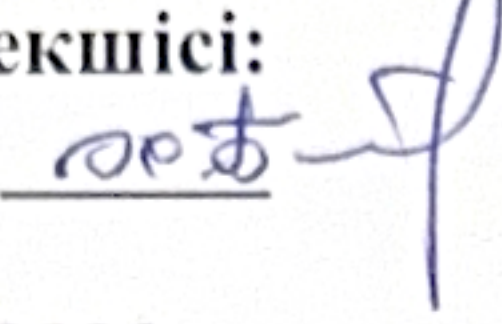


ӘБ отырысында
Қаралды ӘБ жетекшісі:
Х.А.Бекмуратов 
Хаттама №
« 31 » 08 2023ж

Келісемін
Директордың ӘЖО
Г.М.Сатыбалдина 
« 31 » 08 2023ж



Баскетбол секциясының жұмыс жоспары

7-8-9 кластар

Дайындаған секция жетекшісі: Ахатова А.А

2023-2024 оқу жылы

Түсінік хат

Баскетбол ойыны

Мақсаты: Жан-жақты қалыптастыруға бағыт беру, қозғалыс әрекетін дамыту және толық меңгеру.

Міндеті: 1. Денсаулықты нығайту

2. Күш-қуат қабілетін дамыту.

3. Оқушыларды салауатты өмір салтына тәрбиелеу

Баскетбол-оқушылардың жақсы көріп ойнайтын спорттық ойыны. Баскетболды бес баладан 2 команда ойнайды. Бұл спорт ойынында допты жүргізу, жүгіру және секіру сияқты әртүрлі жаттығулар орындалады. Ойыншылар баскетбол ойынында шапшаң әрі епті қимылдай отырып, өз қимыл қозғалыстарын жетілдіреді.

Өтетін орны: №34 орта мектебінің спорт залы

Өтілетін уақыты: Сенбі

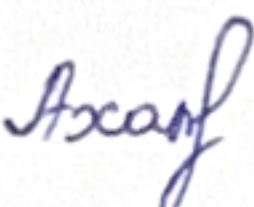
Жаттықтырушы: Ахатова А.А

2023-2024 оқу жылы

Р\с	Секцияның тақырыбы	Сағат саны	7-8-9 класс ұлдар	7-8-9 класс қыздар
1	Техникалық ережемен танысу	2		
2	Ойыншының тұрысы.Тұрған орнынан адыммен қозғалу	2		
3	Екі адым жасап,секіріп тоқтау.	2		
4	Бір орында тұрып,допты ұстау,кеудемен екі қолмен беру	2		
5	Допты кезек екі қолмен алып жүру.	2		
6	Допты алу және қағып жіберу	2		
7	Бір орында,қозғалыста допты алып жүру	2		
8	Орнынан допты екі қолмен кеудеден беру	2		
9	Әртүрлі қалыпта допты алып жүру.	2		
10	Допты жұлып алу,қағып жіберу.	2		
11	Қозғалыста допты алу,әріптесіне беру.	2		
12	Айып добын тастау.	2		
13	Қозғалыста жылдам бұзып өтіп,шабуылдау	2		
14	Екі оқушының шабуылдауы мен қорғануы.	2		
15	Түрлі әдістерді қолдану	2		
16	Әртүрлі қалыпта тұрып,допты қағып алу.	2		
17	Секіріп допты бір және екі қолмен торға тастау	2		
18	Допты алып жүру.допты торға тастау	2		
19	Топталып командалық қорғану	2		
20	Тордың оң және сол жағынан екі адым жасап,допты торға салу.	2		
21	Белгіленген жерден допты торға сау	2		
22	Допты бір-біріне беріп,допты торға салу	2		
23	Шабуылға шығу әдістері	2		
24	Бұрылу әдістері	2		
25	Допты қабылдау	2		
26	Әртүрлі қалыпта допты алып жүру	2		
27	Қорғаныста ойнау	2		
28	Әр жерден допты торға тастау	2		
29	Тосқауылды бұзып өтіп шабуылдау	2		
30	Екі адым жасап,допты торға салу	2		
31	Үйренген әдістермен баскетбол ойнау	2		
32	Командалық ойындар ойнау	2		
33	Қорғаныста ойнау,бұрылу әдістері	2		
34	Баскетбол ойнау	2		
	Барлық сағат саны:	68		

Баскетбол секциясының кестесі

Секция атауы	Сенбі
Баскетбол	11:00-12:30

Секция жетекшісі:  А.А.Ахатова