Ф-ТБ-009/086

АХМЕТ ЯСАУИ УНИВЕРСИТЕТІ

Қожа Ахмет Ясауи атындағы Халықаралық қазақ-түрік университеті
«Түркістан Ахмет Ясауи» кәсіби колледжі
«Гуманитарлық пәндер» бөлімшесі

БЕКІТЕМІН
Директордың тәрбие жұмысы жөніндегі орынбасары:
________ Ш.Надирбаев
«02» 09 2024ж.

2024 – 2025 ОҚУ ЖЫЛЫНА АРНАЛҒАН

ҮЙІРМЕ БАҒДАРЛАМАСЫ

Пәні: Волейбол

Мамандығы: 01140500- «Дене тәрбиесі және спорт»

Біліктілігі: 4S01140503 «Спорт жаттықтырушысы-оқытушы»

Түркістан 2024

I.Түсініктеме

Оқушылар Волейбол ойынының техникасына, тактикасына, терминология мәселесіне, баскетболшылардың ойын әрекетінің тәсілдерін жүйелей білуге, дене тәрбиесі мен сауықтырудың барлық жүйесіндегі волейболдан сабақ беру әдісін, сонымен қатар, жалпы дамытушылық және арнайы жаттығуларды, ойын техникасы мен тактикасы бойынша жаттығуларға, сабақтың кейбір бөлімдеріне, сабақтың өтуіне үлкен мән беруі керек. Волейбол бойынша оқу тәртібінде сабақты жүргізе білу, ұйымдастыра білу дағдыларын игеру керек. Балалардың жас ерекшелігін ескеріп, сабақтан тыс уақытта секциялық жұмыстар ұйымдастырылады. Дене тәрбиесінің оқытушысы ретінде еңбекке дайын болу керек.

1.Үйірме жұмысының мақсаты:

Дене мәдениеті және спорт бойынша әр түрлі құрылымдық мекемелерге оқушыларды Волейболдан кәсіби-педагогикалық, жаттықтырушылық және ұйымдастыру жұмыстарына дайындау

2. Үйірме жұмыстарының міндеттері.

Оқу барысында волейбол саласындағы болашақ маманға мынадай біліктіліктер мен дағдыларды меңгеру қажет:

- Волейболшыларды дайындаудағы спорттық машықтанудың ілімдік, әдістемелік және тәжірибелік негіздерін білу.

- Дене жүктемелеріне бейімделу және жекелей ерекшеліктерін ескере отырып, әр түрлі жас топтарындағы волейболшылардың спорттық дайындықтарын басқару әдістемелерін және құралдарын меңгеру.

- Жарыс ережесін білу, төрешілік ету дағдыларын игеру.

- Волейбол ойынының техника-тактикалық тәсілдерін игеру және төрешілік шеберлігіне жету.

- Әр түрлі спорттық дәрежедегі спортшылар үшін машықтану процесін құру, үйрету әдістемесін игеру.

- Команданы басқару, ғылыми-зерттеу жұмыстарына байланысты және спорттық дайындық деңгейін бақылауға байланысты дағдыларды игеру.

II. Жоспарланған қорытындылар:

-Жаттығу процесіне күннен-күнге әртүрлі техникалық амалдар кеңінен еңгізіліп жатыр, үйренуді шыңдау

- Волейболдағы қимыл-қозғалыстарды еш қиындықсыз пайдалануды үйренуіді дамыту

-Берілген жаттығуларды нәтижелі, тиянақты жауапкершілікпен орындау

- Волейболшының психологиялық ой-өрісін кеңейту

- Жаңа техникаларды қолданып волейбол ойынын үйрену

III. Үйірменің құрлымы:

Алаңды айнала саппен жүру.
А) әр адымға қолды жоғары көтере керіле жүру
ә) қолды қайшылай жүру
б) қолды иық буыннан алға, артқа сермей жүру
Жеңіл жүгіру
а) әр адымға секіре жүгіру
ә) артпен шегіншектей жүгіру
б) қақпаға жылдамдықты арттыра жүгіру
в) қолды желкеге қойып, оң- сол бүйірмен жүгіру

