

Панорамалық сабақ

Ұйымдастыру



Вolleyбол
тәсілдері

«Вolleyбол

Сыртқа
жауап



ол



Ой тұжырым

ойнау



Ой тұжырым

Бекіту

тәсілдері

сұрақтары



Бағалау

рі»

Жалпы дамыту жаттыгулары

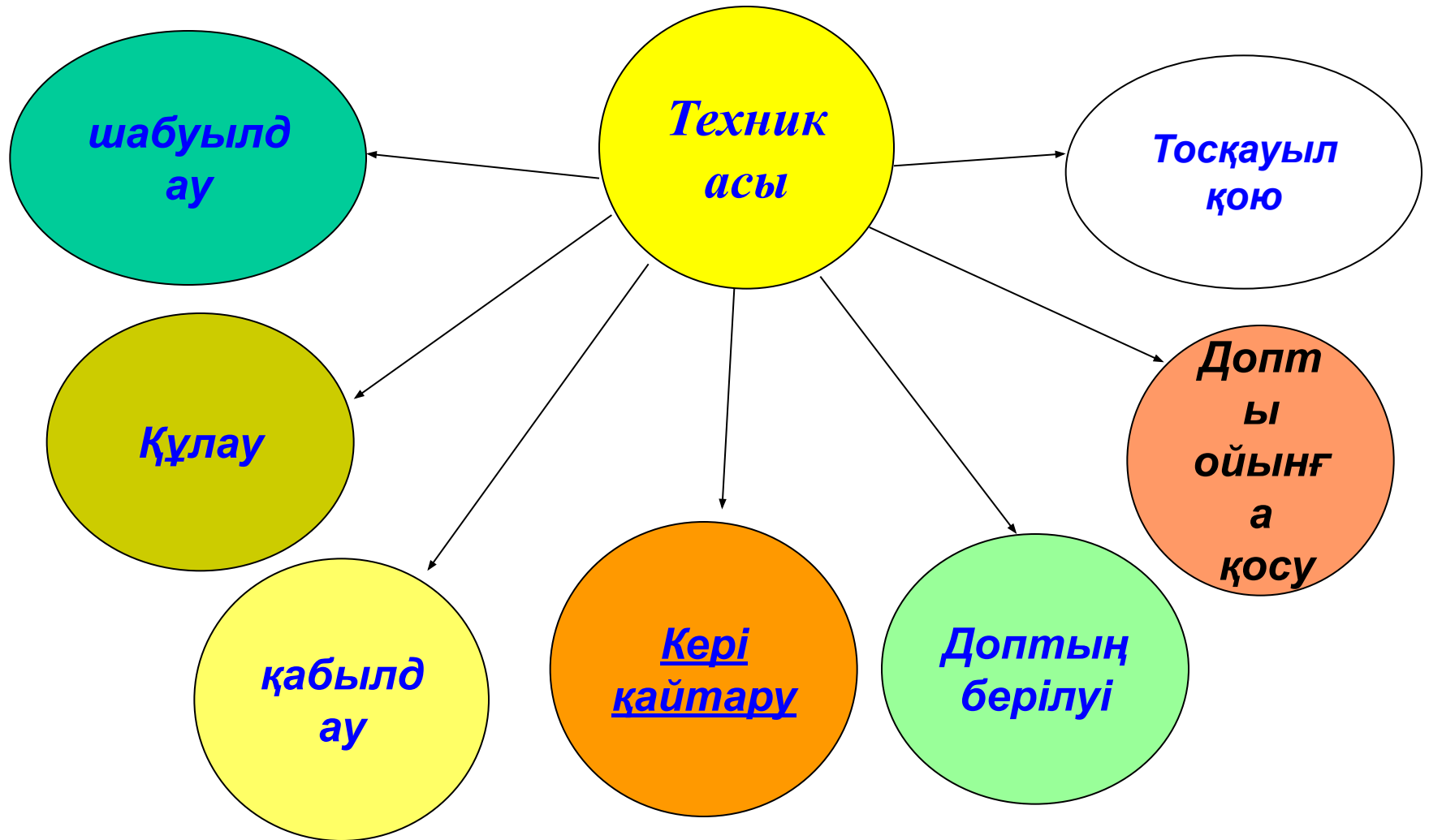


Жалпы дамыту жаттыгуларын жасату

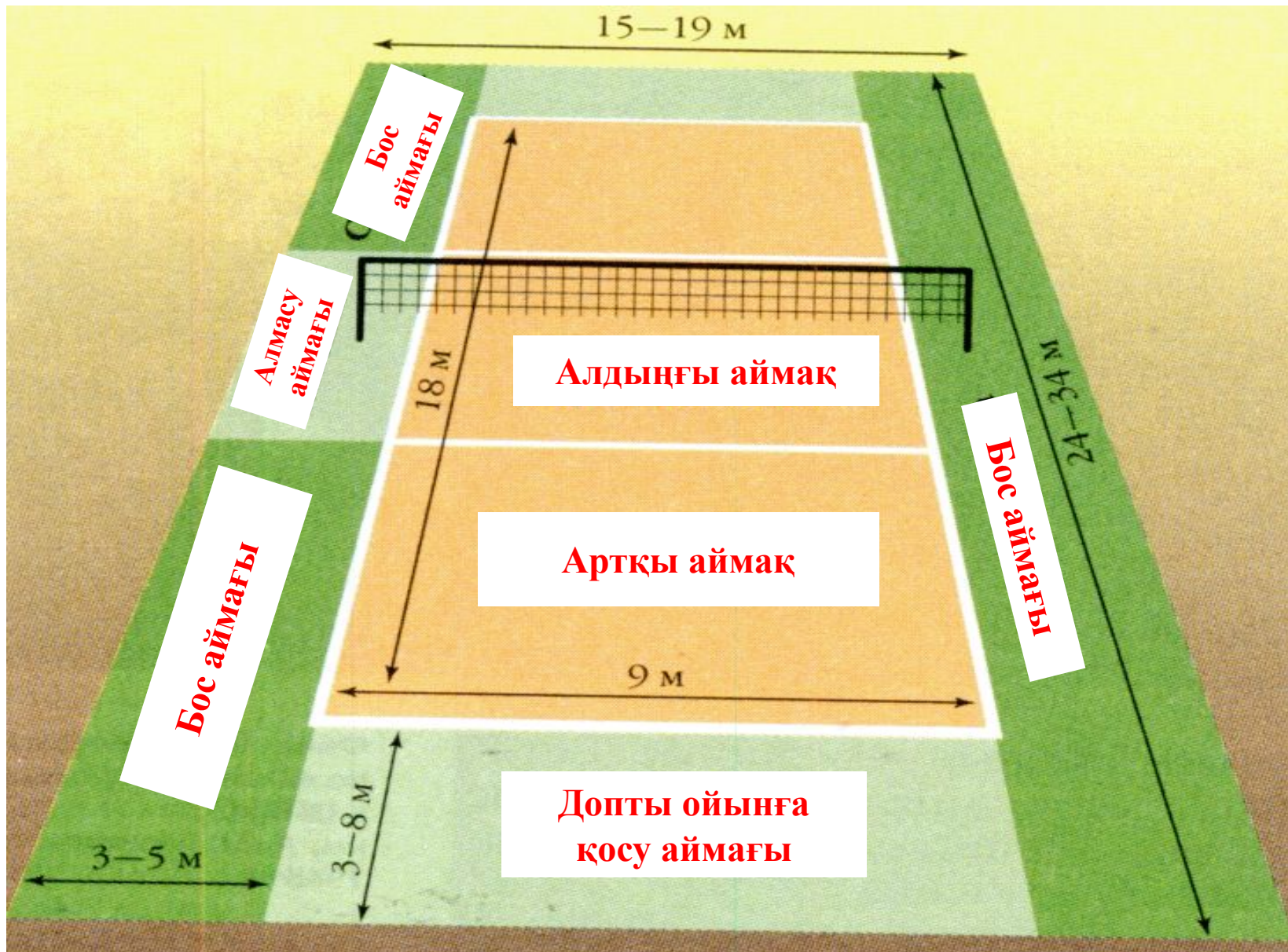


Комплекс разминка

Ойын техникасы

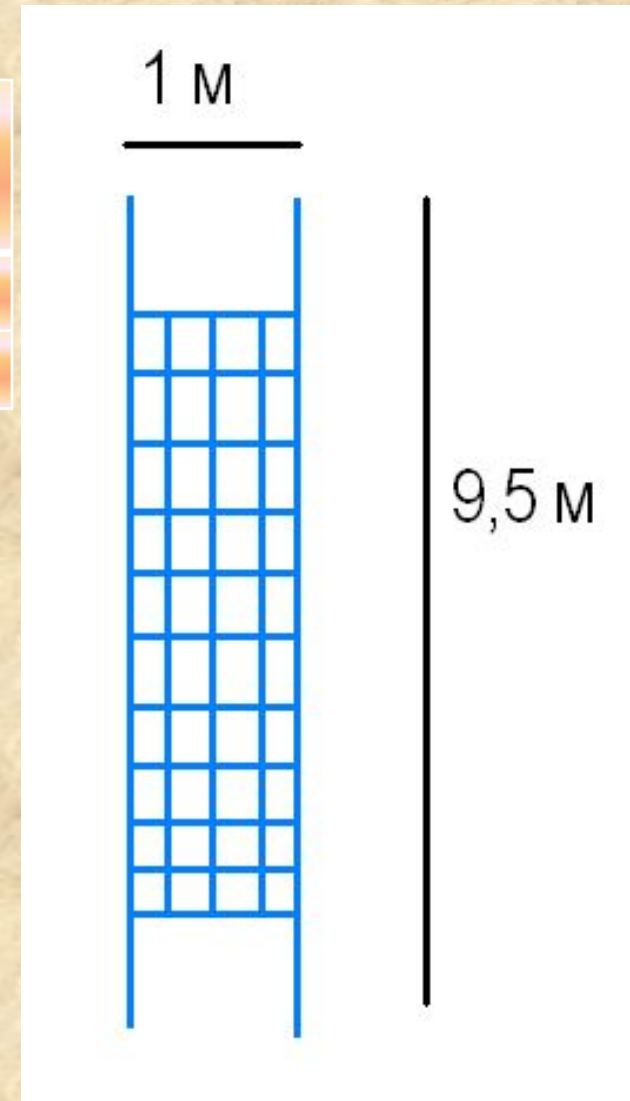


Волейбол алаңы

