

№268 мектеп-лицейінің 2022-2023 оқу жылындағы үйірме кестесі

р/с	Мектеп	Үйірмелер атауы	Қатысатын балалар саны	Үйірмеге жауапты мұғалімдер
1	№268	«Шебер колдар» қыздар	25	Сейлханова Гүлнұр
2	№268	«Шебер колдар» ұлдар	25	Шерниязов Нұрлан
3	№268	Ағылшын тілін үйренейік 5-сынып	20	Ахметя Құралай
4	№268	Ағылшын тілін үйренейік 6-сынып	20	Орынбекқызы Назерке
5	№268	Ағылшын тілін үйренейік 7-сынып	25	Алмасбаева Айгерім
6	№268	Speak English 8-сынып	25	Қарымсакова Гүлзат
7	№268	Speak English 9-сынып	25	Оразымбетова Айнагүл
8	№268	«Жас математик»	20	Ахметова Акмарал
9	№268	Футбол 8-10 сыныптар	34	Ұзақбаев Нұрасыл
10	№268	Футбол 5-7 сыныптар	30	Әбсадық Жандос
11	№268	Футбол 1-4 сыныптар	30	Кумербаев Алмат
12	№268	Баскетбол (ұлдар)	25	Сыпабеков Қанат
13	№268	Баскетбол (қыздар)	30	Сенбай Актілек
	№268	Қол күрес,гір тасы, арқан тарту	20	Төлебиев Мирас
14	№268	Волейбол (ұл балалар,қыз балалар)	35	Ахметжан Нұрасыл
15	№268	Шахмат	20	Тоқшылыков Нұрлыбек
16	№268	Тоғызқұмалақ	20	Сәдуақасова Сәуле
17	№268	Қазақтың ұлттық ойындары(асық,ләнгі)	20	Аяғанов Нұржан
18	№268	«Хор» үйірмесі	30	Сайлаубекова Айшат
19	№268	«Вокал» үйірмесі	30	Елібаева Салтанат
20	№268	Үстел теннисі	25	Құлжанбаев Өмірхан
21	№268	Робототехника	12	Кеңпейілов Абай
22	№268	Робототехника	12	Нұрыбаев Әуесхан
23	№268	«Бес асық»	20	Құлжанова Ләззат
24	Барлығы		628	

Тәрбие ісі жөніндегі орынбасары

Ә.Беделбеков

№268 мектеп-лицей директоры

Ж. Сейтжанова

№268 мектеп – лицейінің 2022 – 2023 оқу жылында өткізілетін мектепшілік сыныптан тыс спорттық секциялар кестесі

р/с	Мұғалімнің аты-жөні	Мектебі	Үйірме өтетін уақытысы	Өтетін орны	Үйірме атауы
1	Сыпабеков Қанат	№268 мектеп - лицей	Сейсенбі 17.00-18.00 Сенбі 17.00-18.00	Мектеп спорт залы	Баскетбол (қыздар)
2	Сенбай Ақтілек	№268 мектеп - лицей	Сейсенбі 17.00-18.00 Сенбі 17.00-18.00	Мектеп спорт залы	Баскетбол (ұлдар)
3	Құлжанбаев Өмірхан	№268 мектеп - лицей	Сейсенбі 16.00-17.00 Бейсенбі 16.00-17.00	Мектеп фойесі	Үстел теннисі
4	Төлебиев Мираc	№268 мектеп - лицей	Сәрсенбі 15.00-16.00 Бейсенбі 15.00-16.00	Мектеп спорт залы	Ауыр атлетика(гір тасын көтеру, арқан тарту, қол күрес)
5	Тоқшылқов Нұрлыбек	№268 мектеп - лицей	Бейсенбі 12.15-11.00 Сенбі 16.00-17.00	Мектеп сыныбы	Шахмат
6	Әбсадық Жандос	№268 мектеп - лицей	Дүйсенбі 16.00-17.00 Сәрсенбі 16.00-17.00	Мектеп спорт залы	Футбол (1-4 сыныптар)
7	Ахметжан Нұрасыл	№268 мектеп - лицей	Бейсенбі 10.00-11.00 Сенбі 11.00-12.30	Мектеп спорт залы	Волейбол
8	Ұзақбаев Нұрасыл	№268 мектеп - лицей	Дүйсенбі 17.30-18.30 Жұма 17.30-18.30	Мектеп спорт залы	Футбол (8-11 сыныптар)
9	Сәдуақасова Сауле	№268 мектеп - лицей	Сәрсенбі 10.00-11.00 Жұма 17.00-18.00	Мектеп сыныбы	Тогызқұмалақ
10	Кумербаев Алмат	№268 мектеп - лицей	Сейсенбі 10.30-11.30 Бейсенбі 17.30-18.30	Мектеп спорт залы	Футбол (5-7 сыныптар)
11	Аяганов Нұржан	№268 мектеп - лицей	Дүйсенбі 11.00-12.00 Жұма 11.00-12.00	Мектеп спорт залы	Ұлттық ойындар

№ 268 мектеп-лицей

«Бекітемін»

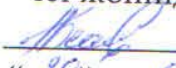
Мектеп-лицей директоры

 Ж.К.Сейтжанова

«29» 09 2022 ж.

«Келісемін»

Директордың тәрбие
ісі жөніндегі орынбасары

 Ә.Б.Беделбеков

«29» 09 2022 ж.

