

Баскетбол үйірмесінің жоспары

	Өтілетін сабақтың тақырыбы	Сағат саны	Өтілетін мерзімі
1	Баскетбол тарихы	3 сағ	2.6.7.09.2022
2	Баскетбол сабағында техника қауіпсіздік ережелері	3 сағ	9.13.14.09.22
3	Баскетбол ойыны	3 сағ	16.20.21.09.22
4	Допты екі қолмен кеуде тұсынан беру	3 сағ	23.27.28.09.22
5	Допты екі қолмен ұстау	3 сағ	30.4.5.10.22
6	Допты бір қолмен ұстау	3 сағ	4.11.12.10.22
7	Токтау	3 сағ	14.18.19.10.22
8	Бұрылу	3 сағ	25.26.28.10.22
9	Допты әріптесіне беру	3 сағ	8.9.11.11.22
10	Допты бір қолмен жоғарыдан беру	3 сағ	15.16.18.11.22
11	Допты алып жүру	3 сағ	22.23.25.11.22
12	Ойынның мазмұнымен негізгі ережелері	3 сағ	29.30.2.12.22
13	Допты сол және оң қолмен алып жүру	3 сағ	6.7.9.12.22
14	Допты бағытын өзгертіп алып жүру	3 сағ	13.14.16.12.22
15	Допты бір орында тұрып екі қолмен лақтыру	3 сағ	20.21.23.12.22
16	Допты қарсыластан тартып алу	3 сағ	27.28.30.12.22
17	Допты ыйықтан асыра лақтыру	3 сағ	10.11.13.01.23
18	Ережемен баскетбол ойнау	3 сағ	17.18.20.01.23
19	Бір орында тұрып себетке доп лақтыру	3 сағ	24.25.27.01.23
20	Допты екі қолмен кеуде тұсынан беру	3 сағ	31.1.3.02.23
21	Допты екі қолмен ұстау	3 сағ	14.15.17.02.23
22	Допты бір қолмен ұстау	3 сағ	21.22.24.02.23
23	Токтау	3 сағ	28.1.3.03.23
24	Бұрылу	3 сағ	7.8.10.03.23
25	Допты әріптесіне беру	3 сағ	14.15.17.03.23
26	Допты бір қолмен жоғарыдан беру	3 сағ	14.15.17.03.23
27	Допты алып жүру	3 сағ	28.29.31.03.23
28	Ойынның мазмұнымен негізгі ережелері	3 сағ	28.29.31.03.23
29	Допты сол және оң қолмен алып жүру	3 сағ	4.5.7.04.2023
30	Допты бағытын өзгертіп алып жүру	3 сағ	11.12.14.04.23
31	Допты бір орында тұрып екі қолмен лақтыру	3 сағ	18.19.21.04.23
32	Допты қарсыластан тартып алу	3 сағ	25.26.28.04.23
33	Допты ыйықтан асыра лақтыру	3 сағ	23.5.05.2023
34	Ықшамдалған ережемен баскетбол ойнау	3 сағ	9.10.12.16.17.19