

Тақырыбы № 15

Спортшының жеке басының ерекшелігінің оқу – жаттығу жұмыстарын жүргізу

Дене шынықтыру және спорт кафедрасының аға
оқытушысы Уразбаев Марат Төлеуханұлы

ДӘРІС СҰРАҚТАРЫ:

Жоспар:

- Баскетбол сабақтарының мәні туралы ғылыми-педагогикалық көзқарастар мен оның жалпы білім беретін мектептерде жобалануы
- Оқушылардың баскетбол сабақтарының оқу-тәрбие үдерісіндегі бастапқы кезеңі
- Мектеп оқушыларына баскетбол ойыны техникасының негізгі тәсілдерін қалыптастырудағы технологиялық көзқарас
- Технологиялық көзқарас негізінде оқушыларда баскетбол ойыны техникасының негіздерін қалыптастыру жүйесі.

Қолданылатын әдебиеттер тізімі:

- Негізгі:
- Тілеуғалиев О. Алматы “Жазушы” Дене тәрбиесі
- Тойжанов С, Құлназаров А. Алматы “Жазушы” Дене тәрбиесі.
- Грасис А.М. Методики подготовки баскетболиста. М., Фис-58
- Зинин А. Детский баскетбол. М., Фис- 1969
-
- Қосымша:
- Керамикас С.А. Баскетбол. М., Фис- 1961
- Колпаков В. Очерки о советском баскетболе. М., Фис –1960
- Сгункус С.С. И индивидуальный тренеровки баскетболистов. М., Фис-1967
-

1. Баскетбол сабақтарының мәні туралы ғылыми-педагогикалық көзқарастар мен оның жалпы білім беретін мектептерде жобалануы

Педагогикалық ұстанымдар:

Жан-жақтылық,

Саналылық;

Белсенділік;

Бірте-бірте жасалатын әрекет;

Қайталамалық;

Көрнекілік;

Жеке даралық.

Оқу үдерісінің үздіксіздігі негізгі үш қағидаларда көрініс тапқан:

- а) оқу-тәрбие үдерісі көп жылғы және жыл бойындағы сипатқа ие болуы тиіс;
- ә) сабақ барысында әрбір келесі сабақтың әсері алдыңғы сабақтың ізінше қатпарлы әсер қалдыруы тиіс, себебі жас оқушының ағзасында алдыңғы сабақтардың әсерінен пайда болған жағымды өзгерістер беки түсуі және жетіле түсуі қажет;
- б) демалыс жұмыс қабілетін қалпына келтірудің арта түсуі үшін жеткілікті болуы тиіс.

