

## БӨЛІМ: ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ

## Допты төменнен қабылдау әдісі (Волейбол)

ЖАРИЯЛАНДЫ  
29.11.2017СІЛТЕМЕ  
https://bilimger.kz/21309/

## АННОТАЦИЯ / АҢДАТПА

## Жөкеев Арман Төлепбергенұлы

Сабақтың тақырыбы: Допты төменнен қабылдау әдісі (Волейбол)

Мақсаты: 1. Оқушыларға волейбол орнында допты төменнен қабылдау әдісін толық меңгерту, үйрету арқылы волейбол ойынына деген қызығушылықтарын арттыру.

2. Оқушылардың қимыл — қозғалыс әрекетін қалыптастыру, дамыту.

3. Оқушыларды ептілікке, шапшаңдыққа тәрбиелеу.

Керекті құралдар: Сқырық, доп.

Өтетін орын: Спорт зал.

Түрі: Жаңа сабақ

Әдісі: Түсіндірме, практикалық.

I. Ұйымдастыру бөлімі: 2минут

1. Сапқа тұру — 1мин

2. Мәлімдеме қабылдау, түгендеу — 1мин

Даярлық бөлімі: 13минут

1. Саптық жаттығулар орындау( Оң және солға бұрылу, кері бұрылу)— 1мин

2. Алаңда жәй жүру және жүгіру жаттығулары арқылы денені қыздырылатын жаттығулар жасау — 5мин

3. Орындарында орындалатын әр түрлі гимнастикалық жаттығулар орындау 5мин

4. Үй тапсырмасын барлық оқушыға көрсету арқылы, допты үстінен

қабылдау жаттығуларын жасау – 2мин

Допты жоғарыдан қабылдау әдісі.

II. Негізгі бөлімі: 20 — 25 минут

• 1. Сапқатұру — 1 мин

• 2. Жаңасабақты түсіндіру, тақырыппен, мақсатымен таныстырып өту. — 2 — мин



III. Қорытындыбөлімі: 5 — минут

- 1. Сапқатұру — 1мин
- 2. БҮҮ — стратегиясы - 1мин
- 3. Үйгетапсырма “Волейбол: доптытөменненқабылдауәдісінорындапкелу”- 1мин
- 4. Бағалау — 2мин

Сабақтықорытындылап:

Білетінім

Үйренгенім

Үйренгімкеледі

Үйгетапсырма “Волейбол: доптытөменненқабылдауәдісінорындапкелу”.— 1мин

Бағалау — 2мин

**ҚМ АА** Куәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.