Шабуыл жасаудағы және қорғаныстағы жеке және топтық тактикалық әрекеттер
Саппен жүріп келе жатып ауыр допты алдымызда, екі қатарлы саппен келіп жалпы дамыту жаттығуын орындау
1-жаттығу:
Бастапқы қалып: аяқ, иық деңгейінде, қол жанда, оң аяқта доп
1-2 допты алға әкеліп, сол аяққа беру
3-4 сол аяқтан оңға беру
2-жаттығу:
Бастапқы қалып: негізгі тұрыс, допты дұрыс ұстап тұру
1-2 допты оң жақтан артпен айналдыра сол аяққа беру
3-4 бастапқы қалып. Допты сол жақтан артпен айналдыра оң аяққа беру
3-жаттығуы:
Бастапқы қалып. Негізгі тұрыс, допты төмен ұстап тұру
1-2 сол аяқты алға қойып, допты оң аяқтың сыртымен тебу
3-4 бастапқы қалып
1-2 сол аяқты алға қойып, допты аяқтың ішімен тебу
3-4 бастапқы қалып

4-жаттығу:

Бастапқы қалып. Аяқ иық деңгейінде, допты дұрыс алып қабылдау.

А) 1- допты жоғары қабылдау

2- допты төменнен қабылдау

ә) 1-допты жоғарыдан қабылдау

2- допты қабылдау тәсілдерін үйрену

б) 1- допты жоғары беру тәсілі

2- қолды артқа, алға допты алып жүру және пас беру

5-жаттығу:

Бастапқы қалып. Аяқ, иық деңгейінде, допты дұрыс ұстай алу

1-оң аяқпен допты жоғарыдан пас беру

2-денемен допты тосып алу

3-қабылдау допты жоғарыдан пас беру

4- секіріп соққылау

Екі адым бір-біріне қарама-қарсы тұру.

6-жаттығу:

Бастапқы қалып. Аяқ,иық деңгейінде алға еңкейіп тұру

1-денені жазып барып, допты тебу

2-алға қарай иіліп допты тосып алу

7-жаттығу:

Бір-біріне қарап тұрып, бірде оң қолмен, бірде сол қолмен беру

8-жаттығу:

Бастапқы қалып. Аяқ, иық деңгейінде, допты дұрыс ұстай білу

1-допты алдынан құлап бара жатып қабылдау

2-күшті шабуылдаушы соққы

9-жаттығу:

Допты жерге қойып, доптың үстінен оңға, солға секіру

Жаттығуды мұғалімнің белгісі бойынша орындау (шапалақтау)

10-жаттығу:

Бастапқы қалып. Артқа пас бергеннен кейін шабуылдау

1-допты тордан лақтыру,допты лақтыру

2-баяу шабуылдаушы соққы

IV.Үйірменің тақырыптық жоспары

Айы	Сабақтың №	Тақырыбы	Жауапты
Қыркүйек		**Ойын техникасы**	С.Каумбаев
	1	Негізгі жагдайлар	С.Каумбаев
	2	Ойын техникасының жіктелуі (топтастырылуы)	С.Каумбаев
		Қозгалыс техникасы.	С.Каумбаев
	3	Жүру	С.Каумбаев
	4	Жүгіру	С.Каумбаев
	5	Секірулер	С.Каумбаев
Қазан	6	Тоқтаулар	С.Каумбаев
	7	Бұрылыстар	С.Каумбаев
		Допты меңгеру техникасы	С.Каумбаев
	8	Допты қабылдау	С.Каумбаев
	9	Допты беру	С.Каумбаев
	10	Допты қабылдап пас беру	С.Каумбаев
Қараша	11	Секіріп соққылау	С.Каумбаев
	12	Қабырғаның жанынан соққы	С.Каумбаев
		Қоргау техникасы	С.Каумбаев
	13	Тосқауыл қою техникасы	С.Каумбаев
	14	Қорғаныс түрлері	С.Каумбаев
Желтоқсан		**Қорғаушының қозғалыстағы ерекше сәттері**	С.Каумбаев
	15	***Допты меңгеру техникасы***	С.Каумбаев
	16	Әр түрлі мақсаттағы допты меңгеру техникасы	С.Каумбаев

