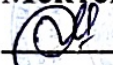


«Бекітемін»

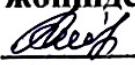
Мектеп директоры

 Ж.Т.Жанайдаров

«31» 08 2023жыл

«Келісемін»

Директордың тәрбие ісі
жөніндегі орынбасары

 А.Е.Шамова

«29» 08 2023жыл



2023-2024 оқу жылына арналған
«Волейбол» секциясының
ЖҰМЫС ЖОСПАРЫ

Жетекшісі: Ш.М.Жәутіков

Ақтөбе қаласы

**2023-2024 оқу жылына арналған волейбол спорттық
Секциясының жұмыс жоспары.**

№	Тақырыптың мазмұны	Сағат саны	Өтетін күні
1	Теориялық сабақ	1	02.09.2023
2	Волейбол ойынның негізгі ережелері	1	06. 09.
3	Ойын алаңында тұру және орын ауыстыру әдісі	1	09. 09.
4	Допты екі қолмен жоғарыдан беру	1	13. 09.
5	Допты екі қолмен төменнен беру	1	16. 09
6	Допты бір-біріне төменнен және жоғарыдан беру әдістері	1	20. 09
7	Игерілген әдістермен қозғалыс әрекеті	1	23. 09
8	Жалпы дамыту жаттығулары	1	27. 09
9	Допты төменнен бір қолмен соғу, тордан асыру	1	30. 09.
10	Допты жоғарыдан бір қолмен соғу	1	04. 10
11	Екі жақты ойын	1	07. 10.
12	Шабуылшының техникасы	1	11. 10.
13	Торға адым жасап қос аяқпен секіру	1	14. 10
14	Шабуылдап допты соғып, тордан асыру	1	18. 10
15	Шабуылдап допты соғып, алаңға түсіру	1	21. 10
16	Көтерілген допты әр нүктеден ұру	1	28. 10

17	Екінші зоналық сызықты баспай, көтерілген допты шабуылдай соғу	1	01.11
18	Екі жақты ойын	1	04.11
19	Кросс жүгіру	1	08.11
20	Тор алдындағы тосқауыл қою әрекеті	1	11.11
21	Бір ойыншымен тосқауыл қою	1	15.11
22	Екі ойыншымен тосқауыл қою	1	18.11
23	Үш ойыншымен тосқауыл қою	1	22.11
24	Жылдамдыққа дамыту	1	25.11
25	Қозғалмалы ойыны	1	29.11
26	Үшінші зоналық ойыншының ойыны	1	02.12
27	Шабуылшыға допты дәл көтеру	1	06.12
28	Нығыздалған доптармен жаттығу	1	09.12
29	Қорғаушының ойыны	1	13.12
30	Жоғарыдан және төменнен допты ойыншыға жеткізу	1	16.12
31	Жалпы дамыту жаттығулары	1	20.12
32	Секіріп келіп допты соғып ойынға қосу	1	23.12
33	Төменнен және жоғарыдан допты ойынға қосуды қайталау	1	27.12
34	Алға қарай құлаштап секіріп бір қолмен допты қабылдау әдісін жетілдіру жаттығулары	1	30.12
35	Шабуылшының ойыны	1	03.01

			06. 01
36	Әр түрлі көтерілген бағыттағы допты соғу және алаңға түсіру	1	10. 01
37	Жолдастық кездесу ойыны	1	13. 01
38	Екі жақты ойын	1	17. 01

№	Тақырыптың мазмұны	Сағат саны	Өтетін күні
39	Теориялық сабақ. Екі жақты ойын	1	20. 01
40	Волейбол ойынның негізгі ережелері және төрешілік ету	1	24. 01
41	Ойын алаңында әртүрлі құлау әдістері	1	27. 01
42	Допты екі қолмен жоғарыдан беру тәсілдерін жетілдіру	1	31. 01
43	Допты екі қолмен төменнен беру тәсілдерін қайталау	1	03. 02
44	Допты бір-біріне төменнен және жоғарыдан беру әдістері	1	07. 02
45	Жолдастық кездесу, екі жақты ойын.	1	10. 02
46	Шабуылдап допты соғып, тордан асыруды жетілдіру	1	14. 02
47	Шабуылдап допты соғып, алаңға түсіруді жетілдіру	1	17. 02
48	Әртүрлі қозғалыста қорғаушының ойыны	1	21. 02
49	Жоғарыдан және төменнен допты ойыншыға көтеру	1	24. 02
50	Жалпы дамыту жаттығулары, күш жаттығулары	1	28. 02
51	Үшінші зоналық ойыншының ойыны	1	02. 03
52	Допты төменнен бір қолмен соғу, тордан асыру	1	13. 03
53	Допты жоғарыдан бір қолмен соғу әдісі	1	16. 03

