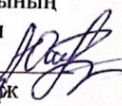


«Бекітемін»  
Мектеп директоры  
  
М.А.Зулкаков  
«01» 09 2023ж



«Тексерілді»  
Мектеп директорының  
ТІЖ орынбасары  
А.У.Омарбекова   
«31» 08 2023ж

Ө\Б отырысында  
қаралды: Хаттама №  
  
Б.Ш.Нурсултанов  
«29» 08 2023ж

Жайсаң жалпы орта білім беретін мектебінің  
«Баскетбол»  
Үйірме сағатының оқу-тақырыптық жоспары

Дене шынықтыру пәнінің мұғалімі:  
Сарбулин Аслан Айтказиевич

2023 – 2024 оқу жылы

## **Түсінік хат**

Баскетбол ойыны 1891 жылы АҚШ елінде шыққан. Баскетбол ойыны оқушылардың шапшаңдығын, шыдамдылығын және тез қозғалуын дамытады. Сонымен бірге баскетбол ойыны ойлау қабілетін дамытады.

## **Үйірменің мақсаты**

Оқушылардың ерекшеліктерін ескере отырып, қабілетті балалармен жекелеген ойындар ұйымдастыру, жарысқа қатыстыру. Оқушылардың денсаулықтарын күшейту және тәртіпке баулу.

## **Үйірменің міндеттері**

1. Жұмыс орнын ұйымдастырып, тиімді пайдалану.
2. Оқушыларды спортқа қызықтыру және қатыстыру.
3. Баскетбол ойынын дамыту.
4. Оқушының ерекшеліктерін ескере отырып, дарынды балалармен жұмыс істеу.

## **Күтілетін нәтиже**

Баскетбол үйірмесінің бірінші жылында оқушыларға ойын техникасын, қймылын, ойлану қабілетін, колективтік ұйымшылдығын, спорттық тәртіптілігін толықтай жеткізу. Осы үйірме арқылы басқада оқушыларды спортқа қызықтыру.

## **Қолданылған әдебиеттер**

1. Дене шынықтыру институттарына арналған оқулық. Ю. Партков.
2. Дене шынықтыру және спорт. Москва. 1988ж.

| №       | Сабақ тақырыбы                                                                  | Сағат | Мерзімі             |
|---------|---------------------------------------------------------------------------------|-------|---------------------|
| 1       | Баскетбол ойынының ережесі.                                                     | 3     | 04.09. 05.09. 08.09 |
| 2       | Қозғалыста доппен оң, сол қолмен алып жүру.                                     | 3     | 11.09 12.09 15.09   |
| 3       | Екі адым аттап допты серігіне беру.                                             | 3     | 18.09 19.09 22.09   |
| 4       | Допты екі қолмен жоғарыдан беру.                                                | 3     | 25.09 26.09 29.09   |
| 5       | Допты екі қолмен қабылдау.                                                      | 3     | 02.10 03.10 06.10   |
| 6       | Допты төменнен беру.                                                            | 3     | 09.10 10.10 13.10   |
| 7       | Допты қозғалыста серігіне бір қолмен беру.                                      | 3     | 23.10 24.10 27.10   |
| 8       | Екі адым аттап допты торға лақтыру.                                             | 3     | 06.11 07.11 10.11   |
| 9       | Допты төменнен бір қолмен беру.                                                 | 3     | 13.11 14.11 17.11   |
| 10      | Қозғалыста допты бір қолмен жанынан лақтыру.                                    | 3     | 20.11 21.11 24.11   |
| 11      | Допты секіріп ауада ұстау.                                                      | 3     | 27.11 28.11 01.12   |
| 12      | Қозғалыста допты бір қолмен секіріп лақтыру.                                    | 3     | 04.12 05.12 08.12   |
| 13      | Шабуылда ойнау.                                                                 | 3     | 11.12 12.12 15.12   |
| 14      | Қозғалыста ойнау.                                                               | 3     | 18.12 19.12 22.12   |
| 15      | Қозғалыста доппен артқа, алға және оң, сол жаққа бұрылу.                        | 3     | 25.12. 26.12. 29.12 |
| 16      | Допты ұстап бір адым алға, бір адым артқа өкшесін көтермей допты серігіне беру. | 3     | 01.01. 02.01. 05.01 |
| 17      | Айып добын орындау.                                                             | 3     | 08.01. 09.01. 12.01 |
| 18      | Допты тіке және жанымен беру.                                                   | 3     | 15.01. 16.01. 19.01 |
| 19      | Допты қозғалыста секіріп екі қолмен ұстау.                                      | 3     | 22.01. 23.01. 26.01 |
| 20      | Допты ұстағаннан кейін екі адым аттап оң, сол жақтан лақтыру.                   | 3     | 29.01.30.01. 02.03  |
| 21      | Допты екі қолмен кеудеден беру.                                                 | 3     | 05.03. 06.03. 09.03 |
| 22      | Допты қозғалыста екі адым аттап серігіне беру.                                  | 3     | 12.03 13.03 16.03   |
| 23      | Допты қозғалыста бір қолмен төменнен беру.                                      | 3     | 19.03 20.03. 23.03  |
| 24      | Допты оң, сол иықтан беру.                                                      | 3     | 26.03 27.03. 1.04   |
| 25      | Допты ауада секіріп ұстап, торға лақтыру.                                       | 3     | 04.04. 05.04. 11.04 |
| 26      | Серігінен допты бір қолмен қабылдау.                                            | 3     | 12.04. 15.04. 18.04 |
| 27      | Серігінен допты жоғарыдан екі қолмен қабылдау.                                  | 3     | 19.04. 22.04. 25.04 |
| 28      | Допты екі қолмен төменнен қабылдау.                                             | 3     | 26.04. 29.04 01.05  |
| 29      | Допты қозғалыста бір қолмен оң, сол иықтан лақтыру.                             | 3     | 02.05. 05.05. 08.05 |
| 30      | Допты екі адым аттап торға лақтыру.                                             | 3     | 09.05. 12.05. 15.05 |
| 31      | Қозғалыста доппен оң, сол жаққа және артқа бұрылу.                              | 3     | 16.05. 19.05. 22.05 |
| 32      | Допты торға лақтырғаннан кейін допқа таласу.                                    | 3     | 23.05. 26.05        |
| 33      | Шабуылдан кейін қозғалыста ойнау.                                               | 3     |                     |
| 34      | Допты қозғалыста бір қолмен лақтыру.                                            | 3     |                     |
| Барлығы |                                                                                 | 102   |                     |

### **Баскетбол үйірмесінің тізімі**

| <b>№</b> | <b>Оқушылардың аты-жөні</b> | <b>Класс</b> |
|----------|-----------------------------|--------------|
| 1        | Арқабаев Дастан             | 11 «Б»       |
| 2        | Тукешев Ержан               | 11 «Б»       |
| 3        | Дидарханов Алишер           | 11 «А»       |
| 4        | Мураткалиев Алижан          | 10 «Б»       |
| 5        | Құдайберген Ерқосай         | 11 «А»       |
| 6        | Жақсыбаев Алихан            | 10 «А»       |
| 7        | Джумағалиев Ернар           | 10 «А»       |
| 8        | Зинаддинов Ринат            | 11 «А»       |
| 9        | Аманжолов Ахмедияр          | 9 «А»        |
| 10       | Чашков Дмитрий              | 11 «Б»       |
| 11       | Жанабаев Ерасыл             | 11 «Б»       |
| 12       | Горбунов Илья               | 9 «Б»        |

**Жетекшісі : Сарбулин Аслан Айтказиевич**