

«Бекітемін»»

Мектеп директоры

М.С.Жантурина



«Келісемін»

Тәрбие ісі жөніндегі орынбасары:

Б.А.Кабакбаев

№65 ЖББОМ
Баскетбол секциясының
2023-2024 оқу жылына арналған
күнтізбелік тақырыптық жоспары

Жаттықтырушы: Қайнадин Б.К

**Баскетбол секциясы бойынша
күнтізбелік – тақырыптық жоспар**

№	Тақырыптың мазмұны	Сағат саны	Мерзімі
1	Жаттығу жасауда қауіпсіздік ережесін сақтау. Тік және доға бағытта жылдам қозғалу	1	05.09.2025
2	Шапшаң жүгіру, тоқтаулар, бұрылулар	1	07.09
3	Допты шапшаң жүргізу, допты оң және сол қолмен жүргізу	1	12.09
4	Шапшаңдықты дамытатын Ж.Д.Ж.	1	14.09
5	Допты серігіне екі қолмен жоғарыдан беру	1	19.09
6	Допты серігіне бір қолмен жерге соғып, қорғаушыны алдап беру	1	21.09
7	Допты серігіне секіріп екі, бір қолмен беру (ара қашықтық 3-6м)	1	26.09
8	Допты серігіне бір қолмен йықтан беру, допты бір қолдан, екінші қолға ауыстыру	1	28.09
9	Қол шапшаңдығын дамытатын Ж.Д.Ж.	1	03.10
10	Допты серігіне жасырын беру, шеңбер құрып допты бір-біріне шапшаң беру	1	05.10
11	Допты серігіне қозғалыста беру, секіріп допты лақтыру	1	10.10
12	Допты жүргізу жаттығуы бойынша эстафета	1	12.10
13	Допты жүлқа жүргізу, допты шабуылшыдан қорғау	1	17.10
14	Допты "жыланша" жүргізу	1	19.10
15	Ептілікті, шыдамдылықты дамытатын Ж.Д.Ж.	1	24.10
16	Алдау тәсілімен қорғаушыны алдап өту	1	26.10
17	Допты жылдамдықпен жүргізу, себетке лақтырған допты ұстап алып лақтыру	1	07.11
18	Секіріп себетке допты бір қолмен лақтыру, дәл осы жаттығуды қорғаушылардың кедергілері арқылы жасау	1	09.11
19	Допты себетке орташа қашықтықтан лақтыру	1	14.11
20	Допты себетке әр түрлі қашықтықтан лақтыру	1	16.11
21	Допты себетке серігі бергенен кейін қозғалыста лақтыру	1	21.11
22	Шапшаңдықты дамытатын, күштілікті дамытатын Ж.Д.Ж.	1	23.11
23	Жүгіруді, секіруді, тоқтау бұрылуларды бір жаттығу кешенінде орындау	1	28.11
24	Қорғаныста қозғалу әдіс тәсілдері	1	30.11
25	Үш секундтық алаңға кіргенде, жылдамдықты өзгертіп жүру. Допты төмен жүргізіп алдау тәсілдері	1	05.12
26	Тоқтау, допты жылдамдықты өзгертіп жүргізу, серігне допты беру, ыңғайлы позицияға шығу	1	07.12
27	Жылдамдықты дамытатын Ж.Д.Ж.	1	12.12
28	Допты лақтыру кезінде, қорғаушының іс әрекеті допты секіріп қағып жіберу	1	14.12
29	Допты лақтыру кезінде, допты жабу	1	19.12
30	Өз қорғанысында шабуылдаушының добын алып алу	1	21.12
31	Допты жылдам бағытта жүргізу, тоқтау, секірген қалыпта допты бір қолмен себетке лақтыру. Айып добын лақтырулар	1	26.12
32	Допты қабылдау үшін ыңғайлы позицияға шығу: ортадағы ойыншы, шеткі шабуылдаушы, қорғанысшы.	1	28.12
33	Баскетбол ойынын ойнау	1	09.01
34	Командалық шабуыл үшін, орын және уақыттандау	1	11.01
35	Допты ұстау, жүргізу, серігіне беру, себетке лақтыру	1	16.01