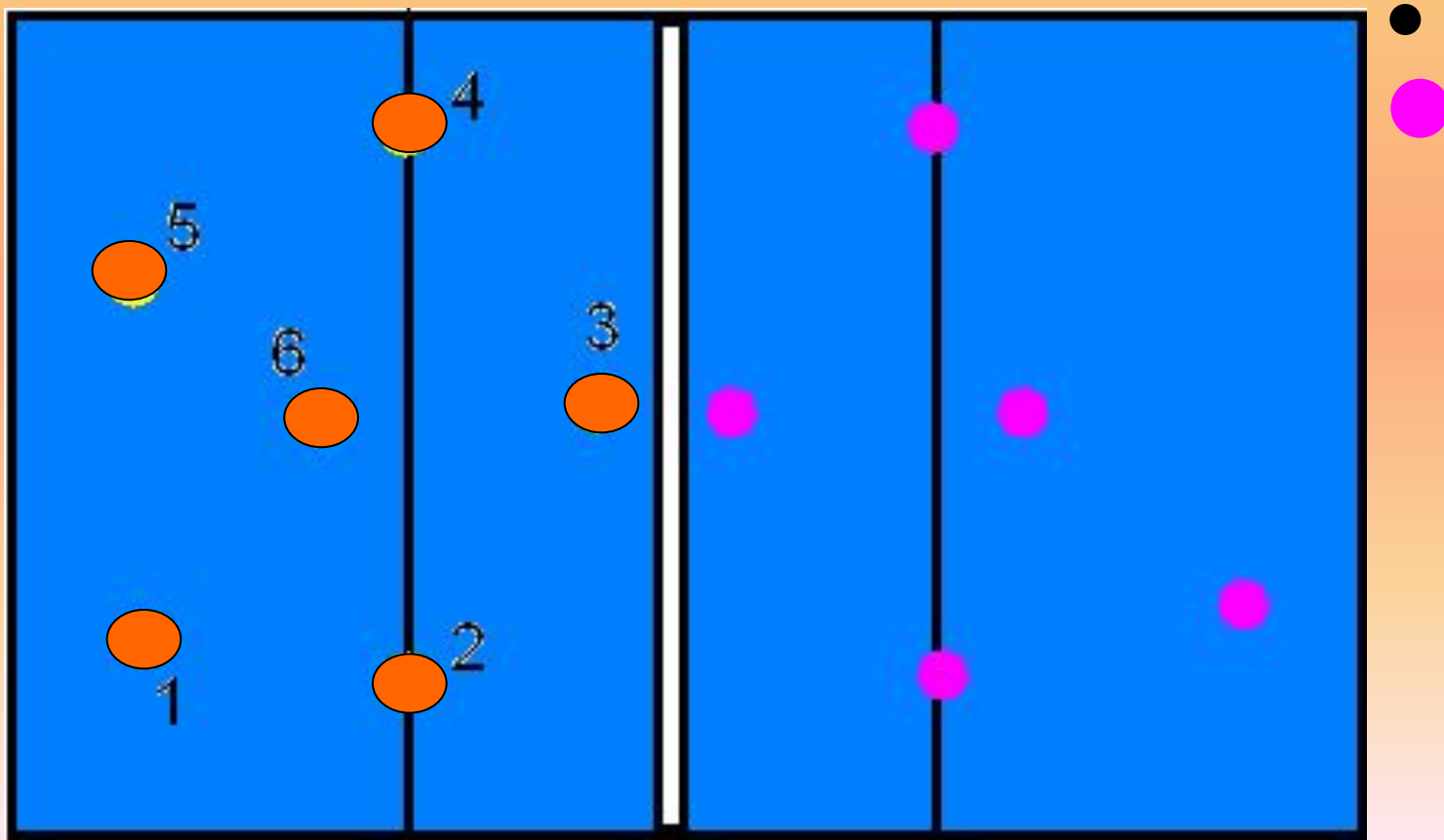


Тордың ені 1 м. ұзындығы 9,5 м. Тор жардығы темір бағаналарға бекітіледі.

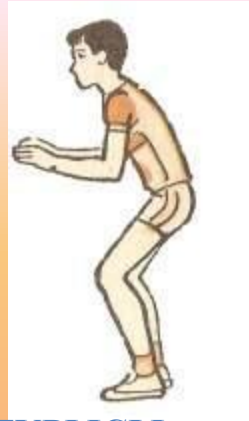
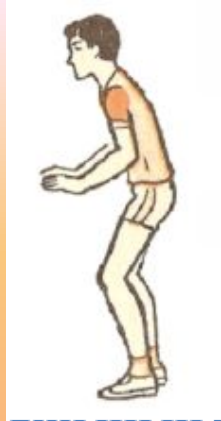
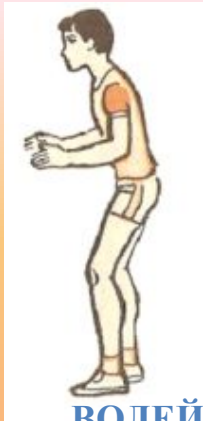
жасөспірімдер	13-14 жастағылар үшін	15-16 жастағылар үшін	17-18 жастағылар үшін
Ер балалар	2 м 20 см	2 м 35 см	2 м 43 см
қыздар	2 м 10 см	2 м 20 см	2 м 24 см



