

«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:Қайрошова.Г.Т

Ақтөбе қаласы

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

№	Тақырыптың мазмұны	Сағат саны	Өтетін күні
1	Теориялық сабақ	1	02.09.23
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	08.11
18	Екі жақты ойын	1	11.11
19	Кросс жүгіру	1	15.11
20	Тор алдындағы тосқауыл қою әрекеті	1	18.11
21	Бір ойыншымен тосқауыл қою	1	22.11
22	Екі ойыншымен тосқауыл қою	1	25.11
23	Үш ойыншымен тосқауыл қою	1	29.11
24	Жылдамдыққа дамыту	1	02.12
25	Қозғалмалы ойыны	1	06.12
26	Үшінші зоналық ойыншының ойыны	1	09.12
27	Шабуылшыға допты дәл көтеру	1	13.12
28	Нығыздалған доптармен жаттығу	1	20.12
29	Қорғаушының ойыны	1	23.12
30	Жоғарыдан және төменнен допты ойыншыға жеткізу	1	27.12
31	Жалпы дамыту жаттығулары	1	10.01.24
32	Секіріп келіп допты соғып ойынға қосу	1	13.01
33	Төменнен және жоғарыдан допты ойынға қосуды қайталау	1	17.01
34	Алаңға қарай құлаштап секіріп бір қолмен допты қабылдау әдісін жетілдіру жаттығулары	1	20.01
35	Шабуылшының ойыны	1	24.01
36	Әр түрлі көтерілген бағыттағы допты соғу және алаңға түсіру	1	27.01
37	Жолдастық кездесу ойыны	1	31.01
38	Екі жақты ойын	1	03.02

№	Тақырыптың мазмұны	Сағат саны	Өтетін күні
39	Теориялық сабақ. Екі жақты ойын	1	07.02
40	Волейбол ойынның негізгі ережелері және төрешілік ету	1	10.02
41	Ойын алаңында әртүрлі құлау әдістері	1	14.02
42	Допты екі қолмен жоғарыдан беру тәсілдерін жетілдіру	1	17.02
43	Допты екі қолмен төменнен беру тәсілдерін қайталау	1	21.02
44	Допты бір-біріне төменнен және жоғарыдан беру әдістері	1	24.02
45	Жолдастық кездесу, екі жақты ойын.	1	28.02
46	Шабуылдап допты соғып, тордан асыруды жетілдіру	1	02.03
47	Шабуылдап допты соғып, алаңға түсіруді жетілдіру	1	06.03
48	Әртүрлі қозғалыста қорғаушының ойыны	1	09.03
49	Жоғарыдан және төменнен допты ойыншыға көтеру	1	13.03
50	Жалпы дамыту жаттығулары, күш жаттығулары	1	16.03
51	Үшінші зоналық ойыншының ойыны	1	20.03
52	Допты төменнен бір қолмен соғу, тордан асыру	1	03.04
53	Допты жоғарыдан бір қолмен соғу әдісі	1	06.04
54	Екі жақты ойын. Жолдастық кездесу	1	10.04
55	Шабуылшының техникасы жетілдіру	1	13.04
56	Арнайы жүгіру жаттығулары	1	17.04
57	Көтерілген допты әр нүктеден ұру	1	20.04
58	Екінші зоналық сызықты баспай, көтерілген допты шабуылдай соғу әдісі	1	24.04
59	Тор алдындағы тосқауыл қою әрекетін жетілдіру	1	27.04
60	Жолдастық кездесу	1	04.05
61	Әр түрлі көтерілген бағыттағы допты соғу және алаңға түсіру	1	08.05
62	Кросс жүгіру	1	11.05
63	Төменнен және жоғарыдан допты ойынға қосуды қайталау	1	15.05
64	Алға қарай құлаптап секіріп бір қолмен допты қабылдау әдісін жетілдіру жаттығулары	1	18.05
65	Екі жақты ойын	1	22.05
66	Үш ойыншымен тосқауыл қою	1	25.05
67	Жылдамдыкка дамыту, секіру жаттығулары	1	
68	Шабуылшыға допты дәл көтеру әдістерін жетілдіру	1	
Барлығы		68	

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
ҒИЗАТOLЛА	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	ІҚКӘР	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

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

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
МЕНДЫГАЛИЕВА	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