

Ақсай қаласы №5 жалпы орта білім беретін мектебі



«Қаралды» ТІЖ

Директордың ТІЖ орынбасары:

А.А.Дарисова

«31» 08 2021 ж

Сыныптан тыс оқу жоспары

(Қосымша дене шынықтыру сағаттары)

Футбол

Сынып: «10-11»

Дене шынықтыру пәні мұғалімі: Мергенбаев Талғат Абдрахманович

Жылдық сағат саны: 102 сағат

Аптасына: 3 сағат

2021-2022 оқу жылы

«Футбол» үйірмесінің жұмыс жоспары

Түсінік хат

Қоғамдық жүйедегі өзгерістер талабына сай, мектепте білім берудің сапасын жаңа деңгейге көтеру бүгінгі күнде қазақстандық білім беру жүйесінің негізгі мақсаты болып табылуда. Курста практикалық бағыттағы материалмен қосымшалары маңызды орын алады.

Сыныптағы сабақта да, оқушының өздік жұмысында да оқытудың негізі оқушының зерттеу жұмыстары болуы тиіс. Жүйелі түрде жаттығу жұмыстарын қайталау жүргізген дұрыс.

Үйірменің міндеттері:

- Оқушылардың спортқа болған қызығушылығын, жауапкершілігін арттыру.
- Күрделі техникаларын үйрету
- Нақты, дұрыс техниканы таңдай білуге үйрету
- Теориялық білімдерін тарау бойынша жүйелі қайталау
- Білім сапасының артуына ықпал жасау.
- Саналы ойлау қабілетін қалыптастыру,

Қойылатын талаптар

- Дене шынықтыруды қоршаған айналаны тану әдісі ретінде қабылдау ұғымы қалыптасады
- Техникаларды өз бетінше пайдалануға дағдыланады.
- Дәстүрлі емес тәсілдерін меңгереді.

«Футбол» үйірмесінің жұмыс жоспары
Сағат саны: 102

№	Сабак тақырыбы	Сағат	Мерзімі
1	Футбол ойынындағы техника қауіпсіздігі	2	2, 09.21, 3, 09.21
2	Футбол тарихы	3	7, 09.21, 9, 09.21, 10, 09.21
3	Жүгіру жаттығулары	3	14, 09.21, 16, 09.21, 17, 09.21
4	Допты алып жүру	3	22, 09.21, 23, 09.21, 24, 09.21
5	Допты аяқ ұшымен тебу	3	28, 09.21, 30, 09.21, 1, 10.21
6	Допты тоқтату әдістері	3	5, 10.21, 7, 10.21, 8, 10.21
7	Екі жақпен футбол ережелері	3	12, 10.21, 14, 10.21, 15, 10.21
8	Ойын техникасының элементтері	3	19, 10.21, 21, 10.21, 22, 10.21
9	Допты алып жүру	3	26, 10.21, 28, 10.21, 29, 10.21
10	Аяқтың ішімен тебу	3	9, 11.21, 11, 11.21, 12, 11.21
11	Допты тоқтату әдістері	3	16, 11.21, 18, 11.21, 19, 11.21
12	Шабуылдау тәсілі	3	23, 11.21, 25, 11.21, 26, 11.21
13	Қорғану тәсілі	3	30, 11.21, 2, 12.21, 3, 12.21
14	Қапшаның ойын ережелері	3	7, 12.21, 9, 12.21, 10, 12.21
15	Ойын тәсілдерін тез меңгеру жаттығулары	2	14, 12.21, / 1 сағат біріктіріледі
16	Допты ойынға қосу	3	21, 12.21, 23, 12.21, 24, 12.21
17	Ойынның негізгі ережелері	2	28, 12.21, / 1 сағат біріктіріледі
18	Ойыншының тұрысы және орын ауыстыруы	3	1 сағат біріктіріледі / 18, 01.22, 20, 01.22
19	Допты тебу	3	21, 01.22, 25, 01.22, 27, 01.22
20	Допты тартып алу	3	28, 01.22, 1, 02.22, 3, 02.22
21	Оқу жаттығу ойындары	3	4, 02.22, 8, 02.22, 10, 02.22
22	Екі жақтағы футбол ойындары	3	11, 02.22, 15, 02.22, 17, 02.22
23	Допты өз әріптесіне беру	3	18, 02.22, 22, 02.22, 24, 02.22
24	Қорғану әдістері	3	25, 02.22, 1, 03.22, 3, 03.22
25	Футбол добын тебу тәсілдері	3	4, 03.22, / 1 сағат біріктіріледі 10, 03.22
26	Доп тебу	3	11, 03.22, 15, 03.22, 17, 03.22
27	Допты беру алып жүру әдістері	3	18, 03.22, 31, 03.22, 01, 04.22
28	Ойын кезінде допты тоқтату ережелері	3	7, 04.22, 8, 04.22, 12, 04.22
29	Жалпы ойын ережелері	3	14, 04.22, 15, 04.22, 19, 04.22
30	Екі жақты ойын ережелері	3	21, 04.22, 22, 04.22, 26, 04.22
31	Афсайт түсінік беру	3	28, 04.22, 29, 04.22, 3, 05.22
32	Шығып кеткен допты ойынға қосу	2	5, 05.22, 6, 05.22
33	Бұрыштағы ойын	2	10, 05.22, 12, 05.22
34	3x4 шабуыл әдістері	2	13, 05.22, 17, 05.22
35	Шабуыл мен қорғану әдістері	2	19, 05.22, 20, 05.22, / 1 сағат біріктіріледі
36	Допты баспен ұру тәсілдеру	4	19, 20, 21, 22, 24, 05.22

Жетекші: Мергенбаев Т.А.

Список учеников кружка по футболу

№	Ф.И.О учеников	Наименование кружка	Руководитель кружка
1	Баскова Анна	Футбол	Т.А.Мергенбаев
2	Бахчанова Аделина	Футбол	Т.А.Мергенбаев
3	Бекешова Дана	Футбол	Т.А.Мергенбаев
4	Звонкова Дарья	Футбол	Т.А.Мергенбаев
5	Иваненкова Ульяна	Футбол	Т.А.Мергенбаев
6	Карцева Валентина	Футбол	Т.А.Мергенбаев
7	Куликешева Алина	Футбол	Т.А.Мергенбаев
8	Махлеева Дарья	Футбол	Т.А.Мергенбаев
9	Нагимова Асем	Футбол	Т.А.Мергенбаев
10	Рычагова Екатерина	Футбол	Т.А.Мергенбаев
11	Святова Ангелина	Футбол	Т.А.Мергенбаев
12	Сулейменова Жасмин	Футбол	Т.А.Мергенбаев
13	Сущенко Кристина	Футбол	Т.А.Мергенбаев
14	Турсангалиева Дильназ	Футбол	Т.А.Мергенбаев
15	Фисун Элина	Футбол	Т.А.Мергенбаев