

БЕКІТІЛДІ

Қостанай облысы әкімдігінің білім
басқармасының «Қарабалық ауданы білім
бөлімінің Мұхамеджан Сералин атындағы
жалпы білім беретін мектебі» КММ 2024
жылғы 28 тамыздағы педагогикалық
кеңесімен № 1 хаттама
Мектеп директоры: Бисенов А.К.



Футбол үйірмесінің бағдарламасы

Оқушылардың жасы: 9-15 жас

Бағдарламаның орындалу мерзімі: 1 жыл

Құрастырушы педагог: Тулеуов Ж.Т.
дене шынықтыру мұғалімі

Қарабалық кенті
2024-2025 оқу жылы

Түсінік хат

Футбол — бұл спорттық командалық доп ойыны, әлемдегі ең танымал ойындардың бірі. Ол барлық континенттерде ерлер де, әйелдер де ойнайды. Ойынның атауы ағылшынның "аяқ" — аяқ және "доп" — доп деген сөзінен шыққан. "Аяқ добы" Англияда жүз жылдан астам уақыт бұрын пайда болғаны белгілі. Дегенмен, қазіргі футболдың бастаулары сонау ертеден бастау алады, оның ерекшеліктерін Ежелгі Шығыс елдерінде біздің дәуірімізге дейін белгілі болған 5 түрлі доп ойындары табылаады.

Англияда олар сол кездегі ең жетілдірілген және бүгінгі күнге дейін ескірмеген футбол жарыстарын өткізудің айналмалы түрін тапты (әр команда бір-бірімен ойнаған кезде).

XX ғасырдың ортасында жаңа ойынға белгілі бір қызығушылық пайда болды-шағын футбол. Сіз оны мектептің спорт залында және ойын алаңдарында ойнай аласыз

Футбол барлық қозғалыс қабілеттерін дамытады, батылдық, табандылық, шыдамдылық, ерік-жігер сияқты мінез-құлық қасиеттерін тәрбиелейді. Сонымен бірге футбол ойнаушылардың жеке басының дамуы ұжымдық іс-әрекетте, жеңіске жету үшін бар күш-жігері мен дағдыларын жұмсай білуінде көрініс табады. Бұл спорттық ойынның мектеп оқушылары арасында кеңінен танымал болғаны белгілі. Жүйелі футбол сабақтары ағзаға жан-жақты әсер етеді. Ағзаның функционалдық белсенділігі жақсарады, дұрыс дене дамуы қамтамасыз етіледі, физикалық қасиеттер (жылдамдық, үйлестіру және жылдамдық-күш қабілеттері, төзімділік) дамиды.

1.1. Қосымша жалпы білім беру бағдарламасының бағыты

Бұл бағдарламаның бағыты – дене шынықтыру және спорт. Қосымша білім беру жүйесіндегі дене шынықтыру-спорттық іс-шаралар дене шынықтыру мен спорт арқылы балаларды дене тәрбиесі мен дамытудың жетекші тәсілі ретінде әрекет етеді.

1.2. Бағдарламаның жаңалығы

Бұл бағдарламаның басқалардан айырмашылығы шамалы, дегенмен басты айырмашылығы - техникалық және тактикалық дайындықпен қатар жалпы дене шынықтыру дайындығы бағдарламада айтарлықтай үлкен орынға ие. Сонымен қатар, ол футбол саласындағы теориялық білімдердің (соның ішінде төрешілер тәжірибесінің) айтарлықтай маңызды блогын қамтиды. Бұл осы спорт түрімен айналысатындардың ой-өрісі мен қызығушылығын кеңейту мақсатында жасалады.

Мектепте халықтың әлеуметтік жағынан аз қамтылған топтарының балалары оқиды: көп балалы, аз қамтылған, толық емес отбасылардан шыққан балалар. Нәтижесінде, ата-аналар негізінен мотивациясы төмен және өз функцияларының бір бөлігін мектепке беруге мәжбүр. Ата-аналардың барлығы дерлік түстен кейін мектепке бос уақытты ұйымдастыруды тапсыруға дайын. Осыған байланысты шағын футбол секциясының ашылуы мектептің тәрбиелік функцияларын күшейтуге көмектеседі.