«Баскетбол» үйірмесінің жылдық жоспары

Үйірме атауы: баскетбол

Үйірме жетекшісі: Сыпабеков К

Жылдық сағат саны: ____108____

2022-23 оқу жылы

Баскетбол үйірмесінің өткізу кестесі

Ретік саны Күні	1	2	3	4	5	6
Дүйсенбі	16.00-17.30					
Сейсенбі						
Сәрсенбі			16.00-17.30			
Бейсенбі						
Жұма					16.00-17.30	
Сенбі						

Баскетбол үйірмесіне қатысатын оқушылар тізімі

№	Оқушының аты-жөні	Сыныбы	Туған жылы	ИИН номері	Мекен жайы
1	Өксікбай Ақзер	8ә	22.11.08ж	081122650244	Найзағараева н/з
2	Кемал Еңлік	7в	15.09.10ж	100915652844	Мырзабеков №11
3	Нұрлыбек Нұрай	7а	18.11.09ж	091118651778	Наурыз 4 көше 23үй
4	Орынбасарова А	7а	16.05.10ж	100516651525	3 көше 12үй
5	Әлібек Талшын	7в	18.01.10ж	100118653042	Тоқмағанбетова 86
6	Сейтзада Бақнұр	7г	03.09.09ж	090903654757	Қаратаев н/з
7	Азаматқызы Перизат	8б	15.04.09ж	090415651880	Ақмырзаев 82
8	Сұлтанбек Арайлым	8б	25.02.08ж	080225651619	И.Исаев н/з
9	Ибайдулла Балнұр	8ә	05.07.09ж	090705651330	29 көше 8а
10	Алпысбай Мерейлім	8ә	26.05.09ж	090526652484	Бажеев 43
11	Жарылқасынова Е	8ә	30.03.09ж	090330650398	Құдабаева 45
12	Кеңшілік Нұрай	8ә	05.03.09ж	090305650575	10 көше 36үй
13	Бақтыбай Аяулым	8ә	13.01.09ж	090113654336	Бекбаев 3
14	Есенбай Назым	7а	08.11.09ж	091108651055	Бекмұхаметұлы н/з
15	Қожахмет Дильназ	6а	07.02.11ж	110207602737	Жұмаев 137
16	Бахытбек Арайлым	8ә	09.05.10ж	100509655273	5а көше
17	Ыдырысова Асылзат	8б	28.05.10ж	100528652390	Ж.Баттал 30
18	Қылышбек Жұлдызай	8б	03.05.09ж	090103651555	Досмағанбетов 74
19	Жұмаханова Айгерім	8б	29.07.09ж	090729653773	Мұханов 7
20	Несіпбай Қымбат	8ә	03.03.09ж	090303650603	Қаратабан 14а

Баскетбол үйірмесінің жылдық жұмыс жоспары
(аптасына 3 сағат)

№	Сабақ тақырыбы	Сағат саны	Өтілетін уақыты
1.	Қауіпсіздік ережелерімен таныстыру	1	
2.	Баскетбол ойынының шығу тарихы , ойын ережелері	1	
3.	Жүру, жүгіру, жалпы жетілдіру жаттығулары	1	
4.	Баскетбол ойыны элементтері бар қозғалмалы ойындар.	1	
5.	Допты алып жүру жаттығулары.	2	
6.	Допты оң және сол қолмен алып жүру жаттығулары	2	
7.	Доптың бағытын өзгертіп алып жүру әдістері	2	
8.	Допты командаласына әр түрлі тәсілмен беру жаттығулары	3	
9.	Допты бір және екі қолмен ұстау жаттығулары	2	
10.	Ұзақ қашықтыққа жүгіру , физикалық дайындық, жүгіру, секіру, кедергілерден секіру	1	
11.	Себетке лақтыру жаттығулары	3	
12.	Әр түрлі секірулер жаттығулары	2	
13.	Бұрылулар мен тоқтау жаттығулары	2	
14.	Шабуылдау әдістері, техникалары	2	
15.	Ұзақ қашықтыққа жүгіру , физикалық дайындық, жүгіру, секіру, кедергілерден секіру	1	
16.	Алға бір қадам жасап допты екі қолмен қағып алу жаттығулары	3	
17.	Бір орында тұрып, алға бір қадам аттап, допты екі қолмен кеуде тұстан беру және тез орын ауыстыру жаттығулары	3	
18.	Секіртпемен секіру жаттығулары	1	
19.	Бір орында торға қарсы қарап тұрып немесе тордың сол не оң қапталдан допты екі қолмен кеуде тұстан торға лақтыру жаттығулары	3	
20.	Әр түрлі бастапқы қалыптан 8-10 метрге екпіндей жүгіру жаттығулары	2	
21.	Теріс қарап жүгіру, жылдамдықты кенеттен арттыру, жүгіріп келе жатып тоқтай қалу жаттығулары	2	
22.	5-6 қадамнан жүгіріп келіп, жоғары қарай секіру жаттығулары	2	
23.	Допты кеудеде ұстау, Допты екі қолмен қағып алу. Ойын	3	
24.	Жоғарыдан ұшқан допты қағып алу. Ойын	2	
25.	Ұзақ қашықтыққа жүгіру , физикалық дайындық, жүгіру, секіру, кедергілерден секіру	1	

26.	Ойын кезінде допты екі қолмен төменнен лақтыру	3	
27.	Ойын кезінде допты екі қолмен жоғарыдан лақтыру	4	
28.	Допты бір иықтан лақтыру	3	
29.	Ойын кезінде допты бір қолмен төменнен лақтыру	3	
30.	Ойын кезінде допты төменнен еденге соға лақтыра беру	3	
31.	Ойын кезінде допты бір қолдың көмегімен алып жүру	3	
32.	Ойын кезінде допты екі қолдың көмегімен алып жүру	3	
33.	Ойын кезінде бұрылу , кідіру тактикалары	3	
34.	Допты екі қолмен төстен лақтыру	3	
35.	Ұзақ қашықтыққа жүгіру , физикалық дайындық, жүгіру, секіру, кедергілерден секіру	1	
36.	Допты екі қадам жасау арқылы себетке лақтыру	3	
37.	Допты ортадан екі адым жасау арқылы себетке лақтыру	3	
38.	Айып добын орындау әдістері	3	
39.	Оң және сол қапталдан екі қадам жасай отырып себетке лақтыру	3	
40.	Ұзақ қашықтыққа жүгіру , физикалық дайындық, жүгіру, секіру, кедергілерден секіру	1	
41.	Шабуылшының алдына тосқауыл болу	3	
42.	Допты қарсыласынан тартып алу әдістері	3	
43.	Қарсылас алаңында допты күту	2	
44.	Баскетбол ойыны. Толық ережемен	3	
45.	Ұзақ қашықтыққа жүгіру , физикалық дайындық, жүгіру, секіру, кедергілерден секіру	2	
46.	Ойын ережесімен баскетбол ойынын қайталау.	2	
47.	Төрешілік ету	2	
Барлығы:		108 сағат	

