

## Тақырыбы № 15

# Спортшының жеке басының ерекшелігінің оқу – жаттығу жұмыстарын жүргізу

---

Дене шынықтыру және спорт кафедрасының аға оқытушысы Уразбаев Марат Төлеуханұлы

# ДӘРІС СҰРАҚТАРЫ:

---

## Жоспар:

- Баскетбол сабақтарының мәні туралы ғылыми-педагогикалық көзқарастар мен оның жалпы білім беретін мектептерде жобалануы
- Оқушылардың баскетбол сабақтарының оқу-тәрбие үдерісіндегі бастапқы кезеңі
- Мектеп оқушыларына баскетбол ойыны техникасының негізгі тәсілдерін қалыптастырудағы технологиялық көзқарас
- Технологиялық көзқарас негізінде оқушыларда баскетбол ойыны техникасының негіздерін қалыптастыру жүйесі.

# Қолданылатын әдебиеттер тізімі:

- Негізгі:
- Тілеуғалиев О. Алматы “Жазушы” Дене тәрбиесі
- Тойжанов С, Құлназаров А. Алматы “Жазушы” Дене тәрбиесі.
- Грасис А.М. Методики подготовки баскетболиста. М., Фис-58
- Зинин А. Детский баскетбол. М., Фис- 1969
- 
- Қосымша:
- Керамикас С.А. Баскетбол. М., Фис- 1961
- Колпаков В. Очерки о советском баскетболе. М., Фис –1960
- Сгункус С.С. И индивидуальный тренеровки баскетболистов. М., Фис-1967
-

# 1. Баскетбол сабақтарының мәні туралы ғылыми-педагогикалық көзқарастар мен оның жалпы білім беретін мектептерде жобалануы

---

## Педагогикалық ұстанымдар:

Жан-жақтылық,

Саналылық;

Белсенділік;

Бірте-бірте жасалатын әрекет;

Қайталамалық;

Көрнекілік;

Жеке даралық.

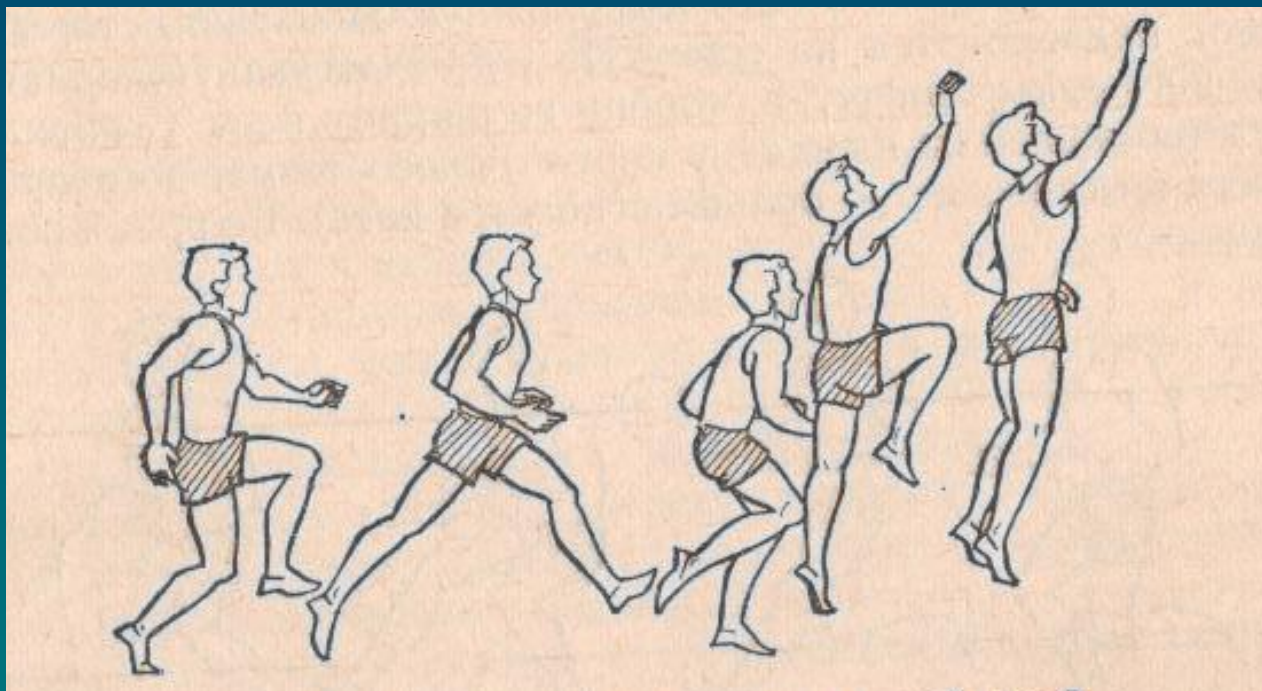
# Оқу үдерісінің үздіксіздігі негізгі үш қағидаларда көрініс тапқан:

