

«Бекітемін»

М.Ғабдуллиннің қолы
кеңсесіндегі т.б. директоры

А.М.Ахметжанов

«29» 08. 2023 жыл



«Келісемін»

Директордың тәрбие ісі жөніндегі
орынбасары

О.Ж.Тержанова

«29» 08. 2023 жыл

«Қаралды»

Дене шынықтыру ОБ

Хаттама №1

ОБ жетекшісі

Б.Таберхан

«29» 08. 2023

«Баскетбол» үйірмесінің күнтізбелік-тақырыптық жоспары

- Мұғалім: Таберхан Б
- Аптасына 1сағат, жылына 34 сағат

2023-2024 оқу жылы

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 иса елтілік, ұқыптылыққа, ұжымшылдыққа тәрбиелей отырып, барлық уақытта да төзімділік қабілетін дамытуға көңіл бөлінеді. Қимыл қозғалыс жаттығуларын орындау техникасының дұрыс негізін халап, оқушылардың икемділігін арттыру, қимыл сапаларын жетілдіріп, дене құрылысын 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 тұтызу.

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

Баскетбол үйірме кестесі

2023-2024 оқу жылы

№	Үйірме атауы	Күні	Уақыты	Өтетін орыны	Үйірме жетекшісі
1	Баскетбол	Сәрсенбі	20.00-20.45	Спорт зал	Таберхан Б

«Баскетбол» үйірмесінің күнтізбелік жоспары
2023-2024 оқу жылы
Сағат саны: 34

№	Тақырыбы	Сағат саны	Сыноап	Мерзімі
			9Б	
1	Баскетбол ойынының техникалық қауіпсіздік ережелерімен таныстыру. Баскетбол ойыны туралы жалпы мағлұмат беру.	1		6.09.23
2	Баскетболдың құрал-жабдықтары туралы жалпы мағлұмат және ойлап ережесін түсіндіру.	1		13.09.23
3	Баскетбол добын қабылдау жаттығулары.	1		20.09.23
4	Баскетбол добын алып жүру жаттығуларын үйрету	1		27.09.23
5	Баскетбол добын әріптесіне беру жаттығулары.	1		4.10.23
6	Допты кедергілер арасымен алып жүру.	1		11.10.23
7	Допты екі қолмен алма-кезек алып жүру	1		18.10.23
8	Допты жоғарыдан беру тәсілін үрету.	1		25.10.23
9	Допты екі қадам арқылы әріптесіне беру.	1		8.11.23
10	Екі жақты ойын 5х5	1		15.11.23
11	Шабуыл жаттығуларының әдіс тәсілдері	1		22.11.23
12	Тосқауыл қою әдіс тәсілдері	1		29.11.23
13	Айып добын орындау жаттығулары	1		6.12.23
14	Екі жақты ойын 5х5, 4х4, 3х3	1		13.12.23
15	Допты екі қолмен алма-кезек алып жүру	1		20.12.23
16	Допты жоғарыдан беру тәсілін үйрету.	1		27.12.23
17	Допты еден арқылы беру тәсілін үйрету.	1		10.01.24
18	Допты екі қадам арқылы әріптесіне беру.	1		17.01.24
19	Себетке доп салу әдістерін үйрету.	1		24.01.24
20	Допты екі қадам арқылы себетке лақтыру	1		31.01.24
21	Екі жақты ойын 5х5	1		7.02.24
22	Допты қабырғаға алма кезекпен алмастыру жаттығулары	1		14.02.24
23	Допты еден арқылы серіктесіне беру	1		21.02.24

24	Допты алма кезек екі қолмен кезек алып жүру	1		28.02.24
25	Екі жақты ойын 5х5	1		6.03.24
26	Себетке дәл салу әдістерін үйрету.	1		13.03.24
27	Допты қабырғаға соғу арқылы қабылдау	1		3.04.24
28	Шабуыл жаттығуларының әдіс тәсілдері	1		10.04.24
29	Тосқауыл қозғалыс әдіс тәсілдері	1		17.04.24
30	Айып добын орындау жаттығулары	1		24.04.24
31	Баскетбол добын қабылдау жаттығулары.	1		1.05.24
32	Баскетбол добын алып жүру жаттығуларын үйрету	1		8.05.24
33	Баскетбол добын әріптесіне беру жаттығулары.	1		15.05.24
34	Екі жақты ойын ойнау	1		22.05.24
	<u>Жалпы сағат саны:</u>	<u>34</u>		

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. Зиин А. М. Детский баскетбол. М., 1998.
6. Костин В. На очередное четырехлетие// Спортивные игры. 1994. № 10.
7. Николитч А., Параносич В. Отбор в баскетбол. М., 1994.
8. Яхонтов Е. Р. Баскетбол для всех. М., 1993.