«Бекітемін»

№268 мектеп-лицей директоры:

Ж.Қ.Сейтжанова



«Келісілді»

Тәрбие-ісі жөніндегі

орынбасары: Ә.Беделбеков

№268 мектеп-лицейінің волейбол спорт үйірмесінің жылдық жоспары

Үйірме жетекшісі: Ахметжан Нұрасыл

2022-2023 оқу жылы

Волейбол үйірмесінің жылдық жоспары

№	Сабақ тақырыбы	Сағат саны	Күні
1	Қауіпсіздік ережелерімен таныстыру	1	
2	Волейбол ойының шығу тарихы, ойын ережелері	1	
3	Алаңда ойыншылардың орны, орналасу, ауысу тәртібі	3	
4	Жүру жүгіру, жалпы жетілдіру жаттығулары	2	
5	Волейбол ойыны элементтері бар қозғалмалы ойындар	2	
6	Допты ойынға қосу әдістері. Допты ойынға астынан қосу	3	
7	Допты ойынға қосу әдістері. Допты ойынға жоғарыдан қосу	3	
8	Ұзақ қашықтыққа жүгіру, физикалық дайындық, жүгіру, секру, кедергілерден секіру	1	
9	Допты қабылдау әдістері	3	
10	Допты жоғардан екі қолмен қабылдау әдістері	2	
11	Допты төменен қабылдау әдістері	2	
12	Ұзақ қашықтыққа жүгіру, физикалық дайындық, жүгіру, секру, кедергілерден секіру	1	
13	Ережеге сай екі жақты ойын өткізу	1	
14	Допты командалас серігіне беру жаттығулары	3	
15	Допты командалас серігіне жоғарыдан, төменен беру әдістері	2	
16	Ойын кезінде байланыстырушының міндеті	2	
17	Үштік паска ойнау	2	
18	Екілік паска ойнау	2	
19	Ұзақ қашықтыққа жүгіру, физикалық дайындық, жүгіру, секру, кедергілерден секіру	1	
20	Ережеге сай екі жақты ойын өткізу	1	
21	Тосқауыл қою әдістері	3	
22	Екі адамдық тосқауыл қою әдістері	2	
23	Үш адамдық тосқауыл қою әдістері	3	
24	Команда ойыншысы тосқауыл қою кезінде, сақтандыру әдістерін жасау	2	
25	Ұзақ қашықтыққа жүгіру, физикалық дайындық, жүгіру, секру, кедергілерден секіру	2	
26	Ережеге сай екі жақты ойын өткізу	2	
27	Қорғаныста ойнау әдістері	3	
28	Қорғаныс кезінде ойыншылардың алаңда орналасу тәртібі	2	
29	Игерілген әдістермен қорғаныс әрекетін құру, допты қабылдау, командалас серігіне беру, соғу тактикасының элементтері	2	
30	Ұзақ қашықтыққа жүгіру, физикалық дайындық, жүгіру, секру, кедергілерден секіру	1	
31	Ережеге сай екі жақты ойын өткізу	2	
32	Шабуылда ойнау әдістері	3	
33	Шабуылдау кезінде ойыншылардың орналасу тәртібі	2	
34	Шабуыл соққыларына арналған жаттығулар	2	
35	Екінші деммен шабуылдау әдістері	2	
36	Ойын кезінде бір жақ бүйірден шабуылдау әдістері	2	
37	Қысқа пастан доп ұру тәсілері	2	
38	Шабуыл кезінде адым жасау әдістері	2	
39	Әр түрлі комбинациялар арқылы шабуылдау әдістері	2	
40	Тіке шабуылдау соққысы	2	

41	Екінші алаңнан шабуылдау әдісі	2	
42	Еркін шабуылдау және қорғану әдістері	2	
43	Ұзақ қашықтыққа жүгіру, физикалық дайындық, жүгіру, секру, кедергілерден секіру	1	
44	Ережеге сай екі жақты ойын өткізу	2	
45	Допты ойынға қосу тәсілдерін жетілдіру	2	
46	Допты қабылдау әдістерін жетілдіру	2	
47	Ережеге сай екі жақты ойын өткізу	1	
48	Допты астынан қабылдау әдістерін жетілдіру	2	
49	Допты үстінен қабылдау әдістерін жетілдіру	2	
50	Ережеге сай екі жақты ойын өткізу	2	
51	Екі адамдық тосқауыл қою әдістерін жетілдіру	2	
52	Үш адамдық тосқауыл қою әдістерін жетілдіру	2	
53	Шабуылдау әдістерін жетілдіру	2	
54	Командалар арасындағы сайыс, төрешілік ету	2	
	Барлығы	108	сағат

«Бекітемін»»

Мектеп-лицей директоры:

Ж. Сейтжанова



«Келісемін»

