

**Қостанай облысы әкімдігі білім басқармасының «Қостанай қаласы білім бөлімінің
С. Көбеев атындағы жалпы білім беретін мектебі» КММ**

Педагогикалық кеңестің отырысында қабылданды

№ 1 хаттама

«26» тамыз 2025ж.

Жақия М.М.



ЖҰМЫС БАҒДАРЛАМАСЫ

«Волейбол» спорт секциясы

Бағыты: спорттық

Оқушылардың жасы: 11-14 жас (5-9 сынып)

Бағдарламаны іске асыру ұзақтығы: 1 жыл

Жетекшісі: Байдрахманов Д.К.

Костанай, 2025

Түсінік хат

Қазіргі кезеңдегі қоғамдағы ізгілікке, рухани мәдениеттілік пен дене мәдениетін дамыту, жаңа дүниетанымдық көзқарастарын салауттылық дағдыларымен ұштастыра отырып, оқушыларға жалпы адамзаттық және ұлттық құндылықтарды тәрбие тағылымдарын меңгерту арқылы дене тәрбиесін беру өзектілігі артуда. Еліміздің мемлекеттік болмысын қалыптастыру, оның егемендігін нығайтып, ұлттық сана мен тәрбиемізді қалпына келтіре отырып, әлемдік өркениетке ұмтылудың көрсеткіштерінің бірі спорт және дене шынықтыру салаларындағы жетістіктер маңызды орын алатыны белгілі. Бұл мәселе Қазақстан Республикасының “Білім беру туралы” Заңында, “Қазақстан - 2030” бағдарламасында тәлім тәрбие тұжырымдамаларында білім беру жүйесінің басты міндеттерінің бірі ретінде көрсетілген. Бүгінгі таңда жеке тұлғаны дамыту мәселесіне жаңаша көзқараспен қарап, оны әлемдік ғылым мен прогресс деңгейіне сәйкес, білім мен ғырлар бойы қалыптасқан тәрбие әдістері мен тәсілдерін ұштастырып, өмір тәжірибесінен сыннан өткен әдептілік, сыпайылық адамдық пен инабаттылық, іскерлік, мейірімділік, дарындылық, қайырымдылық, еңбексүйгіштік, үлкенді сыйлау, оған ілтипат көрсету сияқты қасиеттерді, сондай жас ұрпақтың өркениетті қоғамның ерікті өз бас бостандығын қорғай алатын, бүкіл адамзат құндылығын бағалай алатын дені сау, ой еңбегі мен дене еңбегіне бірдей қабілетті, дене күші ақылына, арқылы дене күшіне сай азамат тәрбиелеу қажет.

Өзектілігі

Замануи спортта волейбол әлемдік аренаға шығып, сайыстардың деңгейі өсті. Өзімнің мектепшілік командамен жұмыс жасаудың бапкерлік тәжірибемді негізіне алып, волейболдың дамуына озық технологиялық ғылым мен ғылыми жұмыстарды қолдану керектігін айтамын. Волейбол бұл тек қана қызықты, жаппай спорттың түрі емес. Оны көптеген қозғалыс әрекетінің түрлілігі ерекшелейді. Волейбол ойнау үшін жылдам жүгіріп, биік секіру қабілеті болу керек. Жүгіру жылдамдығын, бағытын тез ауыстыруға, күштілік, ептілік, төзімділік қасиеттерін де сұрайды. Волейболмен айналысу жүрек-тамыр және тыныс алу жүйесінің жұмысын жақсартады.

Бағдарламаның бағыты

«Спорттық- салауатты бағытындағы қосымша жалпы білім беретін волейбол бағдарламасы». 1-11 сыныптардың дене шынықтыру пәнінің бағдарламасы негізінде құралған. Осы спорт түрінің оқушылардың өміріндегі маңыздылығын, дене шынықтыру сабақтарына және спортпен шұғылдануға қызығушылығын оятуға көздейді. Бағдарламаның жаңашылдығы- сабақтарды дәстүрлі емес жолдармен өткізу. Бағдарлама бір аптаның 3 –сағаттық жүктемесіне 1 сағатына жоспарланған.

