



**Олжабай батыр ауылы
жалпы орта білім беретін мектебі
БАСКЕТБОЛ СЕКЦИЯСЫ**

Пәні: *Дене тәрбиесі*

Сыныбы: *9 «а» сынып*

Құрастырушы: *Денешынықтыру пәнінің мұғалімі*

Хожабай Балжан

2024-2025 оқу жылы

Түсінік хат

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

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

Онда оқушылардың баскетбол 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 баскетбол спорттық ойынының түріне әуесқойлығын арттыру.

Оқушылардың қозғалмалы дағдылары мен қимыл белсенділігін арттыратын жаттығулардың негізінің бірі жылдамдыққа үйрену қасиеттерін жетілдіру болып табылады.

Мақсаты :

- a) Оқушылардың денсаулығын нығайту;
- ә) Дене шынықтыру мәдениетін қалыптастыру;
- в) Баскетбол ойынының теориялық білімін практикамен ұштастыру арқылы әдіс-тәсілдерін меңгерту;

Оқушылар тізімі

1	<u>Ажыхан Нұрайым</u>
2	<u>Алтайқызы Мәуе</u>
3	<u>Әділетқызы Іңкар</u>
4	<u>Балтабай Гүлім</u>
5	<u>Бапарқызы Жанбота</u>
6	<u>Бапарұлы Жанболат</u>
7	<u>Бейсенова Аружан</u>
8	<u>Болатхан Інжу</u>
9	<u>Ғарыш Назерке</u>
10	<u>Дүйсенбекұлы Мейірбан</u>
11	<u>Жантуарова Дария</u>
12	<u>Кабкен Аяулым</u>
13	<u>Маулытбек Дархан</u>
14	<u>Оразова Аяулым</u>
15	<u>Сайлаухан Олжас</u>
16	<u>Темірбай Диана</u>
17	<u>Тилеубек Дина</u>
18	<u>Унайбеков Елнур</u>

Баскетбол секциясының жоспары

	Өтілетін сабақтың тақырыбы	Сағат саны	Өтілетін мерзімі
1	Баскетбол тарихы	1	4.09
2	Баскетбол сабағында техника қауіпсіздік ережелері	1	11
3	Баскетбол ойыны	1	18
4	Допты екі қолмен кеуде тұсынан беру	1	25
5	Допты екі қолмен ұстау	1	2.10
6	Допты бір қолмен ұстау	1	9
7	Токтау	1	16
8	Бұрылу	1	23
9	Допты әріптесіне беру	1	6.11
10	Допты бір қолмен жоғарыдан беру	1	13
11	Допты алып жүру	1	20
12	Ойынның мазмұнымен негізгі ережелері	1	27
13	Допты сол және оң қолмен алып жүру	1	4.12
14	Допты бағытын өзгертіп алып жүру	1	11
15	Допты бір орында тұрып екі қолмен лақтыру	1	18
16	Допты қарсыластан тартып алу	1	25
17	Допты ыйықтан асыра лақтыру	1	15.01
18	Ережемен баскетбол ойнау	1	22
19	Бір орында тұрып себетке доп лақтыру	1	29
20	Допты екі қолмен кеуде тұсынан беру	1	5.02
21	Допты екі қолмен ұстау	1	12
22	Допты бір қолмен ұстау	1	19

23	Токтау	1	26
24	Бұрылу	1	5.03
25	Допты әріптесіне беру	1	12
26	Допты бір қолмен жоғарыдан беру	1	19
27	Допты алып жүру	1	2.04
28	Ойынның мазмұнымен негізгі ережелері	1	9
29	Допты сол және оң қолмен алып жүру	1	16
30	Допты бағытын өзгертіп алып жүру	1	23
31	Допты бір орында тұрып екі қолмен лақтыру	1	30
32	Допты қарсыластан тартып алу	1	7.05/8.05
33	Допты ыйықтан асыра лақтыру	1	14
34	Ықшамдалған ережемен баскетбол ойнау	1	21