Алаңдағы ойынға әрқайсысында 6 ойыншысы бар екі команда қатысады. Әр команданың ойыншылары өз алаңына орналасады. Қарсыласынан екі ұпай артықшылықпен 15 ұпай жинаған команда жеңіске жетеді. Жасөспірімдердің ойыны 3 кезеңнен тұрады

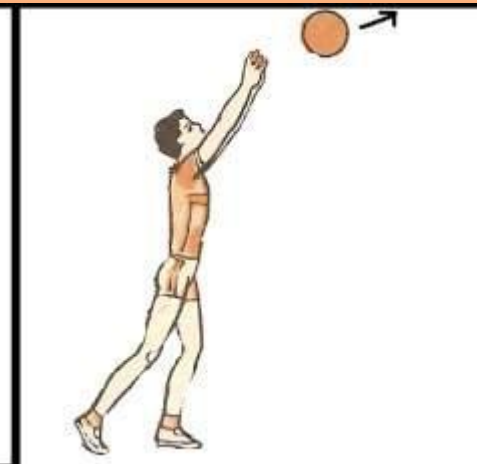
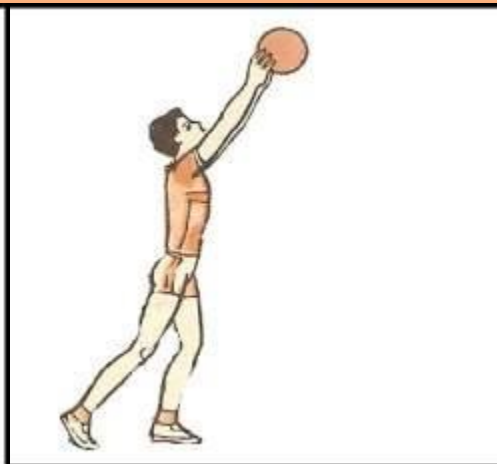
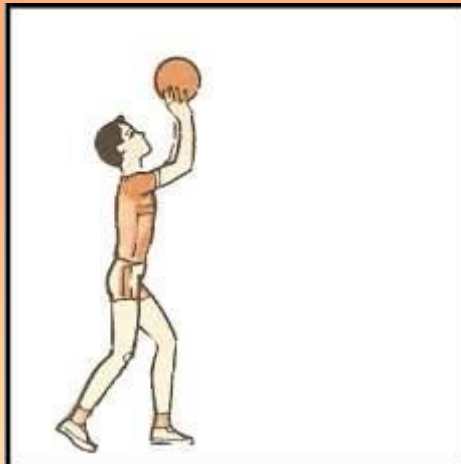
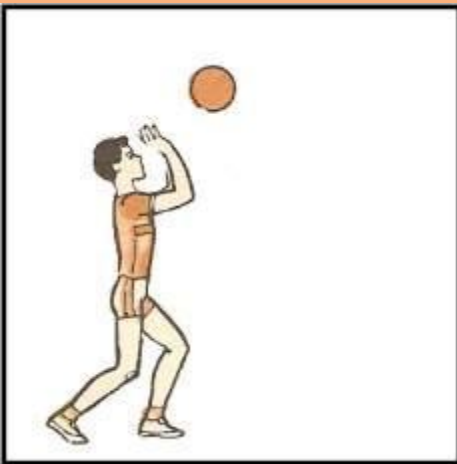


