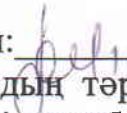


Келісемін: 
Директордың тәрбие ісі
Жөніндегі орынбасары
Кибат Т.
«02» 09 2024 ж.

Бекітемін: 
Мектеп директоры
Е.С.Куспанов
«02» 09 2024 ж.



В.И.Пацаев атындағы №2 Алға орта мектебі

Секция

«Баскетбол»

Дене шынықтыру пәні мұғалімі: Қалабаев С.А.

2024-2025 оқу жылы

КІРІСПЕ

Баскетбол ағылшын тілінен аударғанда «basket» себет және «ball» доп деген сөзді білдіреді. Баскетбол командалық спорттық ойын, оның мақсаты қарсыластың торын қолмен доп түсіру, сонымен қатар қарсылас команда допты салдырмау әрекетін жасайды.

Орталық Американың ежелгі халықтарының доп ойынының көрінісі салынған сурет тапқаннан кейін белгілі болды. Бұл суретті көріністің қазіргі кездегі баскетболға ұқсастығы болған және Юкатан түбегінен төрт бұрышты алаң табылған. Алаңды қоршаған таста соғылған қабырғаның ортасында қарама-қарсы төрілген.

Сонымен қатар 1603ж Дитрих Брустың салынған суретінде де қазіргі баскетболға ұқсастығы болған.

1818жылы Фата энциклопедиясында Флориада тұрғындарының ойыны жазылған, онда бағанаға ілінген торға допты көздегені тұр.

1891ж Джеймс Нейсмит 1-ші рет ойының негізгі принциптерін құрастырды олар осы күнге дейін маңызын сақтады.

Қазіргі заман техникасы-ол күрестің формасы мен әдісінің тарихы даму қорытындысы. Уақыт өте келе, тәсілдердің саны да өзгерді. Әр бір тарихи уақыт кесіндісі көп деген ұтымды тәсілдерді ұсынды. Сондықтан, қазіргі заман әдістерінің керекті арсеналын білуі қажет және қазіргі заманғы ең тиімді әдістердің бастысын анықтайтын ойының даму тенденция арсеналын білуі қажет.

Жіктеу-ол белгідегі барлық әдістер мен тәсілдер бөлім мен топ бойынша танықталған белгі негізінде топтастыру.

Техника-ол ойынның тәсілі, ойыншылардың қорғаны мен шабуылда нәтижені әрекеттерін қамтамасыздандырып, команда ішінде ойыншылардың бірігіп әрекеттесуі мен қарсылық көрсетіп ұйымдастырады. Қазіргі заман техникасы-ол күрестің формасымен әдісінің тарихи даму қорытындысы. Уақыт өте келе, тәсілдердің саны да өзгерді.

Ойынның белсенді түрде дамуы қазіргі заман техникасының алуан түрлілігіне алып келеді. Ол ашық көрсетілген динамикалық шабуылын сипаты жай және рационалды, ауыспалы жылдамдық пен шапшаңдық, тиімділік пен дәлдікпен үйлестіреді.

Қазіргі уақытта белгілі бір шарадағы тактика әдістердің дұрыс орындалуы сипатын анықтайды, соның арқасында қозғалыста түрлі жағыдайдағы ойыншылардың өзіндік бір ерекшеліктері пайда болып тұруы керек.

Баскетболдың даму тарихы.

Әр түрлі қимылдарды түрлі қарқында, бағытта, түрлі жылдамдықпен орындай отырып, адам ағза жүйесінде және ішкі құрлыстарына жақсы әсер алады.

Адам ойын үрдісі кезінде жоғары эмоционалды жүктелген және үлкен қуанышқа бөленіп, қанағат алады. Дене тәрбиесі жүйесінде баскетбол ойынының маңызы зор.

Балалар және үлкендер қажетті дағдыларды иемден отырып, өз бетінше үнемі дене шынықтыруды жетілдіруге, денсаулықты сақтауға, көңіл көтеруге және ұзақ өмір сүруге мүмкіндік бар. Баскетбол ойынымен балалар 9-10 жасынан бастап айналысуына болады (өз жастарына лайықты құрал жабдықтарды қолдана отырып)

Баскетболдың шығу тарихы

Орталық Американың ежелгі халықтарының доп ойынының көрінісі салынған сурет тапқаннан кейін белгілі болды. Бұл суретті көрінісінің қазіргі кездегі баскетболға ұқсастығы болған және Юкатан түбегінен төр бұрышты алаң табылған алаңды қоршаған тастан соғылған қабырғаның ортасында қарама-қарсы тро ілінген.

Майя және кейінірек ацтек құдайшыларды бұл ойынды өз тілінде «Пок-то-пок» деп атаған. Бұл ойын үнемі құдайдың құрметіне арнаған мейрамдарда өткізілген. Доп резеңкеден жасалған, ішіне шөппен толтырылған допты қарсыласының торына түсіру қажет болған.