1.3. Бағдарламаның өзектілігі

Футбол әрқашан құпия, әрқашан жұмбақ. Белгілі бір турнирлерде кімнің жеңіске жететінін осы немесе басқа матчтың қалай өтетінін ешқашан алдын ала айту мүмкін емес. Футболға деген қызығушылық жыл сайын тек ұлдар арасында ғана емес, қыздар арасында да артып келеді, сондықтан бұқаралық сипат пен танымалдылық жағынан ол көптеген спорт түрлерінен озып келеді. Футболдың тағы бір құнды қасиеті бар, ол жан-жақты. Сонымен, мектеп оқушыларының жүйелі футбол жаттығулары денеге жан-жақты әсер етеді, дене белсенділігінің жалпы деңгейін жоғарылатады, дененің функционалдық белсенділігін жақсартады, дұрыс дене дамуын қамтамасыз етеді. Футболды біз бұл ойынның техникалық және тактикалық жағын меңгеруге арналған дене шынықтыру дайындығы ғана емес, сонымен қатар ақыл-ой қабілетін арттыру, жалпы білім беретін пәндер бойынша оқу сабақтарында туындайтын оқушылардың шаршауын жеңілдету құралы ретінде қарастырамыз. . Футбол жеке мүдделерді ұжымның мүдделеріне бағындыру, өзара көмек көрсету белсенділігі, жауапкершілік сезімі сияқты жағымды дағдылар мен мінез-құлық қасиеттерін қалыптастырады.

Бұл ерекше материалдық-техникалық базаны, қымбат құрал-жабдықтарды және спорттық форманы қажет етпейтін демократиялық спорт түрі. Бүгінгі таңда өскелең ұрпақтың денсаулығы қоғамда ерекше алаңдаушылық туғызып отырған кезде және бұл, ең алдымен, оқушылардың физикалық белсенділігінің төмендігімен байланысты, зиянды әдеттерге тәуелділік апатты жылдамдықпен жасарып, жеке тұлғаның қайтымсыз деградация процестеріне әкеп соқтырады. , оқушылардың жүйелі түрде спортпен шұғылдануын жан-жақты ынталандыру керек.

1.4. Педагогикалық мақсаттылық

Футбол - ұлдар мен қыздарға ұжымшылдық пен жолдастық әліпбиін меңгеруге, ерік-жігер мен шыдамдылықты, батылдық пен эмоционалдық қуанышты көрсетуге мүмкіндік беретін ең танымал және қолжетімді ойын. оқу үлгерімін жақсартуға ықпал етеді, бос уақытты өткізуден және жаман әдеттерге құмарлықтан алшақтатады.

Бағдарламаның педагогикалық мақсаттылығы қазіргі уақытта мектеп оқушыларының едәуір бөлігі дене шынықтыру сабақтарында ғана дене шынықтырумен айналысатындығында. Жасыратыны жоқ, мектеп оқушыларының дене дайындығы жыл сайын төмендеп, дәстүрлі ойын спортына қызығушылық төмендейді. Өлсіз дене шынықтыру дайындығы жасөспірімдердің даму кезеңінің міндеттерін толық орындауға, ұжымға толыққанды енуге, қоғамға бейімделуге мүмкіндік бермейді. Сонымен қатар, дене шынықтырудың жеткіліксіз деңгейі олардың мектептегі дене шынықтырудың білім беру стандарттарынан өтуіне мүмкіндік бермейді. Сондықтан қосымша білім беру мұғалімінің алдында тұрған маңызды міндеттердің бірі - дене шынықтыру деңгейін көтеру үшін футбол секциясында мүмкіндігінше көп мектеп оқушыларын жүйелі түрде сабаққа тарту. . Тренинг барысында балада рефлексия мен конформизмнің белгілі бір деңгейі

қалыптасады. Мұның бәрі педагогикалық үдеріс онсыз мүмкін болмайтын тәртіпке ықпал етеді.

1.5. Қосымша жалпы білім беру бағдарламасының мақсаты.

Мақсаты - жан-жақты дайындық және мини-футбол ойнаудың ұтымды техникасын меңгеру; футболшыларға қажетті білім мен дағдыларды меңгеру; еңбекқорлыққа, тәртіпке, өзара көмекке, ұжымшылдық сезіміне тәрбиелеу.

Тапсырмалар:

Тәрбиелік:

- шағын футболмен жүйелі түрде айналысуға қызығушылықты ояту;
- жылдамдықты, ептілікті және қозғалыстарды үйлестіруді басым дамыта отырып, жан-жақты дене шынықтыруды қамтамасыз ету;

Білім беру:

- ойында жиі және тиімді қолданылатын техникалық әдістерді және шағын футбол ойынының жеке, топтық және командалық тактикасының негіздерін меңгеру;

- шағын футбол ережелеріне сәйкес ойын процесін меңгеру;

Жалпы дамыту:

- шағын футбол жарыстарына қатысу;
- жеке гигиена, шағын футбол тарихы, техникасы мен тактикасы, шағын футбол ойынының ережелері туралы негізгі теориялық мәліметтерді зерделеу. денсаулықты нығайту және денені шынықтыру;

1.6. Айырықша белгілері

Техникалық және тактикалық оқытуды жоспарлау кезінде оқу жылына қарай бөлінетін ұзақ мерзімді процесс ретінде қарастырған жөн. Жоспарлаудың негізгі мақсаты - футболды бастауыш оқытуға алғышарттар жасау. Қосымша білім беруде ол жыл сайын алдыңғысын циклдік түрде қайталайды, онда оқушылар ойын қуаныш пен ләззат әкелетіндей физикалық және қимыл-қозғалыс қабілеттерін арттыра отырып, допты басқара білудің сапалы жоғары деңгейіне шығуы керек. .