---

- а) оқу-тәрбие үдерісі көп жылғы және жыл бойындағы сипатқа ие болуы тиіс;
- ә) сабақ барысында әрбір келесі сабақтың әсері алдыңғы сабақтың ізінше қатпарлы әсер қалдыруы тиіс, себебі жас оқушының ағзасында алдыңғы сабақтардың әсерінен пайда болған жағымды өзгерістер беки түсуі және жетіле түсуі қажет;
- б) демалыс жұмыс қабілетін қалпына келтірудің арта түсуі үшін жеткілікті болуы тиіс.

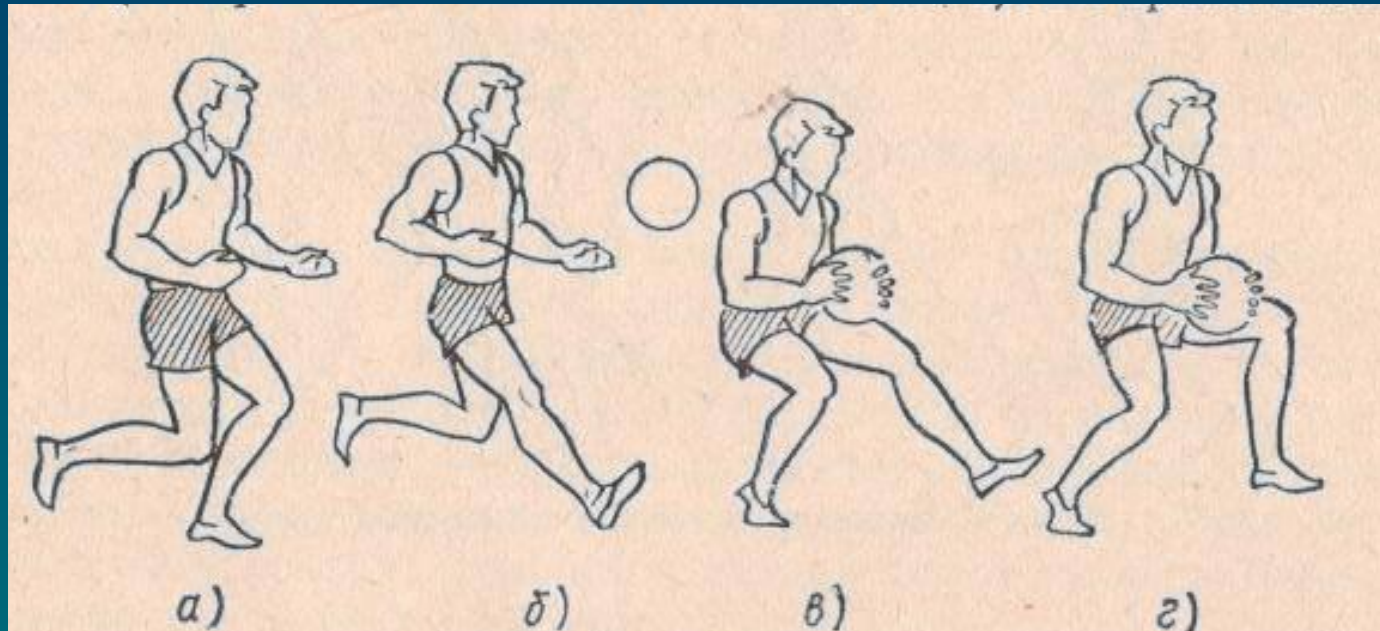
# Баскетбол техникасы

## Қозғалыс техникасы



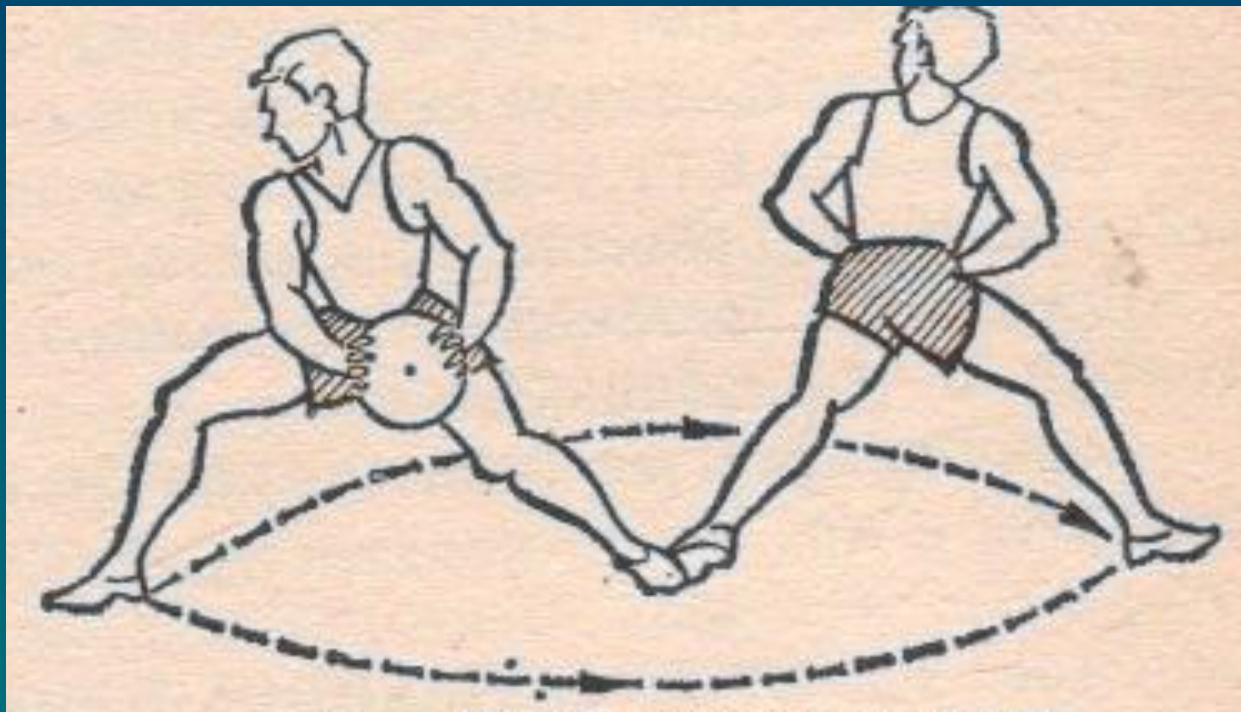
1 сурет. Бір аяқтан жоғарыға секіру

# Қозғалыс техникасы



2 сурет. Тоқтау әдісі

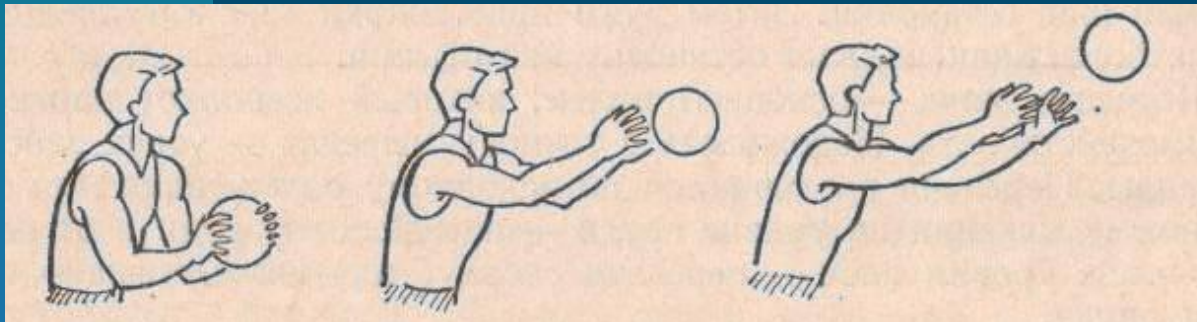
# Бұрылыс



3 сурет. Орынында бұрылу әдісі



# Шабуыл техникасы

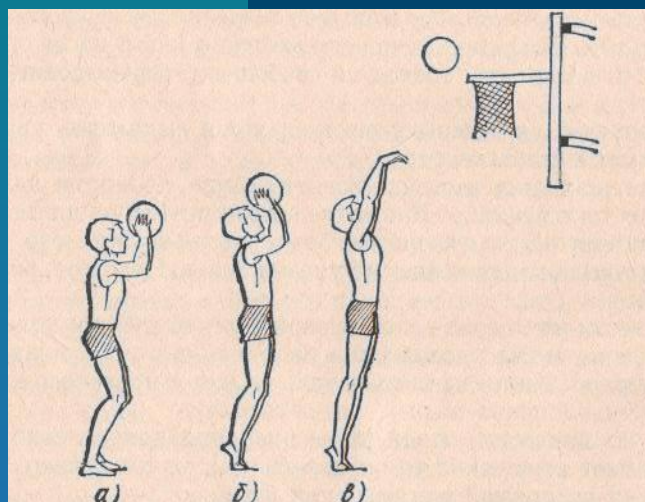


4 сурет. Екі қолмен допты қағып алу әдісі

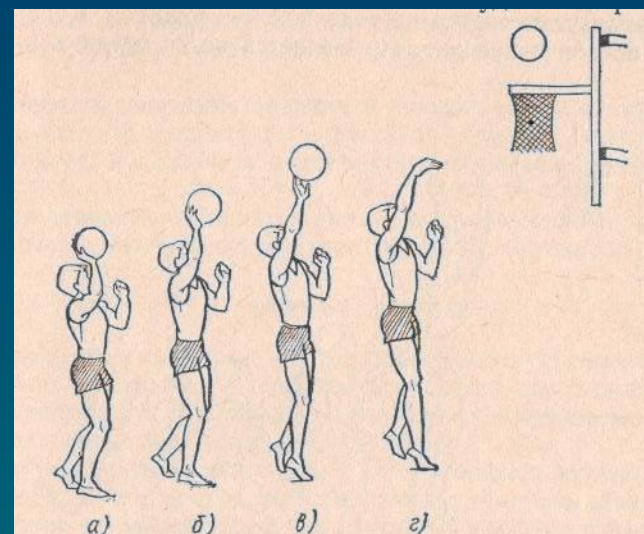


5 сурет. Қозғалыста допты қағып алу және беру

