

Каралды
ӘБ отырысында
Хаттама № 1
Оралбаев Д.С.
27.08.2024

Келісемін
директордың ТІЖ
орынбасары
Сулейменова А.А.
28.08.2024

Бекітемін
Астана қаласы
әкімдігінің Р. Қоңқарбаев
атындағы № 44 ОМ ІІЖК
МКК директоры
Култаева Д.М.
28.08.2024



Күнтізбелік – тақырыптық жоспар
Календарно – тематическое планирование

Секция: **Волейбол**
Мұғалім: **Долайбай.О**
Жыл бойы сағат саны: **102**
Аптасына **3 сағат**

Астана 2024- 2025ж

Түсінік хат

Жалпы білім беру мектеріне арналған реформа талаптарын жүзеге асыру педагогтар, дене тәрбиесі мұғалімдері және спорт мамандары, ата-аналар оқушылардың өздерінің күш-сауығын талап етеді.

Осы мәселе жолында жетістікке жету үшін волейбол ойыны үлкен маңызға ие. Бұл ойынның қарапайымдылығы, эстетикалық әсемдігі, жеке қасиеттерінің дамуына жол ашады, осы арқылы денені дамытады, өмірлік мансапқа қимыл-қозғалыс дағдыларын көрсетеді.

Денсаулықты нығайту мәселелерін шешу жолында жан-жақты дене дайындығы, өмірлік мансапқа қимыл-қозғалыс дағдыларын жүзеге асыру үшін дұрыс жолға қойылып, үйретілген волейбол ойыны талаптарды мектеп қабырғасынан тауып, ұл-қыздарға жасерекшелігіне де қарамастан, осы бір спорт түрімен өмір бойы айналысуына жол салуы ғажайып.

Мақсаты : *Бастапқы кезеңде өмір салтын мен жеке гигиеналық тазалықтарын сақтаудың бағалы бағыттарына тәрбиелеу;*

Волейбол ойынының қимыл-қозғалыс түрлерінің бағалық негізін үйрену;
Оқушыларды волейбол ойынының білімі мен практикалық қабілетін және өмірге қажетті іс-әрекетін қалыптастыру.

Міндеті: *Үлесім және сапа мүмкіндіктерінің әрі қарай дамуы;*

Волейбол ойыны негізгі элементтері, жарыстар, осы ойынға қажетті құрал – жабдықтармен тереңірек таныстыру;

Волейбол ойыны кезінде қауіпсіздік ережелерін қадағалау;

Тәртіптілік және жауапкершілік сезіміне тәрбиелеу;

Күтілетін нәтиже

Волейбол ойының өзіндік ерекшелігі бар, бірақ ойынды спорт түрлері жалпы спорттың басқа түрлеріне қарағанда, айналысушылардың ағзасына типтестігін кешендік әсермен ерекшеленеді. Бірақтар қимыл-қозғалыс ойындары арқылы ұжымдық, өзара көмек, саналы тәртіп, өзін-өзі ұстау, белсенділік пен жауапкершілік сезімін арттыруға болады.

Волейбол ойынымен айналысу көру қабілетін жақсартуға септігін типтестігіне; ағза жүйесі мен мүшелердің әрекетін жақсартады; қозғалыс сапасын, жылдамдығын, әсіресе икемділікті дамытады. Көру қабілеті артқандығы бақылауға алынатын, көзін көру өлшемі жақсартады.

Ауылдық аудандық облыстық жарыстарға бару арқылы, оқушылардың өзіне тапсырылған міндетер мен тапсырмаларды орындаған кезде жауапкершілік пен сенімнің ақталуын күтеміз.

Волейбол үйірмесінің жоспары

	Өтілетін сабақтың тақырыбы	Сағат саны	Өтілетін мерзімі
1	Техника қауіпсіздік ережесі	3 сағ	
2	Волейбол ойынының тарихы	3 сағ	
3	Волейбол ойынының тарихы	3 сағ	
4	Ойын алаңында тұру	3 сағ	
5	Ойын алаңында орын ауыстыру	3 сағ	
6	Тіркемелі адым	3 сағ	
7	Қосарланған адым	3 сағ	
8	Жүгіру	3 сағ	
9	Секіру	3 сағ	
10	Орынды кенет өзгерту	3 сағ	
11	Құлау	3 сағ	
12	Ықшамдалған ережемен волейбол ойнау	3 сағ	
13	Допты жоғарыдан беру	3 сағ	
14	Допты төменнен беру	3 сағ	
15	Допты жоғарыдан екі қолмен қабылдау	3 сағ	
16	Допты екі қолмен төмен қабылдау	3 сағ	
17	Шабулдау	3 сағ	
18	Тосқауыл қою	3 сағ	
19	Ойын тактикасының элементтерін жетілдіру	3 сағ	
20	Алаңда аусу	3 сағ	
21	Ықшамдалған ережемен волейбол ойнау	3 сағ	
22	Допты ойынға қосу	3 сағ	
23	Допты қабылдау	3 сағ	
24	Допты жоғарыдан екі қолмен қабылдау	3 сағ	
25	Допты екі қолмен төмен қабылдау	3 сағ	
26	Шабулдау соққыларын орындау тәсілдері	3 сағ	
27	Арнайы дене жаттығулары	3 сағ	
28	Допты тура жоғарлата қосу	3 сағ	
29	Допты екі қолмен жоғарыдан беру	3 сағ	
30	Допты екі қолмен төменнен беру	3 сағ	
31	Шабуыл мен қорғаныс	3 сағ	
32	Тосқауыл қою элементтері	3 сағ	
33	Екпін алу, секіру	2 сағ	
34	Ықшамдалған ережемен волейбол ойнау	1 сағ	
34	Ықшамдалған ережемен волейбол ойнау	1 сағ	
35	Ықшамдалған ережемен волейбол ойнау	1 сағ	
36	Ықшамдалған ережемен волейбол ойнау	1 сағ	