

2024/2025 оқу жылы:

Оқушылар демалысының күнтізбесі

Қыркүйек

дс	сс	ср	бс	жм	сн	жс
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

Қазан

дс	сс	ср	бс	жм	сн	жс
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	
	31					

Қараша

дс	сс	ср	бс	жм	сн	жс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

Желтоқсан

дс	сс	ср	бс	жм	сн	жс
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

Қаңтар

дс	сс	ср	бс	жм	сн	жс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Ақпан

дс	сс	ср	бс	жм	сн	жс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28		

Наурыз

дс	сс	ср	бс	жм	сн	жс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Сәуір

дс	сс	ср	бс	жм	сн	жс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Мамыр

дс	сс	ср	бс	жм	сн	жс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Маусым

дс	сс	ср	бс	жм	сн	жс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Шілде

дс	сс	ср	бс	жм	сн	жс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Тамыз

дс	сс	ср	бс	жм	сн	жс
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30
31						

Ә.Б отырысында
қаралды № хаттама
Ә.Б жетекшісі
Г.Аманбек
«19» 08 2024ж

Келісемін
Директордың тәрбие ісі
жөніндегі орынбасары
Г.Т. Құрманбай
«17» 08 2024ж

Бекітемін
Мектеп директоры
Б.Н. Усманов



**КҮНТІЗБЕЛІК – ТАҚЫРЫПТЫҚ
ЖОСПАР**

Мектебі: «С.Нұрмағамбетов атындағы №72 жалпы орта білім беретін мектебі»
шаруашылық жүргізу құқығындағы мемлекеттік коммуналдық кәсіпорны
Спорт секциясының атауы: Дойбы
Спорт секцияның жетекшісі: Төлен Б.А
Сынып:6-7
Сағат саны:102
Апталық сағат саны: 3

Түсінік хат

Дойбы – жас өспірімдерді қызықтыратын, көптік спорт түрі. Оның ерекшелігі – ол әр түрлі қозғалысқа бай. Стритбол ойнау үшін жылдам жүгіру, жүгіру бағытын мен жылдамдығын ауыстыру, күшті, екпін және төзімді болу керек.

Эмоциялық керенеуі сыналатын ойын барысында ағзадағы жүрек-қан тамырлары мен тыныс алу жүйелерінде жоғары жылжу қызметін тудырады.

Шабуыл мен оқшаулау кезінде допты теуіп, сүйек жүйесін нығайтады, буындарды неғұрлым жылжымалы қылып, бұлшықеттің күші мен имкемділігін арттырады.

Доппен тұрақты өзара іс-қимыл терең және прифериялық көруге, дәлдік және кеңістікті бағдарлауды жақсартуға мүмкіндік береді.

Стритбол ойыны көру және есту белгілерін арттырады, бұлшық еттің сезімділігін, қабілетін тез арада ауыстыруын дамытады. Шағын көлемдегі статистикалық күш пен жүктемелер жас спортшылардың өсуіне жақсы әсер етеді.

Оқу бағдарламасы бір дайындалған. Оқу аптасына 3 рет.

Теориялық және практикалық бөлімнен тұрады.

Теориялық бөлімінде стритбол ойынының техникасы мен топтамасы қарастырылады. Практикалық бөлімінде техникалық әдістер мен тактикалық комбинациялар қарастырылады.

Оқушылармен сабақта аралас жаттығулар мен оқу жаттығулар өткізу керек

Мақсаты мен міндеттері.

Мақсаты:

1. Оқушыларға стритбол ойынының техникасы мен тактикасын түсіндіру.
2. Оқушылардың денсаулығын нығайту.
3. Моралдік және еріктік сапаларын дамыта отырып, достық пен өзара көмек көрсетуге тәрбиелеу.

Міндеттер:

1. Стритбол ойынының техникасы мен тактикасы туралы жалпы түсініктерді қалыптастыру.
2. Стритбол ойынының әдістәсілдерін үйрету, бастапқы төрешінің дағдысын қалыптастыру.
3. Алған білімдерін ойын кезінде пайдалануға, өз бетімен ойында пайдалану.

