



**Баскетбол үйірмесінің жылдық жоспары  
(7-8 класс ұлдар, қыздар)**

**2025-2026 оқу жылы**

# Баскетбол

## 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 шағын футбол ойнаудың жеке, топтық және командалық тактикасының негіздерін меңгереді;
4. Шағын және үлкен футбол ережесіне сәйкес ойын процесін меңгереді;
5. Қалалық, мектепшілік футбол жарыстарына қатысады;

## Оқушыларға қойылатын талаптар:

### Білу

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

### Түсіну

- футбол 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.

**Баскетбол спорт секциясының жоснары 7 - 8 клас (ұл,қыз.)**

| №  | Тақырыптар                                                                             | Сағат саны | уақыты         |
|----|----------------------------------------------------------------------------------------|------------|----------------|
| 1  | Теориялық дайындық. Теория, баскетбол тарихы, лене тәрбиесінде маныздылығы             | 3          | 3.09<br>7.09   |
| 2  | Ойыншының негізгі қалпы.                                                               | 3          | 10.09<br>14.09 |
| 3  | ЖДЖ. Жылдамдықты дамыту                                                                | 3          | 17.09<br>21.09 |
| 4  | ЖДЖ. Төзімділікті дамыту                                                               | 3          | 24.09<br>28.09 |
| 5  | ЖДЖ. Ептілікті дамыту                                                                  | 3          | 1.10<br>5.10   |
| 6  | ЖДЖ. Күш қабілетін дамыту                                                              | 3          | 8.10<br>12.10  |
| 7  | ЖДЖ. Икемділікті дамыту                                                                | 3          | 15.10<br>19.10 |
| 8  | Техника және тактикалық дайындық. Допты екі қолмен кеудеден, жоғарыдан, төменнен беру. | 3          | 22.10<br>26.10 |
| 9  | Қозғалыс кезінде және тоқтату кезінде доты қағып алу.                                  | 3          | 5.11<br>9.11   |
| 10 | Допты қағып алу түрлері.                                                               | 3          | 12.11<br>16.11 |
| 11 | Допты бір қолмен иықтан, төменнен беру.                                                | 3          | 19.11<br>23.11 |
| 12 | Допты бір орыннан, қозғалыс кезінде, секіріп беру.                                     | 3          | 26.11<br>30.11 |
| 13 | Допты екі қолмен бір орыннан жоғарыдан және төменнен лақтыру.                          | 3          | 3.12<br>7.12   |
| 14 | Допты иықтан бір қолмен бір орыннан және қозғалыс кезінде лақтыру.                     | 3          | 10.12<br>14.12 |
| 15 | Допты әртүрлі нүктеден лақтыру.                                                        | 3          | 17.12<br>21.12 |
| 16 | Штрафтық лақтыру.                                                                      | 3          | 24.12<br>28.12 |
| 17 | Сызық бойынша допты оң, сол қолмен алып жүру.                                          | 3          | 11.01<br>14.01 |
| 18 | Бағытты, жылдамдықты өзгертіп допты жүргізу.                                           | 3          | 18.01<br>21.01 |
| 19 | Үйренген тәсілдерді қосу.                                                              | 3          | 25.01<br>28.01 |
| 20 | Қозғалыс техникасы, қалпы.                                                             | 3          | 1.02<br>4.02   |

|    |                                                                                                                             |     |                |
|----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----------------|
|    | Қозғалыс қалпында алға, артқа, жан-жаққа қозғалу.                                                                           | 3   | 8.02<br>11.02  |
| 22 | Допты жұлып алу, алып қашу.                                                                                                 | 3   | 15.02<br>18.02 |
| 23 | Қайта алу, допты жүргізуге қарсылық ету.                                                                                    | 3   | 22.02<br>25.02 |
| 24 | Бас салу техникасы, жеке әрекеттер.                                                                                         | 3   | 1.03<br>4.03   |
| 25 | Орын таңдау, қарсыластан кету және допты алу үшін бос орынға шығу.                                                          | 3   | 8.03<br>11.03  |
| 26 | Доппен үйренген техникалық тәсілдер мақсатты түрде пайдалану.                                                               | 3   | 15.03<br>18.03 |
| 27 | Топтың әрекеттері, екі ойыншының өзара әрекеті.                                                                             | 3   | 1.04<br>5.04   |
| 28 | Топтық әрекет. Штрафтық доп лақтыру аймағындағы қорғаныстың жеке жүйесі.                                                    | 3   | 8.04<br>12.04  |
| 29 | Допты ойыншыға көлеңкелеу.                                                                                                  | 3   | 15.04<br>19.04 |
| 30 | Командалық әрекет.                                                                                                          | 3   | 22.04<br>26.04 |
| 31 | Бос орынды таңдау мақсатында бас салу.                                                                                      | 3   | 29.04<br>03.05 |
| 32 | Қорғаныс тактикасы, жеке әрекеттер. Екі қорғаушының қорғану мақсатында өзара әрекеттері.                                    | 3   | 6.05<br>10.05  |
| 33 | Қорғаушының орнын таңдауы және оның қорғаныс қалпындағы қозғалысы. Топтық әрекеттер. Аймақтық қорғаныс.                     | 3   | 13.05<br>17.05 |
| 34 | Допты игерген ойыншыға қарсы қорғаушының үйренген техникалық амалдарын мақсатты түрде пайдалану. Ықшамдалған ережемен ойын. | 3   | 20.05<br>24.05 |
|    | <b>Барлығы:</b>                                                                                                             | 102 |                |

Жаттықтырушы  
Омарова Гүлдана Құдайбергенқызы

Баскетбол спорт секциясына қатысатын оқушылар тізімі  
7 - 8 класс ұл, қыздар

2025-2026 о.ж

| №  | Аты жөні          | Класс |
|----|-------------------|-------|
| 1  | Абдысамат Аяжан   | 8 в   |
| 2  | Бекжанова Жанель  | 8 е   |
| 3  | Жуминова Әсемгүл  | 8 б   |
| 4  | Маратова Аяулым   | 8 а   |
| 5  | Каржаубаека Азель | 8 в   |
| 6  | Елдесова Сезім    | 8 в   |
| 7  | Жүсіпбек Дильназ  | 8 в   |
| 8  | Серік Айзере      | 7 в   |
| 9  | Ерболат Нұрай     | 7 ә   |
| 10 | Максатова Милара  | 8 б   |
| 11 | Мейрман Даниал    | 7 ә   |
| 12 | Шарибатов Айшаук  | 7 д   |
| 13 | Мамаев Ерсұлтан   | 7 б   |
| 14 | Каримжанов Омар   | 7 б   |
| 15 | Боат Арнур        | 7 б   |
| 16 | Сағындық Сержан   | 7 б   |
| 17 | Әдилов Рамазан    | 7 ә   |
| 18 | Мукашев Санжар    | 7 ә   |
| 19 | Бакитжан Нұрәділ  | 8 ж   |
| 20 | Барлық Бекарыс    | 8 ә   |

Жаттықтырушы Омарова Г Қ