

Қостанай облысы әкімдігі білім басқармасының

«Бейімбет Майлин ауданы білім бөлімінің

Сапар Ергалиев атындағы жалпы білім беретін мектебі» КММ



БЕКІТЕМІН:

Басшы, Каскадамова Т.Ш.

«04» 09 2024 ж.

Келісемін:

БТЖО : Қабылдина М.Д.

«04» 09 2024 ж.

«Футбол» секциясының жұмыс жоспары

Пән: Дене шынықтыру

Пән мұғалімі: Каскадамов А.А.

2024-2025 оқу жылы

Түсінік хат

Бұл бағдарлама бойынша дене тәрбиесінен оқушыларға денсаулықтарын нығайттыру мен салауатты өмір салтын сақтауға тәрбиелейді.

Үйірме - бұл сыныптан тыс жұмыстың ең белсенді әрі тиімді формаларының бірі, мұндағы тарау-тақырыптар кеңейіп, тереңдей оқытылады.

Онда оқушылардың футбол ойыны туралы теориялық білімдерін практикамен ұштастыра отырып, тереңірек таныстыру, ойын барысында аса ептілікке, 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 құрылысын дұрыс қалыптастыру және Футбол спорттық ойынының түріне әуесқойлығын арттыру. Оқушылардың қозғалмалы дағдылары мен қимыл белсенділігін арттыратын жаттығулардың негізінің бірі жылдамдыққа үйрену қасиеттерін жетілдіру болып табылады. Футбол ойынының қыр-сырын терең меңгерте отырып, әртүрлі әдіс-тәсілдеріне машықтандыру.

Үйірменің мақсаты:

- а) Оқушылардың денсаулығын нығайту;
- ә) Дене шынықтыру мәдениетін қалыптастыру;
- б) Өзін-өзі тәрбиелеу мен өзін-өзі жетілдіру себептерін белсенді ету.
- в) Футбол ойынының теориялық білімін практикамен ұштастыру арқылы әдіс-тәсілдерін меңгерту;

Оқыту міндеттері:

- ❖ Омірлік 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 оқушыларда дамыту үшін жағдай тудызу;
- ❖ Спорттық ойынның бірі- футбол және дене жаттығуларымен дербес айналысуға қызығушылықты қалыптастырып, дамыту;

Үйірме жоспары.

Р/с	Тақырыптар	Сағат саны	Өтілетін уақыты
I.	Кіріспе.	1сағ	
1	Салауатты өмір салтын қалыптастыру жолдары	1	6. 09
II.	Теориялық мәліметтер	3сағ	
2	Футбол ойынының шығу тарихы	1	13. 09
3	Футбол ойыны кезінде орындалатын қауіпсіздік ережелері	1	20. 09
4	Футбол ойынының негізгі және жеңілдетілген ережелерімен танысу	1	27. 09
III.	Дағдыны бекітуге арналған дене жаттығулары	3сағ	
5	Жалпы қозғалыс дайындығы	1	4. 10
6	3*10м-ге қайталап жүгіру	1	11. 10
7	Саптық және жалпы дамыту жаттығулары	1	18. 10
IV.	Жеке тактика элементтері	27сағ	
8	Допты алма кезек алып жүру	1	25. 10
9	Допты оң аяқпен алып жүру	1	1. 11
10	Допты ойынға қосып, тез орнына келу	1	8. 11
11	Допты ойынға жанынан қосу	1	15. 11
12	Допты қақпаға тебу	1	22. 11
13	Допты қақпаның екі жақ шетінен тебу	1	6. 12
14	Ойыншының алаңда допты жғарыдан пас беруі	1	13. 12
15	Ойыншының алаңда орын ауыстыра білуі	1	20. 12
16	Кез-келген жерден пас беру әдісі	1	27. 12
17	Шабуылдау	1	3. 01
18	Тосқауы қою	1	10. 01
19	Қорғаныс әдіс тәсілдері	1	17. 01
20	Артқы шептен, шабуылшымен ауысу	1	24. 01
21	Алдап қақпаға соғу	1	31. 01
22	Үштік шабуыл	1	7. 02
23	Төрттік шабуыл	1	14. 02
24	Тосқауыл бұзу	1	21. 02
25	Екі-үш ойыншы тосқауыл қою	1	28. 02
26	Тосқауыл артын сақтандыру	1	6. 03
27	Екі-үш ойыншы тосқауыл қою	1	13. 03
28	Тосқауыл артын сақтандыру	1	20. 03
29	Бұрыштан қақпаға дәл лақтыру	1	3. 04
30	Үштен қарапайым тәсілмен қарсыласты алдау	1	10. 04
31	Допты түсірмей ойнау	1	17. 04
32	Тасқын жасап соғу түрлері	1	24. 04
33	Ереже бойынша ойнау	1	1. 05
34	Футболдан жарыс	1	15. 05
			22. 05
	Барлығы	34	

Қатысатын оқушылар тізімі.

1	Газиз Алдияр	6-сынып
2	Боранбеков Чингиз	6-сынып
3	Еркін Рахат	6-сынып
4	Марат Санжар	6-сынып
5	Серікбай Мәди	6-сынып
6	Төлеген Нұрдәулет	6-сынып
7	Шунгурбаев Ильгиз	7-сынып