Тәрбие ісі жөніндегі
орынбасары

Ә. Беделбеков

Футбол үйірмесінің 2022-2023 оқу жылына арналған жылдық жоспары

Үйірме жетекшісі: Кумербаев Алмат

Қызылорда 2022ж

Футбол үйірмесінің жылдық жоспары

	Өтілетін сабақтың тақырыбы	Сағат саны	Өтілетін мерзімі
1	Қ.Р футболдың дамуы	3	
2	Футболдың шығу тарихы	3	
3	Футбол ойынына қойылатын гигиеналық талаптар	3	
4	Техника қауіпсіздік ережелерін сақтау	3	
5	Ойынның негізгі ережелері	3	
6	Ойыншының тұрысы	3	
7	Алаңда бір-біріне пас беріп ойнау	4	
8	Алаңда кедергілер арасымен допты алып жүру	3	
9	Ауыттан допты тастап үйрену	3	-
10	Айып добын тебуді үйрену	3	
11	Доппен алдап өту тәсілдері	3	
12	Допты тоқтату тәсілдері	3	
13	Аяқ ұшымен тебу	4	
14	Өкшемен тебу	3	
15	Допты баспен ұру түрлері	4	
16	Шекемен ұру	3	
17	Секіріп шекемен ұру	3	
18	Баспен ұру	3	
19	Допты қақпаға дұрыс бағыттау	4	
20	Допты тартып алу тәсілдері	3	
21	Допты тоқтату тәсілдері	3	
22	Допты алып жүру тәсілдері	3	
23	Қақпашының ойыны	3	
24	Допты қағып алу	3	
25	Допты ұрып жіберу	3	
26	Допты бағаннан асырып жіберу	3	
27	Қорғаушылардың міндеті	3	
28	Қорғаушының жеке әрекеті	3	
29	Шабулшының міндеті	3	
30	Топ – топ болып шабуылға шығу	4	
31	Командалық әрекет	3	
32	Жеке әрекет	3	
33	Айып добын дұрыс орындау	4	
34	Қақпашының допты ойынға қосуы	3	

«Бекітемін»
Мектеп-лицей директоры:

Ж. Сейтжанова



«Келісемін»
Тәрбие ісі жөніндегі
орынбасары

Ә. Беделбеков

Handwritten signature of A. Bedelbekov in blue ink, positioned above the printed name.

Футбол үйірмесінің 2022-2023 оқу жылына арналған жылдық жоспары

Үйірме жетекшісі: Абсадық Жандос

Қызылорда 2022ж

Футбол үйірмесінің жоспары

	Өтілетін сабақтың тақырыбы	Сағат саны	Өтілетін мерзімі
1	Қ.Р футболдың дамуы	3	
2	Футболдың шығу тарихы	3	
3	Футбол ойынына қойылатын гигиеналық талаптар	3	
4	Техника қауіпсіздік ережелерін сақтау	3	
5	Ойынның негізгі ережелері	3	
6	Ойыншының тұрысы	3	
7	Алаңда бір-біріне пас беріп ойнау	4	
8	Алаңда кедергілер арасымен допты алып жүру	3	
9	Ауыттан допты тастап үйрену	3	
10	Айып добын тебуді үйрену	3	
11	Доппен алдап өту тәсілдері	3	
12	Допты тоқтату тәсілдері	3	
13	Аяқ ұшымен тебу	4	
14	Өкшемен тебу	3	
15	Допты баспен ұру түрлері	4	
16	Шекемен ұру	3	
17	Секіріп шекемен ұру	3	
18	Баспен ұру	3	
19	Допты қақпаға дұрыс бағыттау	4	
20	Допты тартып алу тәсілдері	3	
21	Допты тоқтату тәсілдері	3	
22	Допты алып жүру тәсілдері	3	
23	Қақпашының ойыны	3	
24	Допты қағып алу	3	
25	Допты ұрып жіберу	3	
26	Допты бағаннан асырып жіберу	3	
27	Қорғаушылардың міндеті	3	
28	Қорғаушының жеке әрекеті	3	
29	Шабулшының міндеті	3	
30	Топ – топ болып шабуылға шығу	4	
31	Командалық әрекет	3	
32	Жеке әрекет	3	
33	Айып добын дұрыс орындау	4	
34	Қақпашының допты ойынға қосуы	3	

Футбол

№	Аты-жөні	ЖСН	Мекен-жайы	Үйірме атауы	Байланыс номері
1	Дауршхан Әлихан	131205504821	Наурыз 11/41	Футбол	87021784285
2	Ермеков Нұрымхан	140805504575	Токмағамбетов н/з	Футбол	87082125616
3	Кеңес Сырым	140304503325	Наурыз 4 көше	Футбол	87013380870
4	Қыдырбек Ерсұлтан	130822505772	С.Төлеков 12	Футбол	87087016678
5	Махмут Әбдірахим	140917502677	Епенов 10	Футбол	87776711685
6	Мергентай Әли	140615502962	Өткелбай 15	Футбол	87021600171
7	Мұқабай Нұрәлі	140508505251	Амангелді н/з	Футбол	87020807608
8	Тәжі Парасат	140621503844	Токмағанбетов 89	Футбол	
9	Тарған Абдуллах	140521505113	М.Тұрғанбаев 21	Футбол	87016500785
10	Алданыш Айсұлтан	140607503194	Т.Бекмұратұлы 2	Футбол	87777761285
11	Бақтиярұлы Алихан	140221503334	Ү.Токмағанбетова 35	Футбол	87081607102
12	Жаппарбергенов Ануар	140718505520	Қ.Үсенбаев н/з	Футбол	87081701541
13	Ералы Нұрислам	140629502235	Б.Жөнбаев 52	Футбол	87083134364
14	Ерланұлы Нариман	140425503016	Д.Ақмырзаев н/з	Футбол	
15	Нұрмағанбет Нұрғиса	140801505185	Наурыз саяжайы 8б №3	Футбол	87017501695
16	Өмірәлі Бекарыс	141214504436	Ә.Құдабаев 54	Футбол	87011916178
17	Сахи Диас	140317601821	М.Дүйсенбаев 74	Футбол	87089111171
18	Серіков Нұрперзент	140506505716	Үсенбаев н/з	Футбол	87019197815
19	Тастайбек Нұрасыл	140228502007	Т.Шырдаев 21	Футбол	87017711402
20	Тұрсынбек Әлихан	140602504006	Т.Ақмырзаев н/з	Футбол	
21	Алпысбай Дарын	151028503419	Бажиев 43	Футбол	87014470221
22	Амангелді Нұрсұлтан	150308503110	Әлімбетов 5а	Футбол	
23	Әлібай Әлинұр	150512503734	Ә.Әлібеков 34	Футбол	87780129510
24	Бауыржан Раян	150204501357	Б.Жөнбаев 47	Футбол	87081168820
25	Бақытбек Нұрғиса	150330502856	Мелиоратор 92	Футбол	
26	Бейсенбай Бексұлтан	150527503306	Құдабаев 40	Футбол	
27	Көпжүрсін Өмірбек	150702505347	Ж.Әбубакиров 11	Футбол	87081972011

	Мұратұлы Әлихан	150820505011	Б.Жөнбаев 14	Футбол	87776418178
29	Сәбитбек Ринат	151021503014	Б.Жөнбаев 7а	Футбол	87767051920
30	Талғатұлы Шәкәрім	141226502168	Б.Шералы 52	Футбол	87005197015



Мектеп-лицей директоры:

Ж. Сейтжанова

29.08.2022.