Бастауыш мектеп жасында тірек-қимыл аппараты өте нәзік болады және "бұлшықет корсетін" қалыптастыру және нығайту үшін жаттығуды кәсіби түрде таңдау керек, кенеттен бір жақты соққылармен жаттығулардан аулақ болу керек. жүктемелерді асимметриялық көтеру, аяқтың тірек бетіне шамадан тыс және ұзақ жүктеме.

9 жастан 15 жасқа дейін қозғалыс қарқынының қарқынды өсуі байқалады, қозғалыс дәлдігі нашар дамыған.

Бастауыш мектеп жасында бұлшықет сезімдері жақсы сараланады және жекелеген үйлестіру қозғалыстары техниканы оқытуда және ойын жаттығуларында егде жастағыларға қарағанда қол жетімді.

Балалар ағзасында жаттығулар кезінде ағзаның жүрек-қан тамырлары және тыныс алу жүйелерінің бейімделуінің физиологиялық механизмдері толық қалыптасқан.

Сабакқа дәрігердің рұқсаты бар балалар жіберіледі. Балалар тобының түрі – бейінді, құрамы тұрақты. Бастапқы кезеңде студенттер қарапайым техникаларға ие болуы керек. техниканы меңгереді және моториканың

арсеналын меңгереді, жалпы дене шынықтыруды жетілдіреді. дайындық. Нәтижелерді бақылау және бағалау жарыстарға қатысу үшін арнайы тестілеуді өткізу арқылы жүзеге асырылады.

1.7. Балалардың жасы

Футбол секциясына 9-15 жас аралығындағы кіші және орта жастағы балалар қатысады.

- секцияда шұғылданушылар саны -20 адам;
- барлық ниет білдірушілер қабылданады;

1.8. Жалпы білім беру бағдарламасын жүзеге асыру мерзімдері

- бағдарламалық материалды оқу 1 жылға есептелген
- іске асыру мерзімі: 2024-2025 жж.
- оқыту жылының бірінші жартысында сабақтар аптасына 3 рет 1 сағаттан өткізіледі;
- оқыту жылының екінші жартысында сабақтар аптасына 3 рет 1 сағаттан өткізіледі.

1.9 Сабақтың формалары мен тәртібі.

Бағдарлама оқу-жаттығу материалдарын 102 сағатқа бөлуді қарастырады. Үйірмеде өткізілетін барлық сабақтар тәрбиелік сипатта болуы керек. Үйірме жетекшісі қатысқандарға дене шынықтыру жүйесінің жоғары идеялық бағытын, оның мемлекеттік маңыздылығын түсіндіреді, дене шынықтыру мен спортты дамытуға күнделікті қамқорлығын атап көрсетеді. Оқушылар жолдастарын құрметтеуге, ұжымдық шеберлікке, жоғары сана-сезімге, қиындықтарды жеңе білуге және басқа да моральдық-еріктік қасиеттерге тәрбиелеуі керек.

Тәрбиеге сабақтарды нақты ұйымдастыру, жаттығуларды дұрыс орындау, сабақтарда, жарыстарда және тұрмыстық жағдайда тәртіп ережелері мен нормаларын қатаң сақтау ықпал етеді. Тәрбие құралы ретінде үйірме жетекшісінің жеке жағымды үлгісі ерекше рөл атқарады.

Шағын футбол үйірмесінің оқу-жаттығу жиындарын ойдағыдай ұйымдастырудың басты шарттарының бірі - қарапайым тұрмыстық техникасы бар спорт залының болуы.

Теориялық материалды зерделеу 15-20 минуттық әңгімелесу түрінде жүзеге асырылады, олар, әдетте, сабақтың басында (кешенді сабақтың бөлігі ретінде) өткізіледі. Сонымен қатар, теориялық мәліметтер үйірме мүшелеріне практикалық сабақтар барысында хабарланады.

Үйірме жетекшісі сабаққа материал таңдай отырып, жаңасымен қатар, оны бекіту және жетілдіру үшін бұрын меңгерілген оқу материалынан сабақтарға жаттығуларды, ойын техникасы мен тактикасын міндетті түрде енгізуі керек. .

