

Бекітемін : *Жау*
 Мектеп директоры
 Г.Е. Каппасова
 «01» 09 2022 жыл

Бестөгай ауылының негізгі орта мектебі бойынша
 2022 – 2023 оқу жылының волейбол секциясының жұмыс
 жоспары

№	Жұмыс мазмұны	Сағат саны	Өткізілетін мерзімі
1	Ойынның негізгі ережелері	2	02.09
2	Ойыншының аландағы қозғалысы	2	08.09
3	Жоғарыдан тура допты ойынға қосу	4	09.15-09
4	Төменнен тура допты қосу	4	16.22.09
5	Допты жоғарыдан беру	4	23.29-09
6	Допты жоғарыдан қабылдау және беру	4	30.09.06.10
7	Допты төменнен қабылдап алу	4	07.13-10
8	Төменнен қабылдау және беру	4	14.20-10
9	Тор бойыннан допты беру тактикасы	4	21.27-10
10	Қозғалыс кезінде қабылдау және беру	4	28.10.03.11
11	Жоғарыдан беру және төменнен қосуды жетілдіру	8	04.10.11.11-10
12	Жоғарыдан тура қосқан допты қабылдап алу	8	18.24.25.10, 01-12
13	Тордан қайтқан допты алу	4	02.02-12
14	Допты құлау кезінде бір қолмен қабылдау	4	09.15-12
15	Тура шабуыл соққысы	4	22.23-12
16	Тосқауыл қою	4	29.30-12
17	Допты төменнен қабылдау және беру	6	05.06.12-101
18	Шабуыл кезіндегі тактика	8	13.19.20.26-09
19	Қорғандағы тактика	6	27.01, 02.05-02
20	Бірлік тосқауыл және страховка	6	09.10.16-02
21	Жалпы физикалық дайындық	6	17.23.24.-02
22	Шабуыл соққы екінші линиядан	8	02.03.09.10-03
23	Кростық дайындық	8	16.18.23.24-03
24	Оқыту ойыны	4	30.31-03
25	Допты қабылдап алу	6	06.07.13-04
26	Құлау техникасы	6	14.20.21-04
27	Страховка	4	27.28-04
28	Екілік тосқауыл	4	04.05-05
29	Бірінші екпінмен шабуылдау	4	11.12-05
30	Оқыту ойыны	2	18-05

Бестоғай негізгі мекткбі
бойынша волейбол секциясының
жұмысының есеп
журналы

2022-2023 оқу жылы

№	Имя-фамилия	Адрес	Класс	Сентябрь							Итого	
				01	02	03	04	05	06	07		
1	Кавецкая Л.	9	02.09.22									
2	Рыжиков А.	9	02.09.22									
3	Савицкая А.	9	02.09.22									
4	Александрова Е.	9	02.09.22									
5	Иванова Е.	7	02.09.22									
6	Давыдова С.	7	02.09.22									
7	Заварова Д.	7	02.09.22									
8	Иванова А.	7	02.09.22									
9	Савицкая С.	7	02.09.22									
10	Савицкая Д.	9	02.09.22									
11	Иванова А.	9	02.09.22									
12	Иванова М.	9	02.09.22									
13	Кавецкая Д.	9	02.09.22									
14	Иванова А.	8	02.09.22									
15	Савицкая А.	8	02.09.22									

01.09.22
 02.09.22
 03.09.22
 04.09.22
 05.09.22
 06.09.22
 07.09.22
 08.09.22
 09.09.22
 10.09.22
 11.09.22
 12.09.22
 13.09.22
 14.09.22
 15.09.22

No	Ura-ni	Pa-Raka										In-reki	Tukap wan		
		Kapaka					Meporaka								
		03	04	10	14	17	18	21	25	02	02	03	05	06	12
1	Kauferok UP														
2	Puketob H														
3	CaSui A.														
4	Amasui E														
5	Wrey E														
6	Dandae E														
7	Sauiog D														
8	TuerDaeb A														
9	Canapa-rueb H														
10	Spokoe D														
11	Wupuan A														
12	Hymano M														
13	Kakai D														
14	Thony A														
15	Laiyajaeb A														