- волейбол ойынынан оқушылардың білімдерін тереңдету, қозғалыс икемділіктері мен дағдыларын кеңейту, қозғалыс әрекетінің жоғары деңгейіне жетіп, сабақтарға қызығушылықпен қарау қабілеттерін дамыту.

Күтілетін нәтиже

- Білуге тиіс
- волейболдың терминологиясын, волейболдың ережелері мен ұйымдастыруын, волейбол ойынының қауіпсіздік ережелерін, волейбол ойынының Қазақстанда, әлемдегі даму тарихын білуге тиіс
- Істей білуге тиісті
- Допты жоғары және төмен бере алуы, допты екі қолмен жоғары және төмен беру әдіс тәсілдерін білу. Білетін әдіс-тәсілдерді екі жақты ойында пайдалана алу, қорғау және шабуыл жасау кезінде ойынының әр түрлі тактиканы пайдалана алуы
- волейбол командасының әр-түрлі деңгейде өткен сайыстардағы нәтижелері

ҚОЛДАНЫЛҒАН ӘДЕБИЕТТЕР:

1. Оқушылардың сабақтан тыс жұмысы. Волейбол. Колодницкий Г. А, Кузнецов В. С., Маслов М. В., Мұғалімдер мен әдіскерлерге арналған оқулық – М., «Просвещение» 2011 ж.
2. Волейбол. А. В. Беляева, Савина М. В. – 2009ж
3. Железняк Ю. Д., Купянский В. С., «Шеберлік жолында» - 2009ж
4. Подготовка юных волейболистов Учебное пособие для тренеров ДЮСШ. Под общей редакцией Ю.Д.Железняка ФиС. М., 2006.
5. Беляев А. В. «Дене шынықтыру сабағындағы волейбол» «Дене шынықтыру және спорт» 2005ж

«Волейбол» үйірмесінің күнтізбелік-тақырыптық жоспары

аптасына 3-сағат жылына 102-сағат

№	Сабақтың тақырыбы	Сағат саны	Мерзімі	Ескерту
1	Волейбол ойының шығу тарихы туралы жалпы түсінік	1		
2	Волейбол алаңы және волейбол добы туралы түсінік	1		
3	Волейбол ойының қауіпсіздік ережелері	1		
4	Волейбол ойының негізгі ережелері	1		
5	Волейбол ойынында қолданылатын термин сөздер	1		
6	Волейбол ойынында ойыншылардың алаңдағы тұру әдістері	1		
7	1, 5, 6-аймақ ойыншыларының міндеттері	1		
8	2, 3, 4-аймақ ойыншыларының міндеттері	1		
9	Ойыншылардың алаңдағы орын ауыстыру әдістері (тіркемелі адым, қосарланған адым, жүгіру, секіру, құлау әдістері)	1		
10	Волейбол ойынында қолданылатын әдіс-тәсілдердің түрлері	1		
11	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
12	Допты ойынға қосу әдістерін үйренуге арналған жаттығулар	1		
13	Допты ойынға қосу әдістері	1		
14	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
15	Допты төменнен тура беру арқылы ойынға қосу әдістері	1		
16	Допты төменгі бір жақ жанынан ойынға қосу әдістері	1		
17	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
18	Допты төменнен ойынға қосу кезіндегі қателіктер	1		
19	Допты жоғарыдан тура беру арқылы ойынға қосу әдістері	1		
20	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
21	Допты жоғарыдан бір жанынан ойынға қосу әдістері	1		
22	Допты жоғарыдан ойынға қосу кезіндегі қателіктер	1		
23	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
24	Допты айналып ұшатын және айналмай ұшатын етіп ойынға қосу	1		
25	Допты ойынға қосу әдістерін пысықтау	1		
26	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		

