



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

А.А. Абжалелова 01.09.2021

А.А. Абжалелова

«Келісемін»

Тәрбие жөніндегі орынбасары:

Г.А. Кенжебекова

Г.А. Кенжебекова

«Келісемін»

ӘБ жетекшісі:

Ж.М. Өзбекбай

Ж.М. Өзбекбай

№69 ЖББОМ

Баскетбол секциясы бойынша
2021-2022 оқу жылына арналған
Күнтізбелік тақырыптық жоспары

Жаттықтырушы: Суликанов Д

Түсінік хат

Баскетбол – жасөспірімдерді қызықтыратын, көптік спорт түрі. Оның ерекшелігі – ол әр түрлі қозғалысқа бай. Баскетбол ойнау үшін жылдам жүгіру, жүгіру бағытын мен жылдамдығын ауыстыру, күшті, екпін және төзімді болу керек.

Эмоциялық керенеуі сыналатын ойын барысында ағзадағы жүрек-қан тамырлары мен тыныс алу жүйелерінде жоғары жылжу қызметін тудырады.

Шабуыл мен оқшаулау кезінде допты беріп, сүйек жүйесін нығайтады, буындарды неғұрлым жылжымалы қылып, бұлшықеттің күші мен имкемділігін арттырады.

Доппен тұрақты өзара іс-қимыл терең және прифериялық көруге, дәлдік және кеңістікті бағдарлауды жақсартуға мүмкіндік береді.

Баскетбол ойыны көру және есту белгілерін арттырады, бұлшықеттің сезімділігін, қабілетін тез арада ауыстыруын дамытады. Шағын көлемдегі статистикалық күш пен жүктемелер жас спортшылардың өсуіне жақсы әсер етеді.

Оқу бағдарламасы бір дайындалған. Оқу аптасына 2 рет, 1 сағат өтеді.

Теориялық және практикалық бөлімнен тұрады.

Теориялық бөлімінде баскетбол ойынының техникасы мен топтамасы қарастырылады. Практикалық бөлімінде техникалық әдістер мен тактикалық комбинациялар қарастырылады.

Оқушылармен сабақта аралас жаттығулар мен оқу жаттығулар өткізу керек.

Мақсаты мен міндеттері.

Мақсаты:

1. Оқушыларға баскетбол ойынының техникасы мен тактикасын үйрету, мектеп құрама командасын құру.

Міндеттер:

1. Баскетбол ойынының техникасы мен тактикасы туралы жалпы түсініктерді қалыптастыру.
2. Баскетбол ойынының әдіс-тәсілдерін үйрету, бастапқы төрешінің дағдысын қалыптастыру.
3. Алған білімдерін ойын кезінде пайдалануға, өз бетімен ойында пайдалану.

Баскетбол үйірмесінің жоспары

	Өтілетін сабақтың тақырыбы	Сағат саны	Өтілетін мерзімі
1	Баскетбол тарихы	3 сағ	
2	Баскетбол сабағында техника қауіпсіздік ережелері	3 сағ	
3	Баскетбол ойыны	3 сағ	
4	Допты екі қолмен кеуде тұсынан беру	3 сағ	
5	Допты екі қолмен ұстау	3 сағ	
6	Допты бір қолмен ұстау	3 сағ	
7	Токтау	3 сағ	
8	Бұрылу	3 сағ	
9	Допты әріптесіне беру	3 сағ	
10	Допты бір қолмен жоғарыдан беру	3 сағ	
11	Допты алып жүру	3 сағ	
12	Ойынның мазмұнымен негізгі ережелері	3 сағ	
13	Допты сол және оң қолмен алып жүру	3 сағ	
14	Допты бағытын өзгертіп алып жүру	3 сағ	
15	Допты бір орында тұрып екі қолмен лақтыру	3 сағ	
16	Допты қарсыластан тартып алу	3 сағ	
17	Допты иыктан асыра лақтыру	3 сағ	
18	Ережемен баскетбол ойнау	3 сағ	
19	Бір орында тұрып себетке допл ақтыру	3 сағ	
20	Допты екі қолмен кеуде тұсынан беру	3 сағ	
21	Допты екі қолмен ұстау	3 сағ	
22	Допты бір қолмен ұстау	3 сағ	
23	Токтау	3 сағ	
24	Бұрылу	3 сағ	
25	Допты әріптесіне беру	3 сағ	
26	Допты бір қолмен жоғарыдан беру	3 сағ	
27	Допты алып жүру	3 сағ	
28	Ойынның мазмұнымен негізгі ережелері	3 сағ	
29	Допты сол және оң қолмен алып жүру	3 сағ	
30	Допты бағытын өзгертіп алып жүру	3 сағ	
31	Допты бір орында тұрып екі қолмен лақтыру	3 сағ	
32	Допты қарсыластан тартып алу	3 сағ	
33	Допты иыктан асыра лақтыру	3 сағ	
34	Ықшамдалған ережемен баскетбол ойнау	3 сағ	

ҚОЛДАНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР ТІЗІМІ

1. Баскетбол. Правила соревнований. М., 1996.
2. Баскетбол. Справочник. М., 1993.
3. Вуден Джон Р. Современный баскетбол. М., 1997.
4. Гомельский А. Я. Управление командой в баскетболе. М., 1994.
5. Зишн А. М. Детский баскетбол. М., 1998.
6. Костин В. На очередное четырехлетие// Спортивные игры. 1994. № 10.
7. Николич А., Параносич В. Отбор в баскетбол. М., 1994.
8. Яхонтов Е. Р. Баскетбол для всех. М., 1994.
9. Яхонтов Е. Р., Генкин З. А. Баскетбол. М., 1

2021-2022 оқу жылындағы «Баскетбол» үйірмесіне қатысатын оқушылар тізімі

№	Оқушының аты- жөні	класы
1	Асылханова Айнара	8 «а»
2	Әмірхан Нұржан	8 «а»
3	Бақытқали Дәулет	8 «а»
4	Бекмұратова Үмітай	8 «а»
5	Сейтенов Қайырбек	8 «а»
6	Думанұлы Нұрмахан	8 «а»
7	Мұқанбет Мейрамғали	8 «а»
8	Кузембай Алмухамед	8 «а»
8	Есенұлов Әмірсерік	10 «а»
9	Абдолла Жансен	10 «а»
10	Жұмабеков Н	10 «а»
11	Танабаев Есімжан	10 «ә»
12	Ержанұлы Диас	11
13	Айдын Нұрлан	11
14	Шразов Жәнібек	11
15	Төлегенов Қаптағай	11
16	Джабуов Ислам	11
17	Нағашыбаев Әділет	11
18	Аманшелді Диас	11
19	Кулниязов Әділет	11
20	Аманов Алдияр	11

Үйірме жетекшісі: Д. С. Суликанов

2021-2022 оқу жылындағы «Баскетбол» үйірмесіне қатысатын оқушылардың қауіпсіздік ережесімен танысуы :

№	Оқушының аты- жөні	класы	КОЛЫ
1	Асылханова Айнара	8 «а»	<i>Асыл</i>
2	Әмірхан Нұржан	8 «а»	<i>Нұржан</i>
3	Бақытқали Дәулет	8 «а»	<i>Дәулет</i>
4	Бекмұратова Үмітай	8 «а»	<i>Үмітай</i>
5	Сейтенов Қайырбек	8 «а»	<i>Сейтенов</i>
6	Думанұлы Нұрмахан	8 «а»	<i>Нұрмахан</i>
7	Мұқанбет Мейрамғали	8 «а»	<i>Мейрамғали</i>
8	Кузембай Алмухамед	8 «а»	<i>Кузембай</i>
8	Есенулов Өмірсерік	10 «а»	<i>Өмірсерік</i>
9	Абдолла Жансен	10 «а»	<i>Жансен</i>
10	Жұмабеков Н	10 «а»	<i>Жұмабеков</i>
11	Танабаев Есімжан	10 «ә»	<i>Есімжан</i>
12	Ержанұлы Диас	11	<i>Диас</i>
13	Айдын Нұрлан	11	<i>Нұрлан</i>
14	Шразов Жәнібек	11	<i>Жәнібек</i>
15	Төлегенов Қаптағай	11	<i>Қаптағай</i>
16	Джабуов Ислам	11	<i>Ислам</i>
17	Нағашыбаев Әділет	11	<i>Әділет</i>
18	Аманшелді Диас	11	<i>Диас</i>
19	Кулниязов Әділет	11	<i>Әділет</i>
20	Аманов Алдияр	11	<i>Алдияр</i>

Үйірме жетекшісі: Д. С. Суликанов