	жаттығуларын қайталау		
36	Допты жүргізу кезінде қыйын жаттығуларды орындау, бір колмен арттан серігіне доп беру, әр түрлі финттар жасау	1	18.01
37	Командалық жабуыл үшін қолданаты жаттығулар: Себетке доп лақтыру және серігіне доп беру	1	23.01
38	Шапшаңдықты және ептілікті дамытатын Ж.Д.Ж.	1	25.01
39	Қозғалыста екі ойыншының өзара ойнауы	1	30.01
40	Қозғалыста үш ойыншының өзара ойнауы	1	01.02
41	Әр түрлі жаттығуларды қарсыластын себітінін қасында орындау	1	06.02
42	Жылдамдықты және иілгіштікті дамытатын Ж.Д.Ж.	1	08.02
43	Екі ортадағы ойыншы арқылы шабуыл жасау	1	13.02
44	Әр түрлі бағытта шабуыл жасау	1	15.02
45	Қорғаушылардың 3-2, 2-1-2 қорғаныстарына қарсы ойнау	1	20.02
46	Шапшаңдықты және секіргіштікті дамытатын Ж.Д.Ж.	1	22.02
47	Қарсы шабуыл жасау үшін орын және уақыт таңдай біліу	1	27.02
48	Топпен қарсы шабуыл үшін орын және уақыт таңдай біліу	1	29.02
49	Допты серігіне берер кездегі алдау тәсілдері	1	05.03
50	Жылдамдықты және ептілікті дамытатын Ж.Д.Ж.	1	07.03
51	Шабуылшыларға қарсы екі қорғаушының өзара бірігіп ойнауы	1	12.03
52	Шабуылшыларға қарсы үш ойыншының өзара бірігіп ойнауы	1	14.03
53	Әр түрлі міндет атқаратын ойыншылардың, қарсылас команда жағында өзара ойнауы	1	19.03
54	Қол шапшаңдығын және жылдамдықты дамытатын Ж.Д.Ж.	1	02.04
55	3-2, 2-1-2 қорғаушылардың әдіс тәсілдері	1	04.04
56	Қарсылас команданың жылдам шабуылына қорғаныс қою	1	09.04
57	Доп себетке түскеннен кейін, айып добы лақтырылған соң, допты жаннан ойын қосқан жағдайда қорғанысшылардың іс-әрекеті	1	11.04
58	Жылдамдықты және ептілікті дамытатын Ж.Д.Ж.	1	16.04
59	Шапшаң жүгіру, секіріп себетке жету, допты жүргізіп себетке лақтыру, жерге таянып қолды бүгіп жазу, салмақпен секіруді орындау жаттығулары	1	18.04
60	Әр-түрлі әдіс тәсілдерді көп қайтара қайталау	1	23.04
61	Шабуылдаушының себетке жақындауына тосқауыл қою	1	25.04
62	Шабуылда, қорғаныста қолданатын командалық әдіс тәсілдер	1	30.04
63	Ептілікті және иілгіштікті дамытатын Ж.Д.Ж.	1	02.05
64	4-1 қорғаныс тәсілдері	1	09.05
65	4-1 қорғаныс тәсіліне шабуылдау әдістері	1	14.05
66	Допты жаннан қосу, айып добын лақтыру кезінде командалық іс-әрекет	1	16.05
67	Баскетбол ойынын ойнау	1	21.05
68	Мектепшілік баскетболдан жарыс	1	25.05

**2023-2024 оқу жылындағы баскетбол үйірмесі оқушыларының
тізімі**

№	Аты-жөні	Класы
1	Тұрымбетов Қайсар	6
2	Асқарқызы Арайлым	6
3	Бүркітәлі Кәусар	6
4	Жетесова Орынай	6
5	Кенжеғалиева Эльеонора	6
6	Қамбар Динара	6
7	Асылбек Амангүл	6
8	Бітімбаева Ақбота	6
9	Балықбай Анель	6
10	Жайлан Аружан	6
11	Омар Рамазан	6
12	Нұр Ибраһим	6
13	Қасқырбаев Мұхамедали	6
14		
15		
16		
17		
18		
19		
20		