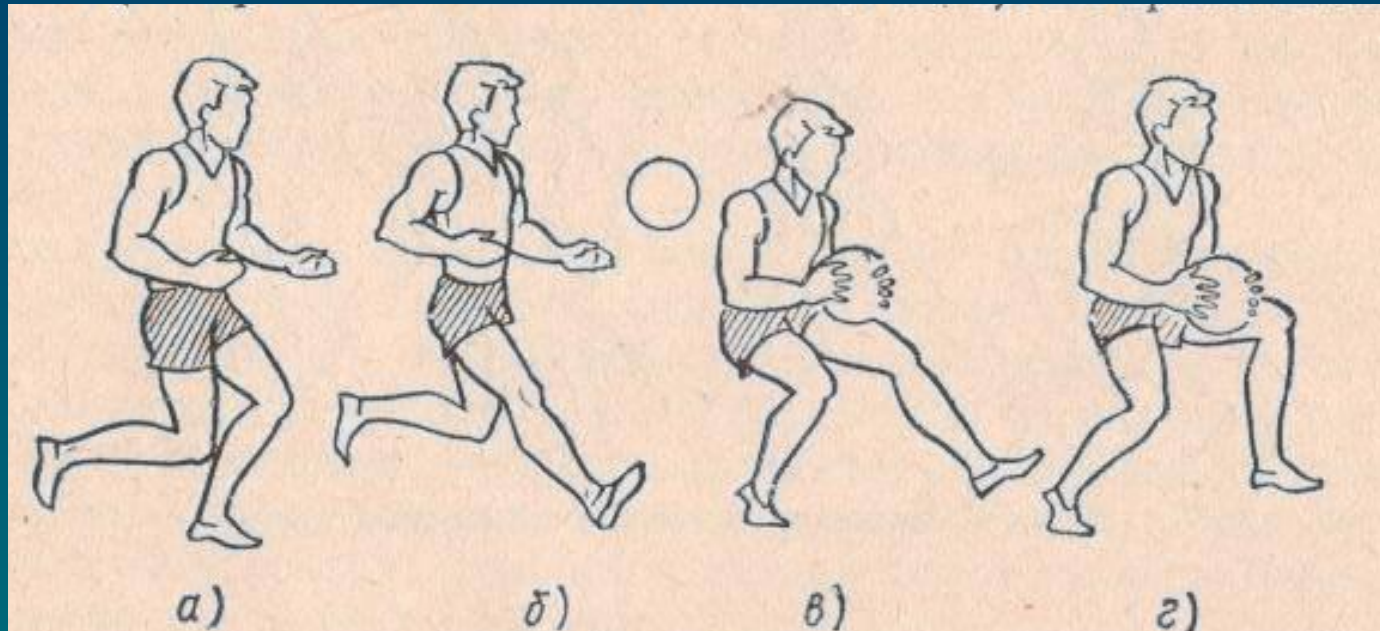
Баскетбол техникасы

Қозғалыс техникасы



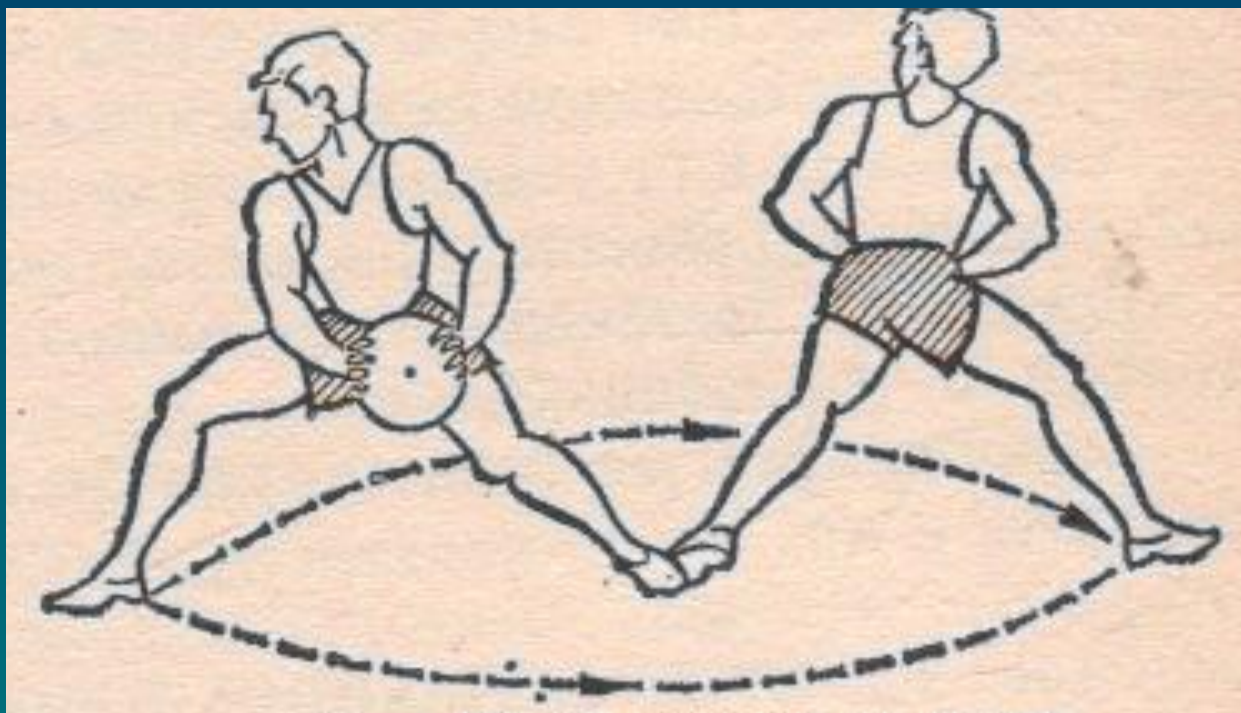
1 сурет. Бір аяқтан жоғарыға секіру

Қозғалыс техникасы



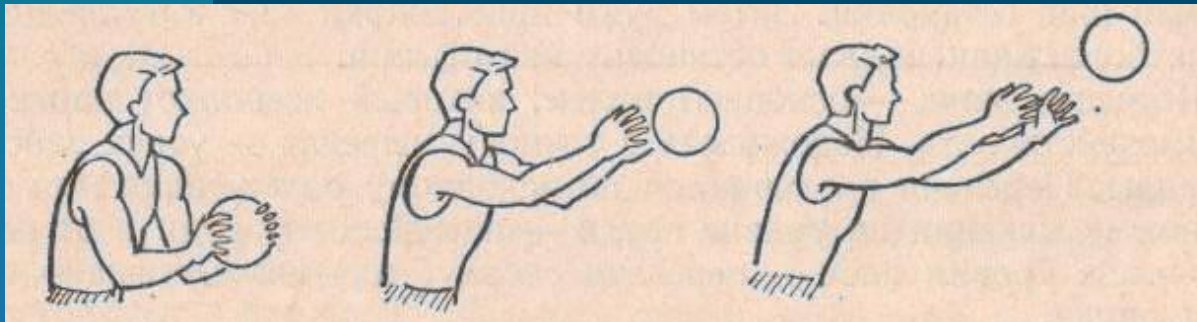
2 сурет. Тоқтау әдісі

Бұрылыс

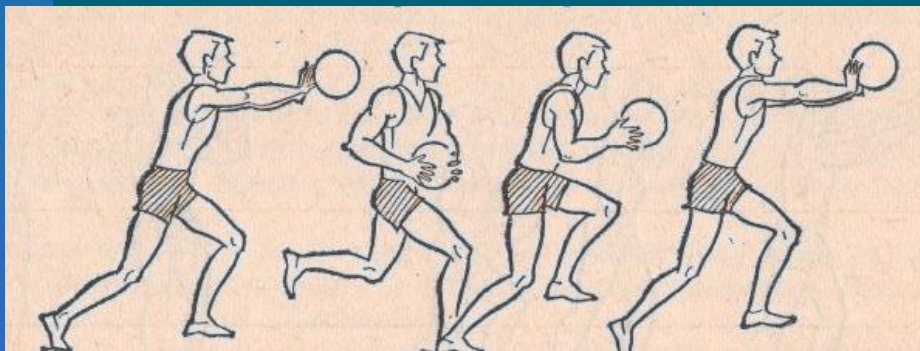


3 сурет. Орынында бұрылу әдісі

Шабуыл техникасы

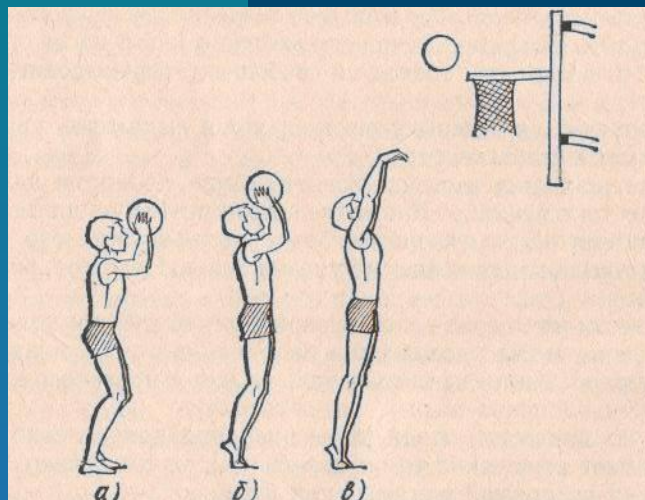


4 сурет. Екі қолмен
допты қағып алу әдісі

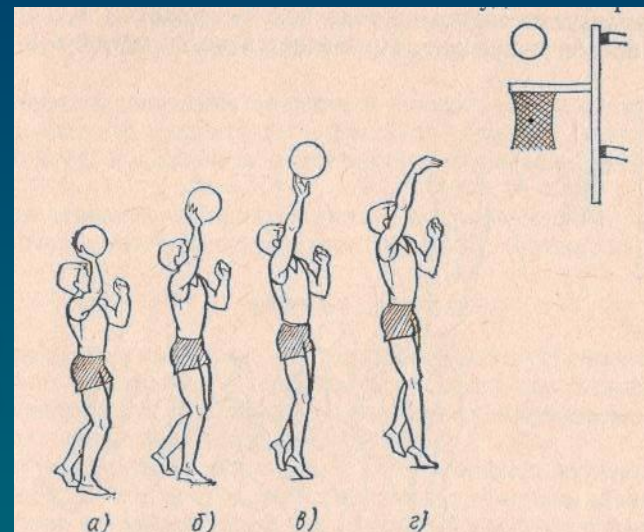


5 сурет. Қозғалыста допты
қағып алу және беру

Лақтыру техникасы

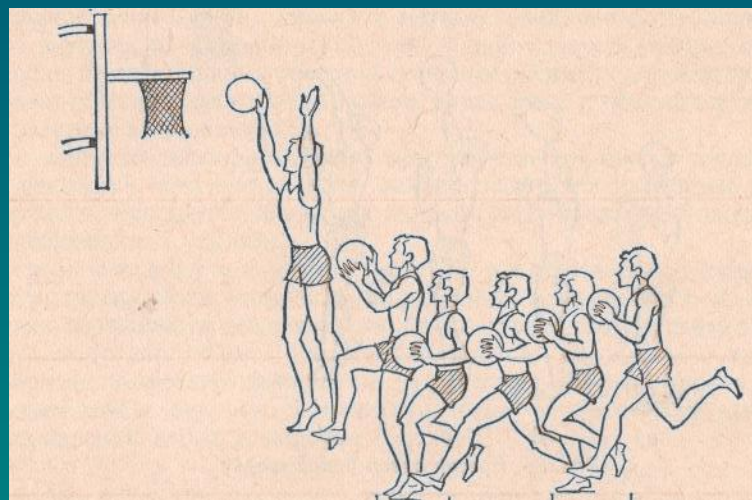


