



«Бекітемін»

Мектеп директоры:

А.А. Абжалелова

А.А. Абжалелова

01.09.2021.

«Келісемін»

Тәрбие жөніндегі орынбасары:

Г.А. Кенжебекова

Г.А. Кенжебекова

«Келісемін»

ӘБ жетекшісі:

Ж.М. Өзбекбай

Ж.М. Өзбекбай

№69 ЖББОМ

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

Жаттықтырушы: Қайсаров А

Түсінік хат

Волейбол ойынының қозғалысы адам баласына аса пайдалы табиғи қозғалыс пен дене мүшелерінің қимылынан жүгіру, жүру, секіру, т.б. жаттығулардан тұрады. Бұл ойынды он жасар баладан бастап қай жаста болмасын ойнай береді. Сондықтан да, волейбол дене тәрбиесі пәні жаттығуларының бірі ретінде ең тиімді де ағзаға пайдалысы болып табылады. Ойын барысында нақты қозғалыс нәтижесінде ең бастысы адамның координациясы қалыптасады. Қандай жаттығу болмасын, қозғалыс барысында нақтылы орындалады. Айталық, шабуылдау кезінде допты қарсыласының алаңға дәл түсіру, болмаса допты әріптесіне дәл бере білу, допты қарсыласының алаңына алдап тастау т.б. Демек адамның барлық қабілет-қасиетін қалыптастыратын ойынның бір түрі.

Бағдарлама 10-17 жас аралығындағы балаларға арналған. Оқыту мерзімі 2 жыл.

Бағдарламаның тиімділігі – уақыт талабымен сәйкес. Жеке тұлғаның қозғалыс координатасын жетілдіру қиын мәселе болғандықтан, волейболды үйретудің құрылымы мен мазмұны ойын барысында жылдамдық пен нақты қозғалысты ныңайтуға бағытталған мінез қалыптастыруға тәрбиелейді. Сабактан тыс білім беру жүйесінде волейболды үйрету жүйесі оқушылардың жеке қабілеттіліктерін айқындап, жетілдіре отырып, оның әр түрлі қимылдары мен жылдамдықтары түрлі қарқында дамуына бағытталады.

Бағдарламаның ерекшелігі оқушыларды топтастыру арқылы ұжымдық білім беруге бағытталғандығында. Ол бағдарламаға енгізілген негізгі екі бағыт алады. Алдымен әр волейбол ойнаушының тұлғалық ерекшеліктерін ескере отырып тәрбиелеуде, екіншіден әр тәрбиеленушінің өмірге көзқарасы, жағдаяттарды шеше білуі есепке алынады. Баланың жеке қасиеттерін табиғи, физикалық және психологиялық қасиеттерін білуді талап етеді.

Бағдарламаның жаңалығы Оқушы ойын үрдісі кезінде жоғары эмоциялы үлкен қуанышқа бөленіп, қанағат алады. Дене тәрбиесі жүйесінде волейбол ойынының маңызы зор Зерттеу әдісін қолдануында (волейболдың шығу тарихы туралы рефераттар мен баяндамалар жазуында), мектептің материалдық жағдайын ескере отырып оқу-тақырыптық жоспарын құру.

Бағдарламаның мақсаты : Денсаулығы мықты, ұжымла ұйымдастыру қабілеті жоғары, жауапкершілігі мол, нақты қозғалыс координациясы қалыптасқан, жылдам, өз бетінше шешім қабылдай алатын жеке тұлға жетілдіруге жағдай жасау.

Мақсаты:

- волейбол ойнау ережесін;
- ойнаушының құқы мен міндеттерін;
- волейболдың шығу тарихын;
- ойын тактикасы туралы негізгі түсінік.

Міндеті:

- алған білімдерін практикада қолдана білу;
- назарларын, ойларын шоғырландырып, уақытты үнемдеу;
- волейболды құштарлықпен ойнау.