«Келісемін»

Тәрбие ісі жөніндегі

орынбасары

Ө. Беделбеков

Үстел теннисі үйірмесінің 2022-2023 оқу жылына арналған жылдық жоспары

Үйірме жетекшісі: Құлжанбаев Өмірхан

Қызылорда 2022ж

Үстел теннисі үйірмесінің кестесі

№	Айы	Күні	Уақыты
1	Қыркүйек	Дүйсенбі Сәрсенбі Жұма	15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰ 16 ³⁰ - 17 ³⁰ 15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰
2	Қазан	Дүйсенбі Сәрсенбі Жұма	15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰ 16 ³⁰ - 17 ³⁰ 15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰
3	Қараша	Дүйсенбі Сәрсенбі Жұма	15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰ 16 ³⁰ - 17 ³⁰ 15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰
4	Желтоқсан	Дүйсенбі Сәрсенбі Жұма	15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰ 16 ³⁰ - 17 ³⁰ 15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰
5	Қаңтар	Дүйсенбі Сәрсенбі Жұма	15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰ 16 ³⁰ - 17 ³⁰ 15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰
6	Ақпан	Дүйсенбі Сәрсенбі Жұма	15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰ 16 ³⁰ - 17 ³⁰ 15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰
7	Наурыз	Дүйсенбі Сәрсенбі Жұма	15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰ 16 ³⁰ - 17 ³⁰ 15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰
8	Сәуір	Дүйсенбі Сәрсенбі Жұма	15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰ 16 ³⁰ - 17 ³⁰ 15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰
9	Мамыр	Дүйсенбі Сәрсенбі Жұма	15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰ 16 ³⁰ - 17 ³⁰ 15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰

Үстел теннисі

№	Аты-жөні	ЖСН	Мекен-жайы	Үйірме атауы	Байланыс номері
1	Қуаныш Нұрсұлтан	060705500254	Жөнбаев н/з	Үстел теннисі	
2	Сраждин Жанерке	060606600857	Баттал көшесі 21уч	Үстел теннисі	877728880152
3	Пазылова Гаухар	060830601467	Наурыз саяжайы н/з	Үстел теннисі	
4	Нағашыбек Әмина	05122600801	Наурыз саяжайы н/з	Үстел теннисі	
5	Шахмардан Айдын	060116501974	Жөкенов 7а	Үстел теннисі	
6	Сапабек Құралай	060731600817	Құлманов Өтек№7	Үстел теннисі	87715115780
7	Жаңабай Бекзат	080408652084	Наурыз н/з	Үстел теннисі	
8	Нағашбек Расул	080227552847	Төлеби 114/49	Үстел теннисі	
9	Өмірханов Қуаныш	080830554039	Қабылан Батыр 45	Үстел теннисі	87714807139
10	Әлайдар Нұртөре	071206553514	Наурыз 11көше	Үстел теннисі	87774566038
11	Темірхан Зайсан	070115500586	Абай көшесі 66	Үстел теннисі	87773689983
12	Нұрғабұл Асылзат	081130653827	Наурыз 7/15	Үстел теннисі	
13	Ибраһан Фариза	081016651791	Наурыз 4/45	Үстел теннисі	
14	Нұрғабұл Аянат	081130653877	Наурыз 7/15	Үстел теннисі	
15	Рамазан Нұрдаулет	090205550961	Наурыз А.Арысбаев н/з	Үстел теннисі	
16	Рашидұлы Мадияр	081017551770	Махамбетов 37/20	Үстел теннисі	
17	Тимурұлы Әбілмансұр	081105550493	Елеусізов 15а	Үстел теннисі	
18	Асанова Ақнұр	081026653851	Ж.Жұмабаев 56	Үстел теннисі	87713398340
19	Шынарбай Мақпал	090412650251	Ж.Абубакиров 26	Үстел теннисі	87770476854
20	Жаңабай Бекжан	090630553769	Наурыз 31	Үстел теннисі	87078331986
21	Төребек Қаракат	070403602178	Наурыз 13/83	Үстел теннисі	87754804109
22	Шерахан Гүлсая	070316602066	Наурыз 2	Үстел теннисі	87077308253
23	Пазылов Нұрболатбек	090081855083	Махамбетов 34	Үстел теннисі	
24	Жолмағанбет Мейірман	090416551144	Токмағанбетов 71	Үстел теннисі	87711697742
25	Жәнібек Назым	081009651065	Абай 32	Үстел теннисі	87473156790

«Бекітемін»

Мектеп-лицей директоры:

Ж. Сейтжанова



«Келісемін»

Тәрбие ісі жөніндегі
орынбасары

Ә. Беделбеков

Шахмат үйірмесінің 2022-2023 оқу жылына арналған жылдық жоспары

Үйірме жетекшісі: Тоқшылықов Нұрлыбек

Қызылорда 2022ж

Мектепішілік шахмат үйірмесіне қатысатын оқушылар тізімі

2022 – 202 оқу жылы

№	Оқушының аты-жөні (болған жағдайда)	Туған жылы
1	Абзалқызы Жансая	14.12.2011
2	Абылай Мансұр	21.05.2012
3	Азаматқызы Айымжан	28.11.2011
4	Алдабрген Ғабдулһалим	04.01.2012
5	Әбсадық Мейірлан	26.04.2012
6	Әбжаппар Нұржан	05.05.2012
7	Базарбай Іңкәр	16.03.2012
8	Ділдахмет Інжу	25.04.2012
9	Егізбай Нұрсұлтан	19.01.2012
10	Ерболқызы Нұржауар	02.01.2012
11	Ерболатұлы Нұрсаят	13.07.2012
12	Жанболатұлы Азамат	28.06.2012
13	Кеңшілік Құралай	27.03.2011
14	Камилов Алмат	08.06.2012
15	Қалдыбекқызы Айжұлдыз	29.02.2012
16	Қалабай Рахат	03.11.2011
17	Қуатбай Айерке	16.04.2012
18	Мажит Мирас	03.03.2012
19	Мұратбек Аяулым	23.07.2012
20	Мұхтарұлы Бағлан	28.06.2012

