

Бекітемін: _____
Утверждаю: _____
Мектеп директоры:
Исатаева Б.Г.
«31» 08 2023 ж



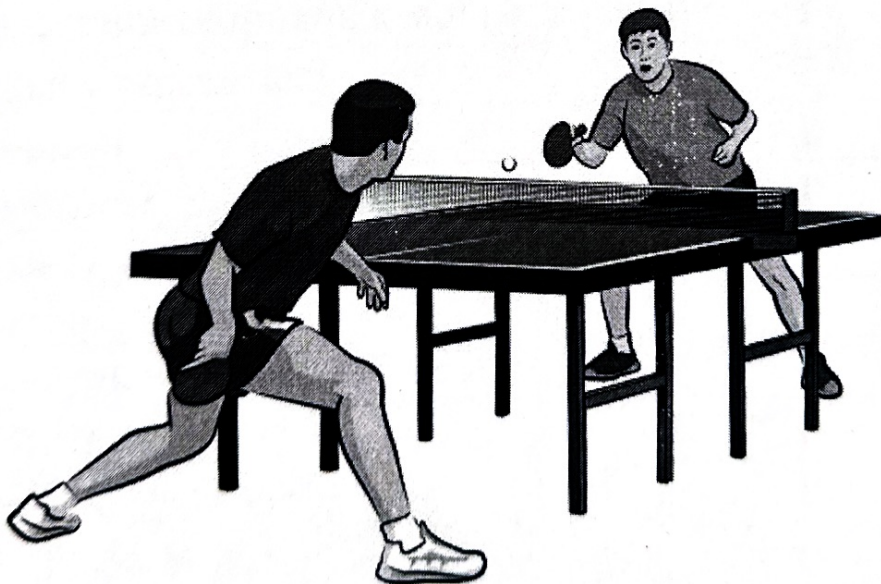
Келісемін: _____
Согласовано: _____
директордың ОТИЖДО:
зам. директора по УВР :
Байтасова Ш.Ш.
«29» 08 2023 ж.

Қарастырылды: _____
Рассмотрено: _____
ӘБ отырысында
На заседании МО
Хаттама №1
Протокол №1 Хуаныш Г.
«28» 08 2023 ж.

Ақмола облысы
Ерейментау ауданы
«Еркіншілік ауылының жалпы орта білім беретін мектебі» КММ

Спорттық ойын

аралас сыныптар



Дене шынықтыру пәні мұғалімі: Каримжан Х
2023-2024 оқу жылы

« Үстел теннисі» сабағының күнтізбелік жоспары
аралас сыныптар
Аптасына- 1- сағат, барлығы 34- сағат.

№	Тақырыбы	Сағат саны	Мерзімі
1	1.Теннисшілердің техникалық дайындығы	1	04.09
2	1.1.Қалақшаны ұстау тәсілдері	1	06.09
3	1.1.1.Қысқаша теориялық мәліметтер	1	11.09
4	1.1.2. Оқыту әдістемесі	1	18.09
5	1.2. Теннисшінің тұрысы мен қозғалысы	1	18.09
6	1.2.1. Қысқаша теориялық мәліметтер	1	20.09
7	1.2.2. Оқыту әдістемесі	1	25.09
8	1.3 Доп беру (подача)	1	27.09
9	1.3.1 Қысқаша теориялық мәлімет	1	02.10
10	1.3.2 Оқыту әдістемесі	1	04.10
11	1.4 Жазу (накат)	1	09.10
12	1.4.1 Қысқаша теориялық мәлімет	1	11.10
13	1.4.2 Оқыту әдістемесі	1	16.10
14	1.5 Топ-спин	1	18.10
15	1.5.1 Қысқаша теориялық мәлімет	1	20.10
16	1.5.2 Оқыту әдістемесі	1	28.10
17	1.6 Тіреуіш	1	30.10
18	1.6.1 Қысқаша теориялық мәлімет	1	06.11
19	1.6.2 Оқыту әдістемесі	1	09.11
20	1.7 кесіп алу (подрезка)	1	13.11
21	1.7.1 қысқаша теориялық мәліметтер	1	15.11
22	1.7.2 Оқыту әдістемесі	1	20.11
23	1.8 Тактикалық дайындық	1	22.11
24	1.8.1 Ұтыс ұпайын ойнату тактикасы	1	24.11
25	1.8.2 Ұтыс ұпайын ойнату кезінде шашаң соқыларды орынау техникасы	1	28.11

