



Т.Жармағамбетов атындағы орта мектебі

Келісемін:
Директордың ТДЖО
Ш.С. Хусайнова
«31» тамыз 2023 ж.

Тақыланды :
Хаттама №1 «31» тамыз 2023 ж.
Ұсынамын:
Пән бірлестік жетекшісі:
Е.Н. Назаралин

«АЛДА ДОП» волейбол үйірмесінің оқу жоспары

Жаттықтырушысы:

Сәрсенғазин Кетебай Мирманұлы

2023 – 2024 оқу жылы

Волейбол үйірмесінің жылдық жоспары 7-8 класс (қыздар)

№ р/с	Мазмұны	Ай аттары										Барлық сағат саны
	<i>Т е о р и я</i>	қыркүйек	қазан	қараша	желтоқсан	қаңтар	ақпан	наурыз	сәуір	мамыр		
1.	Волейбол ойынының ережесі.	1										1
2.	Спортшының тазалығы, жеке басының гигиенасы. Қауіпсіздік ережелері	1										1
	Теория бойынша берілген сағаттар саны	2										2
	<i>П р а к т и к а</i>											
3.	Жалпы физикалық дайындық	3	4	3	4	3	4	3	4	3		31
4.	Арнайы физикалық дайындық	3	3	3	3	3	3	3	3	3		27
5.	Волейбол ойынының әдіс – тәсілдерін үйрету, жетілдіру, шыңдау	11	11	12	11	11	11	11	11	11		100
6.	Бақылау сынақтарын тапсыру	1								1		2
	Практика бойынша берілген сағаттар саны	18	18	18	18	17	18	17	18	18		160
	Барлық сағаттар саны	20	18	18	18	17	18	17	18	18		162

Жаттықтырушысы:

 Сәрсенғазин Кетебай Мирманұлы