БАҒДАРЛАМАНЫҢ МАЗМҰНЫ

Кіріспе: Стритбол ойынының пайда болу тарихы. Ойын кезіндегі қауіпсіздік техникасы.

Жалпы дене дайындығы: Теориясы: стритболшыларға жалпы дене дайындығының маңыздылығы.

Практика: бұлшықеттің күштілігі мен жылдамдығына бағытталған

дайындық жаттығулар: әр түрлі тәсілдердің, жылдамдықтың, секірудің, әдейі

ептіліктің, төзімділіктің (жүгіру, секіру, күш, ойын) тез бір тәсілден екіншісіне ауысу.

Техникалық дайындық. Теория: стритболға дайындау кезінде техникалық дайындықтың маңызы.

Практика:

Тұру. Допты алу, алып жүру, допты тоқтату тәсілі. Шабуылдау тәсілі, қорғау ісәрекет.

Теориялық дайындық.

Теория: стритбол ойынының ережесі. Тактикалық дайындықтың маңызы.

Практика: допты ойынға қосу. Допты беру тактикасы. Допты қабылдау тактикасы.

Мақсаты:

Дойбы ойынын үйрету барысында көру мүшесі бұзылған тәрбиеленушілер жеке тұлғасының интеллектуалдық және ерікжігер әлеуетін ашу.

Міндеті

Білім беру:

дойбы ойынының техникасын оқыту;

балаларға дойбы ойыны теориясымен таныстыру;

Жазықтықта бағдар алу дағдысын оқыту.

Дамыту: көру қабілетін, көру қызметінің белсенді жаттығу кезінде көрукеңістік бағдарын дамыту;

Бағдарламаның мәні:

«Сықрылы дойбы» бағдарламасы балаларға дойбы ойынын үйрету әдістемесін педагогикалық тәжірибе үрдісінде әзіленген мектепке дейінгі жастағы балалардың ойын мотивациясы негізінде қолдануды меңзейді. Бұл құралдың айрықша ерекшелігі «нөлден» бастайтын көру мүшесі бұзылған мектепке дейінгі жастағы балаларды дайындауға назарын аударту, дойбы ойынының негіздерін үйретуге бағдарлау болып табылады. Сонымен мектепке дейінгі жастағы балалардың жалпы мәдениетінің құрылуына және дойбы ойынына интеллектуалдық демалыс ретінде қызығушылықтарын дамытуға, көру қабілетінің, әлеуметтік сәттілікті, оқу әрекеті алғышарттарының құрылуын, мектепке дейінгі жастағы балалардың бала-бақша түлектеріне қойылға мемлекеттік талаптарына сәйкес денсаулықтарының сақталуын қамтамасыз ететін интегративтік қасиеттерінің дамуына бағытталады. Бағдарламаның тақырыптық жоспарының мазмұндық байланысы педагогқа тәрбиебілім беру міндеттерін (жеке қабілеттері мен қызығушылықтарын қанағаттандыру, заманауи әлемде табысты әлеуеттану үшін танымдық қабілеттерін дамыту) шешу кезінде білім беру мазмұнын құруға септігін тигізеді, бұл баланың жеке тұлғасының танымдық, эмоционалдық және тәжірибешілік саласын бірыңғай дамытуға мүмкіндік береді. Қосымшаға дойбы ойнау дағдысын құру диагностика кестесі, атааналар сауалнамасы, сабақтардың болжалды тақырыптары (ұсынылатын), балаларға дойбы ойынын оқыту, тәжірибешілік бөліммен бекітілетін материалдар блогы кіреді. Тәжірибешілік сабақтар – дидактикалық ойындар балалардың көру мүшесінің, логикалық ойлау қабілетінің, жадының, сөйлеу мәнерінің, мұқияттылығының, талдау, жалпылау және шешім шығару дағдысының дамуына септігін тигізеді. Сабақтар мен ойын сауықтардың болжалды сценарийлері кез келген тақырыпқа жазылған жеке сценарийлер әзірлеу үшін қажет болуы мүмкін.