8 сурет. Үстінен бір қолмен қозғалыста допты лақтыру



7 сурет. Үстінен бір қолмен допты лақтыру

6 сурет. Үстінен екі қолмен допты лақтыру



Қимылға үйрету –

бұл білім алу, қозғалыс
ікемділігін қалыптастыру
және тиісті дене жағынан
қалыптасудың қасиеттерін
тәрбиелеу

Мектеп оқушыларына баскетбол ойыны техникасының негізгі тәсілдерін қалыптастырудағы технологиялық көзқарас

1 кесте - **Баскетболға үйретудің бастапқы кезеңіндегі оқу-тәрбие үдерісін ұйымдастыру**

Негізгі міндеттер	Дайындық түрлері	Бөлінген уақыт		
		4 сынып	5 сынып	6 сынып
дене жағынан қалыптасу қасиеттерін тәрбиелеу	теориялық ЖДД	8/1,8 115/26,3	8/1,5 118/22,1	18/3,3 108/20,0
ойын техникасы тәсіліне үйрету («техника мектебі»), оларды тактикалық әрекетте жетілдіру	СДД техникалық тактикалық ойын	66/15,1 90/20,6 30/6,8 38/8,7	67/12,5 96/17,4 38/7,1 60/11,2	58/10,7 93/17,2 49/9,1 60/11,1
тактикалық әрекеттерге үйрету (жеке және топтық) және оларды ойын кезінде жетілдіру	жарыстар бақылау сынақтары медициналық тексеру	- - -	30/5,6 12/2,2 -	30/5,5 12/2,2 4/0,4
жарыс әрекетіне тарту	спорттық лагерлер	72/16,5	108/20,2	108/20,0
	барлығы:	437	534	540

Ескерту: алымда дайындық түрін жүзеге асыруға кеткен уақыт берілген, ал бөлгіште- осы уақыттың оқудың жалпы уақытындағы үлесі (%).