01
 02
 03
 04
 05
 06
 07
 08
 09
 10
 11
 12
 13
 14
 15
 16
 17
 18
 19
 20
 21
 22
 23
 24
 25
 26
 27
 28
 29
 30
 31
 32
 33
 34
 35
 36
 37
 38
 39
 40
 41
 42
 43
 44
 45
 46
 47
 48
 49
 50
 51
 52
 53
 54
 55
 56
 57
 58
 59
 60
 61
 62
 63
 64
 65
 66
 67
 68
 69
 70
 71
 72
 73
 74
 75
 76
 77
 78
 79
 80
 81
 82
 83
 84
 85
 86
 87
 88
 89
 90
 91
 92
 93
 94
 95
 96
 97
 98
 99
 100
 101
 102
 103
 104
 105
 106
 107
 108
 109
 110
 111
 112
 113
 114
 115
 116
 117
 118
 119
 120
 121
 122
 123
 124
 125
 126
 127
 128
 129
 130
 131
 132
 133
 134
 135
 136
 137
 138
 139
 140
 141
 142
 143
 144
 145
 146
 147
 148
 149
 150
 151
 152
 153
 154
 155
 156
 157
 158
 159
 160
 161
 162
 163
 164
 165
 166
 167
 168
 169
 170
 171
 172
 173
 174
 175
 176
 177
 178
 179
 180
 181
 182
 183
 184
 185
 186
 187
 188
 189
 190
 191
 192
 193
 194
 195
 196
 197
 198
 199
 200

№	Plants	Caldas												Insects	Notes	
		13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24			
1	Kaulifera L.															
2	Pyretol H.															
3	Caqui A.															
4	Aradai E.															
5	Wery E.															
6	Dainfael C.															
7	Zavio D.															
8	Tiperdael A.															
9	Canapzaude B.															
10	Sperda D.															
11	Mupan A.															
12	Hymano H.															
13	Kakai D.															
14	Tibary A.															
15	Fairaydael A.															

13 14 15 16 17 18 19 20 21 22 23 24
 17 18 19 20 21 22 23 24
 25 26 27 28 29 30 31 32
 33 34 35 36 37 38 39 40
 41 42 43 44 45 46 47 48
 49 50 51 52 53 54 55 56
 57 58 59 60 61 62 63 64
 65 66 67 68 69 70 71 72
 73 74 75 76 77 78 79 80
 81 82 83 84 85 86 87 88
 89 90 91 92 93 94 95 96
 97 98 99 100 101 102 103 104
 105 106 107 108 109 110 111 112
 113 114 115 116 117 118 119 120
 121 122 123 124 125 126 127 128
 129 130 131 132 133 134 135 136
 137 138 139 140 141 142 143 144
 145 146 147 148 149 150 151 152
 153 154 155 156 157 158 159 160
 161 162 163 164 165 166 167 168
 169 170 171 172 173 174 175 176
 177 178 179 180 181 182 183 184
 185 186 187 188 189 190 191 192
 193 194 195 196 197 198 199 200
 201 202 203 204 205 206 207 208
 209 210 211 212 213 214 215 216
 217 218 219 220 221 222 223 224
 225 226 227 228 229 230 231 232
 233 234 235 236 237 238 239 240
 241 242 243 244 245 246 247 248
 249 250 251 252 253 254 255 256
 257 258 259 260 261 262 263 264
 265 266 267 268 269 270 271 272
 273 274 275 276 277 278 279 280
 281 282 283 284 285 286 287 288
 289 290 291 292 293 294 295 296
 297 298 299 300 301 302 303 304
 305 306 307 308 309 310 311 312
 313 314 315 316 317 318 319 320
 321 322 323 324 325 326 327 328
 329 330 331 332 333 334 335 336
 337 338 339 340 341 342 343 344
 345 346 347 348 349 350 351 352
 353 354 355 356 357 358 359 360
 361 362 363 364 365 366 367 368
 369 370 371 372 373 374 375 376
 377 378 379 380 381 382 383 384
 385 386 387 388 389 390 391 392
 393 394 395 396 397 398 399 400
 401 402 403 404 405 406 407 408
 409 410 411 412 413 414 415 416
 417 418 419 420 421 422 423 424
 425 426 427 428 429 430 431 432
 433 434 435 436 437 438 439 440
 441 442 443 444 445 446 447 448
 449 450 451 452 453 454 455 456
 457 458 459 460 461 462 463 464
 465 466 467 468 469 470 471 472
 473 474 475 476 477 478 479 480
 481 482 483 484 485 486 487 488
 489 490 491 492 493 494 495 496
 497 498 499 500 501 502 503 504
 505 506 507 508 509 510 511 512
 513 514 515 516 517 518 519 520
 521 522 523 524 525 526 527 528
 529 530 531 532 533 534 535 536
 537 538 539 540 541 542 543 544
 545 546 547 548 549 550 551 552
 553 554 555 556 557 558 559 560
 561 562 563 564 565 566 567 568
 569 570 571 572 573 574 575 576
 577 578 579 580 581 582 583 584
 585 586 587 588 589 590 591 592
 593 594 595 596 597 598 599 600
 601 602 603 604 605 606 607 608
 609 610 611 612 613 614 615 616
 617 618 619 620 621 622 623 624
 625 626 627 628 629 630 631 632
 633 634 635 636 637 638 639 640
 641 642 643 644 645 646 647 648
 649 650 651 652 653 654 655 656
 657 658 659 660 661 662 663 664
 665 666 667 668 669 670 671 672
 673 674 675 676 677 678 679 680
 681 682 683 684 685 686 687 688
 689 690 691 692 693 694 695 696
 697 698 699 700 701 702 703 704
 705 706 707 708 709 710 711 712
 713 714 715 716 717 718 719 720
 721 722 723 724 725 726 727 728
 729 730 731 732 733 734 735 736
 737 738 739 740 741 742 743 744
 745 746 747 748 749 750 751 752
 753 754 755 756 757 758 759 760
 761 762 763 764 765 766 767 768
 769 770 771 772 773 774 775 776
 777 778 779 780 781 782 783 784
 785 786 787 788 789 790 791 792
 793 794 795 796 797 798 799 800
 801 802 803 804 805 806 807 808
 809 810 811 812 813 814 815 816
 817 818 819 820 821 822 823 824
 825 826 827 828 829 830 831 832
 833 834 835 836 837 838 839 840
 841 842 843 844 845 846 847 848
 849 850 851 852 853 854 855 856
 857 858 859 860 861 862 863 864
 865 866 867 868 869 870 871 872
 873 874 875 876 877 878 879 880
 881 882 883 884 885 886 887 888
 889 890 891 892 893 894 895 896
 897 898 899 900 901 902 903 904
 905 906 907 908 909 910 911 912
 913 914 915 916 917 918 919 920
 921 922 923 924 925 926 927 928
 929 930 931 932 933 934 935 936
 937 938 939 940 941 942 943 944
 945 946 947 948 949 950 951 952
 953 954 955 956 957 958 959 960
 961 962 963 964 965 966 967 968
 969 970 971 972 973 974 975 976
 977 978 979 980 981 982 983 984
 985 986 987 988 989 990 991 992
 993 994 995 996 997 998 999 1000