Үйірме жетекшісі :Тоқшылықов Н

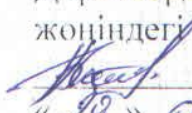
Шахмат үйірмесінің жылдық жоспар

Р/с	Тақырыптар	Сағат	Күні
1	Шахматпен танысу		
2	Шахмат тастарымен танысу		
3	Шахмат тақтасы және тастары		
4	Көлденең және тік жолдар. Тура		
5	Тура. Жеу		
6	Диагональ. Піл		
7	Піл . Жеу		
8	Ферзь . Ферзьдің жүрісі		
9	Ферзь . Жеу		
10	Пешка		
11	Ат . Ат жүрісі		
12	Ат . Жеу		
13	Король		
14	Тақтадағы шаршылар мен тастардың белгіленуі		
15	Шабуылдау		
16	Тастардың құндылығы		
17	Шахматтың негізгі ережелері. Тастардың шабуылдауы мен қорғанысы		
18	Тастардың шабуылдауы мен қорғанысы. Қорғаныстың түрлері		
19	Қорғалған және қорғансыз тастар		
20	Корольдің ерекше рөлі. Шах		
21	Шахтан қорғану		
22	Мат		
23	Бір жүріспен мат қою		
24	Шахмат ойнау әдебі. Ойын кезіндегі мінез-құлық ережелері		
25	Шахмат партия		
26	Дебюттік қателіктер		

Келісемін:

Директордың тәрбие ісі

жөніндегі орынбасары:

 Ә.Беделбеков

« 29 » 08 2022 жыл



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

Ж. Сейтжанова

« 29 » 08 2022

КҮНТІЗБЕЛІК-ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАР

Үйірме атауы: <<Гіртасын көтеру>>, <<Қол күрес>>

Мұғалім: Төлебиев Мирас

Жылдық Сағат саны: 108

I-Жарты жылдыққа сағат саны:

II-Жарты жылдыққа сағат саны:

Барлығы _____

Барлығы _____

Аптасына 3

Аптасына 3

№	Тақырыбы	Мерзімі
1	Қол күресі туралы жалпы түсініктеме	03.09.2022
2	Арнайы дене дамыту жаттығулары	05.09.2022
3	Қол күрес ережелері мен бұзушылықтар	07.09.2022
4	Спортшының техникалық тактикалық дайындығы	10.09.2022
5	Жалпы дене шынықтыру дайындығы	12.09.2022
6	Арнайы дене шынықтыру дайындығы	14.09.2022
7	Спортшының психологиялық дайындығы	17.09.2022
8	Күрес техникасы мен тактикасы	19.09.2022
9	Қолкүресінің әдіс-айла негіздері	21.09.2022
10	Қол күресудегі қолдардың жағдайы	24.09.2022
11	Оқушының білек күшіне дайындығы	26.09.2022
12	Білектің жылдамдығын жетілдіру	28.09.2022
13	Білек күшін дамыту	01.10.2022
14	Білек бұлшық еттерін босаңсысатын жаттығулар	03.10.2022
15	Жаттығу методикасы	05.10.2022
16	Қол күрес жаттығулары: Сығымдағыштықты басу	08.10.2022
17	Гимнастикалық темірмен жаттығу	10.10.2022
18	Барбармен кигаштар	12.10.2022
19	Бицептерге көтерілу	15.10.2022
20	Гантелмен жаттығу	17.10.2022
21	Мойын бүктеу	19.10.2022
22	Жоғарғы блокта қолдардың иілісі	22.10.2022
23	Ұзақ қашықтыққа жүгіру	26.10.2022
24	Гір тасымен жаттығу	29.10.2022
25	Қол күрес құпиялары: қарсыластың қолын тартып алу	31.10.2022
26	Қол мен дененің қозғалысы	02.11.2022
27	Нығайту жаттығулары	05.11.2022
28	Дамыту жаттығулары	07.11.2022
29	Үстелде стартқа жұмыс жасау	09.11.2022
30	Әріптестің көмегімен қолдың білезік мүшесіне жаттығулар	12.11.2022
31	Нығайту жаттығулары	14.11.2022
32	Дамыту жаттығулары	16.11.2022
33	Бақылау жаттығулары	19.11.2022
34	Жарыс жолына шығу жаттығулары	21.11.2022
35	Үстелде жылдамдыққа жұмыс жасау	23.11.2022
36	Қолды байлап әріптесімен күш сынасу	26.11.2022
37	Жалпы дамыту жаттығулары	28.11.2022
38	Жгутпен қолды бүгіп-жазу, үстелде жаттығу	30.11.2022
39	Білек күшін дамыту	03.12.2022

