

«А.Байтұрсынов атындағы орта мектеп» КММ

Бекітемін:

Мектеп директоры Б.Т.Такиров



Келісемін:

Тәрбие ісінің меңгерушісі: Ж.Ж.Толеубаева

A blue ink signature, likely belonging to the deputy director mentioned in the text.

«Волейбол»

Үйірмесінің журналы

Жетекшісі: М.Ықласбекұлы

2023-2024 оқу жылы

Мақсаты:

- Оқушылардың теориялық ақпарат алуына тактикалық және техника әдістері мен тәсілдерін үйрету.
- Оқушылардың денсаулықтарын шынықтыра отырып бой-бастарын күтуге, шымырлыққа, төзімділікке, шапшаңдыққа тәрбиелеу.
- Спортқа деген ынтa-жігерлерін ояту.
- Спорт пен білімді тең ұстап жүретін білімді да білікті Қазақстанның азаматын тәрбиелеу.
- Спорттық жарыстарға қатынасып мектебіміздің намысын қорғауға күш салу.
- Мектепті балалар мен үлкендердің достастық мекені ретінде қалыптастыру.
- қарым-қатынас мәдениетін қалыптастыру.
- әрбір баланың шығармашылық қабілетін, табиғи дарындылығын анықтау және дамыту.
- Оқушыларды қазақ елінің мәдени және рухани құндылықтарының жүйесіне баулу.
- Тұлғаны әлеуметтік жауапкершілікке, заңды сыйлауға тәрбиелеу.
- Ата-аналармен жұмысты ұйымдастыру.
- дене тәрбиесін жетілдіру, спорттық іс-шараларды дамыту; салауатты өмір салтын дамытуға, отбасылық өмірге тәрбиелеу;
- Жасөспірімдердің мінез-құлқының дұрыс бұрысын, жасымсыз қылықтар мен қауіпті іс-әрекетке бармауын қалыптастыру;

ТҮСІНІК ХАТ

Оқытудың мақсаттары: оқушылардың денсаулығын нығайту; дене шынықтыру мәдениетін қалыптастыру, өзін-өзі тәрбиелеу мен өзін-өзі жетілдіру себептерін белсенді ету.

Оқыту мен үйретудің міндеттері: - өмірлік маңызды қозғалыс дағдыларын, танымдық-қозғалыс белсенділігін арттыруды қалыптастыруға себепкер болатын дене жаттығуларының негізгі түрлерімен оқушыларды таныстыру;

- қимыл-қозғалыс мәдениетін қалыптастыру мен денсаулықты нығайтуға бағытталған қозғалыс іс-әрекеті және дене жаттығуларының негізгі түрлерін оқушылардың меңгеруіне көмектесу;

- дене жаттығулары және спортпен дербес айналысуға қызығушылықты қалыптастырып, дамыту.

"Дене шынықтыру" оқу пәнінің мазмұнын таңдаудың негізгі өлшемдеріне жататындар:

1) қоғамның дене шынықтыру және спорт саласындағы мамандарға қажеттілігі;

2) дене тәрбиесінің мазмұнын әрі қарай жетілдіру және мектеп пен отбасында үйрету үшін әлеуметтік, материалдық-техникалық жағдайдың болуы;

3) мектептің бастапқы сатысындағы оқушылардың жеке, жасқа байланысты, функционалдық және қозғалысқа байланысты мүмкіндіктері.

Жоғары сынып оқушыларының дене шынықтыру мәдениетін қалыптастыруға даярлаудың бастыларына жататындар:

1) теориялық дайындық – дене шынықтыру және қозғалыс іскерліктері мен дағдыларының базалық негіздерін қалыптастыру заңдылықтары туралы бастапқы теориялық білімдер;

2) практикалық дайындық – қозғалыс тәртібін (режімін) сауықтыру міндеттері, дене жаттығуларының техника негіздері, қозғалыс қасиеттерін дамыту.

Бағдарламаның айрықша ерекшеліктеріне жататындар:

1) оқушылардың қозғалыс қасиеттерін дамытудың жасқа байланысты ерекшеліктерін есепке алу;

2) дене шынықтыру сабақтарының қозғалыс мектебі (жүгіру, жүру, секіру, тепе-теңдік жаттығулары, өрмелеу), жалпы дамытатын жаттығулар, қозғалыс ойындары, танымдық қозғалыс қызметі (дене жаттығуларының түрі және оларды орындау тәсілдері); оқу бағдарламасына еңбеген дене жаттығулары секілді құрылымдық мазмұнының аралас болуы;

3) оқу материалын іріктеп алуға оқушылардың қажеттілігін есепке алу; дене шынықтыру, дене жаттығуларының гигиенасы туралы бастапқы түсініктерді хабарлау;

4) дене жаттығуларымен айналысуды кең көлемде таңдауға мүмкіндік беру (мектептік (өзгермелі) және оқушыларға қатысты бөліктер);

5) қозғалыс тәжірибесін практикалық іскерліктерді қалыптастырумен тығыз байланыста біртіндеп жинақтау.

