

«Бекітемін»

Мектеп директоры:

 О.И. Бегжанов



№76 жалпы орта білім беретін мектеп  
2024– 2025 оқу жылына арналған  
Волейбол спорт секциясының жылдық жұмыс жоспары.  
(Ұлдар)

Денешынықтыру мұғалімі: Жандосұлы Б

«Бекітемін»  
Мектеп директоры



Бегжанов

Волейбол үйірмесінің жылдық жұмыс жоспары

р/с	Үйірме тақырыбы	Сағат саны	Теориялық сағат	Практикалық сағат
1	Волейбол ойынының шығу тарихы	1	1	
2	Ойын ережесі	3	3	5
3	Волейбол ойынына дайындық	5		14
4	волейбол техниксымен тактикасы	14		6
5	Сынық және ойын	6		5
6	Сынақ және дайындық	5		
7	барлығы	34		

Волейбол үйірмесінің жоспары

	Өтілетін сабақтың тақырыбы	Сағат саны	Өтілетін мерзімі	
1	Техника қауіпсіздік ережесі	2 сағ	02.03	05.03
2	Волейбол ойынының тарихы	2 сағ	09.03	12.03
3	Ойынның негізгі ережелері	2 сағ	16.03	19.03
4	Ойын алаңында тұру	2 сағ	23.03	26.03
5	Ойын алаңында орын ауыстыру	2 сағ	30.03	03.10
6	Тіркемелі адым	2 сағ	07.10	10.10
7	Қосарланған адым	2 сағ	14.10	17.10
8	Жүгіру	2 сағ	21.10	24.10
9	Секіру	2 сағ	04.11	07.11
10	Орынды кенет өзгерту	2 сағ	11.11	14.11
11	Құлау	2 сағ	18.11	21.11
12	Ықшамдалған ережемен волейбол ойнау	2 сағ	25.11	28.11
13	Допты жоғарыдан беру	2 сағ	02.12	05.12
14	Допты төменнен беру	2 сағ	09.12	12.12
15	Допты жоғарыдан екі қолмен қабылдау	2 сағ	12.12	19.12
16	Допты екі қолмен төмен қабылдау	2 сағ	23.12	26.12
17	Шабұлдау	2 сағ	10.01	13.01
18	Тосқауыл қою	2 сағ	18.01	20.01
19	Ойын тактикасының элементтерін жетілдіру	2 сағ	23.01	27.01
20	Алаңда аусу	2 сағ	30.01	03.02
21	Ықшамдалған ережемен волейбол ойнау	2 сағ	06.02	10.02
22	Допты ойынға қосу	2 сағ	13.02	17.02
23	Допты қабылдау	2 сағ	20.02	24.02
24	Допты жоғарыдан екі қолмен қабылдау	2 сағ	27.02	03.03
25	Допты екі қолмен төмен қабылдау	2 сағ	06.03	06.03
26	Шабұлдау сокқыларын орындау тәсілдері	2 сағ	13.03	17.03
27	Арнайы дене жаттығулары	2 сағ	20.03	03.04
28	Допты тура жоғарлата қосу	2 сағ	07.04	10.04
29	Допты екі қолмен жоғарыдан беру	2 сағ	14.04	17.04
30	Допты екі қолмен төменнен беру	2 сағ	21.04	24.04
31	Шабуыл мен қорғаныс	2 сағ	28.04	01.05
32	Тосқауыл қою элементтері	2 сағ	08.05	12.05
33	Екпін алу, секіру	2 сағ	15.05	19.05
34	Ықшамдалған ережемен волейбол ойнау	2 сағ	22.05	22.05