
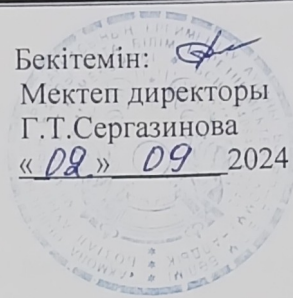


Бекітемін:   
Мектеп директоры  
Г.Т.Сергазинова  
« 02 » 09 2024 ж.



*«Ақмола обласы білім басқармасының Ерейментау ауданы бойынша білім бөлімі Бозтал ауылының жалпы орта білім беретін мектебі» КММ*

## **«Шұбар доп» үйірмесінің жоспары**



*Жетекшісі: Темір Қалдыбай Мирашұлы*

*2024 - 2025 оқу жылы*

## **Волейбол үйірмесінің үйірме бағдарламасына түсініктеме**

Мен Темір Қалдыбай Мирашұлы 6-11-сынып білім алушыларымен үйірме сабақтарыма пайдалану үшін алдым. Бағдарлама оқушылардың сыныптан тыс уақытындағы жұмыстары мектептегі дене жаттығуларымен ұйымдасқан түрде айналысу жүйесін құрайды. Үйірме жұмысында пайдаланатын құралдар мен әдістердің, жаттығуларды ұйымдастыру формаларының көп жақтылығы. Оқушылар үйірменің негізгі міндеттерін толық және сапалы шешуге жәрдемдеседі. Іріктеп алынған жаттығулар түрімен айналысуда балалардың жеке қызығушылығын арттырады., жаттығушылардың әлеуметтік белсенділігін дамытады. Бағдарлама мазмұны үлкен дене жүктемесіз-ақ балалардың қозғалыс сапасын дамытудың әр-түрлі әдіс-тәсілдерін пайдалануға бағытталған.

Бағдарлама мектептің материалдық базасын, мұғалімнің мүмкіндіктерін, оқушының қызығушылығын ескере отырып құрылған. Үйретудің белсенді әдістерін қолдануға бағытталған. **Бағдарлама 10-17 жас аралығындағы балаларға арналған.** Оқыту мерзімі 1 жыл. Волейбол үйірмесіне негізінен икемділігі жақсы дамыған оқушылар қабылданған.

Үйірме жоспары оқу бағдарламасымен, мазмұнымен байланысты құрылған. Үйірмеге негізінен денсаулығы жағынан секцияда жаттығуға рұқсат етілген, негізгі топқа жататын оқушылар қабылданған.

Волейбол ойынының ережесімен танысу 1 сағат берілген. Екіден «пас» шығару әдісі алаң нүктелеріне допты алдай тастау ойын тактикасы, орын ауыстыру әдісі командалық ойын алаңда ауысу техникасы.

**Үйірменің мақсаты:**

1. Оқушылардың денсаулығын шынықтырып, нығайту.
2. Білімді, өмірлік маңызы зор іскерлікті қалыптастыру.
3. Адамгершілік, еңбек және эстетикалық тәрбиелердің міндеттеріне сәйкес жеке тұлғаны тәрбиелеу.
4. Оқушыларды спортпен жүйелі түрде айналысуға тарту.
5. Салауатты өмір салтын ұстануға қалыптастыру.

**Міндеті:**

1. Дене жаттығуымен жүйелі түрде айналысуға көпшілігін тарту
2. «Дене шынықтыру» пәні бойынша үлгерімді арттыруға
3. Жасқа сәйкес спорттық классификациялық нормалық талаптары деңгейіндегі нәтижеге жетуге, спорттық маманды таңдауға
4. Мектеп командасын дайындауға
5. Қоғамдық дене шынықтыру белсенділерін дайындауға жәрдемдесу

