

«Бекітемін»  
Ақтөбе құрылыс-техникалық колледжі  
директордың оқу тәрбие жұмысы  
жөніндегі орынбасары:  
Мұхамбет Д.Е



# Волейбол

## үйірмесінің жылдық жоспары

2025-2026 жыл

№	Тақырыптың аталуы	Сағат саны	жауыпты
1	Қауіпсіздік ережелері, шығу тарихы, жалпы ережелері. Жаттығулар.	2	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
2	Волейболшының тұрысы, орын ауыстырулар	6	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
3	Ойын техникасының элементтері.	4	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
4	Допты ойынға қосу.	6	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
5	Допты төменгі бір жақ жанынан ойынға қосу	6	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
6	Команда арасында екі жақты ойын	4	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
7	Допты жоғарыдан тура беру арқылы ойынға қосу;	4	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
8	Допты жоғарыдан бір жанынан ойынға қосу.	4	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
9	Допты айналып ұшатын және айнамай ұшатын етіп ойынға қосу	4	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
10	Допты командалас серігіне беру жаттығулары.	4	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
11	Команда арасында екі жақты ойын	4	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
12	Беру тәсілдері жоғары қарай беру; төмендетіп беру	4	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
13	Шабуылдау соққыларына арналған жаттығулар.	6	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
14	Шабуылдау соққыларына арналған жаттығулар.	6	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
15	Бір жақ бүйірден шабуылдау соққысы	4	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
16	Дамыту жаттығулары.	4	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
17	Команда арасында екі жақты ойын.	4	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
18	Тосқауыл қоюға арналған жаттығулар.	6	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
19	Допты төменгі бір жақ жанынан ойынға қосу	6	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
20	Допты жоғарыдан тура беру арқылы ойынға қосу;	6	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
21	Допты жоғарыдан бір жанынан ойынға қосу.	6	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
22	Команда арасында екі жақты ойын.	4	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
23	Допты айналып ұшатын және айнамай ұшатын етіп ойынға қосу	6	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ
24	Команда арасында сайыс. Төрешілік ету	6	Алдамжарова М.Б Нұрлан Д.Қ