“Біліп ал” теориялық кезең



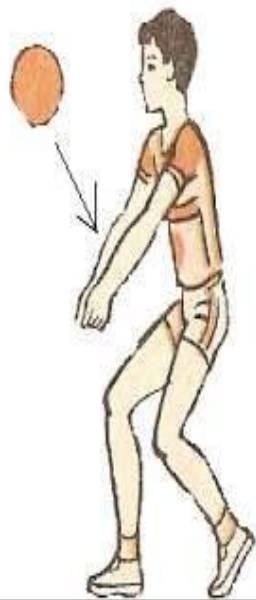
ВОЛЕЙБОЛШЫНЫҢ ТҰРЫСЫ

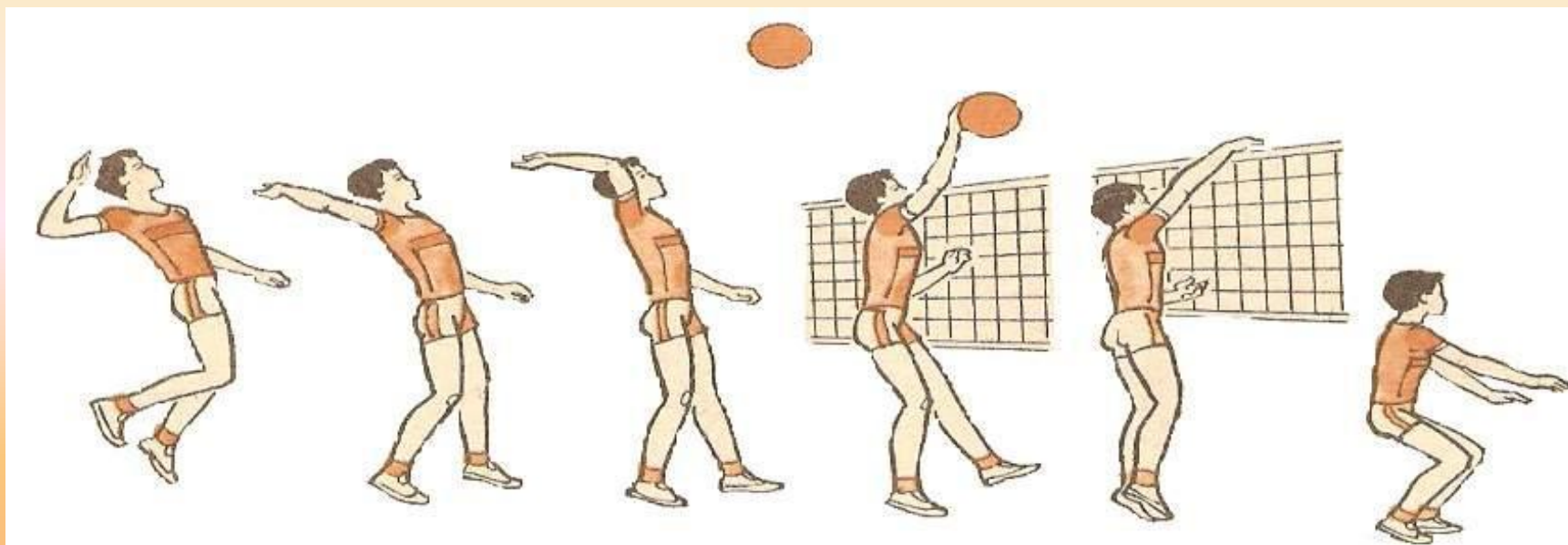
Екі қолдардың добының берілуі үстінде - әр түрлі жаттығуларды орындауға мүмкіншілік беретін техниканың негізгі элементтерінің бірі сонымен бірге тор арқылы ойнау. Суретте берілу негізгі ереже орындаудың жанында көрсетілген. Орнықты бастапқы орын допқа қолдардың саусақтың ұштарының үзбелі жанасуды аяқ және қолы керек бағыт беруге жаза алуға үлгеруі керек.