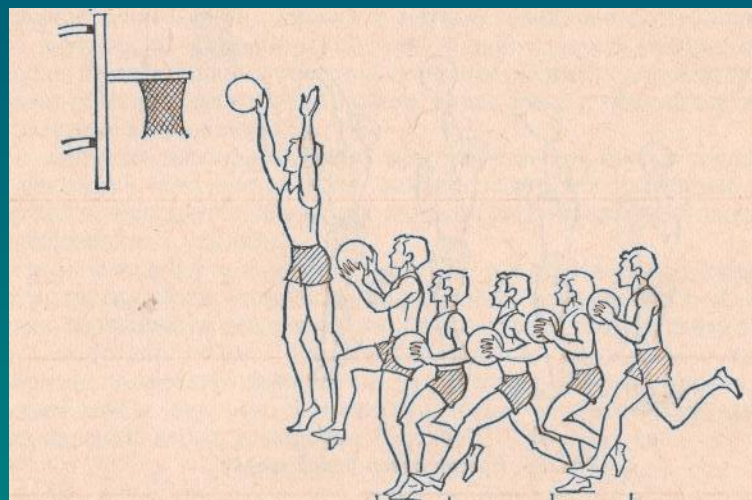
# Лақтыру техникасы



8 сурет. Үстінен бір қолмен қозғалыста допты лақтыру



6 сурет. Үстінен екі қолмен допты лақтыру



7 сурет. Үстінен бір қолмен допты лақтыру

---

## Қимылға үйрету –

бұл білім алу, қозғалыс  
ікемділігін қалыптастыру  
және тиісті дене жағынан  
қалыптасудың қасиеттерін  
тәрбиелеу

---

---

# Мектеп оқушыларына баскетбол ойыны техникасының негізгі тәсілдерін қалыптастырудағы технологиялық көзқарас

1 кесте - **Баскетболға үйретудің бастапқы кезеңіндегі оқу-тәрбие үдерісін ұйымдастыру**

Негізгі міндеттер	Дайындық түрлері	Бөлінген уақыт		
		4 сынып	5 сынып	6 сынып
дене жағынан қалыптасу қасиеттерін тәрбиелеу	теориялық ЖДД	8/1,8	8/1,5	18/3,3
		115/26,3	118/22,1	108/20,0
ойын техникасы тәсіліне үйрету («техника мектебі»), оларды тактикалық әрекетте жетілдіру	СДД	66/15,1	67/12,5	58/10,7
	техникалық	90/20,6	96/17,4	93/17,2
