

Гимназияшілік
волейбол спорт секциясы
9– 11 класс
2024 – 2025 оқу жылы



Волейбол

Күтілетін нәтиже:

1. Салауатты өмір салтына лайықты қоғамдық өмірмен байланыста болып, көпшіл және білімді болып өседі.
2. Жекелей, ұжымдық, топтық мақсаттарды орындауда белсенділік танытады және өз мүмкіндіктерінше шешім қабылдауға үйренеді
3. Ойында жиі және тиімді қолданылатын әдістерді және волейбол ойнаудың жеке, топтық және командалық тактикасының негіздерін меңгереді;
4. Волейбол ойын ережесіне сәйкес ойын процесін меңгереді;
5. Мектепшілік, қалалық, облыстық жарыстарына қатысады;

Оқушыларға қойылатын талаптар:

Білу

- жалпы волейбол ойынына машықтану барысында ойынның іс-әрекетін, әдіс-тәсілдерін жаттығу барысын біледі.

Түсіну

- волейбол ойынының басқа спорттық ойын түрлерінен айырмашылығы мен маңыздылығын түсінеді.

Қолдану

- спорттық додалар мен жарыстарда жасап, үйреніп жүрген әрекеттерін пайдаланып қолданады.

Талдау

- оқушылар теориялық практикалық үйренген жаттығу барысын талдап, саралайды, жүйеге келтіреді.

Жинақтау

- жаттығулар кезінде машықтану дағдыларын жинақтап, топтап, біріктіре алады.

Бағалау

- оқушылар үйренген, үйреніп күнделікті дайындалып жүрген жаттығуларын анықтай алады.

«Волейбол» үйірмесінің жоспары

№ р/с	Тақырыптар	Сағат саны	Уақыты
1	Қауіпсіздік ережелері. Волейбол туралы мағұлмат беру.	3 сағ	3.09 7.09
2	Волейбол ойынының тарихы	3 сағ	10.09 14.09
3	Волейболдағы негізгі техникалық әдістер	3 сағ	17.09 21.09
4	Допты үш рет қабылдап тордан асырып әр зонаға беру түрлері	3 сағ	24.09 28.09
5	Ойын алаңында орын ауыстыру	3 сағ	1.10 5.10
6	Ойын кезіндегі комбинациялар	3 сағ	8.10 12.10
7	Ойын техникасының элементтері. Допты ойынға қосу тәсілдері мен стратегиясы	3 сағ	15.10 19.10
8	Допты екі қолмен жоғарыдан саусақтармен беру	3 сағ	22.10 26.10
9	Допты жоғарыдан артқа беру	3 сағ	29.10 2.11
10	Орынды кенет өзгерту	3 сағ	5.11 9.11
11	Тосқауылдан артын жабу	3 сағ	12.11 16.11
12	Ықшамдалған ережемен волейбол ойнау	3 сағ	19.11 23.11
13	Допты жоғарыдан беру	3 сағ	26.11 30.11
14	Допты төменнен беру	3 сағ	3.12 7.12
15	Допты жоғарыдан екі қолмен қабылдау	3 сағ	10.12 14.12
16	Допты екі қолмен төмен қабылдау	3 сағ	17.12 21.12
17	Шабулдау	3 сағ	24.12 28.12
18	Тосқауыл қою	3 сағ	11.01 14.01
19	Ойын тактикасының элементтерін жетілдіру	3 сағ	18.01 21.01
20	Алаңда аусу	3 сағ	25.01 28.01
21	Ықшамдалған ережемен волейбол ойнау	3 сағ	1.02 4.02
22	Допты жоғарыдан екі қолмен қабылдау	3 сағ	8.02 11.02
23	Допты қабылдау	3 сағ	15.02 18.02
24	Допты жоғарыдан екі қолмен қабылдау	3 сағ	22.02 25.02
25	Допты екі қолмен төмен қабылдау	3 сағ	1.03 4.03
26	Шабулдау соққыларын орындау тәсілдері	3 сағ	11.03 15.03
27	Арнайы дене жаттығулары	3 сағ	18.03 29.03
28	Допты тура жоғарлата қосу	3 сағ	1.04 5.04
29	Допты екі қолмен жоғарыдан беру	3 сағ	8.04 12.04
30	Допты екі қолмен төменнен беру	3 сағ	15.04 19.04
31	Шабуыл мен қорғаныс	3 сағ	22.04 26.04
32	Тосқауыл қою элементтері	3 сағ	29.04 3.05
33	Екпін алу, секіру	3 сағ	13.05 17.05
34	Ықшамдалған ережемен волейбол ойнау	3 сағ	20.05 24.05

Волейбол спорт секциясына қатысатын оқушылар тізімі 9-11 кл (Ұл,қыз)
2024-2025 о.ж

№ р/ с	Аты -жөні	Класс	Тел.
1	Қуанышбеков Әлім	10А	
2	Тоқтамыс Әбілмансур	10А	
3	Жұмағалиев Аслан	10А	
4	Қажымұрат Әділет	9А	
5	Кереев Исахан	10Ә	
6	Ерболат Дінмұхаммед	10Ә	
7	Шуйншалиев Адлет	10А	
8	Надралиев Каримолла	10В	
9	Тілеуқабак Мирас	9В	
10	Нуржанова Лия Аскаровна	11Г	
11	Алдонгар Молдир	9Б	
12	Адайбай Медина Шыңғысқызы	9Б	
13	Базекенова Лаура Аслановна	10Ә	
14	Сәрсен Назерке Ақынбекқызы	9Б	
15	Кәрім Шынар Ержанқызы	11Д	
16	Канатбаева Лейла	9А	
17	Аяна Избасканова	11Б	
18	Махамбетова Акмаржан	10Г	
19	Тюлеген Гаухар	10Г	
20	Жунусова Зинира	10Г	