40	Екі қолды жайдақтап салбыратып қойып, штанга ұстап жұмған жұдырықты білекке бүгіп жаттығу	05.12.2022
41	Блок-тренажерде жауынгерлік жаттығу	07.12.2022
42	Штанганы жерден екі қолмен тұра тарту	10.12.2022
43	Екі қолдап бицепске көтеру	12.12.2022
44	Бір қолмен турникке тартылу	14.12.2022
45	Турникке екі орамал байлап, содан ұстап тартылу	21.12.2022
46	Арқанға өрмелеу	24.12.2022
47	Білектесу жаттығуы	26.12.2022
48	Үстелде шынтакты сырғыта тарту жаттығулары	28.12.2022
49	Техникалық жаттығу түрін үйрету	04.01.2023
50	Қарсыласының саусақтарын ашып, басу жаттығулары	07.01.2023
51	Қарсыласының қолын өзіне тартып ашу	09.01.2023
52	Кермеде тартылу	11.01.2023
53	Кермеде қолды бүгіп уақытқа ұстап тұру	14.01.2023
54	Арнайы дене жаттығулары	16.01.2023
55	Үстелде аяқты тіреп әрекет жасау әдістері	18.01.2023
56	Қолды бүгіп-жазып дене көтеру жаттығулары	21.01.2023
57	Кросс жаттығулары. 1500-2000 м	23.01.2023
58	Жаттығуларды шыңдау, дамыту	25.01.2023
59	Брусаяда қолды бүгіп-жазып дене көтеру	28.01.2023
60	Эспандермен жаттығу, кеуде тұстан 30 рет тарту	30.01.2023
61	Эспандердің бір ұшын аяқпен басып қолмен жоғары тарту 30 рет	01.02.2023
62	Эспандерді желке тұста ұстап қолды жазу жаттығулары	04.02.2023
63	Кермеде жаттығу, желке тұсқа дейін тартылу	06.02.2023
64	Үстелде әріптесінің көмегімен жаттығулар	08.02.2023
65	Үстел үстіндегі жалпы жаттығулар	11.02.2023
66	Қолдың білезік бұлшық еттеріне арналған жаттығулар	13.02.2023
67	Саусаққа арнайы дамыту жаттығулары	15.02.2023
68	Эспандермен жаттығу. 15-20 рет	18.02.2023
69	Үстел үстінде әріптесінің көмегімен жаттығу	20.02.2023
70	Қол күресінің әр түрлі тәсілдерін үйрену әрекеттері	22.02.2023
71	Жгутпен қолды бүгіп-жазу жаттығулары 20-30ға дейін	25.02.2023
72	Әріптесімен күресуге қолды үйрету	27.02.2023
73	Гір тасымен жаттығу	01.03.2023
74	Гір тасын жіпке байлап бұрыш жасап қолмен ұстау уақытқа	04.03.2023

75	Гір тасын жіпке байлап, бұрыш жасап ұстап тұру	06.03.2023
76	Нығайту жаттығулары	11.03.2023
77	Дамыту жаттығулары	13.03.2023
78	Қолдың күшімен арқанға өрмелеу 5-6 реттен	15.03.2023
79	Гимнастикалық қабырғада пресс жаттығулары	18.03.2023
80	Гимнастикалық қабырғаға қолдың күшімен шығу	20.03.2023
81	Үстелде әріптесінің көмегімен жаттығу	25.03.2023
82	Әріптесінің көмегімен күш салып бір бірін басу	27.03.2023
83	Саусаққа жаттығу. 40 кг штангамен жұмыс	29.03.2023
84	30-40 кг штангамен қолдың білезік бұлшық еттеріне жаттығу	01.04.2023
85	Жгутпен жаттығу старттық жылдамдық	03.04.2023
86	Үстелде күресу жаттығулары	05.04.2023
87	Техникалық әрекеттер	08.04.2023
88	Гантельмен қолдың білезік мүшесіне жаттығу	10.04.2023
89	Үстелде әріптесінің көмегімен күш сынау әрекеттері	12.04.2023
90	Жарыс жолына дайындық жаттығулары	15.04.2023
91	24 кг гір тасымен дайындық	17.04.2023
92	32 кг гір тасымен жаттығу	19.04.2023
93	Жгутпен уақытқа жаттығу	22.04.2023
94	Гір тасын уақытқа бұрыш жасап ұстау (24 кг)	24.04.2023
95	16 кг гір тасын ұстау уақытқа	26.04.2023
96	Үстелде жгутпен жаттығулар жасау	29.04.2023
97	Қол күресі туралы жалпы түсініктеме	03.05.2023
98	Арнайы дене дамыту жаттығулары	06.05.2023
99	Үстел үстіндегі жалпы жаттығулар	10.05.2023
100	Қолдың білезік бұлшық еттеріне арналған жаттығулар	13.05.2023
101	Саусаққа арнайы дамыту жаттығулары	15.05.2023
102	Эспандермен жаттығу. 5-20 рет	17.05.2023
103	Гір тасымен жаттығу	20.05.2023
104	Қол күрес құпиялары: қарсыластың қолын тартып алу	22.05.2023
105	Қол мен дененің қозғалысы	24.05.2023
106	Нығайту жаттығулары	27.05.2023
107	Дамыту жаттығулары	29.05.2023
108	Үстелде стартқа жұмыс жасау	31.05.2023

Жетекшісі

М. Төлебишев

Қол күрес үйірмесіне қатысатын оқушылардың тізімі:

№	Оқушының аты-жөні	Сыныбы
1	Керейтбай Артур	
2	Ертызан Айсултан	
3	Дайрабаев Исмаил	
4	Аманжол Мұстафа	
5	Қуаныш Жұрайттан	
6	Еркін Айбек	
7	Ауртанбеков Раулет	
8	Ерхан Батыл	
9	Аманжол Рамен	
10	Тоғызбай Жұртап	
11	Байзақ Қураш	
12	Тоқенов Мағжан	
13	Тоқенұлы Жұртқұл	
14	Аман Тоқен	
15		
16		
17		
18		
19		
20		

«Бекітемін»

№268 мектеп –лицей директоры

Ж.Сейтжанова

«29» 08 2022 ж.



«Келісемін»

Тәрбие ісі жөніндегі орынбасары

Ә.Беделбеков

«29» 08 2022 ж.

**2022-2023 оқу жылына
арналған ұлттық
«Асық ойын»
үйірмесінің жылдық
жоспары**

Үйірме жетекшісі: Аяғанов Нұржан

2022-2023 оқу жылы

Алтын сақа секциясының кестесі.

