

Қаралды: \_\_\_\_\_  
мектепшілік №1  
ӘБ отырысында қаралды  
«02» \_\_\_\_\_ 09 \_\_\_\_\_ 2022ж

№1 педагогикалық  
кеңестің отырысында  
кабылданды \_\_\_\_\_  
«02» \_\_\_\_\_ 09 \_\_\_\_\_ 2022ж



\_\_\_\_\_ директоры: Исатаева Б.Г.  
«02» \_\_\_\_\_ 09 \_\_\_\_\_ 2022ж

**«Еркіншілік ауылының жалпы орта білім беретін мектебі»КММ**  
**«Волейбол» спорт секциясының жұмыс бағдарламасы**  
**2022-2023 оқу жылы**  
Құрастырушы «Волейбол» секциясының жетекшісі –Сулейменов Д.Ж

«Волейбол» үйірмесінің жоспары

№	Өтілетін сабақтың тақырыбы	Сағат саны	Өтілетін мерзімі	
1	Техника қауіпсіздік ережесі	2 сағат	05.09	09.09
2	Волейбол ойынының тарихы	2 сағат	12.09	16.09
3	Ойынның негізгі ережелері	2 сағат	19.09	23.09
4	Ойын алаңында тұру	2 сағат	26.09	30.09
5	Ойын алаңында орын ауыстыру	2 сағат	03.10	07.10
6	Тіркемелі адым	2 сағат	10.10	14.10
7	Косарланған адым	2 сағат	17.10	21.10
8	Жүгіру	2 сағат	24.10	28.10
9	Секіру	2 сағат	07.11	11.11
10	Орынды кенет өзгерту	2 сағат	14.11	18.11
11	Құлау	2 сағат	21.11	25.11
12	Ықшамдалған ережемен волейбол ойнау	2 сағат	28.11	02.12
13	Допты жоғарыдан беру	2 сағат	05.12	09.12
14	Допты төменнен беру	2 сағат	12.12	16.12
15	Допты жоғарыдан екі қолмен қабылдау	2 сағат	19.12	23.12
16	Допты екі қолмен төмен қабылдау	2 сағат	26.12	09.01
17	Шабулдау	2 сағат	13.01	16.01
18	Тосқауыл қою	2 сағат	20.01	23.01
19	Ойын тактикасының элементтерін жетілдіру	2 сағат	27.01	30.01
20	Алаңда аусу	2 сағат	05.02	08.02
21	Ықшамдалған ережемен волейбол ойнау	2 сағат	10.02	13.02
22	Допты ойынға қосу	2 сағат	17.02	20.02
23	Допты қабылдау	2 сағат	24.02	27.02
24	Допты жоғарыдан екі қолмен қабылдау	2 сағат	05.03	08.03
25	Допты екі қолмен төмен қабылдау	2 сағат	10.03	13.03
26	Шабулдау соққыларын орындау тәсілдері	2 сағат	17.03	20.03
27	Арнайы дене жаттығулары	2 сағат	31.03	03.04
28	Допты тура жоғарлата қосу	2 сағат	07.04	10.04
29	Допты екі қолмен жоғарыдан беру	2 сағат	14.04	17.04
30	Допты екі қолмен төменнен беру	2 сағат	21.04	24.04
31	Шабуыл мен қорғаныс	2 сағат	28.04	05.05
32	Тосқауыл қою элементтері	2 сағат	08.05	11.05
33	Екпін алу, секіру	2 сағат	15.05	18.05
34	Ықшамдалған ережемен волейбол ойнау	2 сағат	22.05	26.05