

«Бекітемін»

Мектеп директоры

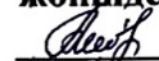
 Ж.Т.Жанайдаров

«31» 08 2023жыл



«Келісемін»

Директордың тәрбие ісі
жөніндегі орынбасары

 А.Е.Шамова

«29» 08 2023жыл



**2023-2024 оқу жылына арналған
«Үстел теннис» секциясының
ЖҰМЫС ЖОСПАРЫ**

Жетекшісі: Ж.Құрмашев

Ақтөбе қаласы

Үстел теннис үйірмесінің сабақ жоспары

№	Сабақтың тақырыбы	Сағат саны	
1	Теннис ойыны туралы түсінік	2	02.09 - 07.09
2	Теннис құрал-жабдықтарымен таныстыру	2	09.09 - 14.09
3	Ойыншының бастапқы қалпы	2	16.09 - 21.09
4	Ойыншының қозғалысы	2	23.09 - 28.09
5	Ракетканың қолға дұрыс ұстау	2	30.09 - 05.10
6	Шарикті ойынға қосу	2	07.10 - 12.10
7	Оңға және солға қозғалу	2	14.10 - 19.10
8	Шарикті сол жақтан қағу	2	21.10 - 26.10
9	Шарикті оң жақтан қағу	2	28.10 - 03.11
10	Шарикті сол жақтан киіп соғу	2	11.11 - 16.11
11	Шарикті оң жақтан киіп соғу	2	18.11 - 23.11
12	Шарикті дұрыс, тез соғу	2	25.11 - 30.11
13	Шарикті беру тәртібін білу	2	02.12 - 07.12
14	Шарикті алу тәртібін білу	2	09.12 - 14.12
15	Өзіңе ұпай жинау тәсілі	2	21.12 - 23.12
16	Екі кісі мен ойнау тәсілдері	2	28.12 - 11.01
17	Қарсыласын ұту	2	13.01 - 18.01
18	Қарсыласының добын қайтару	2	20.01 - 25.01
19	Бірнеше оқушылардың бірімезгіл де ойыны	2	27.01 - 03.02
20	Паравоз ойыны	2	15.02 - 17.02
21	Айналу ойыны	2	22.02 - 24.02

22	Екіадамойнау	2	29.02-02.03
23	Сыныптарарасындағысайыс	2	09.03-09.03
24	Шариктыдұрысойынғақосу	2	14.03-16.03
25	Ер балаларарасындағысайыс	2	04.04-06.04
26	Қызбалаларарасындағысайыс	2	11.04-13.04
27	Екі бала арасындағысайыс	2	18.04-20.04
28	Шариктыайналдырыпойынғақосу	2	25.04-29.04
29	Шариктыайналдырып ұру	2	02.05-04.05
30	Қарсыласыныңшарынқайтарып ұру	2	11.05-16.05
31	Шарикты оң және сол жақпен айналдырып ұру	2	18.05-22.05
32	Жұптық ойын	2	25.05
33	Шарикты қарсы айналдырып ұру	2	
34	Оқушыларарасындағысайыс	2	
	Қорытынды		
	Барлығы:	68	

Жаттықтырушы: Құрмашев Ж Қ

Теннис секциясына қатысатын оқушылар тізімі			
ҰЛЫҚПАН	НҰРБОЛАТ	6	В
СЕРІКОВА	ЖАННҰР	8	Ә
Аманклыч	Дария	4	ә
Көмекбаев	Нурислам	1	ә
Бердимуратова	Айжан	3	
Жақсылық	Дияс	3	ә
Темірхан	Несібелі	5	а
Дүйсен	Амира	5	ә
Мұратова	Еркеназ	5	а
Құрманбай	Інжу	5	ә
Амантұрлы	Айша	5	б
Айбарова	Жания	5	б