«Бекітемін»
И.В.Панфилов атындағы
№5 мектеп-директоры
Мектеп директоры
_____ Б.Дүйсенбаев

«Баскетбол» үйірмесінің жоспары

Пән мұғалімдері: Абдулхамитов Н.Ғ.

2026-2027 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 тәсідерін 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.

Р/с\	Сабақтың тақырыбы	Сағаттар саны	Мерзімі
1	Баскетбол үйрмесінде қауіпсіздік ережесін сақтау.	3	5.09
2	Допты алып беру	3	12.09
3	Допты алып жүру	3	19.09
4	Добты себетке тастау	3	26.09
5	Шабуылға қарсы әрекет	3	3.10
6	Жеке шабуылға шығу	3	10.10
7	Екі ойыншының шабуылы	3	17.10
8	Командалық шабуыл	3	24.10
9	Әр ойыншыны жеке жабу	3	7.11
10	Қалқаннан допқа таласу	3	14.11
11	Айып добын тастау	3	21.11
12	Екі адымнан соң тастау	3	28.11
13	6 м сызықтан тастау	3	5.12
14	Әр түрлі әдістермен допты игеру	3	12.12
15	Допты шабуылда ұстап алу	3	19.12
16	Шабуылдын әр түрлері	3	26.12
17	Допты шабуылда ұстап алу	3	16.01
18	Допты қорғауда ұстап алу	3	23.01
19	Допты нысанаға қозғалыста лақтыру Шабуылдағы өзара іс-қимыл (жылдам шабуыл)	3	30.01
20	Беру кезінде допты ұстап алу.	3	6.02
21	Оқу ойындары	3	13.02
22	Ойыншының доппен және допсыз қорғаныштық	3	20.02

	әрекеттері; допты қағып алу; себетке түспеген доп үшін күрес.		
23	Командалық шабуыл	3	27.02
24	Кедергі жасаған кезде допты орташа қашықтықтан нысанаға лақтыру.	3	6.03
25	Допты нысанаға қозғалыста лақтыру. Шабуылдағы өзара іс-қимыл (жылдам шабуыл).	3	13.03
26	Шабуылда және қорғауда жеке тактикалық іс-әрекеттер.	3	20.03
27	Бағытты ауыстырып доп жүргізу	3	3.04
28	Оқу ойындары 3+3, 5+5	3	10.04
29	Қарсы ойыншылар арасында берілген допты устап алу	3	17.04
30	Шабуылдағы командалық әрекет.	3	24.04
31	Допсыз ойыншыны ұстаудағы қорғаныс әрекеттері.	3	8.05
32	Қалқаннан шыққаннан кейін доп үшін күресу.	3	15.05
33	Жылдам серпіліс.	3	22.05
34	Шабуылдағы командалық әрекет.	3	24.05