Шағын футбол үйірмесінде қатысушылар шағын футбол ойындарына төрелік студің қарапайым дағдыларын және нұсқаушы-қоғам белсендісінің дағдыларын меңгеруі керек.

Төрешілікке үйрету бойынша практикалық сабақтар ойын ережелері меңгерілгеннен кейін орта топта басталады. Оқу жоспарында төрешілер практикасы үшін арнайы сағаттар қарастырылмаған. Төрешілікке дайындық

екі жақты оқу-жаттығу, жаттығу ойындары мен жарыстар кезінде жүзеге асырылады.

Нұсқаушы практикасы тек оқу жоспарына бөлінген уақытта ғана емес, сонымен қатар оқу-жаттығу жиындары барысында да жүзеге асырылады. Нұсқаушы тәжірибесінің міндеті – саптық командаларды орындауға, жаттығуларды дұрыс көрсетуге және түсіндіруге, топпен сабақты өз бетінше өткізуге үйрету.

Дене шынықтыру, техникалық және тактикалық дайындық бойынша практикалық сабақтар жалпы қабылданған әдістеме бойынша ойын сабақтары түрінде өткізіледі. Дене шынықтыру дайындығы дененің физикалық қабілеттерін дамытуға бағытталған, оған сабақтарда маңызды орын беріледі. Жалпы және арнайы дене шынықтыру дайындығын ажыратады. Жалпы дене шынықтыру дайындығы дене қабілеттерін жан-жақты дамытуды, арнайы - футболшыларға тән қасиеттер мен функционалдық мүмкіндіктерді дамытуды көздейді.

Арнайы дене шынықтырудың мақсаты – допты жоғары жылдамдықпен меңгерудің күрделі әдістерін орындауға қол жеткізу, футболшының ойындардағы маневрлігі мен ұтқырлығын арттыру, оның моральдық-еріктік қасиеттерін арттыру. Дене шынықтыру сабақтарын жоспарлаудағы жас ерекшеліктеріне байланысты олар белгілі бір физикалық қасиеттерді тәрбиелеуге баса назар аударады. Сабақтардың эмоционалдылығы үшін ойындарды, эстафеталарды және ойын жаттығуларын кеңінен қолдану, жарыс элементтерін қосу, футбол доптарын пайдалану ұсынылады.

Ойын техникасы мен тактикасын жетілдіруге басты назар аударатын сабақтар барысында оқушылардың физикалық қабілеттері бір уақытта дамитынын ескеру қажет. Шағын футбол бойынша оқу ойындары мен жарыстарда жаттығушылар футболшыға қажетті дайындықтың барлық Кешенін жетілдіреді: оның техникалық, тактикалық, физикалық және ерікті дайындығы.

Допты меңгеру техникасы бойынша дағдыларды қалыптастыру – футболшыны жан-жақты дайындау міндеттерінің бірі. Сабақтың барлық кезеңдерінде мини-футбол техникасын оқытудың және оны жетілдірудің үздіксіз процесі жүреді.

Допты меңгеру техникасын үйрете отырып, оларда оқытылатын техниканың дұрыс көрнекі бейнесін жасау өте маңызды.

Шағын футболды ойнау техникасын үйрету ең күрделі және көп уақытты қажет ететін процесс, сондықтан бағдарлама оған көп уақытты бөледі. Ойын техникасын меңгеру үшін үлкен табандылықты, еңбекқорлықты және еңбекқорлықты қажет ететінін әркімнің санасына жеткізу маңызды.

Ойынның техникалық әдістерін оқытудың тиімділігі үшін оқу жабдықтарын кеңінен қолдану қажет: шағылысатын қабырғалар, соққыларға арналған тіректер, портативті нысандар, ілулі доптар, портативті қақпалар.

1.10. Күтілетін нәтижелер және олардың тиімділігін анықтау әдістері

Үйірме жетекшісі оқушылардың физикалық қасиеттерінің дамуын, сондай-ақ олардың техникалық дайындық деңгейін бақылауы керек. Ол үшін жылына кемінде 2 рет келесі бақылау стандарттары бойынша сынақтар өткізіліп, қатысушылардың дене шынықтыру дайындығы анықталады:

Бақылау жаттығулары	Жас							
	8	9	10	11	12	13	14	15
Жоғары старттан 30 м жүгіру, бастап	6,4	6,2	6,0	5,8	5,6	5,4	5,2	4,9
300 м жүгіру, с	66,0	64,0	62,0	60,0	58,0			
Шаттлмен жүгіру, 3*10 м, с	9,5	9,3	9,0	8,8	8,6	8,5	8,3	8,0
6 минуттық жүгіру, м	-	-	-	-	1150	1200	1200	1300
Орнынан биіктікке секіру, см	28	32	36	40	48	53	57	60
Орнынан ұзындыққа секіру, см	150	160	170	178	185	190	194	197
Дәрілік допты лақтыру (1 кг), м	5,0	5,3	5,8	6,2	6,8	7,2	7,6	8,0
Штангадағы ілмектен тартылу, рет	-	-	-	-	-	5	6	7
Еденге тірелгеннен итеру, рет	4	6	8	10	15	-	-	-

1. Балалар техникалық әдістер мен тактикалық өзара әрекеттесуді меңгереді, шағын футбол ойнауды үйренеді.