## Үйірме жоспары

№	Сабақ тақырыбы	Сағат саны	Өтілетін күні	Ескерту
1	Волейбол ойынының ережесімен таныстыру. Алаң нүктелерін көрсету	3 сағ	02.09-04.09- 06.09.24	
2	Допты ойынға қосу тәсілі (төменнен)	3 сағ	09.09-11.09- 13.09.24	
3	Допты ойынға жоғарыдан қосу	3 сағ	16.09-18.09- 20.09.24	
4	Төменнен алу тәсілін үйрету	3 сағ	23.09-25.09- 27.09.24	
5	Допты жоғарыдан алу тәсілі	3 сағ	30.09-02.10- 04.10.24	
6	Шағын ереже бойынша жаттығу ойыны	3 сағ	07.10-09.10- 11.10.24	
7	Доппен орындалатын эстафеталық жарыс	3 сағ	14.10-16.10- 18.10.24	
8	Екіден «пас» шығару әдісі	3 сағ	21.10-23.10- 25.10.24	
9	Тордан асыра допты лақтыру	3 сағ	04.11-06.11- 08.11.24	
10	Үштіктен «пас» шығару әдісі	3 сағ	11.11-13.11-15.11.24	
11	Екпінмен келіп допты соғу тәсілі	3 сағ	18.11-20.11- 22.11.24	
12	Алаң нүктелеріне допты алдай тастау	3 сағ	25.11-27.11- 29.11.24	
13	Тосқауыл қою	3 сағ	02.12-04.12- 06.12.24	
14	Екеулеп тосқауыл қою әдісін үйрету	3 сағ	09.12-11.12- 13.12.24	
15	Тосқауылдың артын жабу	3 сағ	16.12-18.12- 20.12.24	
16	Жолдастық кездесу	3 сағ	23.12-25.12- 27.12.24	
17	Комбинациялық ойын жүйесін үйрету	3 сағ	10.01-13.01- 15.01.25	
18	«Кім жылдам» қозғалмалы ойын	3 сағ	17.01-20.01- 22.01.25	
19	Ереже бойынша волейбол ойнау	3 сағ	24.01-27.01- 29.01.25	
20	Ойын тактикасы, орын ауыстыру әдісі	3 сағ	31.01-03.02- 05.02.25	
21	Допты бірінші зонадан секіріп соғу	3 сағ	07.02-10.02- 12.02.25	
22	Комбинация жасау жасау жолдары	3 сағ	14.02-17.02- 19.02.25	
23	Командалық ойын	3 сағ	21.02-24.02- 26.02.25	
24	Командалық ойын	3 сағ	28.02-03.03- 05.03.25	
25	«Кім мерген» доп лақтыру ойындары	3 сағ	07.03-10.03- 12.03.25	
26	Өзара жолдастық кездесу	3 сағ	14.03-17.03- 19.03.25	
27	Алаңда ауысу техникасы	3 сағ	02.04-04.04- 07.04.25	
28	Олимпияда жүйесімен ойнау	3 сағ	09.04-11.04-14.04.25	
29	Жарысқа дайындық жүйесін орындату	3 сағ	16.04-18.04- 21.04.25	
30	Ереже бойынша ойын	3 сағ	23.04-25.04- 28.04.25	
31	Айналмалы жарыс өткізу жүйесі	3 сағ	30.04-02.05- 05.05.25	
32	Допты 2 зонадан соғу	3 сағ	07.05-09.05- 12.05.25	
33	Жаттығу ойыны	3 сағ	14.05-16.05-19.05.25	
34	Қорытынды сабақ	3 сағ	20.05-21.05- 23.05.25	

### Волейбол үйірмесіне қатысатын оқушылар тізімі

№	Оқушылардың аты - жөні	Туған жылы, айы, күні	Ер	Қыз	Сынып	Үйірме атауы	Үйірме жетекшісі
1	Әзімбекұлы Ерасы	04.14.2012.				Волейбол	Темір Қ.М
2	Бағдат Сәлі	03.05.2010				Волейбол	Темір Қ.М
3	Абдіман Дәурен	03.05.2009				Волейбол	Темір Қ.М
4	Бопалақов Абдурасим	25.09.2008				Волейбол	Темір Қ.М
5	Әмірхан Душан	21.08.2010				Волейбол	Темір Қ.М
6	Құрбанұлы Мұстафа	25.05.2011				Волейбол	Темір Қ.М
7	Серік Қайым	30.03.2010				Волейбол	Темір Қ.М
8	Аманжол Шаша	20.07.2010				Волейбол	Темір Қ.М
9	Әзімбекұлы Жаная	14.07.2012				Волейбол	Темір Қ.М
10	Айтжан Даяна	30.09.2012				Волейбол	Темір Қ.М
11	Бақытжан Тұрар	30.09.2012				Волейбол	Темір Қ.М
12	Жанат Әліна	10.02.2013				Волейбол	Темір Қ.М
13	Шіңгілбай Бағдерен	29.03.2012				Волейбол	Темір Қ.М
14	Шіңгілбай Бағтер	07.03.2009				Волейбол	Темір Қ.М
15	Бақытжан Ерасы	13.12.2012				Волейбол	Темір Қ.М
16	Бағдат Нұржан	16.12.2011				Волейбол	Темір Қ.М
17	Айтжан Мақсұтхан	29.02.2008				Волейбол	Темір Қ.М
18	Марқан Маржан	11.11.2007				Волейбол	Темір Қ.М
19	Әлімен Мади	05.11.2007				Волейбол	Темір Қ.М
20	Ақжігіт Тұрар	09.09.2011				Волейбол	Темір Қ.М
21	Мұстафа Меруерт	22.10.2011				Волейбол	Темір Қ.М
22	Нұрсана Шақпа	26.10.2011				Волейбол	Темір Қ.М
23	Серікбек Аяла	30.08.2010				Волейбол	Темір Қ.М
24	Бопалақов Арман	08.09.2010				Волейбол	Темір Қ.М
25	Дастан Ақжігіт	10.01.2010				Волейбол	Темір Қ.М
26	Бағдатұлы Сәлі	29.10.2011				Волейбол	Темір Қ.М
27	Сәмедіқұлы Әзерке	02.07.2011				Волейбол	Темір Қ.М
28	Ермәтұлы Нұрдаулет	28.06.2012				Волейбол	Темір Қ.М
29	Нұрсана Нұрасы	20.07.2013				Волейбол	Темір Қ.М
30	Пеширова Гүлнәзі	17.08.2011				Волейбол	Темір Қ.М

### *Пайдаланылған оқулықтар*

- 1. Дене тәрбиесі. Оқу әдістемесі. «Атамұра» 2002ж*
- 2. Дене тәрбиесі. 1-2-3 сыныпқа арналған оқулық. «Мектеп» баспасы 2005ж*
- 3. Дене тәрбиесі. Республикалық әдістемелік журнал*
- 4. Физическая культура в школе. Журнал №10 2007ж*