Әдістемелік шарттар

- оқу үдерісін ұйымдастырғанда көзқарас, зияткерлік және қозғалыс құрылымдарының тұтастығы оны оқу, практикалық, ойын дайындығы және өзіндік жұмыстың инновациялық әдістерінің мазмұнына енгізуді болжамдайды;
- жас баскетболшылардың жан-жақты дамуы үшін қозғалыстың кешенді тапсырмаларын жасау мен қолданудың ғылыми логикасын қадағалау шарттары, дайындық түрлерінің бірлестікті қағидаларына сәйкес келеді;
- сабақта үйрету құралдары мен әдістерін оқушының ағымдағы жағдайына қарай сауатты қолдану

3 кесте - Техникалық дайындықтың бастапқы кезеңіндегі оқушы-баскетболшының үйрену әрекетінің нормативті құрылымы

Мақсатты айқындау	Жобалау	Жоспарлау	Орындау
допты қағып алу	1 жоба	1 жоспар	нәтиже 1
допты шығыршыққа тастау	2 жоба	2 жоспар	нәтиже 2
допты беру	3 жоба	3 жоспар	нәтиже 3
допты алып жүру	4 жоба	4 жоспар	нәтиже 4

I. Алдын ала дайындық кезеңі

Міндеттерді шешеді:

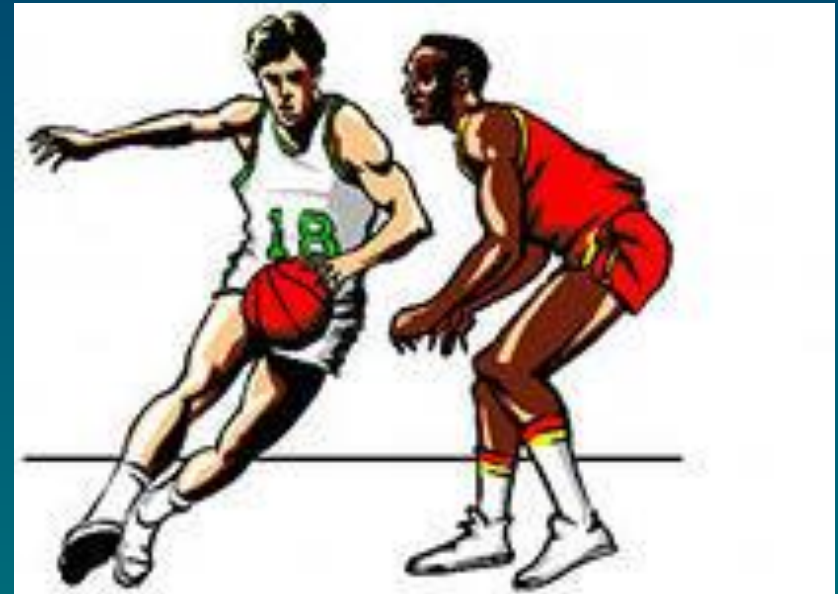
- Жалпы физикалық дайындық ,
- Баскетболдан базалық білім, ілік, дағдыларды меңгеру
- Спортпен айналысуға қызығушылығын арттыру
- (ұзақтығы 3 жыл)



II. Баскетболға үйретудің бастапқы кезеңі

Міндеттерді шешеді:

- Спорттық техниканы меңгеру,
- Келесі кезеңдердің іске асырылуына жағдай құру,
- ұзақтығы 2 жыл



III. Баскетболдан тереңдетілген дайындық кезеңі

Міндеттерді шешеді:

- Спортшының техникалық және тактикалық шеберлігін жетілдіру
- Төзімділік сапасын тәрбиелеу,
- ұзақтығы 2 – 3 жыл



IV. Спорттық жетілу кезеңі

Міндеттерді шешеді:

- Жарыстарға қатысуға дайындық ,
- Баскетболдан алғашқы жоғарғы спорттық нәтиже көрсету (спорт шебері нормативі),
- ұзақтығы 2 – 3 жыл



Ү. Жоғарғы жетістіктер кезеңі

Міндеттерді шешеді:

- Спортшының баскетболдағы барлық мүмкіндіктерді іске асыру,
- ұзақтығы 4 – 12 жыл



ҮІ. Жетістіктерді сақтау кезеңі

Міндеттерді шешеді:

Белгілі бір деңгейде
спорттық карьераны
ұзарту



ҮІІ. Жаттықырылғандықты қалыпта ұстау кезеңі

Міндеттерді шешеді:

Ұзақ өмір сүру,
спортшы-
ардагердің
денсаулығын
сақтау



Назарларыңызға рахмет!