2. Олар мини-футболдың пайда болу ерекшеліктері, тарихы туралы білетін болады;

3. Олар физикалық қасиеттер мен оларды тестілеу ережелері туралы білетін болады;

4. Жеке гигиена негіздерін, шағын футболмен айналысу кезіндегі жарақаттану себептерін және оның алдын алу ережелерін үйренеді;

5. Олар шағын футболмен, сондай-ақ жолдастар тобымен өз бетінше сабақтар ұйымдастыра алады;

6. Олар сыныпта, аулада, сауықтыру лагерінде және т.б. шағын футбол жарыстарын ұйымдастыра және өткізе алады.

Жаттығуларды орындау шарттары:

1. 30, 300, 400 метрге жүгіру, 6 минуттық жүгіру және орнынан ұзындыққа секіру жеңіл атлетикадан жарыс ережелеріне сәйкес орындалады. Жүгіру жоғары старттан орындалады.

2. 30 метрге жүгіру. дриблингпен жоғары старттан орындалады (доп бастапқы сызықта), допты мәре сызығынан тыс тоқтауды есептемегенде, кесіндіде кемінде үш рет түрту арқылы кез келген тәсілмен дриблинг жасауға болады. . Ойыншы допты мәре сызығының артында қалдырған кезде жаттығу аяқталды деп саналады. Уақыт басталған сәттен бастап ойыншы мәре сызығын кесіп өткенге дейін (доптан кейін) белгіленеді. Старттағы төреші старттың дұрыстығын және доптың жанасу санын, ал мәредегі төреші уақытты белгілейді.

3. Допты аяқпен қашықтыққа соғу қозғалмайтын допқа кез келген тәсілмен оң және сол аяқпен жүгіру арқылы орындалады. Доптың ұшу қашықтығын өлшеу соққы орнынан доптың жерге бірінші тиген жеріне дейін жүргізіледі. Әр аяқпен соғу үшін үш рет әрекет жасалады. Әр аяқпен соққылардың ең жақсы нәтижесі есептеледі. Соңғы нәтиже екі аяқпен ең жақсы соққылардың қосындысымен анықталады.

4. Допты жонглирлеу: соққылар оң аяқпен, сол аяқпен (көтергіштің ортасы, аяқтың ішкі және сыртқы жағы, жамбас) және баспен кез келген ретпен, бір соққы әдісін қатарынан екі рет қайталамай орындалады.

5. Допты соққының дәлдігі үшін аяқпен тебу қозғалмайтын допқа кез келген тәсілмен 11 м қашықтықтан оң және сол аяқпен жүгіру арқылы орындалады. (Допты тігінен бөлінген қақпаның берілген үштен біріне соғу керек. Әр аяқпен бес соққы орындалады. Соққылардың қосындысы ескеріледі.

6. Допты дриблинг, тіректерді соғу және қақпаға соғу бастапқы сызықтан (айып алаңының сызығынан 30 м) орындалады. Дриблинг жасаңыз, содан кейін төрт тіректі "жыланмен" дөңгелетіңіз (бірінші тірек айып алаңының сызығына, содан кейін орталықта әрбір 2 м сайын қойылады. тағы үш тірек), және 11 метрлік белгіге жетпей, допты қақпаға соғыңыз. Уақыт басталған сәттен бастап қақпа сызығын доппен кесіп өткенге дейін белгіленеді. Егер доп қақпаға соғылмаса, жаттығу есептелмейді. Үш әрекеттің ішінен ең жақсы нәтиже есептеледі.

7. Допты қолмен қашықтыққа лақтыру (төрт қадамнан аспайтын жүгіру) ені 3 м дәліз бойымен орындалады. Дәлізден тыс жерге құлаған доп есептелмейді. Үш әрекеттің ең жақсы нәтижесі ескеріледі.

8. Бақылау жаттығуларын орындау жарыс түрінде өткізіледі, олардың нәтижелері хаттамаларға жазылады және үйірмеге қатысушылардың барлығына хабарланады.