Сонымен қатар 1603 жылы Дитрих Брусьтың салған суретінде де қазіргі баскетболға ұқсастығы болған. 1818 жылы Фата энциклопедиясында Флорияда тұрғындарының ойыны жазылған, онда бағанаға ілінген торға допты көздегені туралы жазылған.

1891 ж Джеймс Нейсмит 1-ші рет ойынның негізгі принциптерін құрастырды, олар осы күнге дейін маңызын сақтады.

Бұл принциптері төмендегідей:

- Қолмен доп ойнауға болады, бірақ допты ұстап жүгіруге болмайды;
- Екі команданың барлық ойыншылары қай уақытта, қандай қалыпта болсын допты ұстай алады.
- Екі команда да алаңның бір бөлігінде бола алады;
- Ойыншылар бір-бірінің денесіне қай жері болмасын тиісуге болмайды.
- Допты тастайтын орын көлденең жерде және белгілі бір биіктікте орналасқан.

Баскетбол ойыны өте жылдам тарай бастады және бұл ойынды дүние жүзінің түкпір-түкпірінде ойнай бастады. 1-ші халықаралық кездесу 1919 ж АҚШ, Италия, Франция елдер армиясының командаларының турнирінде болды. 1923 ж Франция, Италия, Чехословияның әйелдер командасының турнирі өтті.



*Баскетбол лигасы 5 - 6 сынып оқушылары
Алға ауданында жүлделі бірінші орын*



*Ақтөбе облысы лигасы
жүлделі 3 орын*



*Алға қаласы лигасы
жүлделі 1 орын*



Жолтқызу сәтіміз



№	Өтілетін сабақ тақырыбы	Сағат саны	Өтілетін мерзімі
1	Баскетбол сабағында техника қауіпсіздік ережелері	1	03.09
2	Баскетбол тарихы	1	05.09
3-4	Орында тұрып допты жерге соғу оң және сол қолмен (дриблинг)	2	08.09 10.09
5-6	Орында тұрып допты жерге соғу және екі қолмен төстен серігіне беру және қабылдау	2	12.09 15.09
7-8	Допты сол және оң қолмен жерге соғып алып жүру	2	17.09 19.09
9-10	Допты сол және оң қолмен жерге соғып алып жүру, тоқтау және серігіне допты төстен екі қолмен беру	2	22.09 24.09
11-12	Айып добын салу	2	26.09 29.09
13-14	Допты алып жүру тоқтау, себетке салу. (сол және оң қолмен)	2	01.10 03.10
15-16	Допты алып жүру екі қадам жасап себетке салу	2	06.10 08.10
17-18	Допты кедергілерден алып жүру (сол және оң қолмен)	2	10.10 13.10
19-20	Допты кедергілерден алып жүру (сол және оң қолмен) тоқтау себетке салу	2	15.10 17.10
21-22	Допты кедергілерден алып жүру (сол және оң қолмен) екі қадам жасап себетке салу	2	20.10 22.10
23-24	Дриблинг доппен жаттығу, кедергілерден алып жүру сол және оң қолмен	2	24.10 03.11
25-26	Әр-түрлі арақашықтан допты себетке салу	2	05.11 07.11
27-28	Қорғаныс және шабуыл тактикаларын үйрену	2	10.11 12.11
29-30	Допты серігіне беру (оң және сол қолмен жоғарыдан, төстен, жерден)	2	14.11 17.11
31-32	Баскетбол ойын ережесін түсіндіру және жеңілдетілген ереже бойынша ойнау	2	19.11 21.11
33-34	Қорғаныс және шабуыл тактикаларын үйрену	2	24.11 26.11
35-36	Шабулдау, сегіздік комбинациясын орындау	2	28.11 01.12
37-38	Қорғаныста жеке ойыншымен ойнау	2	03.12 05.12
39-40	Қозғалмалы ойындар, баскетбол ойын элементтері	2	08.12 10.12
41-42	Дриблинг, доппен жаттығу кедергілерден алып жүру сол және оң қолмен	2	12.12 15.12
43-44	Оқушылардың физикалық деңгейін дамытуға арналған жаттығулар, айып добын салу	2	17.12 19.12
45-46	Әр-түрлі арақашықтан допты себетке салу	2	22.12 24.12
47-48	Қорғаныс және шабуыл тактикаларын үйрену	2	26.12 29.12
49-50	Шабулдау, сегіздік комбинациясын орындау	2	12.01 14.01