54	Екі жақты ойын. Жолдастық кездесу	1	20.03
55	Шабуылшының техникасы жетілдіру	1	23.03
56	Арнайы жүгіру жаттығулары	1	27.03
57	Көтерілген допты әр нүктеден ұру	1	30.03
58	Екіншізоналық сызықты баспай, көтерілген допты шабуылдай соғу әдісі	1	03.04
59	Тор алдындағы тосқауыл қою әрекетін жетілдіру	1	06.04
60	Жолдастық кездесу	1	10.04
61	Әр түрлі көтерілген бағыттағы допты соғу және алаңға түсіру	1	13.04
62	Кросс жүгіру	1	17.04
63	Төменнен және жоғарыдан допты ойынға қосуды қайталау	1	20.04
64	Алға қарай құлаштап секіріп бір қолмен допты қабылдау әдісін жетілдіру жаттығулары	1	24.04
65	Екі жақты ойын	1	27.04
66	Үш ойыншымен тосқауыл қою	1	04.05
67	Жылдамдыққа дамыту, секіру жаттығулары	1	08.05
68	Шабуылшыға допты дәл көтеру әдістерін жетілдіру	1	11.05
Барлығы		68	11

Волейбол секциясына қатысатын оқушылар

ІЗБАСХАНҚЫЗЫ	АЯУЛЫМ	9 сынып	А
ЕРГУЖАЕВА	ДИЛЬНАЗ	9 сынып	Ә
МҰРАТОВА	ДІЛДА	9 сынып	Б
БЕККУЛОВ	МУСЛИМ	9 сынып	Г
РУСЛАНОВ	ӘДІЛЕТ	9 сынып	Г
НАҒИДОЛЛА	ЖАНБОТА	9 сынып	Ә
БАЗАРБАЕВ	ЕСЕНГЕЛДІ	6 сынып	Ә
ӘЛІБЕК	АЙКӨРКЕМ	9 сынып	В
ЕРБОЛҰЛЫ	ЖАНАРЫС	9 сынып	Ә
ТЫНЫШТЫҚ	АСЫЛАН	9 сынып	Ә
ШУИНШАЛИН	ЕРЖАНАТ	9 сынып	Г
БАҚЫТКЕРЕЙ	АЛЬМИРА	9 сынып	Г
ҚАНАТОВА	ГҮЛЗАТ	8 сынып	А
КОЛДАНОВА	АКПАТША	9 сынып	Б
ҚУАНЫШ	НҰРҒАЛИ	9 сынып	Г
ҚУАНЫШБЕК	АРНҰР	8 сынып	Ә
МЕДЕТОВ	РИНАТ	9 сынып	В
МЕНДЫБАЙ	ХАДИША	8 сынып	Ә
ІСКЕНДІРҚЫЗЫ	АЙЫМ	9 сынып	Г
МЕНДЫБАЕВА	МЕРУЕРТ	9 сынып	Г
АЙДАРХАН	АЛДИЯР	9 сынып	Г
ҒИЗАТОЛЛА	НҰРӘЛИ	9 сынып	Ә
АЛИБЕКОВА	ИАНА	9 сынып	Б
ӘЛЖАНОВА	АЛЬБИНА	9 сынып	Г
ТАЖИЕВ	НҰРЛАН	9 сынып	Ә
АРЫСТАНБАЕВ	БАҚЫТКЕЛДІ	9 сынып	Г
КӨБЕЙСІН	АЙКӨРКЕМ	9 сынып	Б
МҰХАНБЕТИЯР	РАЙЫМБЕК	9 сынып	Г
ТОГАЙБАЕВА	АРУЖАН	9 сынып	Ә
НИСАНОВА	САБИНА	9 сынып	Ә
ҚҰРМАНАЙ	ДОСХАН	9 сынып	Г
МУРАТОВА	АЙЖАН	9 сынып	Ә
ЖАЛГАСБАЕВА	АРУЖАН	9 сынып	В
ТЫНЫШТЫҚ	БЕКНҰР	9 сынып	Ә
МАХАНОВ	САЯН	9 сынып	Г
ДӘУЛЕТ	ЖАНИДА	9 сынып	В
АМАНБАЕВА	БАЛЫМ	9 сынып	Б
АСКАРОВ	АДИЛЕТ	9 сынып	Ә
ӘБУОВА	МЕЛАНА	9 сынып	Г
ЭТТЕН	ІҢКӨР	9 сынып	Б
МАНАС	АҚТАН	9 сынып	Б
АСҚАР	АЗАМАТ	9 сынып	Г
МЫНЖАСАРОВА	АДЕЛЯ	8 сынып	Б
БІРЛІК	АРУНА	7 сынып	А
НҰРМАҒАМБЕТ	АЙДЫН	8 сынып	Ә
ДАНИЯРҚЫЗЫ	АРУ	8 сынып	Б
МУДАНОВА	АЙСҰЛУ	8 сынып	А
ЖАҚСЫЛЫҚ	ҚУАНЫШ	8 сынып	Ә
ӨТЕСІН	БАҒЛАН	11 сынып	Ә