Бірінші курстан кейін үйірмеге қатысушы оның жалпы дене шынықтырудың жеткілікті деңгейіне жетуін, шағын футбол ойнау дағдылары мен дағдыларын игеруін, шағын футбол ойынына төрелік ету бойынша ой-өрісі мен білімін кеңейтуін күтеді. .

Оқудың екінші жылында оқушылар ойын жағдайларын меңгеріп, допты жоғары жылдамдықпен меңгерудің күрделі әдістерін орындау кезінде арнайы дайындықтың жоғары деңгейіне жетуі, футболшының ойындардағы маневрлігі

мен ұтқырлығын жақсартуы, деңгейін жоғарылатуы керек. оның моральдық және еріктік қасиеттері.

Оқу жылының 1-ші жартысында

Білу:

- жас спортшының дұрыс күнделікті режимінің маңызы;
- минифутбол ойынының ережелерін талдау және зерделеу;
- команда капитанының рөлі, оның құқықтары мен міндеттері;
- спорттық құрал-жабдықтарды пайдалану ережелері.

Істей білу:

- дене жаттығуларын орындау кезінде ағзаның функционалдық жағдайын бақылау және реттеу, сауықтыру әсеріне қол жеткізу және дене бітімін жақсарту;
- өз эмоцияларыңызды басқарыңыз;
- алаңдағы ойын жағдайларын меңгеру;
- қозғалыс, тоқтау, бұрылу техникасын, сондай-ақ қақпаға соғу техникасын меңгере білу.

Оқу жылының 2-ші жартысында

Білу:

- дене шынықтырумен және спортпен шұғылданушыларды дәрігерлік бақылаудың міндеттері;
- өзін-өзі бақылаудың мәні мен мазмұны;
- өзін-өзі бақылау күнделігі;
- бағдарламалық қамтамасыз ету сабақтарында жарақат алу себептері және олардың алдын алу.

Істей білу:

- спорттық мамандандырудың таңдалған түрінің қозғалыс әрекеттерін техникалық тұрғыдан дұрыс жүзеге асыру, оларды бәсекелестік белсенділік жағдайында және жеке бос уақытты ұйымдастыруда пайдалану;
- жеке қозғалыс тәртібін әзірлеу, дене жаттығуларын таңдау және жоспарлау, оңтайлы деңгейді сақтау жеке өнімділік деңгейі;
- алаңдағы ойын жағдайлары кезінде шабуылда және қорғаныста ойын техникасы мен тактикасын меңгере білу.

1.11. Қосымша жалпы білім беру бағдарламасын іске асыруды қорытындылау нысандары

Дағдылар мен дағдыларды тексеру әр жаттығуда әр баланың үйренген элементтерін орындау арқылы жүзеге асырылады. Қажет болған жағдайда элементтерді жеке пысықтау жүргізіледі.

Бағдарламаны іске асыруды қорытындылау жылына 2 рет (қазан және сәуір) бақылау стандарттарын орындау, аудан оқушыларының спартакиадаларында футбол жарыстарына қатысу, басқа турнирлерге қатысу түрінде жүзеге асырылады.

2. Оқу бағдарламасының оқу-тақырыптық формасы

№	Тақырыптардың атауы	Сағат саны	Оның ішінде		Күні
			Теориялық	Практикалық	
1.	Оқушыларды бір-бірімен таныстыру. Қызметтің осы түріндегі балалардың бастапқы дайындық деңгейін анықтау.	1	1	-	02.09.2024
2.	Кіріспе сабақ. Қауіпсіздік техникасы бойынша нұсқаулық.	1	1	-	04.09.2024
3.	Техникалық дайындық	1	-	1	06.09.2024
4.	Техникалық дайындық	1	-	1	09.09.2024
5.	Жалпы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	11.09.2024
6.	Тактикалық дайындық	1	-	1	13.09.2024
7.	Тактикалық дайындық	1	1	-	16.09.2024
8.	Арнайы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	18.09.2024
9.	Арнайы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	20.09.2024
10.	Ойынға дайындық	1	-	1	23.09.2024
11.	Техникалық дайындық	1	-	1	25.09.2024
12.	Техникалық дайындық	1	1	-	27.09.2024
13.	Жалпы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	30.09.2024
14.	Тактикалық дайындық	1	-	1	02.10.2024
15.	Арнайы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	04.10.2024
16.	Ойынға дайындық	1	-	1	07.10.2024
17.	Техникалық дайындық	1	-	1	09.10.2024
18.	Жалпы дене шынықтыру дайындығы	1	1	-	11.10.2024
19.	Тактикалық дайындық	1	-	1	14.10.2024
20.	Арнайы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	16.10.2024
21.	Ойынға дайындық	1	-	1	18.10.2024
22.	Нұсқаушы және төрешілік тәжірибе	1	-	1	21.10.2024
23.	1. Жарыстар. 2. Қорытынды сабақ. Бақылау стандарттарын тапсыру.	2	-	2	23.10.2024
24.	Техникалық дайындық	1	-	1	04.11.2024
25.	Техникалық дайындық	1	-	1	06.11.2024
26.	Жалпы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	08.11.2024
27.	Тактикалық дайындық	1	-	1	11.11.2024
28.	Тактикалық дайындық	1	1	-	13.11.2024
29.	Арнайы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	15.11.2024
30.	Арнайы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	18.11.2024
31.	Ойынға дайындық	1	-	1	20.11.2024

