығудан кейін ойынды бекіту. Әр жаттығуда хан бірден алынады, басқа жағдайда ойын кезегі келесі ойыншыға өтеді. Егер ойын барысында ереже бұзылса, кезек келесі ойыншыға беріледі. Ойын жалғасы әрекеттің бұзылған жерінен басталады. 1. «Бірлік». Ойыншы кілемге бес асықты иіріп тастайды, міндетті түрде ханды алады, (Хан асық ойын жүргізетін негізгі асық болып есептеледі). Ойыншы ханды жоғарыға лақтырып, кілемде жатқан асықтардың бірін алып, лақтырған ханды қағуы керек. Хан қайта жоғары лақтырылып, кілемдегі шашылған асықтардың екіншісі, кейін үшінші, төртінші алынады. 2. «Екілік». Бес асық шашылады. Хан жоғарыға лақтырылып, кілемнен екі асық алынады да бірліктегідей лақтырылған хан қағылып алынады. Кейін тағы екеуі алынады. Кілемнен алынған асықтар бөлек жиналады. 3. «Үштік». Бес асық шашылады. Хан жоғарыға лақтырылып, кілемнен үш асық алынады. Хан қайта қағылады. Кілемде қалған жалғыз асық ханды жоғары лақтырып, бөлек алынады. Хан қайта қағылады. 4. «Төрттік». Барлық бес асықты алақанда ұстайды. Хан жоғарыға лақтырылып, қалғандары бірден кілемге қойылады да лақтырылған асық қағылып алынады. Кейін хан жоғарыға лақтырылып, төртеуі жиылып алынып, лақтырылған хан қағылады. 5. «Жалақ». Барлық асықтар алақанға жиналады, хан жоғары лақтырылып, қалған төрт асықты қапсыра ұстап, сұқ саусак үш немесе бес рет (келісім бойынша) алға немесе артқа қарай үйкеліп кілемге жалатылады, шамалап 5 см (ерсілі – қарсылы үйкеуге, кілемді нұқуға болмайды). Ханды құлатпай қағып алу керек. 6. «Алақан». Асықтар кілемге шашылады, қолдың алақаны үстіне қаратылып, кілем үстіне сырт жағымен қойылады, хан жоғарыға лақтырылып, кілемдегі асықтардың біріншісі алынып, алақанға қойылады, хан қайта қағылады. Екінші, үшінші, төртінші асық та осылай ойналады, соңында ханды алақанға қоямыз. Асықтар алақанға ғана жиналады, егер білезіктің үстіне қарай асықтың тұмсығы болса да шығып кетсе қатеге есептеледі. 7. «Төрт бұрыш». Төрт асық шаршы бойынша (шамамен

20*20см. ересектер, 15*15см. жасөспірімдер) қойылады. Ойыншы асығын жоғарыға лақтырып, шаршылай тігілген асықтарды бірден жинап, лақтырылған асықты қағып алуы тиіс. 8. «Алмастыру» Асықтар кілем үстіне шашылады. Хан жоғарыға лақтырылып, кілемнен бір асық алынып, лақтырылған асық қағылады. Ойыншының қолында екі асық болады. (Хан екінші қолдың көмегінсіз алға яғни саусақтарға ауыстырылады). Ол жоғарыға лақтырылып, қолда қалған екіншісі кілемде жатқан басқа асықпен алмастырылады да лақтырылған хан қағылып алынылады. Осылайша, асықтарды алмастыра отырып, олар бір жерге жинастырылады. Соңында хан жоғары лақтырылады, қолға төрт асық жиналып алынады да хан қайта қағылады. 9. «Үндемес» Бірліктегі әрекет қайталанады, бірақ лақтырылған асықты ұстар кезде қалғандары бір-біріне соқтығысып сартылдаған немесе т.б дауыс шығармауы керек. 10. «Сарт-сұрт». Бірліктегі әрекет қайталанады, бірақ лақтырылған асықты ұстар кезде, асықтар бір- біріне тиіп, екі рет сарт – сұрт еткен дыбысы естілуі тиіс. 11. «Қаршу». Асықтар шашылады. Хан жоғарыға лақтырылады. Кілем үстінде шашылып жатқан асықтардың біреуін көтеріп, түсіп келе жатқан ханды үстінен қаршып қағу керек. Сонда қолда екі асық болады. Көтерілген асықты бөлек жинаймыз. Ханды лақтырып, қалған асықтарды бір-бірлеп теріп, түсіп келе жатқан ханды қаршып қағып отыру керек. 5 12 «Нәби». Ойыншы сол қолының бас бармағы және ортаңғы саусағының көмегімен «дарбаза» құрады, оң қолмен құрылған «дарбазаның» үстінен асыра алдыңғы жаққа асықтарды шашады. Хан жоғарыға лақтырылады, ал қалған асықтарды бір- бірден сыдыртып «дарбазаның» астымен қолдың арғы жағына өткізіп барып лақтырылған ханды құлатпай қағу керек. Осылайша «дарбазаға» барлық асықтар кезекпен енгізіледі. Бұл әрекетте ереже бар: ойыншы тағы бір асық таңдайды – «ағалық» («нәби»). Бұл ең жақыны немесе алыс асық болуы мүмкін, ол туралы ойынның бас кезінде келісіледі. Ол «дарбазаға» ең соңғы болып кіргізіледі. Бұл асықты қарсыласы таңдайды

