



ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ ОҚУ-АҒАРТУ МИНИСТРЛІГІ
«ҰЛТТЫҚ ҒЫЛЫМИ-ПРАКТИКАЛЫҚ ДЕНЕ ТӘРБИЕСІ ОРТАЛЫҒЫ» РМҚК
РГКП «НАЦИОНАЛЬНЫЙ НАУЧНО - ПРАКТИЧЕСКИЙ ЦЕНТР ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЫ»
МИНИСТЕРСТВА ПРОСВЕЩЕНИЯ РЕСПУБЛИКИ КАЗАХСТАН

**«Дене шынықтыру мұғалімінің кәсіби құзыреттілігі мен тәжірибесін жетілдіру»
біліктілікті арттыру курсы**

**Курсы повышения квалификации: «Развитие профессиональных компетенций и
навыков учителя физической культуры»**

*Білім беру сапасын арттыру контексінде оқытудың мазмұны мен әдістерін
жетілдіру, дене шынықтыруды оқытудың заманауи технологиялары модулі*

**Жоба тақырыбы: Волейбол допты
ойынға қосу түрлері**

Жоба жетекшісі: Аманбек Алмаз Әділжатұлы
«Жамбыл облысы әкімдігінің бәләм басқармасы Қордай
ауданы білім бөлімінің №3 Абай Құнанбаев атындағы орта
мектебі» дене шынықтыру пәні мұғалімі



Мұғалімнің аты-жөні: Аманбек Алмаз Әділжатұлы

**Мекен-жайы: Қордай ауданы, Қордай ауылы,
Елімай көшесі №120 үй.**

Жұмыс орны: №3 Абай Құнанбаев атындағы орта мектебі

Тұған жылы айы: 14.10.1997 ж.

Тұған жері: Қордай ауданы, Жаңа тұрмыс ауылы.

Ұлты: Қазақ , Жынысы: Ер

Отбасылық жағдайы: Үйленген, 2 балалы

Білімі: жоғары

**Бітірген оқу орны: Тараз инновациялық-гуманитарлық
университеті, 2020 ж.**

Диплом бойынша мамандығы: Дене шынықтыру және спорт

Жұмыс орны: №3 Абай Құнанбаев атындағы орта мектебі

Еңбек өтілі: 7 жыл

► **Бөлім:** Әлеуметтік дағдылар және мәселелерді командалық іс-әрекеттерде шешу

► **Оқу бағдарламасына сәйкес оқыту мақсаттары:** 9.1.2.1 қимыл-қозғалыс Комбинацияларын жіне олардың кейбәр дене жаттығуларын реттілігін Жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу

Сабақтың мақсаты:

1. Волейбол ойындарының ережелерін үйренеді
2. Волейбол ойындарын үйрету барысында оқушыларды икемділікке, ептілікке, шапшаңдық секілді дене сапаларын дамытады
3. Ойын кезіндегі қозғалыс үйлесімділігін дамытуға талпынады

Бағалау критерийі:

1. Допты ойынға қоса алады.
2. Қарсыласқа допты бере алады.

Сабақтың басы (10 минут)

Оқушыларды сапқа тұрғызу. Сәлемдесу. Рапорт қабылдау. Оқушылардың спорттық киімдеріне назар аудару. Сабақтың тақырыбы мен және мақсаты мен таныстыру. Техника қауіпсіздігін ескерту.

► Саптық жаттығулар:

- -оңға, солға бұрылу
- -артқа айналу
- -секіріс пен артқа айналу

▶ **Жүру жаттығулары:**

- ▶ -қол жоғары аяқ ұшымен,
- ▶ -қол желкеде өкшемен,
- ▶ -қол белде аяқтың ішкі және сыртқы жағымен жүру
- ▶ -жартылай отырып, толық отырып жүру

▶ **Дем алу жаттығулары:**

- ▶ -1-2 қолды жоғары көтере демді ішке тарту, 3-4 еңкейіп тоқтап демді сыртқа шығару

▶ **Біртіндеп жүгіріске көш**

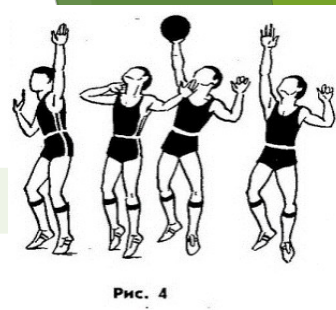
- ▶ -саппен 3-4минут жүгіру

▶ **Жүгіру жаттығулары:**

- ▶ -оң қапталмен қолды алдыға айналдыру
- ▶ -сол қапталмен қолды артқа айналдыру
- ▶ -артпен сол иықтан карап
- ▶ -қол желкеде аяқтыартқа қайшылау,қол белде аяқты артқа қайшылау
- ▶ -аяқты алға созып жартылай отырып денені оңға және солға бұру

ҚБ «басбармақ» әдісі арқылы бағалаймын

► **Сабақтың ортасы(25 минут)**



Білім алушылар «1-2» санау арқылы топқа бөлемін

1 топқа – тапсырма:

Волейбол добын қабырғаға допты ойынға қосуды жетілдіру үшін төменнен қосу жаттығуларын орындайды.

2 топқа – тапсырма:

► Волейбол добын қабырғаға допты ойынға қосуды жетілдіру үшін жоғарыдан қосу жаттығуларын орындайды.

Дескриптор:

- доппен жеке жұмыс жасайды;
- допты ойынға қосу тактикасын, стратегиясын көрсетеді;
- композициялық идеяларын анықтайды.

ҚБ

«Басбармақ» әдісі арқылы бағалаймын

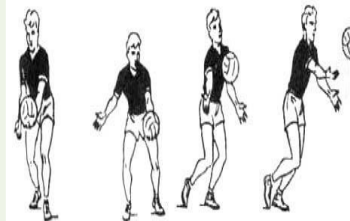
2-тапсырма

1 топқа – тапсырма:

Деңгейі жоғары оқушылар допты жоғарыдан ойынға қосу арқылы тордан асырады.

2 топқа – тапсырма:

Деңгейі орташа оқушылар допты төменнен ойынға қосу арқылы тордан асырады



Дескриптор:

- 1.Допты жоғарыдан ойынға қосу арқылы тордан асырады.
- 2.Допты төменнен ойынға қосу арқылы тордан асырады

ҚБ

«Басбармақ» әдісі арқылы бағалаймын

- ▶ **Сабақтың соңы(10 минут)**
- ▶ **«Алтын доп» әдісі.**
- ▶ **Оқушылар шеңбер құру арқылы алтын допты көршілеріне бере отырып, бүгінгі сабақтан алған білімдері мен ойларын қорытындылайды сабақтағы іс-әрекеттерге кері байланыс береді**