Дойбыүйірмесінің жоспары

№	Өтілетін сабақтың тақырыбы	Сағат саны	Өтілетін мерзімі	Ескертулер
1	Ойын ережелері ойынтарихы	1 сағ		Ойын ойнау барысында қауіпсіздік ережелерін сақтай отырып бастаймыз
2	Екіжақтыойын	1 сағ		
3	Ойын жүрісінің әдіс тәсілдерін үйрету	1 сағ		
4	Екіжақтыойын	1 сағ		
5	Ойын барысында қорғана білуді үйрету	1 сағ		
6	Екіжақтыойын	1 сағ		
7	Ойын кезінде бір жүріспен шеек кооды үйрену	1 сағ		
8	Екіжақтыойын	1 сағ		
9	Ойынкезіндеекіжүріспеншеккою	1сағ		Құрал саймандарды ұқыпты пайдалану
10	Екіжақтыойын	1 сағ		Ойын барысында жаттықтырушының тапсырмаларын толық орындауға тырысу
11	Онжаксолжакқорғанысқоябілу	1 сағ		
12	Екіжақтыойын	1 сағ		
13	Шабуылжасаутактикасынүйрену	1 сағ		
14	Екіжақтыойын	1 сағ		
15	Есептеужолдары	1 сағ		
16	Екіжақтыойын	1 сағ		
17	Алғашығудамкағашығу	1 сағ		
18	Екіжақтыойын	1 сағ		
19	Дамкағашығукалайіскеасуынүйрену	1 сағ		
20	Екіжақтыойын	1 сағ		
21	Жүріскезінде екітасжеудіүйрену	1 сағ		
22	Екіжақтыойын	1 сағ		
23	Жүріскезіндеұштасжеудіүйрену	1 сағ		
24	Екіжақтыойын	1 сағ		
25	Екіжақтыойынжарысынөткізу	1сағ		
26	Қайталаужаттығуларынөткізу	1 сағ		
27	Екіжақтыойын	1 сағ		
28	Жүрістердіқайталаужаттығуы	1 сағ		
29	Екіжақтыойын	1 сағ		
30	Жылдамдыққауақытқаойнау	1 сағ		
31	Екіжақтыойын	1 сағ		
32	Топка команда бойыншажарысу	1 сағ		
33	Екіжақтыойын	1 сағ		

34	Бакылаубір-біріментәжірибеалмасу	1 сағ		Ойын ойнау барысында қауіпсіздік ережелерін сақтай отырып бастаймыз
35	Ойынережелеріойынтарихы	1 сағ		
36	Екіжақтыойын	1 сағ		
37	Ойын жүрісінің әдіс тәсілдерін үйрету	1 сағ		
38	Екіжақтыойын	1 сағ		
39	Ойын барысында қорғана білуді үйрету	1 сағ		
40	Екіжақтыойын	1 сағ		
41	Ойын кезінде бір жүріспен шеек кооды үйрену	1 сағ		
42	Екіжақтыойын	1 сағ		Ойын барысында жаттықтырушының тапсырмаларын толық орындауға тырысу
43	Ойынкезіндеекіжүріспеншеккою	1сағ		
44	Екіжақтыойын	1 сағ		
45	Онжаксолжакқорғанысқоябілу	1 сағ		
46	Екіжақтыойын	1 сағ		
47	Шабуылжасаутактикасынүйрену	1 сағ		
48	Екіжақтыойын	1 сағ		
49	Есептеужолдары	1 сағ		
50	Екіжақтыойын	1 сағ		
51	Алғашығудамкағашығу	1 сағ		
52	Екіжақтыойын	1 сағ		
53	Дамкағашығукалайіскеасуынүйрену	1 сағ		
54	Екіжақтыойын	1 сағ		
55	Жүріскезінде екітасжеудіүйрену	1 сағ		
56	Екіжақтыойын	1 сағ		
57	Жүріскезіндеұштасжеудіүйрену	1 сағ		
58	Екіжақтыойын	1 сағ		Ойын ойнау барысында қауіпсіздік ережелерін сақтай отырып бастаймыз
59	Екіжақтыойынжарысынөткізу	1сағ		
60	Қайталаужаттығуларынөткізу	1 сағ		
61	Екіжақтыойын	1 сағ		
62	Жүрістердіқайталаужаттығуы	1 сағ		
63	Екіжақтыойын	1 сағ		
64	Жылдамдыққауақытқаойнау	1 сағ		
65	Екіжақтыойын	1 сағ		
66	Топка команда бойыншажарысу	1 сағ		Ойын барысында жаттықтырушының тапсырмаларын толық орындауға тырысу
67	Екіжақтыойын	1 сағ		
68	Бакылаубір-біріментәжірибеалмасу	1 сағ		
69	Ойынережелеріойынтарихы	1 сағ		
70	Екіжақтыойын	1 сағ		
71	Ойын жүрісінің әдіс тәсілдерін үйрету	1 сағ		