БЕС АСЫҚ ОЙЫН ЕРЕЖЕСІ

(Қыздар, әйелдер ойны)

Әр ойыншыда бес асықтан болады. Асықтың салмағы (гр). кем болмауы керек, ал жоғары болуына рұқсат. Асықтар сіңірінен жақсылап тазартылған болсын. Төрт асық бір түспен, хан басқа түспен боялады. Түстерді таңдау ойыншының өз еркінде. Ойыншының киім нысаны спорт үлгісінде немесе ұлттық үлгіде болуы шарт.

Ойын мазмұны. Ойын кезегі асықтарды иіру арқылы анықталады. Асығы алшысынан түскен ойыншы ойнау кезегіне ие болады. Бірінші ойыншы ойынның ережесін бұзғанша ойнайды. Кейін ойынға екінші, үшінші ойыншы өз кезегімен кіріседі. 6 ж., 7 ж., 12 және ұпайдан басқа ойындар бір қолмен ойналады. Ойыншы жерден (кілемнен) асықтарды алғанда, асық алатын қолы басқа асықтарға тимеуі және кілемде жатқан ойын асықтары бір-біріне тимеуі керек, екінші қолы тізесінің үстінде болуы шарт. Әр жаттығудан кейін ойынды бекіту. Әр жаттығуда хан бірден алынады, басқа жағдайда ойын кезегі келесі ойыншыға өтеді. Егер ереже бұзылса, кезек келесі ойыншыға беріледі. Ойын жалғасы әрекеттің бұзылған жерінен басталады.

1. «Бірлік». Ойыншы кілемге бес асықты иіріп тастайды, міндетті түрде ханды алады, (Хан асық ойнын жүргізетін негізгі асық болып есептеледі). Ойыншы ханды жоғарыға лақтырып, кілемде жатқан асықтардың бірін алып, лақтырған ханды қағуы керек. Хан қайта жоғары лақтырылып, кілемдегі шашылған асықтардың екіншісі, кейін үшінші, төртінші алынады. **Ескерту:** Ханды қаққан кезде алақанның сырты кілемге жанаспауы керек. Кілемнен алынған асықтар, бөлек жиналады.

2. «Екілік». Бес асық шашылады. Хан жоғарыға лақтырылып, кілемнен екі асық алынады да бірліктегідей лақтырылған хан қағылып алынады. Кейін тағы екеуі алынады. Кілемнен алынған асықтар бөлек жиналады.

3. «Үштік». Бес асық шашылады. Хан жоғарыға лақтырылып, кілемнен үш асық алынады. Хан қайта қағылады. Кілемде қалған жалғыз асық ханды жоғары лақтырып, бөлек алынады, хан қайта қағылады.

4. «Төрттік». Барлық бес асықты алақанда ұстайды. Хан жоғарыға лақтырылып, қалғандары бірден кілемге қойылады да лақтырылған асық қағылып алынады. Кейін хан жоғарыға лақтырылып, төртеуі жиылып алынып, лақтырылған хан қағылады.

12. «Нәби». Ойыншы сол қолының бас бармағы және ортаңғы саусағының көмегімен «дарбаза» құрады, оң қолмен құрылған «дарбазаның» үстінен асыра алдыңғы жаққа асықтарды шашады. Хан жоғарыға лақтырылады, ал қалған асықтарды бір- бірден сыдыртып «дарбазаның» астымен қолдың арғы жағына өткізіп барып лақтырылған ханды құлатпай қағу керек. Осылайша, «дарбазаға» барлық асықтар кезекпен енгізіледі. Бұл әрекетте ереже бар: ойыншы тағы бір асық таңдайды – «ағалық» («нәби»). Бұл ең жақыны немесе алыс асық болуы мүмкін, ол туралы ойынның бас кезінде келісіледі. Ол «дарбазаға» ең соңғы болып кіргізіледі. Бұл асықты қарсыласы таңдайды.

Ұпайларды санау.

Алдыңғы әрекеттерді аяқтаған соң, ойыншы ұпайларды жинайды.

1. Жоғарыға 5 асық лақтырып, оларды алақанның сыртымен ұстап алады. Қайта жоғарыға лақтырып, оларды үстінен қаршып ұстайды. Әр асық 10 ұпаймен есептеледі. Егер ойыншы барлық 5 асықты ұстап алса, онда 50 ұпай жинайды. Егер ұпай алар кезде ойыншы 0 яғни еш ұпай ала алмаса келесі ойын бірліктен бастайды. Ұпай алуға екінші мүмкіндік берілмейді.

Ойыншылар кілемнен асықтарды алған кезде, басқа асықтарға қолдары тимеуі керек. Егер ойын ережесі бұзылса, ойынды келесі ойыншы жалғастырады.

