

«З.О.Баймырзаев атындағы ЖББМ» КММ

«Ала доп» футбол үйірмесінің жоспары

Д/ш мұғалімі: _____ **Қ.Түркістанов**

2025-2026 оқу жылы



«З.О.Баймырзаев атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ-сінің дене шынықтыру сабағы бойынша үйірме жұмысының жоспары

«АЛАДОП»

2025-2026 оқу жылы

№	Өтілетін сабақтың тақырыбы	Уақыты	Сағат саны
1	Қауіпсіздік ережелерімен таныстару		
2	Футбол ойынының шығу тарихы, ойын ережелері		
3	Футбол ойынындағы техника қауіпсіздігі		
4	Жүгіру жаттығулары		
5	Ойыншының алаңдағы тұрысы және орын ауыстыруы		
6	Допты алып жүру		
7	Допты тебу әдістері		
8	Ойында қозғалыссыз және домалап келе жатқан допты тебу әдістері		
9	Допты баспен ұру әдістері		
10	Допты аяқ ұшымен тебу		
11	Допты аяқтың ішкі бетімен тебу		
12	Допты тоқтату әдістері		
13	Алаңда командаласына пас беру әдістері		
14	Алаңда кедергілер арасымен допты алып жүру әдістері		
15	Ережеге сай ойын өткізу		
16	Ауттан допты қосу әдістері		
17	Ұзақ қашықтыққа жүгіру, физикалық дайындық, жүгіру, секіру, кедергілерден өту		
18	Доппен қарсыластың ойыншысын алдап өту әдістері		
19	Допты қарсылас ойыншыдан тартып алу тәсілдері		
20	Шабуылдау тәсілі		
21	Шабуылшының міндеті		
22	Топпен шабуылдау тәсілдері		
23	Қақпашының ойын ережелері		
24	Қақпаға соғылған допты қағып алу		
25	Қақпаға соғылған допты сыртқа ұрып жіберу		
26	Қақпаға соғылған допты бағаннан асырып жіберу		
27	Ойын тәсілдерін тез менгеру жаттығулары		
28	Допты ойынға қосу		
29	Ойынның негізгі ережелері		
30	Айып добын тебу әдістері		
31	Аз құраммен шабуылдау әдістері		
32	Аз құраммен қорғану әдістері		
33	Оқу жаттығу ойындары		
34	Қорғану әдістері		

«З.О.Баймырзаев атындағы жалпы білім беретін мектеп» КММ

«Ала доп» футбол үйірмесіне қатысатын оқушылар тізімі

№	Аты-жөні	Сынып	Мұғалім
1	Аманжол Қасым	4 сынып	Түркістанов Қ
2	Қуанша Алдияр	4 сынып	
3	Сатыбалды Сабыржан	4 сынып	
4	Ержанұлы Нұрғиса	4 сынып	
5	Әбу Ясин	4 сынып	
6	Ибрайұлы Нұрсұлтан	4 сынып	
7	Исабек Ақжол	3 сынып	
8	Саятұлы Мүсілім	3 сынып	
9	Таңатұлы Қанағат	3 сынып	
10	Туребай Заңғар	3 сынып	
11	Бақытжанұлы Қолқанат	3 сынып	
12	Сағындық Рамазан	3 сынып	

2025-2026 оқу жылы