Осы бағдарламаның негізін құрайтын жеке тұлғаға бағытталған ерекшеліктерге мынадай әдістемелік тәсілдер жатады:

- дене жаттығуларымен айналысуға оқушылардың қызығушылығын қалыптастырудың жекелеген ерекшеліктерін қарастыратын жеке тұлғаға қатысты себептер;

- дене жаттығуларының әр түрі бойынша сараланған тапсырмаларды іріктеп алу жүйесін біріктіретін мазмұнды тәсілдер;

- дене жаттығуларының жекелеген бөліктерін дербес игеру біліктілігін қалыптастыруды қарастыратын технологиялық тәсілдер (оқу бағдарламасының негізінде);

- бағдарламаның талаптарына сәйкес практикалық іскерліктер мен дағдыларды, теориялық білімдерді есепке алу мен бағалауды, бақылау құралдарын біріктіретін бақылау-бағалау тәсілдері;

"Волейбол" бойынша оқыту мазмұнына жеке тұлғаға бағытталған тұрғыдан келу мыналарды қарастырады:

- бағдарламаны оқушылардың меңгеруіндегі жекелілік себепті есепке алу;

- табиғи қозғалыс дағдыларын қалыптастыру мен жаңа қозғалыс-қимылдарды меңгеру барысында оқушылардың қозғалысты өзі орындауы үшін жағымды жағдайлар туғызу.

Жоғарыда айтылғандар осы бағдарламаны білім беру кезеңдеріне (циклға) бөлуді қарастырады, олар:

- дене жаттығуларының негізгі түрлері;

- дене жаттығулары және салауатты өмір салты;

- қозғалыс қасиеттерін дамыту;

- дене жаттығуларымен айналысудың жекелеген түрлері мен күн тәртібі (осы бөлім мектептен тыс уақытта дене жаттығуларымен топпен және дербес айналысу жағдайларына тән ерекшеліктерді айырып қарастырады).

денсаулық күндері демалыс уақытында жылына үш-төрт рет өткізіледі.

Волейбол секциясының күнтізбелік-тақырыптық жоспар

Барлығы жыл бойынша 102 сағат. Аптасына 3-сағат

| № | Тақырыбы | Сағат саны | Мерзімі |
|-----|--|------------|---------|
| 1 | Допты екі қолмен жоғарыдан беру | 5 | |
| 2 | Допты асыру ережесі | 5 | |
| 3 | Допты тордан асыру | 5 | |
| 4. | Допты екі қолмен төменнен қабылдау | 5 | |
| 5. | Допты асыру ережесі | 5 | |
| 6. | Допты тордан асыру | 5 | |
| 7. | Тор алдында қорғану, допты беруінің түрлері | 5 | |
| 8. | Қорғану ережесі | 6 | |
| 9. | Қорғану тәсілдері | 5 | |
| 10. | Тордан асқан допты қабылдап алуды меңгеру | 5 | |
| 11. | Допты дұрыс қабылдау | 5 | |
| 12. | Допты қабылдау ережесі | 5 | |
| 13. | Допты ойынға қосу | 5 | |
| 14. | Допты астынан, үстінен, тордан асыруды меңгеру | 5 | |
| 15. | Допты асыру ережесі | 5 | |
| 16. | Допты тордан асыру | 5 | |
| 17 | Тіке шабуыл соққысы | 5 | |
| 18. | Шабуыл кезінде допты дұрыс қабылдау ережесі | 5 | |
| 19. | Допты жұлып алу және тосқауыл қою | 5 | |
| 20. | Ойын аланында тұру және орын ауыстыру | 6 | |

«Волейбол» үйірмесіне қатысатын оқушылар тізімі

| № | Аты-жөні | сыныбы | Туған жылы | Мекен-жайы. | Қауіпсіздік ережесі |
|----|---------------|--------|------------|---------------|---------------------|
| 1 | Маратұлы И | 7 | 2011 | Маңырақ ауылы | |
| 2 | Ақын А | 9 | 2009 | Маңырақ ауылы | |
| 3 | Заманбек А | 7 | 2010 | Маңырақ ауылы | |
| 4 | Жасұланұлы Р | 6 | 2012 | Маңырақ ауылы | |
| 5 | Азаматұлы С | 6 | 2011 | Маңырақ ауылы | |
| 6 | Асқарұлы М | 8 | 2010 | Маңырақ ауылы | |
| 7 | Қайрат Н | 7 | 2011 | Маңырақ ауылы | |
| 8 | Табысбек Ө | 7 | 2011 | Маңырақ ауылы | |
| 9 | Ермекұлы Б | 9 | 2009 | Маңырақ ауылы | |
| 10 | Какен А | 7 | 2009 | Маңырақ ауылы | |
| 11 | Бауыржанұлы М | 9 | 2008 | Маңырақ ауылы | |
| 12 | Айбарұлы Ә | 9 | 2009 | Маңырақ ауылы | |
| 13 | Мамырбай Д | 5 | 2012 | Маңырақ ауылы | |
| 14 | Қайрат Ж | 8 | 2009 | Маңырақ ауылы | |
| 15 | Дашын О | 9 | 2009 | Маңырақ ауылы | |

Жаттықтырушы: М.Ықыласбекұлы

Жыл бойынша өтілетін сабақтың сағат саны

| № | Волейбол | Сағат саны |
|----|-----------------------------|------------|
| 1. | Жалпы дамыту жаттығулары | 10 |
| 2. | Арнайы жаттығулар | 20 |
| 3. | Технико-тактикалық дайындық | 50 |
| 4. | Волейбол ойыны | 22 |