

ӘБ ОТЫРЫСЫНДА қаралды:
Хаттама №1
Бірлесік жетекшісі:
А.Ж. Амиржанова
«05» 09 2023ж.

КЕЛІСЕМІН:
Директордың ОЖ орынбасары:
З.А. Нарымбаева
«05» 09 2023 ж.



Үйірме сабақтары Футбол

Пәні: Дене шынықтыру
Сынып: 3-10 сыныптар
Пән мұғалімі: Ахметов Д.К.

2023 – 2024 оқу жылы

Футбол үйрме сабақтар жоспары 2023-2024 оқу жылы

3-10 сыныптар аптасына 1 сағат.

Жоспардың бөлімдері	Тақырыптық жоспардың мазмұны	Мазмұмының элементері	Сағат саны	Мерзімі Жоспар бойынша	Нақты
1-тоқсан (8 сағат)					
Футбол ойыны (8 сағ)	Қ.Р футболдың дамуы	Футбол ойыны дамуы туралы	1	06.09.23	
	Футболдың шығу тарихы	Футбол ойыны тарихы туралы	1	13.09.23	
	Футбол ойынына қойылатын гигиеналық талаптар	гигиеналық талаптар бойынша хабардар болу;	1	20.09.23	
	Техника қауіпсіздік ережелерін сақтау	денсаулықты нығайту жаттығулары барысында қауіпсіздік мәселелері бойынша хабардар болу;	1	27.09.23	
	Ойынның негізгі ережелері	аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды	1	04.10.23	
	Ойыншының тұрысы	аздаған ауқымдағы арнайы спорттық спецификалық қозғалыс әрекеттерінің дәлдігін бақылауды	1	11.10.23	
	Алаңда бір-біріне пас беріп ойнау	қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау;	1	18.10.23	
	Алаңда кедергілер арасымен допты алып жүру	қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау;	1	25.10.23	18.10.23
2-тоқсан (7 сағат)					
Футбол ойыны (7 сағ)	Ауыттан допты тастап үйрену	қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау;	1	08.11.23	
	Айып добын тебуді үйрену	қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау;	1	15.11.23	
	Доппен алдап өту тәсілдері	қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау;	1	22.11.23	

	Доппен алдап өту тәсілдері	қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір жаттығулардағы реттілігін білу және орындау;	1	29,11,23	
	Допты тоқтату тәсілдері	аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	06,12,23	
	Аяқ ұшымен тебу	аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	13,12,23	
	Өкшемен тебу	аздаған ауқымдағы дене жаттығуларының тактикасын, стратегиясын және құрылымдық идеяларын білу және сипаттау	1	20,12,23	
	Допты баспен ұру түрлері	түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу;	1	27,12,23	
	3-тоқсан 10-сағат				
Футбол ойыны (10 сағ)	Шекемен ұру	түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу;	1	10,01,24	
	Секіріп шекемен ұру	түрлі қимыл-қозғалыс негіздерімен шарттастырылған рөлдерді анықтай білу;	1	17,01,24	
	Баспен ұру	қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және қауіп-қатерге	1	24,01,24	
	Допты қақпаға дұрыс бағыттау	қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және қауіп-қатерге	1	31,01,24	
	Допты қақпаға дұрыс бағыттау	қимыл-қозғалыс белсенділігімен байланысты қиындықтарды жеңу және қауіп-қатерге	1	07,02,24	
	Допты тартып алу тәсілдері	түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға	1	14,02,24	
	Допты тоқтату тәсілдері	түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға	1	21,02,24	
	Допты алып жүру тәсілдері	денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну	1	28,02,24	

	Қақпашының ойыны	денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну	1	07,03,24	
	Допты қағып алу	денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну	1	14,03,24	
	Допты ұрып жіберу	денсаулықты сақтаудың маңыздылығын білу және түсіну	1	21,11,24	14,03,24
4-тоқсан (6 сағат)					
Футбол ойыны (6 сағ)	Қорғаушылардың міндеті	Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау	1	04,04,24	
	Қорғаушының жеке әрекеті	Денсаулықты нығайтуға ықпал ететін дене жаттығуларын орындау	1	11,04,24	
	Шабулшының міндеті	Түрлі әрекеттерді орындау кезінде олардың айырмашылықтарын сезіне отырып, түрлі рөлдермен эксперимент жасау	1	18,04,24	
	Топ – топ болып шабуылға шығу	Түрлі әрекеттерді орындау кезінде олардың айырмашылықтарын сезіне отырып, түрлі рөлдермен эксперимент жасау	1	25,04,24	
	Командалық әрекет	Түрлі дене жаттығуларын орындау кезінде ережелер мен құрылымдық тәсілдерді жасау және қолдану	1	02,05,24	
	Жеке әрекет	Түрлі дене жаттығуларын орындау кезінде ережелер мен құрылымдық тәсілдерді жасау және қолдану	1	09,05,24	
	Айып добын дұрыс орындау	Түрлі дене жаттығуларын орындау кезінде ережелер мен құрылымдық тәсілдерді жасау және қолдану	1	16,05,24	
	Қақпашының допты ойынға қосуы	Түрлі дене жаттығуларын орындау кезінде ережелер мен құрылымдық тәсілдерді жасау және қолдану	1	23,05,24	