

ҚАРАЛДЫ:
МӘБ отырысында
ӘБ жетекшісі:
Кабар А. Каб

КЕЛІСЕМІН:
Оқу ісінің
меңгерушісі :
Маулибергенова К.Б. МБ



БЕКІТЕМІН:
Қарабұлақ ЖОББ
мектебінің басшысы
Хасен Н. Хасен

Футбол үйірмесінің сабақ жоспары 2023-2024 оқу жылы

Мұғалім: Ынтымақ Тұрғынбек

Түсінік хат

«Футбол ойынының» үйірмесі

Үйірменің мақсаты оқушыларда оңтайлы қозғалыс белсенділігін, қажеттілікті тәрбиелеу және өзінің дене және психологиялық саулығын нығайтуға деген себептерді қалыптастыру болып табылады.

«Футбол» үйірмесінің міндеттері:

Дененің және психиканың саулығына оңтайлы ұйымдастырылған қозғалыс белсенділігінің әсері туралы білім негіздерін үйрету.

Түрлі мақсат-бағыттағы дене жаттығуларын орындауда қозғалыс тәжірибесін жинақтау.

Негізгі биологиялық және психикалық процестердің дамуына педагогикалық әсер ету бағытталған қозғалыс қызметі арқылы оқушылар организмнің функционалдық жағдайының деңгейін арттыру.

Дене тәрбиесінің жарақаттанудан сақтандырудың, тұлға мен дененің құрылымын түзетудің педагогикалық, психологиялық, физиологиялық және гигиеналық ережелері жөніндегі білім негіздерін үйрету.

Қозғалыс және спорт ойындарына қатысу барысында коммуникативтік өзара әрекет ету дағдыларын қалыптастыру.

Түрліше бағыттағы дене жаттығуларымен шұғылданудың дербес түрлерін өткізу әдістерін үйрету.

Мақсаты

Футбол – жасөспірімдерді қызықтыратын, көптік спорт түрі. Оның ерекшелігі – ол әр түрлі қозғалысқа бай. Футбол ойнау үшін жылдам жүгіру, жүгіру бағытын мен жылдамдығын ауыстыру, күшті, екпін және төзімді болу керек. Эмоциялық керенеуі сыналатын ойын барысында ағзадағы жүрек-қан тамырлары мен тыныс алу жүйелерінде жоғары жылжу қызметін тудырады. Шабуыл мен оқшаулау кезінде допты теуіп, сүйек жүйесін нығайтады, буындарды неғұрлым жылжымалы қылып, бұлшықеттің күші мен имкемділігін арттырады. Доппен тұрақты өзара іс-қимыл терең және прифериялық көруге, дәлдік және кеңістікті бағдарлауды жақсартуға мүмкіндік береді. Футбол ойыны көру және есту белгілерін арттырады, бұлшықеттің сезімділігін, қабілетін тез арада ауыстыруын дамытады. Шағын көлемдегі статистикалық күш пен жүктемелер жас спортшылардың өсуіне

жақсы әсер етеді.

Міндеттері:

Дененің және психиканың саулығына оңтайлы ұйымдастырылған қозғалыс белсенділігінің әсері туралы білім негіздерін үйрету

Түрлі мақсат-бағыттағы дене жаттығуларын орындауда қозғалыс тәжірибесін жинақтау

Негізгі биологиялық және психикалық процестердің дамуына педагогикалық әсер ету бағытталған қозғалыс қызметі арқылы оқушылар организмнің функционалдық жағдайының деңгейін арттыру

Дене тәрбиесінің жарақаттанудан сақтандырудың, тұлға мен дененің құрылымын түзетудің педагогикалық, психологиялық, физиологиялық және гигиеналық ережелері жөніндегі білім негіздерін үйрету

Қозғалыс және спорт ойындарына қатысу барысында коммуникативтік өзара әрекет ету дағдыларын қалыптастыру

Түрліше бағыттағы дене жаттығуларымен шұғылданудың дербес түрлерін өткізу әдістерін үйрету

Күтілетін нәтижелер:

Оқушыларды мектепшілік қалалық жарыстарға қатыстыру

	Өтілетін сабақтың тақырыбы	Сағат саны	Өтілетін мерзімі
1	Қ.Р футболдың дамуы	2 сағ	04-07.09.2023
2	Футболдың шығу тарихы	2 сағ	12-14.09.2023
3	Футбол ойынына қойылатын гигиеналық талаптар	2 сағ	19-21.09.2023
4	Техника қауіпсіздік ережелерін сақтау	2 сағ	26-28.09.2023
5	Ойынның негізгі ережелері	2 сағ	03-05.10.2023
6	Ойыншының тұрысы	2 сағ	10-12.10.2023
7	Алаңда бір-біріне пас беріп ойнау	2 сағ	17-19.10.2023
8	Алаңда кедергілер арасымен допты алып жүру	2 сағ	24-26.10.2023
9	Ауыттан допты тастап үйрену	2 сағ	07-09.11.2023
10	Айып добын тебуді үйрену	2 сағ	14-16.11.2023
11	Доппен алдап өту тәсілдері	2 сағ	21-23.11.2023
12	Допты тоқтату тәсілдері	2 сағ	28-30.11.2023
13	Аяқ ұшымен тебу	2 сағ	05-07.12.2023
14	Өкшемен тебу	2 сағ	12-14.12.2023
15	Допты баспен ұру түрлері	2 сағ	19-21.12.2023
16	Шекемен ұру	2 сағ	26-28.12.2023
17	Секіріп шекемен ұру	2 сағ	09-11.01.2024
18	Баспен ұру	2 сағ	16-18.01.2024
19	Допты қақпаға дұрыс бағыттау	2 сағ	23-25.01.2024
20	Допты тартып алу тәсілдері	2 сағ	30-01.01.2024
21	Допты тоқтату тәсілдері	2 сағ	06-08.02.2024
22	Допты алып жүру тәсілдері	2 сағ	13-15.02.2024
23	Қақпашының ойыны	2 сағ	20-22.02.2024
24	Допты қағып алу	2 сағ	27-29.02.2024
25	Допты ұрып жіберу	2 сағ	05-07.03.2024
26	Допты бағаннан асырып жіберу	2 сағ	14-15.03.2024
27	Қорғаушылардың міндеті	2 сағ	09-11.04.2024
28	Қорғаушының жеке әрекеті	2 сағ	16-18.04.2024
29	Шабулшының міндеті	2 сағ	23-25.04.2024
30	Топ – топ болып шабуылға шығу	2 сағ	30.04.2024
31	Командалық әрекет	2 сағ	02.05.2024
32	Жеке әрекет	2 сағ	14-16.05.2024
33	Айып добын дұрыс орындау	2 сағ	21.05.2024
34	Қақпашының допты ойынға қосуы	2 сағ	23.05.2024