

Түсінік хат

Бұл бағдарлама бойынша оқушыларды дене тәрбиесінен денсаулықтарын шынықтыру мен салауатты өмір салтын сақтауға тәрбиелейді.

Үйірме бұл сыныптан тыс жұмыстың ең белсенді әрі тиімді формаларының бірі, мұндағы тарау тақырыптар кеңейіп тереңдей оқытылады.

Онда оқушылар баскетбол ойыны туралы теориялық білімдерін практикамен ұштастыра отырып, тереңірек таныстыру, ойын барысында аса ептілік, ұқыптылыққа, ұжымшылдыққа тәрбиелей отырып, барлық уақытта да төзімділік қабілетін дамытуға көңіл бөлінеді. Қимыл қозғалыс жаттығуларын орындау техникасының дұрыс негізін қалап, оқушылардың икемділігін арттыру, қимыл сапаларын жетілдіріп, дене құрлысын дұрыс қалыптастыру және баскетбол спорттық ойынының түріне әуесқойлығын арттыру. Оқушылардың қозғалмалы дағдылары мен қимыл белсенділігін арттыратын жаттығулар негізінің бірі жылдамдыққа үйрену қасиеттерін жетілдіру болып табылады. Баскетбол ойынының қыр-сырын меңгерте отырып әр түрлі әдіс тәсілдерін меңгерту.

Үйірменің мақсаты:

1. Оқушылардың денсаулығын нығайту.
2. Дене шынықтыру мәдениетін қалыптастыру.
3. Өзін-өзі тәрбиелеу мен өзін-өзі жетілдіру себептерін белсенді ету.
4. Баскетбол ойынының теориялық білімін практикамен ұштастыру арқылы әдіс-тәсілдерін меңгерту.

Оқыту міндеттері:

Өмірлік маңызды қозғалыс дағдыларын, танымдық қозғалыс белсенділігін арттыруды қалыптастыруға себепкер болатын дене жаттығуларының негізгі түрлерін оқушылардың меңгеруіне көмектесу.

Уақыт пен кеңістікте қозғалыс әрекеттерін басқаруға деген ізденісті, шығармашылық қабілеттерді дамыту үшін жағдай туғызу.

Спорттық ойынның бірі волейбол және дене жаттығуларымен дербес айналысуға қызығушылықты қалыптастырып дамыту.

**Баскетболдан 2023-2024 оқу жылында жүргізілетін
үйірме сағаттарының жылдық жоспары**

№	Сабақтың тақырыбы	Сағат	Күні, уақыты			Ескерту
1	Баскетбол Т.Қ.Е.Ойынның тарихы және ережесі.	1	5.09			
2	Допты орында және қозғалыста жүргізу тәсілі.	1	12.09			
3	Тездікті және бағытты өзгертіп доп жүргізу.	1	19.09			
4	Допты жүргізу және тоқтату.Бұрылу тәсілдері.	1	26.09			
5	Бір орында доп беру және қабылдау тәсілдері.	1	3.10			
6	Қозғалыста доп беру және қабылдау тәсілдері.	1	10.10			
7	Қозғалыста жасырын доп беру және қабылдау.	1	17.10			
8	Шабуылдағы қозғалыс техникасы.О.Ж.О.	1	24.10			
9	Шабуылда допты иелеу техникасы.О.Ж.О.	1	7.11			
10	Шабуылда допты ойыншының іс-әрекеті.О.Ж.О.	1	14.11			
11	Шабуылда допсыз ойыншының іс-әрекеті.О.Ж.О.	1	21.11			
12	Қорғаныстағы қозғалыс техникасы.О.Ж.О.	1	28.11			
13	Қорғаныста допты иелену техникасы.О.Ж.О.	1	5.12			
14	Қорғаныста допсыз ойыншының іс-әрекеті.	1	12.12			
15	Қорғаныста допты ойыншының іс-әрекеті.	1	19.12			
16	Қозғалыста түрлі алдамшы финттерді жасау.	1	26.12			
17	Финт жасап допты жүргізіп секіріп себетке тас-у	1	9.01			
18	Жеке шабуылшының іс-әрекеттері.О.Ж.О.	1	16.01			
19	Топар болып шабуыл жасау әдістері.О.Ж.О.	1	23.01			
20	Команда болып шабуыл жасау әдістері.О.Ж.О.	1	30.01			
21	Тез жарып өтіп шабуыл жасау.О.Ж.О.	1	6.02			
22	Орталық ойыншымен шабуыл жасау.О.Ж.О.	1	13.02			
23	Тосқындық жасап шабуыл жасау.О.Ж.О.	1	20.02			
24	Жеке ойыншының қорғану әдістері.О.Ж.О.	1	27.02			
25	Топар болып қорғану әдістері О.Ж.О.	1	5.03			
26	Команда болып қорғану әдістері.О.Ж.О.	1	12.03			
27	Айып сызығында командалық қорғаныс.О.Ж.О.	1	19.03			
28	Орта қашықтықтан қозғ-та себетке доп тастау.	1	26.03			
29	6-7м қашықтықтан қозғалыста себетке доп тастау.	1	02.04			
30	«Прессинг» ойын системасын үйрену.	1	09.04			
31	«Крест» ойын системасын үйрену.	1	16.04			
32	«Қайта крест» системасын үйрену.	1	23.04			
33	«Қайта крест» системасын үйрену.	1	30.04			
33	Йгерілген әдістермен екі жақты оқу ойыны.	1	14.05			
34	Екі жақты оқу ойыны,төрешілік жасау.	1	21.05			

Мұғалімі:

Сырмаханов Ш.К

«Талдысай жалпы орта білім беретін мектебі»

«Бекітемін»

Мектеп директоры

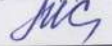
 С. Б. Биртаева

« 31 » _____ 2023 ж.



«Келісемін»

Директордың тәрбие
ісі жөніндегі орынбасары

 К. С. Мукашева

« 31 » _____ 08 _____ 2023 ж.

«Баскетбол» атты үйірменің күнтізбелік жоспары

Пән мұғалімі: Сырмаханов Ш.К

2023-2024 оқу жылы