АМАНГЕЛДИЕВА	АЙСӘУЛЕ	11 сынып	Ә
АЛЕНОВА	АЙНУР	11 сынып	Ә
БАЛМАҒАМБЕТОВА	МЕРЕКЕ	11 сынып	Ә
БАТЫРХАНОВ	БЕКЗАТ	11 сынып	Ә
СӘРСЕНБАЕВА	АЙЖАН	11 сынып	Ә
СЕЙДИЛДИНА	ЛӘЗЗАТ	11 сынып	Ә
ТОҚТАРБАЕВ	МИРЛАН	11 сынып	Ә
МОЛТЫШОВА	ТОМИРИС	11 сынып	Б
БИМАҒАНБЕТ	НҰРДАНА	11 сынып	Б
ЕРМЕКҚЫЗЫ	ЖАННҰР	11 сынып	Б
ЖАЛҒАСБАЕВА	ӘМИНА	11 сынып	Б
ИБАДУЛЛАЕВ	ЕРАСЫЛ	11 сынып	Ә
ҚАЙРОЛЛАЕВА	АРУЖАН	11 сынып	Ә
МҰХАМБЕТЯРОВА	ДАНАГҰЛ	11 сынып	Ә
МҰРАТБАЙҚЫЗЫ	АРУЖАН	8 сынып	В
ҚЫДЫРҒАЛИ	НҰРӘЛИ	6 сынып	А
ДАЙМАҒАНБЕТ	БАЯН	7 сынып	Б
АМАНЖОЛОВА	АЙДАНА	6 сынып	А
ҚАЛДЫБЕК	БОТАГӨЗ	8 сынып	Ә
НАГАНОВА	АЙЗЕРЕ	8 сынып	Б
ЖАЙШЛЫҚ	БАТЫРБЕК	8 сынып	Ә
АБДИБАЙ	АЛИШЕР	8 сынып	Б
МЕНДЫҒАЛИЕВА	ЖАНИЯ	7 сынып	Б
НҰРЫМБЕТ	МЕЙРАМБЕК	6 сынып	Ә
НАУРЫЗБАЙ	АРУЖАН	8 сынып	Ә
ДАУЫЛБАЙ	ЗЕРЕ	7 сынып	Б
ҚОРҒАНБАЕВА	САНДУҒАШ	7 сынып	Б
АМАНКЕЛДІ	ГҮЛІМ	8 сынып	Б
БАУЫРЖАН	АРУЖАН	8 сынып	Ә
МАЖИТ	МӘДИНА	11 сынып	Б
КАМАЛОВА	СЫМБАТ	11 сынып	А
МЕШІТҚАЛИЕВА	ГҮЛСАЯ	11 сынып	Б
ТЕМІР	НҰРБОЛ	11 сынып	Б
АМАНТАЙ	БЕКЖАН	11 сынып	А
ӘМІРОВА	ДАМИРА	11 сынып	А
ҚОЯНБАЙ	САБИНА	11 сынып	А
БІРЛІК	НҰРӘДІЛ	11 сынып	А
КӨБЕЙСІН	АРМАН	11 сынып	Б
ҚАЙЫРҒАЛИЕВ	ЖАМАЛАДДИН	10 сынып	А
ҚҰРБАНБАЕВ	РАЙЫМБЕК	11 сынып	Б
САБИТЖАН	АЯН	10 сынып	Ә
АМАНТАЕВ	ИСЛАМ	10 сынып	А
ОМАР	СЕЗІМ	10 сынып	А
СЕРІКҚАЛИ	МЕРЕЙ	10 сынып	А
ТАЖИГУЛОВА	АРУЖАН	10 сынып	А
ТӘЖІГЕРЕЕВ	АЗАМАТ	10 сынып	А
ҰЛЫҚПАН	АЙҒАНЫМ	10 сынып	А
БАЙДАУЛЕТОВ	САБЫРЖАН	10 сынып	Ә
ДҮЙСЕНБЕКҰЛЫ	АҚНАЗАР	10 сынып	Ә
ДЖУМАБАЙ	САУЛЕ	10 сынып	Ә