27	Допты қабылдау әдістерін үйренуге арналған жаттығулар	1		
28	Допты екі қолмен жоғарыдан қабылдау әдістері	1		
29	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
30	Допты екі қолмен жоғарыдан қабылдау кезіндегі құлау әдістері	1		
31	Допты екі қолмен жоғарыдан қабылдау кезіндегі қателіктер	1		
32	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
33	Допты төменнен білекпен қабылдау әдістері	1		
34	Допты төменнен білекпен қабылдау кезіндегі құлау әдістері	1		
35	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
36	Допты төменнен қабылдау кезіндегі қателіктер	1		
37	Допты бір қолмен төменнен қабылдау әдістері	1		
38	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
39	Допты бір қолмен қабылдау кезіндегі қателіктер	1		
40	Допты қабылдау әдістерін пысықтау	1		
41	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
42	Допты көтеріп беру әдістерін үйренуге арналған жаттығулар	1		
43	Шабуылдаушыға допты көтеріп беретін ойыншың ойын әдісі	1		
44	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
45	Шабуылдаушыға допты саусақтармен жоғары көтеріп беру әдістері	1		
46	Шабуылдаушыға допты саусақтармен орташа көтеріп беру әдістері	1		
47	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
48	Шабуылдаушыға допты саусақтармен төмен көтеріп беру әдістері	1		
49	Шабуылдаушыға допты білекпен жоғары көтеріп беру әдістері	1		
50	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
51	Шабуылдаушыға допты білекпен орташа көтеріп беру әдістері	1		
52	Шабуылдаушыға допты білекпен төмен көтеріп беру әдістері	1		
53	Шабуылдаушыға допты саусақтармен артқа көтеріп беру	1		

	әдістері			
54	Шабуылдаушыға допты білекпен артқа көтеріп беру әдістері	1		
55	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
56	Шабуылдаушыға бір қолмен жоғарыдан доп беру әдістері	1		
57	Шабуылдаушыға допты көтеріп беру әдістерін пысықтау	1		
58	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
59	Шабуылдау соққыларының әдістерін үйренуге арналған жаттығулар	1		
60	Шабуылдау соққыларының әдіс-тәсілдері	1		
61	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
62	Шабуыл ұйымдастыру әдістері	1		
63	Шабуылдау соққысын жасау үшін жүгіру әдістері	1		
64	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
65	Шабуылдау соққысын жасау үшін секіру әдістері	1		
66	Шабуылдау соққысынан соң жерге қону әдістері	1		
67	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
68	Тікелей шабуылдау соққысын орындау әдістері	1		
69	Бүйірден шабуылдау соққысын орындау әдістері	1		
70	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
71	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
72	Үдемелі шабуылдау соққысын орындау әдістері	1		
73	Кеуде тұлғасын бұрып орындалатын шабуыл соққысын орындау әдістері	1		
74	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
75	Қолды ауыстырып шабуылдау соққысын орындау әдістері	1		
76	2-аймақтан шабуыл жасау әдістері	1		
77	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
78	4-аймақтан шабуыл жасау әдістері	1		
79	Екінші сызықтан шабуылдап соғу әдістері	1		
80	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
81	Қысқа көтерілген допты шабуылдап соғу әдістері (3-аймақтан шабуыл жасау)	1		
82	Шабуылдап соғуға ыңғайсыз келген допты бос алаңға алдап тастау әдістері	1		

83	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
84	Командалық айла тәсілдермен допты шабуылдап соғу әдістері	1		
85	Шабуылдау соққыларының әдіс-тәсілдерін пысықтау	1		
86	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
87	Шабуылдап соққан допқа тосқауыл қою әдістерін үйренуге арналған жаттығулар	1		
88	Шабуылдап соққан допқа тосқауыл қою кезіндегі секіру, жерге қону әдістері	1		
89	Шабуылдап соққан допқа тосқауыл қою кезіндегі секіру, жерге қону әдістері	1		
90	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
91	Шабуылдап соққан допқа қарсы секіріп қолмен тосқауыл қою әдістері	1		
92	Шабуылдап соққан допқа қарсы бірнеше ойыншының тосқауыл қою әдістері	1		
93	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
94	Тосқауыл қою әдістерін пысықтау	1		
95	Тосқауыл қойған ойыншының орнын жабу әдістері	1		
96	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
97	Либероның ойын әдістері	1		
98	Төрешілік ету	1		
99	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
101	Төрешілер қимыл-белгілері Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		
102	Игерілген әдістерді пайдаланып волейбол ойынын ойнау	1		