26	1.8.3 Шабуылға қарсы тұру тактикасы	1	04.12
27	1.8.4 Шабуыл соққыларды жазумен орындау тактикасы	1	06.12
28-29	1.8.5. Кездесу жарысын өткізу тактикасы	2	11.12
30	1.9 Жұпта ойнаудағы ерекшеліктер	1	13.12
31	1.9.1 Жұпта ойнау тактикасы	1	18.12
32	1.9.2 Жұпты ойнау кезінде негізгі тактикалық тәсілдер	1	20.12
33	1.9.3 Методикалық нұсқау	1	25.12
34	1.10 Жарыстарды өткізу ережесі	1	27.12
35-36	1.10.1 Жарыстарды ұйымдастыру	2	28.12

Р/к	Тақырыбы	Сағат саны	Күні
1	Үйірменің міндетім мен мақсатын таныстыру	1	08.01
2	Қауіпсіздік ережесі	1	10.01
3	Үстел теннисі ережесімен таныстыру	1	15.01
4	Үстел теннисі ережесімен таныстыру	1	17.01
5	Үстел теннисі ережесімен таныстыру	1	22.01
6	Үстел теннисі ережесімен таныстыру	1	24.01
7	Допты ракетаның сыртымен таныстыру	1	29.01
8	Допты ракетаның сыртымен таныстыру	1	31.01
9	Допты ракетаның сыртымен шабуылдау	1	05.02

10	Допты ракетаның сыртымен қайтарып үйрену	1	07.02
3	Допты ракетаның сыртымен қайтарып үйрену	1	12.02
11	Допты ракетаның сыртымен қайтарып үйрену	1	14.02
12	Допты ракетаның ішімен шабуылдау	1	19.02
13	Допты ракетаның ішімен шабуылдау	1	21.02
14	Допты ракетаның ішімен шабуылдау	1	26.02
15	Допты ракетаның ішімен шабуылдау	1	28.02
16	Допты ракетаның сыртымен шабуылдау	1	04.03

17	Оқу жаттығу ойындары	1	06.03
18	Оқу жаттығу ойындары	1	11.03
19	Оқу жаттығу ойындары	1	13.03
20	Оқу жаттығу ойындары	1	18.03
21	Допты ракетканың ішімен қайтарып	1	20.03

	үйрену		
22	Допты ракетканың ішімен қайтарып үйрену	1	01.04
23	Допты ракетканың ішімен қайтарып үйрену	1	03.04
24	Допты ракетканың ішімен қайтарып үйрену	1	08.04
25	Шабуыл жасап үйрену	1	10.04

26	Оқу жаттығу ойындары	1	15.04
27	Оқу жаттығу ойындары	1	17.04
28	Оқу жаттығу ойындары	1	22.04
30	Оқу жаттығу ойындары	1	24.04
31	Допты беру түрлері	1	29.04
32	Допты беру түрлері	1	06.05
33	Допты беру түрлері	1	08.05
34	Допты беру түрлері	2	13.05
35	Допты тіке беру түрлері	1	15.05

36	Оқу жаттығу ойындары	1	20.05
37	Оқу жаттығу ойындары	1	22.05
38	Оқу жаттығу ойындары	1	24.05
39	Оқу жаттығу ойындары	1	29.05
40	Допты айналдырып беру түрлері	1	29.05
Барлығы жыл бойы: 79 сағат			