КУЛМУХАНБЕТ	ИСЛАМБЕК	10 сынып	Ә
МАЛИК	АРМАН	10 сынып	Ә
МАРАТ	ШАХИЗАДА	10 сынып	Ә
МОЛДЫРАХМАНОВ	АЙДЫН	10 сынып	Ә
САГИМГАЛИЕВ	ЕРАСЫЛ	10 сынып	Ә
СЕРІК	НҰРЗАДА	10 сынып	Ә
СЕЙДИЛДИН	ЖАНАРЫС	10 сынып	Ә
ИХСАНОВА	МЕРУЕРТ	10 сынып	А
КЕНЖЕҒАЛИ	ИНДИРА	10 сынып	А
ҚОЖАНБЕРЛІ	КӨРКЕМ	10 сынып	А
МАРАТ	БЕЙБАРЫС	10 сынып	А
МАХСАТ	СЫМБАТ	10 сынып	А
НАҒИДОЛЛА	АҚСЕЗІМ	10 сынып	А
НУРМАНОВА	АЯУЛЫМ	10 сынып	А
ӘБДІБАЙ	ӘСЕМ	10 сынып	Б
ТНЫШТЫҚ	БОТАГӨЗ	10 сынып	Б
ҚОЩИЕВА	ДИЛЬНАЗ	10 сынып	Б
ШАРИПОВ	АКЖАН	10 сынып	Ә
МЫРЗАХАН	ТОМИРИС	10 сынып	Ә
ХАЙРЛЫ	МИРАС	10 сынып	Ә
ӘБДІЛМҰРАТОВ	НҰРЫМЖАН	10 сынып	Б
АБДУРЗАКОВА	АКНУР	10 сынып	Б
АЛШОРА	ЕРБОЛАТ	10 сынып	Б
ТУЙТЕБАЕВА	КАМИЛА	10 сынып	Б
ТАЙЫРҚЫЗЫ	ТОМИРИС	10 сынып	Б
СУЛТАНОВ	АМАНГЕЛДІ	10 сынып	Б
САҒЫНТАЙҰЛЫ	АЯН	10 сынып	Б
МОЛТЫШОВА	НАРГИЗ	10 сынып	Б
МЕНДИБАЕВА	САБИНА	10 сынып	Б
ҚИБАСОВА	ИАНА	10 сынып	Б
КИРЕЕВА	ЖУЛДЫЗ	10 сынып	Б
ДАЙМАҒАНБЕТ	АРУЖАН	10 сынып	Б
МИРАМБЕК	ИНАБАТ	11 сынып	Б
АЛЬЖАНОВ	ӘЛІБЕК	9 сынып	В
БЕРИКОВА	АНЕЛЯ	10 сынып	Б
БАСЫГАРИН	ДАМИР	6 сынып	В
УТАЛИЕВА	АДИНА	10 сынып	Ә
АБДУЛЛА	ЕРАЛХАН	9 сынып	Б
УМБЕТАЛИНА	АЛИНА	10 сынып	Б
ӘЛІБИҚЫЗЫ	ӘСЕМ	9 сынып	А
АЙДАР	РАУШАН	8 сынып	В
ДЖАЛГАСБАИ	НУРСЕЗІМ	6 сынып	А
АБДУЛЛА	ЕРМАХАН	8 сынып	Б
НУРЖАУГАН	ЖУЛДЫЗ	10 сынып	Б
БАЯН	АЙЖАН	10 сынып	Б
ЕСЕЕВ	ЕРДАУЛЕТ	6 сынып	Г
РАХМЕТАЛИНА	АЙША	8 сынып	А
ДЖАЛҒАСБАЙ	ЕРСҰЛТАН	8 сынып	В
АБДУЛЛА	АЛИХАН	6 сынып	Г