

БЕКІТЕМІН:

Директор



Е.О.Қалдыбаев

«__»

КЕЛІСЕМІН:

Тәрбие ісі жөніндегі
орынбасары

Ж.Ж.Қаппар

«__»

«Баскетбол» үйірмесінің жылдық жоспары

Жетекшісі: Құсайын Қайырхан Ғалымұлы

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 аса ептілік, ұқыптылыққа, ұжымшылдыққа тәрбиелей отырып, барлық уақытта да төзімділік қабілетін дамытуға көңіл бөлінеді. Қимыл қозғалыс жаттығуларын орындау техникасының дұрыс негізін қалап, оқушылардың икемділігін арттыру, қимыл сапаларын жетілдіріп, дене құрлысын 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 туғызу.

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

Күтілетін нәтиже:

- Баскетбол ойынының ережесін біледі;
- Баскетбол ойынының әдіс-тәсілдерін үйренді.
- Баскетбол ойынына деген қызығушылықтары артты.
- Ептілік, жылдамдық, шыдамдылық қабілеттері шыңдалды.

**«Баскетбол» үйірмесінің
жылдық жоспары**

жылына 34с, аптасына 1 с.

№	Сабақ тақырыбы	Сағат саны	Өткізілетін уақыты
1	Баскетбол ойынының тарихы	1	05.09
2	Баскетбол ойынының қауіпсіздік ережелері	1	12.09
3	Баскетбол ойыны	1	19.09
4	Баскетбол добын әртүрлі әдістермен алып жүру техникасы	1	26.09
5	Допты иелену және қарсы әрекет техникасы	1	03.10
6	Шабуылдау техникасы	1	10.10
7	Допты бір-біріне беру	1	17.10
8	Баскетбол добын әртүрлі әдістермен беру және ұстап алу техникасын жетілдіру	1	24.10
9	Допты билеу техникасы	1	07.11
10	Допты лақтыру	1	14.11
11	Баскетболдағы айып добын орындау	1	21.11
12	Допты торға лақтыру техникасын жетілдіру	1	28.11
13	Қосалқы қадамдармен қозғалуға үйрету	1	05.12
14	Допты иемдену және қарсы әрекет ету техникасын жетілдіру	1	12.12
15	Допты иемдену және қарсы әрекет ету техникасын жетілдіру	1	19.12
16	Дағдыны қалыптастыруға арналған жаттығулар	1	26.12
17	Баскетболда секіру жаттығулары	1	09.01
18	Баскетбол ойын техникасы	1	16.01
19	Екі қолмен кеудеден беру	1	23.01
20	Аландатарлық қимылдар. Финттер	1	30.01
21	Қозғалыс кезінде допты лақтыру және беру техникасын жетілдіру	1	06.02
22	Допты жұлып алу. Қағып жіберу, қағып әкету техникасын жетілдіру	1	13.02
23	Кілт тоқтауды жетілдіру үшін орындалатын жаттығулар	1	20.02
24	Шабуылдағы ойын техникасымен тактикасын жетілдіру	1	27.02
25	Баскетбол. Ойын мазмұны мен негізгі ережелері	1	06.03
26	Баскетбол. «Оң және сол қолмен допты ауыстыра алып жүру»	1	13.03
27	Баскетбол. Жеңілдетілген ережелер бойынша ойын	1	20.03
28	Ойындар кезіндегі көшбасшылық және командалық іс-әрекет	1	03.04
29	Допты алып жүру, лақтыру, допты орнында қозғалыста жүріп беру	1	10.04
30	Баскетбол ойынындағы негізгі техникалық және тактикалық әрекеттерін жетілдіру	1	17.04
31	Баскетбол. Ойын техникасы	1	24.04
32	Баскетбол. Доппен орындалатын жаттығулар	1	30.04
33	Шабуылдау тактикасы	1	08.05
34	Қорғану тактикасы	1	15.05