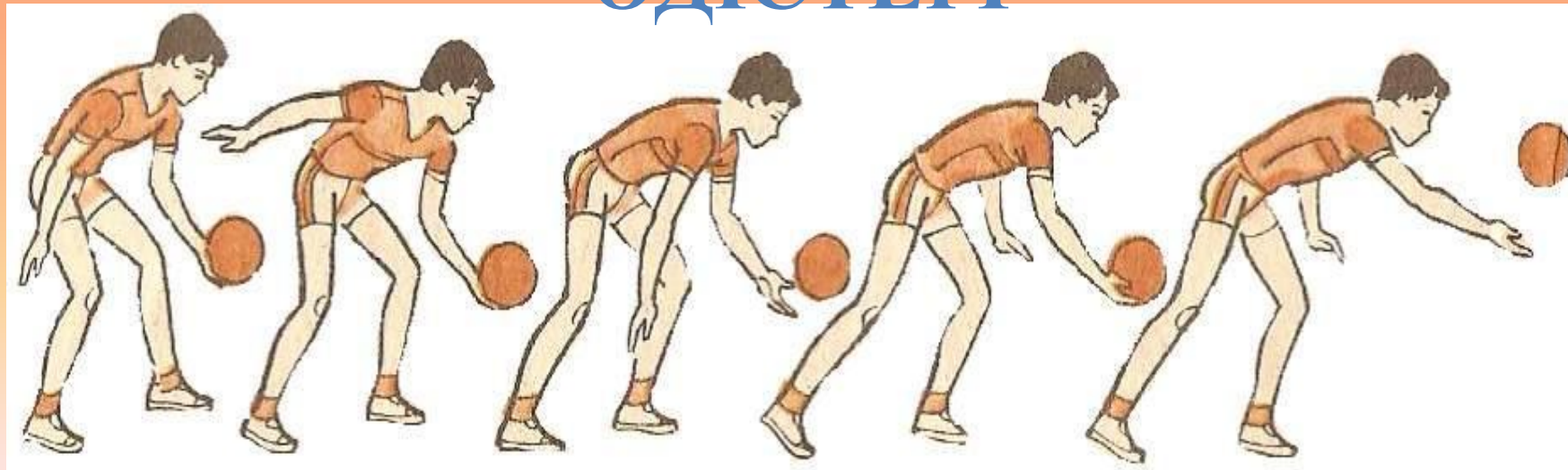
ДОПТЫ ЖОҒАРЫДАН БЕРУ

Допты төменнен қабылдау





ДОПТЫ ОЙЫНҒА ҚОСУ ӘДІСТЕРІ



Допты жоғарыдан беру

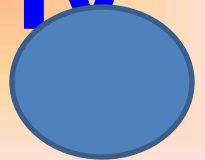


Допты жоғарыдан екі қол артқа беру тәсілі





Допты жоғарыдан екі қолмен артқа құлап алу





Допты жоғарыдан екі қолмен жанға құлап алу

Білімді толықтыру кезеңі



Допты ойынға қосу әдісі



“Дүниетанымызды кеңейту” кезеңі


1. Сидней олимпиадасында алтын медальға қол жеткізген жерлестерімізді атаңыз? 

2. 2004 жылғы Афины Олимпиадасында Қазақстан спортшыларының жеткен жетістіктерін атаңыз? 

3. 1980 жылы Мәскеу Олимпиадасының күміс жүлдегері, Қазақтың бір туар боксшысы кім? 

4. Бекзат Саттарханов Сиднейдегі жеңісін кімге арнады? 

5. “Балқаш Барысы” атанған қазақстандық боксшы кім? 

6. Афины Олимпиадасының чемпионы, “Баркер” кубогінің иегері Бақтияр Артаевтың жаттықтырушысы кім? 

1.Доп пішіні қандай?