51-52	Қорғаныста және ойыншымен ойнау	2	16.01 19.01
53-54	Шабулдау, сегіздік комбинациясын орындау	2	21.01 23.01
55-56	Қорғаныста жеке ойыншымен ойнау	2	25.01
57-58	Қорғаныста жеке ойыншымен ойнау	2	28.01 30.01
59-60	Айып добын себетке салу, және секіріп қағып алу	2	02.02 04.02
61-62	Жұп болып орындалатын жаттығулар, допты беру және қабылдау екі қадам жасап себетке салу	2	06.02 09.02
63-64	Шабуыл, серігіне жол ашу және бос жер таңдау	2	11.02 13.02
65-66	Жеңілдетілген ереже бойынша баскетбол ойнау	2	16.02 18.02
67-68	Допты серігіне беру (оң және сол қолмен жоғарыдан, төстен, жерден)2		
69-70	Қорғаныс және шабуыл тактикаларын үйрену	2	20.02 23.02
71-72	Шабулдау, сегіздік комбинациясын орындау	2	25.02 27.02
73-74	Қорғаныста жеке ойыншымен ойнау	2	02.03
75-76	Айып добын себетке салу, және секіріп қағып алу	2	04.03 06.03 11.03
77-78	Жұп болып орындалатын жаттығулар, допты беру және қабылдау екі қадам жасап себетке салу	2	13.03 16.03
79-80	Қарсылас ойыншыдан допты алып өту және серігіне беру	2	18.03 30.03
81-82	Жеңілдетілген ереже бойынша баскетбол ойнау	2	04.04 03.04
83-84	Дриблинг, доппен жаттығу кедергілерден алып жүру сол және оң қолмен	2	06.04 08.04
85-86	Жұп болып орындалатын жаттығулар, допты беру және қабылдау екі қадам жасап себетке салу	2	10.04 13.04
87-88	Қорғаныста жеке ойыншымен ойнау	2	15.04 17.04
89-90	Шабуыл, серігіне жол ашу және бос жер таңдау	2	20.04 22.04
91-92	Допты серігіне беру (оң және сол қолмен жоғарыдан, төстен, жерден)	2	24.04 24.04
93-94	Қорғаныс және шабуыл тактикаларын үйрену	2	29.04 04.05
95-96	Айып добын себетке салу, және секіріп қағып алу	2	06.05 08.05
97-98	Қорғаныс және шабуыл тактикаларын үйрену	2	13.05 15.05
99-100	Ереже бойынша баскетбол ойнау	2	18.05 20.05
101-102	Ереже бойынша баскетбол ойнау	2	22.05 25.05



МАДАҚТАМА

8,9,10,11 СЫНЫП ЖАСӨСПІРІМДЕРІ МЕН ҚЫЗДАРЫ
ЖӘНЕ ОСЫ ЖАСТАҒЫ АИТК СТУДЕНТТЕРІ АРАСЫНДА

БАСКЕТБОЛДАН

А.МИСЛАВСКИЙ АТЫНДАҒЫ
АШЫҚ АУДАНДЫҚ ТУРНИРДЕ

I ОРЫНДЫ

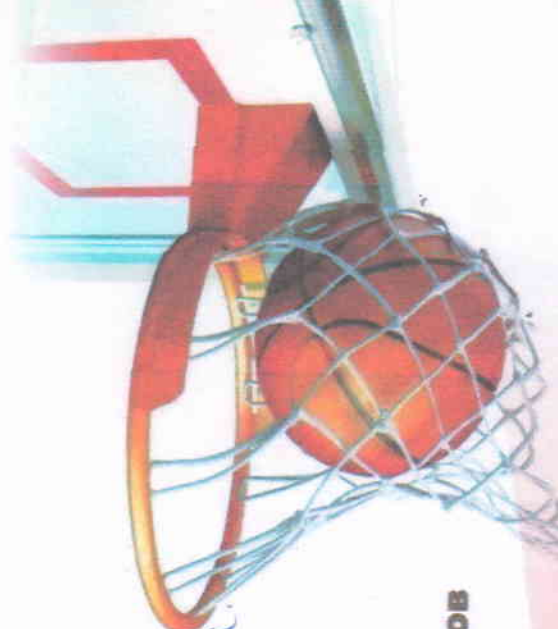
иеленген

Б.У.Тыңаев, аманжолы Б.Ж. орта
мектебі

марапатталады

Алға ауданының әкімі

Н.Ержанов





МАДАҚТАМА

ҰЛТТЫҚ МЕКТЕП ЛИГАСЫ
АЯСЫНДА БАСКЕТБОЛДАН

«АЛТЫН ДОП»

9-11 СЫНЫП ЖАСӨСПІРІМДЕРІ АРАСЫНДА
АУДАНЫҚ ІРІКТЕУ ТУРНИРІНДЕ

I ОРЫНДЫ

исленген

На Аяға орта мектебі

марапатталады



«Ақтөбе облыстық білім басқармасының
Алға ауданының білім бөлімі» ММ басшысының

Г.Буркиталина

Алға қаласы, 2024 жыл