32.	Техникалық дайындық	1	1	-	22.11.2024
33.	Техникалық дайындық	1	-	1	25.11.2024
34.	Жалпы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	27.11.2024
35.	Тактикалық дайындық	1	-	1	29.11.2024
36.	Тактикалық дайындық	1	1	-	02.12.2024
37.	Арнайы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	04.12.2024
38.	Ойынға дайындық	1	-	1	06.12.2024
39.	Техникалық дайындық	1	1	-	09.12.2024
40.	Техникалық дайындық	1	-	1	11.12.2024
41.	1.Жалпы дене шынықтыру дайындығы. 2.Тактикалық дайындық.	2	-	2	13.12.2024
42.	Арнайы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	18.12.2024
43.	Ойынға дайындық	1	-	1	20.12.2024
44.	Нұсқаушы және төрешілік тәжірибе	1	1	-	23.12.2024
45.	Жарыстар	1	-	1	25.12.2024
46.	Қорытынды сабақ. Бақылау стандарттарын тапсыру	1	-	1	27.12.2024
47.	Техникалық дайындық	1	-	1	10.01.2025
48.	Техникалық дайындық	1	-	1	13.01.2025
49.	Техникалық дайындық	1	1	-	15.01.2025
50.	Жалпы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	17.01.2025
51.	Жалпы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	20.01.2025
52.	Тактикалық дайындық	1	-	1	22.01.2025
53.	Тактикалық дайындық	1	-	1	24.01.2025
54.	Тактикалық дайындық	1	1	-	27.01.2025
55.	Арнайы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	29.01.2025
56.	Арнайы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	31.01.2025
57.	Ойынға дайындық	1	-	1	03.02.2025
58.	Нұсқаушы және төрешілік тәжірибе	1	-	1	05.02.2025
59.	Техникалық дайындық	1	-	1	07.02.2025
60.	Техникалық дайындық	1	-	1	10.02.2025
61.	Техникалық дайындық	1	-	1	12.02.2025
62.	Жалпы дене шынықтыру дайындығы	1	1	-	14.02.2025
63.	Тактикалық дайындық	1	-	1	17.02.2025
64.	Тактикалық дайындық	1	-	1	19.02.2025
65.	Арнайы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	21.02.2025
66.	Ойынға дайындық	1	-	1	24.02.2025
67.	Техникалық дайындық	1	-	1	26.02.2025
68.	Техникалық дайындық	1	1	-	28.02.2025
69.	Жалпы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	03.03.2025

70.	Тактикалық дайындық	1	-	1	05.03.2025
71.	Тактикалық дайындық	1	-	1	07.03.2025
72.	1.Арнайы дене шынықтыру дайындығы. 2.Ойынға дайындық	2	-	2	12.03.2025
73.	Нұсқаушы және төрешілік тәжірибе	1	-	1	14.03.2025
74.	Жарыстар	1	-	1	17.03.2025
75.	Қорытынды сабақ. Бақылау стандарттарын тапсыру	1	-	1	19.03.2025
76.	Техникалық дайындық	1	-	1	02.04.2025
77.	Техникалық дайындық	1	-	1	04.04.2025
78.	Жалпы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	07.04.2025
79.	Тактикалық дайындық	1	-	1	09.04.2025
80.	Тактикалық дайындық	1	-	1	11.04.2025
81.	Арнайы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	14.04.2025
82.	Арнайы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	16.04.2025
83.	Ойынға дайындық	1	-	1	18.04.2025
84.	Техникалық дайындық	1	-	1	21.04.2025
85.	Техникалық дайындық	1	-	1	23.04.2025
86.	Жалпы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	25.04.2025
87.	Тактикалық дайындық	1	-	1	28.04.2025
88.	Тактикалық дайындық	1	-	1	30.04.2025
89.	Арнайы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	02.05.2025
90.	1.Ойынға дайындық. 2. Техникалық дайындық	2	1	1	05.05.2025
91.	1. Техникалық дайындық. 2.Жалпы дене шынықтыру дайындығы	2	-	2	12.05.2025
92.	Тактикалық дайындық	1	-	1	14.05.2025
93.	Арнайы дене шынықтыру дайындығы	1	-	1	16.05.2025
94.	Ойынға дайындық	1	-	1	19.05.2025
95.	Нұсқаушы және төрешілік тәжірибе	1	-	1	21.05.2025
96.	1.Жарыстар. 2. Қорытынды сабақ. Бақылау стандарттарын тапсыру	2	-	2	23.05.2025
	БАРЛЫҒЫ:	102	15	87	

3. Бағдарламаның мазмұны.