Волейбол үйірмесінің жылдық жоспары

№	Тақырыбы	Сағат саны	Өткізілетін мерзімі
1	Техника қауіпсіздік ережесі	3	
2	Волейбол ойынының тарихы	3	
3	Ойынның негізгі ережелері	3	
4	Ойын алаңында тұру	3	
5	Ойын алаңында орын ауыстыру	3	
6	Тіркемелі адым	3	
7	Қосарланған адым	3	
8	Секіру	3	
9	Орынды кенет өзгерту	3	
10	Құлау	3	
11	Ықшамдалған ережемен волейбол ойнау	3	
12	Допты жоғарыдан беру	3	
13	Допты төменнен беру	3	
14	Допты жоғарыдан екі қолмен қабылдау	3	
15	Допты екі қолмен төмен қабылдау	3	
16	Шабұлдау	3	
17	Тосқауыл қою	3	
18	Ойын тактикасының элементтерін жетілдіру	3	
19	Алаңда ауысу	3	
20	Ықшамдалған ережемен волейбол ойнау	3	
21	Допты ойынға қосу	3	
22	Допты қабылдау	3	
23	Допты жоғарыдан екі қолмен қабылдау	3	
24	Допты екі қолмен төмен қабылдау	3	
25	Шабуылдау соңқыларын орындау тәсілдері	3	
26	Арнайы дене жаттығулары	3	
27	Допты тұра жоғарлата қосу	3	
28	Допты екі қолмен жоғарыдан беру	3	
29	Допты екі қолмен төменнен беру	3	
30	Шабуыл мен қорғаныс	3	
31	Тосқауыл қою элементтері	3	
32	Екпін алу, секіру	3	
33	Ықшамдалған ережемен волейбол ойнау	3	

№	Аты- жөні	Класы
1	Серік М	8б
2	Жақсылықова Н	8ә
3	Нағашыбаев А	11
4	Құлниязов Ә	11
5	Жанабаев А	11
6	Жалғасов А	11
7	Болат Д	11
8	Сүликанов А	6Б
9	Амангелді Т	6Ә
10	Жақсылық М	6ә
11	Серік М	6ә
12	Лұқпан Ә	6ә
13	Сарбаева А	6ә
14	Ахметулла М	6ә
15	Жұматай А	6ә
16	Бекет Д	6ә
17	Әбсат Н	6ә
18	Жармағамбетов М	10ә
19	Мұсабеков Б	10ә
20	Қойыс Ш	5ә
21	Серік М	6ә
22	Рад Г	6ә
23	Кенденғұл С	6ә
24	Ават Ә	6ә
25	Қобыланұлы С	6а
26	Базаров Б	5ә
27	Аманқұлова І	5ә
28	Жұмағали Д	7б
29	Мұхамбетжан Е	7а
30	Картпанбетова А	7а
31	Мұхамбетжан А	7а
32	Зинел Ә	7а
33	Абдулла К	7а
34	Абубакирова Г	9ә
35	Уразғалиева Ә	9ә
36	Сералиева К	11
37	Мустафина М	8б
38	Тлегенова Д	8б
39	Кашқанбаев С	8б
40	Махмуд Н	8ә
41	Қаржаубай М	8б
42	Ислам М	5а
43	Ерболатқызы Ф	5а
44	Баубек Ә	5а
45	Сеткереев С	5а
46	Аманкереева Ж	5а
47	Тыныш Н	5а
48	Жайлау А	5а
49	Нұғметолла А	5а
50	Жұмабай А	10а
51	Санғалиев Д	10ә

52	Аманғос Д	5а
53	Өтеп Ә	5а
54	Жұмағали Ғ	5а
55	Тыныш А	7а
56	Муканова А	7б
57	Болат Ә	6а
58	Айдын Н	6а
59	Амангелді И	4а
60	Болат Б	6б
61	Тілеуғали Қ	6б
62	Тенизбаева М	7б
63	Нуртаева Е	8б
64	Сәндіғали Н	8б
65	Мирболатқызы А	8а
66	Жеңіс М	6а
67	Асылханова а	8а

Пайдаланылған әдебиеттер:

1. Дене тәрбиесі әдістемесі құрал С.К.Көптілеуова, Г.П.Маковецкая,
Т.Н.Васильченко, О.И.Меркель

2. Дене тәрбиесі оқыту әдістемесі.

А.Құлназаров.,С.Тайжанов

3.Ғаламтор ақпараттары:www.google.kz.сайты. www.google.ru.сайты.