Қазақстан Республикасы Білім және Ғылым  
 министрлігі

*Ордабасы ауданы «Ынтымақ» негізгі орта мектебі коммуналдық мемлекеттік мекемесі*

**Тақырыбы**:*Футбол добын алып жүру тәсілдері***Сыныбы:**7 в**Дене шынықтыру пәні мұғалімі:**А.Арланбеков

**Сабақ тақырыбы:**Футбол добын алып жүру тәсілдері  
**Мақсаты:**Футбол ойынының техникасын жетілдіру және дамыту  
**1.Білімділік:** Допты алып жүру тәсілін жетілдіру  
**2.Тәрбиелілік:** Ойын барысында адамгершілік қабілеттерін қалыптастыру   
**3.Дамытушылық:** Оқушылардың үйымшыл қыймыл-қозғалысын дамыту

**Өтетін орны:** Спорт алаңы  
**Құрал-жабдықтар:**Ысқырық ,футбол добы

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Сабақ бөлімі** | **Сабақтың мазмұны** | **Жүктеме мөлшері** | **Ұйымдастырушылық  және әдістемелік нұсқаулар** |
| Кіріспе дайындық  15 минут | Сапқа тұрғызу. Кезекшінің баяндауы Сабақ тақырыбын хабарлау.   Саптық жаттығулар.  Бір қалыпты жүгіру.  Жүріс кезінде,орын-н жаттығулар.  Арнайы жүру жаттығулар 2х15м  Демалу,дем шығару  Иілуге арналған жаттығулар | 3′  1′  2′  2′  3′  1′  3′ | Бір сызықтың бойына тіке тұру,спорттық киіммен.  Бірдей бұрылу,денені тіке ұстау.  Саптан шықпай жүгіру  Ара-қашықтықты сақтау  Қайтарда жай жүгіріспен  Терең дем алып,дем шығару  Шеңберге тұрып орындау |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Негізгі бөлім  26 минут | Допты қарсыластың қақпасына шапшаң жеткізу үшін оны тез жүгіре отрып алып баруға тура келеді.Бұл,әдетте,бір ойыншы допты өз командасының екінші бір ойыншысына теуіп беріп,солай бірден-бірге сырғыта беру арқылы орындалады. Допты алып жүру кезіндегі басты мақсат-оны қарсыласына беріп қоймау.Ойыншы допты тура алып жүру кезінде аяқтың сырт жағымен,ал бұрылып немесе қарсылас ойыншышы алып өту кезінде аяқтың іш жағымен тебеді. Допты қарсыласына тартып алу үшін оның қыймыл-қозғалысын алдын-ала сезіп біліп,соған орай әдістер қолданылады.Мұнда негізіне доптың қай бағытқа ұшатынын немесе ұшып келе жатқанын тез байқап,бірден шешім қабылдай білу керек. допты ойынға қосу.Допты ойынға қосу дегеніміз-алаң сызығының сыртына шығып кеткен допты өз ойыншылырына баратындай етіп қолмен алаңға лақтырып енгізу.Лақтырар кезде ойыншы допты екі қолмен желке тұсында ұстап,сол шалқая беріп өз әріптестеріне сілтей лақтырады.Доп қолда тұрғанда аяқты жерден көтеруге рұқсат етілмейді.  Оқушыларды екі топқа бөліп,футбол ойынын ойнату | 16 ′  10 ′ | Допты алып жүру,бір-біріне ұзату және техникасын дұрыс орындалуын қадағалау.  Ойын ережесінің сақталуын бақылау. |
| Қорытынды бөлім 4 минут | Жалпы сапқа тұрғызу. Оқушылардың қателерін түзету Оқушыларды бағалау Үйге тапсырма беру | 2 ′  1 ′  1 ′ | Оқушылардың жетістіктерін, кемістіктерін ескере отырып бағалау Тыныс алу жаттығулары Бой жазу жаттығуларын орындау |