	17	Допты алу тәсілі	С.Каумбаев
		Айла мен тәсілдердің үйлесуі	С.Каумбаев
	18	Ырғуға айла – ырғу	С.Каумбаев
Қаңтар	19	Жүру – беру	С.Каумбаев
	20	Қарсыласқа айла жасап- шабуылдау	С.Каумбаев
	21	Волейбол ойынындағы қорғаушылар мен шабуылдаушы ойыншыларды дайындау әдістері	С.Каумбаев
	22	Өту үшін қос айла жасап- өту	С.Каумбаев
	23	Жүргізу-бұрылу-тебу	С.Каумбаев
Ақпан	24	Соққыға ыңғайлану және бұрылу-соққы тебу	С.Каумбаев
	25	Қарсыласқа айла табу және алдау тәсілдері	С.Каумбаев
		Стратегия және тактика	С.Каумбаев
	26	Стратегия	С.Каумбаев
	27	Тактика	С.Каумбаев
Наурыз	28	***Негізгі ұғымдардың анықталуы***	С.Каумбаев
	29	Тактиканың жіктелуі	С.Каумбаев
	30	Ойыншылардың міндетті қызметі	С.Каумбаев
	31	Шабуылдау тактикасы	С.Каумбаев
Сәуір	32	Жеке іс-әрекеттер	С.Каумбаев
	33	Ойыншының доппен әрекеттері	С.Каумбаев
		Топтық әрекет	С.Каумбаев
	34	Екі ойыншының өзара әрекеті	С.Каумбаев
	35	Тосқауыл	С.Каумбаев
	36	Экран	С.Каумбаев
Мамыр	37	Бағыттау	С.Каумбаев
	38	Үшбұрыш	С.Каумбаев

	39	Үштік	С.Каумбаев
	40	Кіші сегіздік	С.Каумбаев
Маусым	41	Айқастырыла шығу	С.Каумбаев
	42	Екеуге қарай бағыттау	С.Каумбаев
	43	Командалық әрекеттер	С.Каумбаев
		Ұшқыр шабуылдар	С.Каумбаев
	44	Аймаққа дәлдеп және бір қолмен қабылдау	С.Каумбаев
	45	Қарымта шабуылдар	С.Каумбаев

V. « Волейбол» үйірмесінің мүшелері:

№	Оқушының аты - жөні	Тобы
1	Амиров Ильяс	ДТС-0923-2
2	Оспанов Ален	ЕТБ-0923-2
3	Хайруллаев Жасурбек	ЕТБ-0924-2
4	Қайратбек Абдулла	ЕТБ-0923-3
5	Садан Кенжехан	ДТС-0924-2
6	Артикбаев Улуғбек	ДТС-0922-2
7	Курбаналиев Дилшод	ДТС-0921-3
8	Оңалбаев Руслан	ЕТБ-0921-1
9	Бекен Ратбек	ЕТБ-0921-1
10	Сәрсен Біржан	ДТС-0923-1
11	Бирюков Денис	ЗҚТ-0924
12	Раситов Санжар	ДТС-0924-1

VI. Қорытынды:

- Спорттық машықтанудың ілімі, әдістемесі және тәжірбиесі бойынша білім беру.

- Волейбол оқыту әдістемесінде ойынының техникалық элементтерін ұтымды орындауда дағдылар мен біліктілікті қалыптастыру.

- Қауіпсіздік техникасының ережелері мен спортшының сыртқы пішіні мен спорттың киімін ұқыпты ұстаудың гигиеналық нормаларымен тапыстыру және оларды орындауда дағдыны қалыптастыру.

Әр түрлі ойын жүйесі мен ойын сәттері кезінде, ойыншылардың алаңдағы тактикалық өзара әрекеттестігіне байланысты (бойынша) дағдыны қалыптастыру және білім беру.

- Оқу-жаттығу үрдісін ұйымдастыру және жоспарлау бойынша біліктілікті қалыптастыру.

- Оқушыларды әр түрлі жастағы топтармен жұмыс істеуге ауызша және тәжірбие жүзінде дайындау.

- Спорттың дайындықты басқару, бақылаудың әдістемелік негіздері және ғылыми-зерттеу жұмыстары бойынша дағдыларды қалыптастыру

Пререквизиттер: Оқушылар "Мамандандыру" пәнін практикалық және ауызша жағынан толық оқуы үшін мынадай пәндер бойынша білім алуға тиіс: спорттық морфология, биомеханика, педагогика, спорт психолгоиясы, жастық және жалпы физиология, анатомия, биохимия, дене тәрбиесінің ілімі мен әдістемесінен.

Постреквизиттер: 0103000 - «Дене тәрбиесі» мамандығына қатысты пәндерді оқыту барысында волейбол мамандығын меңгерген оқушыларға келесі пәндер бойынша білім қажет: "Таңдап алған спорт түрі бойынша спорттық шеберлігін жетілдіру", "Таңдап алған спорт түрінен жаттықтырушы дағдыларын жетілдіру", "Таңдалған спорт түрінің әдіс-тәсілдік дайындығы", "Спорт ілімінен", "Спорт социологиясынан", Педагогикалық және Жаттықтырушылық практикадан.