Ойын әр қашан бұзылған жерінен жалғастырылады.

ЖЕҢІСТІҢ БЕРІЛУ ШАРТЫ: Қай ойыншы бұрын 150 ұпайға қол жеткізсе, бірінші орынды иеленеді. Бірақ кезек алған бірінші ойыншы ойынды басынан аяғына дейін тоқтамастан ойнап 150 ұпайды толық алып кетсе, екінші ойыншыға бір мүмкіндік беріледі. Екінші ойыншы өз шеберлігін көрсетуге құқылы. Егер ол да бірінші ойыншы сияқты өз ойын тоқтамастан ойнап, 150 ұпай жинаса тең дәрежелі ойын деп есептеліп, жеңіс асық иіру арқылы анықталады. Ересектер-150 ұпай, жасөспірімдер – 100 ұпай.

ЕСКЕРУ: Бес асық ойны уақытқа ойналады. Ересектерге жалпы 10 минут, жасөспірімдерге 15 минут уақыт беріледі. Әр ойыншы ойын барысында 1 минуттық үзіліс алуға құқылы.

5. «Жалақ». Барлық асықтар алақанға жиналады, хан жоғары лақтырылып, қалған төрт асықты қапсыра ұстап, сұқ саусақ үш немесе бес рет (келісім бойынша) алға немесе артқа қарай үйкеліп кілемге жалатылады, шамалап 5 см (ерсілі – қарсылы үйкеуге, кілемді нұқуға болмайды). Ханды құлатпай қағып алу керек.

6. «Алақан». Асықтар кілемге шашылады, қолдың алақаны үстіне қаратылып, кілем үстіне сырт жағымен қойылады, хан жоғарыға лақтырылып, кілемдегі асықтардың біріншісі алынып, алақанға қойылады, хан қайта қағылады. Екінші, үшінші, төртінші асық та осылай ойналады, соңында ханды алақанға қоямыз. Асықтар алақанға ғана жиналады, егер білезіктің үстіне қарай асықтың тұмсығы болса да шығып кетсе қатеге есептеледі.

7. «Төрт бұрыш». Төрт асық шаршы бойынша (шамамен 20*20см. ересектер, 10*10см. жасөспірімдер) қойылады. Ойыншы асығын жоғарыға лақтырып, шаршылай тігілген асықтарды бірден жинап, лақтырылған асықты қағып алуы тиіс.

8. «Алмастыру» Асықтар кілем үстіне шашылады. Хан жоғарыға лақтырылып, кілемнен бір асық аланып, лақтырылған асық қағылады. Ойыншының қолында екі асық болады. (Хан екінші қолдың көмегінсіз алға яғни саусақтарға ауыстырылады). Ол жоғарыға лақтырылып, қолда қалған екіншісі кілемде жатқан басқа асықпен алмастырылады да лақтырылған хан қағылып алынылады. Осылайша, асықтарды алмастыра отырып, олар бір жерге жинастырылады. Соңында хан жоғары лақтырылады, қолға төрт асық жиналып алынады да хан қайта қағылады.

9. «Үндемес» Бірліктегі әрекет қайталанады, бірақ лақтырылған асықты ұстар кезде қалғандары бір-біріне соқтығысып сартылдаған немесе т.б дауыс шығармауы керек.

10. «Сарт-сұрт». Бірліктегі әрекет қайталанады, бірақ лақтырылған асықты ұстар кезде, асықтар бір-біріне тиіп, оның соқтыққан сарт - сұрт дыбысы естілуі тиіс.

11. «Қаршу». Асықтар шашылады. Хан жоғарыға лақтырылады. Кілем үстінде шашылып жатқан асықтардың біреуін көтеріп, түсіп келе жатқан ханды үстінен қаршып қағу керек. Сонда қолда екі асық болады. Көтерілген асықты бөлек жинаймыз. Ханды лақтырып, қалған асықтарды бір-бірлеп теріп, түсіп келе жатқан ханды қаршып қағып отыру керек.



Үйірме «Бес асық»

Жылдық есеп

Жаттықтырушысы: Издибаева Г.С.

2024-2025 жылы

«Бес асық» балалар үйірмесі жылдықта жүргізілген жұмыстар есебі:

2024 оқу жылы қыркүйек айынан бастап, мамыр айына дейін 3-8 сынып оқушылары қатысты.

«Бес асық» балалар үйірмесіне және 3-8 сынып оқушыларынан 15 бала қабылданып өз жұмысын бастады.

Жылдық қортындысы бойынша 8 қарашада «Алтын сақа» жарысына 3-8 сынып қыздар арасында бес асықтан жарыс өтті.



16 қарашада қалалық жарысқа 6-7 сыныптар қыздар арасында II-орын алды



Үйірме Дүйсенбі 12.50-13.50 және Жұма 12.50-13.50 күндері өтеді. 15 оқушы 3-8 класс қыздары қатысады. Секция сабақтары бастауыш спорт залында өтеді.