№	Имя-фамилия	Квартал						Итого
		30	31	06	07	12	14	
1	Мауленов И.							
2	Ахметов И.							
3	Султанов И.							
4	Аманжол И.							
5	Ибрагим И.							
6	Давыдов И.							
7	Зайнов И.							
8	Алиев И.							
9	Аманжол И.							
10	Султанов И.							
11	Аманжол И.							
12	Аманжол И.							
13	Аманжол И.							
14	Аманжол И.							
15	Аманжол И.							

Итого: 15 человек

Всего: 15 человек

Өткізілетін күні	Сабақтың мақсаты		Тренер көлі
	қысқаша	көрсеткіш	
02.09	1	Ойынның негізгі ережелері	
08.09	2	Ойыншының алаңдағы қозғалысы	
09.09	2	Мног. тұра сырт ойынға көше	
15.09	2	Мног. тұра сырт ойынға көше	
16.09	2	Төмен. тұра сырт ойынға көше	
22.09	2	Төмен. тұра сырт ойынға көше	
23.09	2	Сырт жоғарыдан беру	
29.09	2	Сырт жоғарыдан беру	
30.09	2	Сырт жоғары. қабылдау және беру	
06.10	2	Сырт жоғары. қабылдау және беру	
07.10	2	Сырт төменнен қабылдау. алу	
13.10	2	Сырт төменнен қабылдау. алу	
14.10	2	Төменнен қабылдау және беру	
20.10	2	Төменнен қабылдау және беру	
28.10	2	Тор жақтан сырт беру техникасы	
27.10	2	Тор жақтан сырт беру техникасы	
28.10	2	Көрсеткіш берілу қабылдау және беру	
3.11	2	Қозғалыс кезінде қабылдау және беру	
4.11	2	Мног. беру және төмен. қозғалыс	
11.11	2	Мног. беру және төмен. қозғалыс	
11.11	2	Мног. беру және төмен. қозғалыс	
11.11	2	Мноғарадан тұра көрсеткіш сырт қабылдау. алу	
11.11	2	Мноғ. тұра көрсеткіш сырт қабылдау. алу	
11.11	2	Мноғ. тұра көрсеткіш сырт қабылдау. алу	
12.11	2	Мноғ. тұра көрсеткіш сырт қабылдау. алу	
2.12	2	Тордан көрсеткіш сырт алу	
2.12	2	Тордан көрсеткіш сырт алу	
2.12	2	Сырт күлеу кезінде бір кезмен қабылдау	
2.12	2	Сырт күлеу кезінде бір кезмен қабылдау	
2.12	2	Тұра шабуылды соққылау.	
2.12	2	Тұра шабуылды соққылау.	
2.12	2	Төменнен көше	
2.12	2	Төменнен көше	
2.12	2	Сырт төменнен қабылдау және беру	