1. Оқушыларды бір-бірімен таныстыру. Қызметтің осы түріндегі балалардың бастапқы дайындық деңгейін анықтау.
2. Кіріспе сабақ. Қауіпсіздік техникасы бойынша нұсқаулық.
3. Техникалық дайындық.

Қозғалыстың әртүрлі тәсілдері. Допты аяқпен соғу. Допты баспен соғу. Доптарды қабылдау (тоқтату). Дриблинг. Алдау қозғалыстары

(финттер). Допты алу. Техникалық әдістерді кешенді енгізу.

4. Тактикалық дайындық.

Шабуылдағы ойын тактикасы. Қорғаныстағы ойын тактикасы. Қақпашы ойынының тактикасы.

5. Жалпы дене шынықтыру дайындығы.

Пәнсіз жалпы дамыту жаттығулары. Медициналық доппен жаттығулар. Макробатикалық жаттығулар. Жеңіл атлетикалық жаттығулар.

6. Арнайы дене шынықтыру дайындығы.

Жылдамдықты дамытуға арналған арнайы жаттығулар. Ептілікті дамытуға арналған арнайы жаттығулар.

7. Ойынға дайындық.

Ашық ойындар. Спорттық ойындар.

8. Нұсқаушы және төрешілік тәжірибе.

9. Жарыстар.

10. Қорытынды сабақ. Бақылау стандарттарын тапсыру.

4. Бағдарламаны әдістемелік қамтамасыз ету

Сабақтар мектептің спорт залында өтеді.

Қақпалар белгіленген мөлшерде және мықтап бекітілген.

Санитарлық-гигиеналық жағдайлар қанағаттанарлық. Санпин нормалары бойынша жарықтандыру.

Жаттығу сабақтарын өткізу үшін қажетті спорттық жабдықтар бар:

1. гимнастикалық қабырға - 8 дана.
2. гимнастикалық орындықтар - 10 дана.
3. футбол доптары -25 дана.
4. ысқырық-1 дана.
5. гантельдер 10 дана
6. Гимнастикалық доп. тұтқасы бар D=65см
7. Ересектерге арналған құрсау 900 мм
8. Спорттық секіргіш арқан 2,8 м
9. Гимнастикалық тірек көпір
10. Мини-футболға арналған қақпа. 2х3м (жүп)
11. Гимнастикалық ат
12. Мини-футболға қақпасына арналған тор, ұяшық.70*70 (N) 2*3м
13. Бадминтон жиынтығы Tempus арт.
14. Электронды секундомер
15. Ересектерге арналған құрсау 0,89 м (пластикалық)
16. Спорттық киім.

Пайдаланған әдебиет

1. Футбол, жаттықтырушыға арналған нұсқаулық М .: 2014.
2. Минаев Б.Н., Шиян Б.М. Мектеп оқушыларының дене тәрбиесі әдістемесінің негіздері.-М .:2011.-Б.42-47
3. Оленчук П.Т. Денсаулық спортты сыйлайды. -Николаев:1985.-Б.9-14
4. Рипа М.Д. Жалпы білім беретін мектептердегі дене шынықтыру және спорт.-М .:1985.-Б.63-69
5. Горчаков Л. - Дене тәрбиесі - бүкіл педагогикалық ұжымның қамқорлығы.//Халыққа білім беру- 2002.-1.-Б.30-45.
6. Вавилова Р.И. Дене шынықтыру пәні бойынша оқу-әдістемелік материалдар жинағы.-М.:Білім_1984.-Б.138-150
7. Андреев С.Н. Мектептегі футбол: Кітап. Мұғалім үшін. – М .: Ағарту. 1986.
– 144 б., ауру.
8. Жас спортшылардың теориялық дайындығы. Жаттықтырушыларға арналған нұсқаулық
Жасөспірімдер спорт мектебі. М., 1981.
9. Кирилин Б.Я., Лукашин Ю.С. Футбол. М., 1982.
10. Чанади А. Футбол. Техника. М., 1978.
11. Чанади А. Футбол. Стратегия. М., 1981.
12. Жас футболшы. Жаттықтырушыларға арналған оқу құралы / Жалпы редакциясымен
А.П. Лаптеева, А.А. Сучилина. М. 198