№	Айы	Күні	Уақыты
1	Қыркүйек	Дүйсенбі, Жұма	11:00-12.00
2	Қазан	Дүйсенбі, Жұма	11:00-12.00
3	Қараша	Дүйсенбі, Жұма	11:00-12.00
4	Желтоқсан	Дүйсенбі, Жұма	11:00-12.00
5	Қаңтар	Дүйсенбі, Жұма	11:00-12.00
6	Ақпан	Дүйсенбі, Жұма	11:00-12.00
7	Наурыз	Дүйсенбі, Жұма	11:00-12.00
8	Сәуір	Дүйсенбі, Жұма	11:00-12.00
9	Мамыр	Дүйсенбі, Жұма	11:00-12.00

Үйірмеге катысатын оқушылардың тізімі.

P/c	Оқушының аты -жөні	Сыныбы
1	Алтынбек Нұрислам	
2	Айдар Әділет	
3	Абрам Асет	
4	Бұланбай Дуас	
5	Бекболатұлы Арман	
6	Есенгелді Нұрмат	
7	Жауысқын Мансур	
8	Ибрагим Айдын	
9	Маханов Айбол	
10	Нұржанов Әсетжан	
11	Шәкірберген Жаңбекұлы	
12	Нұрболатұлы Жанат	
13	Жани Мейрім	
14	Мұратбек Нұрали	
15	Шінеухан Ерасыл	
16	Шантатов Мансур	
17	Серік Нұрдаулет	
18	Қанахмет Нұрасыл	
19	Сейсенбай Нұрсұлтан	
20	Мұхтаров Ханжол	
21		
22		
23		
24		
25		
26		

Үйірме жетекшісі:

Аяғанов Нұржан

(108 сағат)

P/c	Тақырыбы	Сағат саны	Күні
1	Асық ату туралы түсінік	2	
2	Кауіпсіздік ережесі	2	
3	Ойын ережесі	2	
4	Орын алмастыру	3	
5	Асық ату түрлері	3	-
6	Асық ату ойыны	4	
7	Асық ату ойының ережесін сақтау	2	
8	Сақа иіру	3	
9	Әлші, тәйкі түрлері	4	
10	Әлші, тәйкі ойындарының ережелері	2	
11	Асықты иіріп шығу	4	
12	Шеңбер құру	2	
13	Ойнау ережесі	2	
14	Арқаласпак ойыны	4	
15	Асықтардың орналасу тәртібі	2	
16	Асық ойын арақашықтығын сақтау	4	
17	Алтын сақа ойыны	4	
18	Ханталапай ойыны	4	
19	Тәйкі түрі	3	

20	Ұтыс ойын түрлері	2	
21	Түсіндіру сабағы	2	
22	Жетілдіру сабағы	3	
23	Бекіту сабағы	2	
24	Ойынға оқушылардың психологиясын арттыру	2	
25	Асық ату ойын түрлері	2	
26	Сақа тиген асықты табан өлшеміне салмайды	3	-
27	Хан болып шық ойыны	4	
28	Өлші, тәйке, бук, шік түрлері	2	
29	Асық ойының түрлері	2	
30	Асық ату-алғырлық	2	
31	Асық-қазақ халқының дәстүрлі ойыны	4	
32	Асық ату-ұлттық ойын	2	
33	Ұлттық ойын. Спорт ойыны, спорттық бәсеке	2	
34	Асық ату ережесін сақтау	4	
35	Асық ойыны-ұтыс ойыны	4	
36	Асық ату	2	
37	Асық ойыны-қазақ халқының дәстүрлі ұлттық ойыны	4	
38	Асық атуды иігеру, үйрету, дәріптеу	6	
37	Жыл бойындағы қортынды сабақ жоспары	2	

№ 268 мектеп-лицей

«Бекітемін»

268 мектеп-лицей директоры:

Ж.Сейтжанова



«Келісемін»

Тәрбие ісі жөніндегі орынбасары

Ә.Беделбеков

«Бес асық» үйірмесінің 2022-2023 оқу жылына арналған жылдық жоспары



Үйірме жетекшісі: Л.Н.Кульжанова

«Бес асық» үйірмесіне қатысатын оқушылардың тізімі

№	Оқушылардың аты-жөні
1	Бейбітшілік Қарақат
2	Олжаева Жансая
3	Жандильдаева Гүлмаржан
4	Өмірсерікқызы Нұрперзент
5	Сансызбай Нұрдаулет
6	Прмаханов Алимжан
7	Өтеген Тоғжан
8	Шамаев Нұрислам
9	Мүйтен Гүлжан
10	Нұрбай Нұрдаулет
11	Шалқарбек Аякөз
12	Жақсылық Аян
13	Нағашбек Рамазан
14	Атымтайқызы Замира
15	Болатова Інжу

**«Бес асық» үйірмесінің жылдық жұмыс жоспары
(аптасына 3 сағат)**

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

«Бес асық» үйірмесінің кестесі

№	Айы	Күні	Уақыты
1	Қыркүйек	Сейсенбі, Сәрсенбі, Бейсенбі	15:00-16:00 17:00-18:00
2	Қазан	Сейсенбі, Сәрсенбі, Бейсенбі	15:00-16:00 17:00-18:00
3	Қараша	Сейсенбі, Сәрсенбі, Бейсенбі	15:00-16:00 17:00-18:00
4	Желтоқсан	Сейсенбі, Сәрсенбі, Бейсенбі	15:00-16:00 17:00-18:00
5	Қаңтар	Сейсенбі, Сәрсенбі, Бейсенбі	15:00-16:00 17:00-18:00
6	Ақпан	Сейсенбі, Сәрсенбі, Бейсенбі	15:00-16:00 17:00-18:00
7	Наурыз	Сейсенбі, Сәрсенбі, Бейсенбі	15:00-16:00 17:00-18:00
8	Сәуір	Сейсенбі, Сәрсенбі, Бейсенбі	15:00-16:00 17:00-18:00
9	Мамыр	Сейсенбі, Сәрсенбі, Бейсенбі	15:00-16:00 17:00-18:00