72	Екіжақтыойын	1 сағ	
73	Ойын барысында қорғана білуді үйрету	1 сағ	
74	Екіжақтыойын	1 сағ	
75	Ойын кезінде бір жүріспен шеек қоюды үйрену	1 сағ	
76	Екіжақтыойын	1 сағ	
77	Ойынкезіндеекіжүріспеншекқою	1сағ	
78	Екіжақтыойын	1 сағ	
79	Оңжақсолжаққорғанысқоябілу	1 сағ	
80	Екіжақтыойын	1 сағ	
81	Шабуылжасау тактикасын үйрену	1 сағ	
82	Екіжақтыойын	1 сағ	
83	Есептеужолдары	1 сағ	
84	Екіжақтыойын	1 сағ	
85	Алғашығудамқағашығу	1 сағ	
86	Екіжақтыойын	1 сағ	
87	Дамқағашығу қалай іске асуын үйрену	1 сағ	
88	Екіжақтыойын	1 сағ	
89	Жүріскезінде екітасжеуді үйрену	1 сағ	
90	Екіжақтыойын	1 сағ	
91	Жүріскезінде үш тасжеуді үйрену	1 сағ	
92	Екіжақтыойын	1 сағ	
93	Екіжақтыойын жарысын өткізу	1сағ	
94	Қайталау жаттығуларын өткізу	1 сағ	
95	Екіжақтыойын	1 сағ	
96	Жүрістерді қайталау жаттығуы	1 сағ	
97	Екіжақтыойын	1 сағ	
98	Жылдамдыққа уақытқа ойнау	1 сағ	
99	Екіжақтыойын	1 сағ	
100	Топқа команда бойынша жарысу	1 сағ	
101	Екіжақтыойын	1 сағ	
102	Бақылау бір-бірімен тәжірибе алмасу	1 сағ	
	1) Жүру, жүгіру, жалпы жетілдіру жаттығулары 2) Әр түрлі секіру жаттығулары. 3) Жалпы дамыту және арнайы жаттығуларды .	Барлығы 102 сағат	

Үйірме жетекшісі:

Төлен Б.А

ҚОЛДАНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР ТІЗІМІ

1. Футбол под. Ред. Казанова П.Н. М. ФиС. 1978г.
2. Зашиорский В.М. Спортшының дене сапасы. М., ДТ және С.
3. Шолик М. Айналымдық жаттықтыру. М., ДТ және С. 1966
4. Дене тәрбиесі. Мектепке арналған бағдарлама. М., Просвещение, 1976ж.
5. Листелло О. Дене тәрбиесінің ойын спорт әдісі. М., ДТ және С, 1959 ж.
6. Дене тәрбиесі. Орта және сегіз жылдық мектептеріне арналған бағдарламалар. М.,
7. М.Н. Қобланов, Ж.Ж. Ысқақов. Спорт терминдерінің сөздігі мен тарихы. Раритет, Алматы.
8. Физическая культура в школе журналы. Аниеева Н.Н. "Коньки тебуге
9. Бой жазу ілімі мен әдістемесі. В.И. Филипповичтің басшылығымен. М., Просвещение,
10. Ақпаев Т.А., Адамбеков М.И., Тастанов Ә.Ж. Оқушылардың дене тәрбиесін
11. Теория и методика физ. воспитания М. 1979г.
12. Қасымбекова С. Дене тәрбиесі А. 2002г.
13. Основы методики тренировки. М, 1995г. 14. Спортивные игры М, 1973. 2