	тактикалық	30/6,8	38/7,1	49/9,1
	ойын	38/8,7	60/11,2	60/11,1
тактикалық әрекеттерге үйрету (жеке және топтық) және оларды ойын кезінде жетілдіру	жарыстар	-	30/5,6	30/5,5
	бақылау сынақтары	-	12/2,2	12/2,2
	медициналық тексеру	-	-	4/0,4
жарыс әрекетіне тарту	спорттық лагерлер	72/16,5	108/20,2	108/20,0
	барлығы:	437	534	540

Ескерту: алымда дайындық түрін жүзеге асыруға кеткен уақыт берілген, ал бөлгіште- осы уақыттың оқудың жалпы уақытындағы үлесі (%).

## 2 кесте - Экспериментті және бақылау сыныптарындағы оқушылардың көрсеткіштеріндегі нәтижелердің динамикасы

Топтар, статистикалық көрсеткіштер											
4 сынып				5 сынып				6 сынып			
S				S				S			
Әсер ету уақыты, мс											
		0,88									
Қозғалатын нысанға әсер ету, қателер %											
		1,29									
Қозғалыстың кеңістікті талдауының дәлдігі, қателер %											
		0,42									
Қозғалыстың уақыттық талдауының дәлдігі, қателер %											
		0,82									
Қозғалыстың күштік талдауының дәлдігі, қателер %											
		3,00									

Ескертулер:

1. Алымда оқушылардың нәтижелері, ал бөлгіште- баскетболмен айналасатын балалардың нәтижелері келтірілді.
2. - дәстүрлі әдістегі сыныптар арасындағы Стьюдент критеріі.
3. - оқушыларды оқытудың 1 және 2, 2 және 3 жыл арасындағы Стьюдент критеріі.

# Әдістемелік шарттар

- оқу үдерісін ұйымдастырғанда көзқарас, зияткерлік және қозғалыс құрылымдарының тұтастығы оны оқу, практикалық, ойын дайындығы және өзіндік жұмыстың инновациялық әдістерінің мазмұнына енгізуді болжамдайды;
- жас баскетболшылардың жан-жақты дамуы үшін қозғалыстың кешенді тапсырмаларын жасау мен қолданудың ғылыми логикасын қадағалау шарттары, дайындық түрлерінің бірлестікті қағидаларына сәйкес келеді;
- сабақта үйрету құралдары мен әдістерін оқушының ағымдағы жағдайына қарай сауатты қолдану