№ 1

2.Медаль металдарын атаңыз?

№ 2

3.Рефери сөзінің мағынасы?

№ 3

4.Волейбол сөзі қандай ұғым береді?

№ 4

5.Олимпиада ойындарының авторы кім?

№ 5

6.Ми жұмысына арналған қазақтың ұлттық спорт түрін атаңыз?

№ 6

7.Армрестлинг қандай спорт түрі?

№ 7

8.Шахмат ойынында қанша түрлі фигура болады?

№ 8

9.Әйгілі “стьэндли” кубогі қандай спорт түрінің жеңімпазына беріледі?

№ 9

10. Қазақтың ұлттық ойыны тоғызқұмалақта неше тас, неше отау, неше қазан болады?

№ 10



Деңгейлік тапсырмалар



*1. Ермахан Ыбыраймов,
Бекзат Саттарханов,
Ольга Шишигина*



2. Алтын - Бақтияр
Артаев,



Күміс - Г.Головкин, Г.Лалиев,
Г.Цурцумия, С.Филимонов



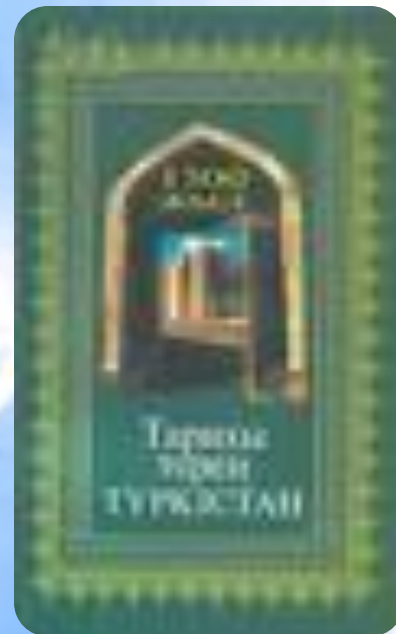
Қола - С.Елеуов, Д.Кар
М.Манукян



3. Серік Қонақбаев



4. Түркістан қаласының 1500 жылдығына



5. Василий Жуков



6. Нұрлан Ақүрпеков



Сәйкестендіру тестісі

Қырық екі шақырым қашықтан
Жүгіріп өтіп машыққан



Допты алып қолға
Дәл түсірген торға



Сенген екеу күшіне
Итерісіп жатады
Кіріп шеңбер ішіне



Күштілер бар небір
Ауыр көтерген ауыр темір



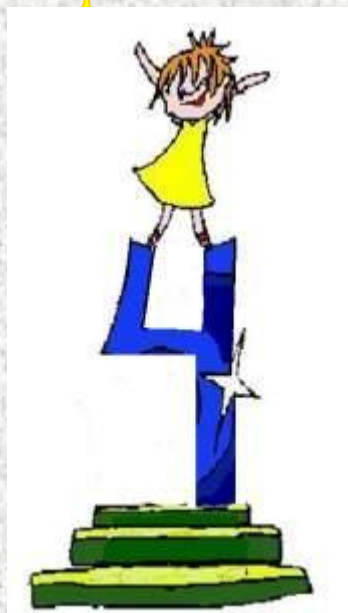
Екі мықты “мен” дескен
Бір –бірмен белдескен



Қолдарымен бір допты
Он екі ойыншы соқты



БАҒАЛАУ



р/с	Аты, тегі	Бағасы
1	Жолекенов Зинелаьдин	
2	Төремұратова Света	
3	Ахметова Марина	
4	Мұқанова Шолпан	
5	Құлетов Тілек	
6	Жармағанбетов Исламбек	
7	Қаймолдин Талғат	
8	Елшібек Нағыметжан	
9	Сейтжанов Исағали	
10	Ізбасқанов Алма	
11	Боранқұлова Гүлнұр	
12	Нұртуғанова Гаухар	
13	Сейтбаева Айнагүл	