Сабаттон			Сабаттон матпегу керүүлү өбдү			
Дата	Курс	Сабаттон мазмуну	Күн	Сазыт өкмө	Курс	Сабаттон мазмуну
06.01	1	Өзгөчө тереңинен келүүчү мекке берүү				
08.01	1	Мекке берүүчүлүк баарына өзгөчө берүү				
10.01	1	Шаббаттын сөлөкөтү, талыкка	18.05	2		Биринчи өлкөнүн мекке берүүчү
12.01	1	Шаббаттын күйүмү, талыкка	18.05	2		Өзгөчө өлкөнүн
14.01	1	Шаббаттын күйүмү, талыкка				
16.01	1	Шаббаттын күйүмү, талыкка				
18.01	1	Корлануудагы талыкка				
20.01	1	Корлануудагы талыкка				
22.01	1	Биринчи төрөдөгү мекке берүүчүлүк				
24.01	1	Биринчи төрөдөгү мекке берүүчүлүк				
26.01	1	Биринчи төрөдөгү мекке берүүчүлүк				
28.01	1	Мекке берүүчүлүк, дайындоо				
30.01	1	Мекке берүүчүлүк, дайындоо				
01.02	1	Мекке берүүчүлүк, дайындоо				
03.02	1	Шаббаттын сөлөкөтү - өлкөнүн мекке берүүчүлүк				
05.02	1	Шаббаттын сөлөкөтү - өлкөнүн мекке берүүчүлүк				
07.02	1	Шаббаттын сөлөкөтү - өлкөнүн мекке берүүчүлүк				
09.02	1	Корлануудагы талыкка				
11.02	1	Корлануудагы талыкка				
13.02	1	Корлануудагы талыкка				
15.02	1	Корлануудагы талыкка				
17.02	1	Корлануудагы талыкка				
19.02	1	Корлануудагы талыкка				
21.02	1	Корлануудагы талыкка				
23.02	1	Корлануудагы талыкка				
25.02	1	Корлануудагы талыкка				
27.02	1	Корлануудагы талыкка				
29.02	1	Корлануудагы талыкка				
01.03	1	Корлануудагы талыкка				
03.03	1	Корлануудагы талыкка				
05.03	1	Корлануудагы талыкка				
07.03	1	Корлануудагы талыкка				
09.03	1	Корлануудагы талыкка				
11.03	1	Корлануудагы талыкка				
13.03	1	Корлануудагы талыкка				
15.03	1	Корлануудагы талыкка				
17.03	1	Корлануудагы талыкка				
19.03	1	Корлануудагы талыкка				
21.03	1	Корлануудагы талыкка				
23.03	1	Корлануудагы талыкка				
25.03	1	Корлануудагы талыкка				
27.03	1	Корлануудагы талыкка				
29.03	1	Корлануудагы талыкка				
31.03	1	Корлануудагы талыкка				
01.04	1	Корлануудагы талыкка				
03.04	1	Корлануудагы талыкка				
05.04	1	Корлануудагы талыкка				
07.04	1	Корлануудагы талыкка				
09.04	1	Корлануудагы талыкка				
11.04	1	Корлануудагы талыкка				
13.04	1	Корлануудагы талыкка				
15.04	1	Корлануудагы талыкка				
17.04	1	Корлануудагы талыкка				
19.04	1	Корлануудагы талыкка				
21.04	1	Корлануудагы талыкка				
23.04	1	Корлануудагы талыкка				
25.04	1	Корлануудагы талыкка				
27.04	1	Корлануудагы талыкка				
29.04	1	Корлануудагы талыкка				
01.05	1	Корлануудагы талыкка				
03.05	1	Корлануудагы талыкка				
05.05	1	Корлануудагы талыкка				
07.05	1	Корлануудагы талыкка				
09.05	1	Корлануудагы талыкка				
11.05	1	Корлануудагы талыкка				
13.05	1	Корлануудагы талыкка				
15.05	1	Корлануудагы талыкка				
17.05	1	Корлануудагы талыкка				
19.05	1	Корлануудагы талыкка				
21.05	1	Корлануудагы талыкка				
23.05	1	Корлануудагы талыкка				
25.05	1	Корлануудагы талыкка				
27.05	1	Корлануудагы талыкка				
29.05	1	Корлануудагы талыкка				
31.05	1	Корлануудагы талыкка				