# 3 кесте - Техникалық дайындықтың бастапқы кезеңіндегі оқушы-баскетболшының үйрену әрекетінің нормативті құрылымы

Мақсатты айқындау	Жобалау	Жоспарлау	Орындау
допты қағып алу	1 жоба	1 жоспар	нәтиже 1
допты шығыршыққа тастау	2 жоба	2 жоспар	нәтиже 2
допты беру	3 жоба	3 жоспар	нәтиже 3
допты алып жүру	4 жоба	4 жоспар	нәтиже 4



# I. Алдын ала дайындық кезеңі

Міндеттерді шешеді:

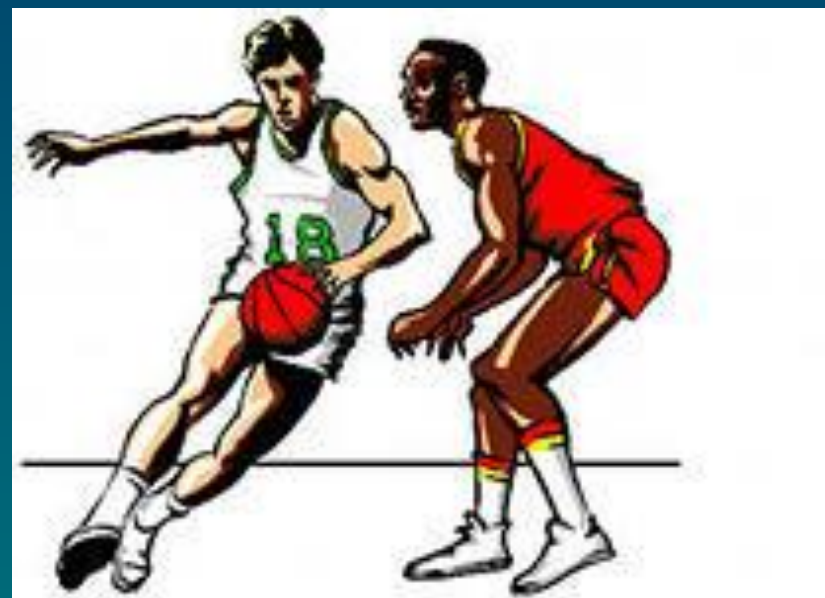
- Жалпы физикалық дайындық ,
- Баскетболдан базалық білім, ілік, дағдыларды меңгеру
- Спортпен айналысуға қызығушылығын арттыру
- (ұзақтығы 3 жыл)



## II. Баскетболға үйретудің бастапқы кезеңі

Міндеттерді шешеді:

- Спорттық техниканы меңгеру,
- Келесі кезеңдердің іске асырылуына жағдай құру,
- ұзақтығы 2 жыл



## III. Баскетболдан тереңдетілген дайындық кезеңі

Міндеттерді шешеді:

- Спортшының техникалық және тактикалық шеберлігін жетілдіру
- Төзімділік сапасын тәрбиелеу,
- ұзақтығы 2 – 3 жыл



# IV. Спорттық жетілу кезеңі

Міндеттерді шешеді:

- Жарыстарға қатысуға дайындық ,
- Баскетболдан алғашқы жоғарғы спорттық нәтиже көрсету (спорт шебері нормативі),
- ұзақтығы 2 – 3 жыл



# Ү. Жоғарғы жетістіктер кезеңі

Міндеттерді шешеді:

- Спортшының баскетболдағы барлық мүмкіндіктерді іске асыру,
- ұзақтығы 4 – 12 жыл



# ҮІ. Жетістіктерді сақтау кезеңі

---

Міндеттерді шешеді:

Белгілі бір деңгейде  
спорттық карьераны  
ұзарту



# ҮІІ. Жаттықырылғандықты қалыпта ұстау кезеңі

Міндеттерді шешеді:

Ұзақ өмір сүру,  
спортшы-  
ардагердің  
денсаулығын  
сақтау



---

Назарларыңызға рахмет!