



БИЛИМ БЕРҮҮ ЖАНА ИЛИМ МИНИСТРЛИГИ

МАМАДАЛЫ БАРПИЕВ АТЫНДАГЫ №19 ЖЫЛГЫН  
ЖАЛПЫ ОРТО БИЛИМ БЕРҮҮЧҮ МЕКТЕБИ

Дене тарбия сабагы

**"ВОЛЕЙБОЛ"**

**ийриминин**

**ИШ ПЛАНЫ**



**Таалайбеков Руслан**

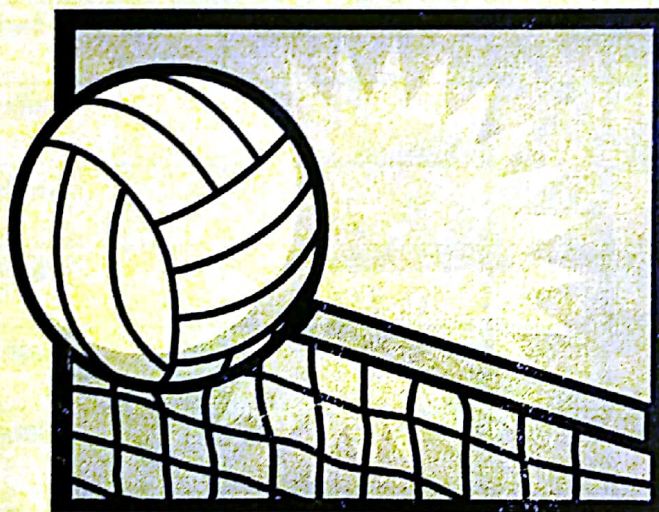
ЖЫЛГЫН айылы



МАМАДАЛЫ БАРПИЕВ АТЫНДАГЫ №19 ЖЫЛГЫН ЖАЛПЫ  
ОРТО БИЛИМ БЕРҮҮЧҮ МЕКТЕБИ



## *Дене тарбия ийрими*



Волейбол

Ийримдин жетекчиси: Таалайбеков Р.

2022-2023

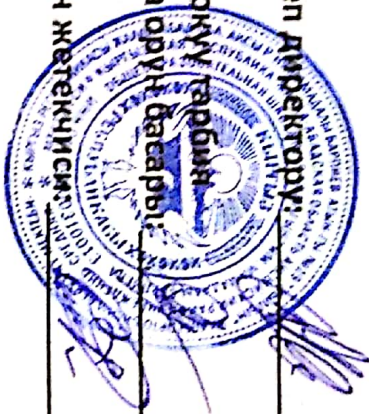


«БЕКТЕМИН»

Мектеп Директору: / Өмүрбеков М.

Директордун окуу тарбын  
иштери боюнча орун басары: / Бердалиева Ө.

Ийримдин жетекчиси: / Таалайбеков Р.



Мектеби: М. Барпиев атындагы №19 Жылгын жалпы орто билим берүүчү мектеби

*Ийримдин расписанияси*

№	Айлары	Дүйшөмбү	Шейшемби	Шаршемби	Бейшкмби	Жума
1	Сентябрь	Саам 14:30		Саам 14:20		Саам 14:30
2	Октябрь	Саам 14:30		Саам 14:20		Саам 14:30
3	Ноябрь	14:30		14:55		14:30
4	Декабрь					
5	Январь					
6	Февраль					
7	Март					
8	Апрель					
9	Май					



## Түшүнүк кат

**Волейбол** - топ менен ойнолуучу оюн. Атайын даярдалган тегиз аянтта ойнолот. Оюн аянты туурасы 9 м, узундугу 18 м олчомундогу тик бурчтук турундо болот, ал тен экиге болунуп, ортосуна атайын жасалган тор тартылат. Тордун бийиктиги эркектер учун 2,43 м, кыз-келиндер учун 2,24 м болот. Майда балдар учун тор жапызыраак тартылышы да мумкун. Тордун эни 1 м, узуну, 9,5 м. Волейбол тобу булгаарыдан жасалат, топтун салмагы 285 гм, айланасы 69 см болот.

Волейбол алгач 1895-жылы АКШда пайда болгон. Европада биринчи жолу Чехословакияда ойнолгон. СССРде волейболдун эрежеси 1926-жылы бекитилген. Оюнду 12 оюнчу ойнойт. Оюнчулар бдан эки жаатка болунот. Калыс дайындалат.

Оюндун максаты – бир жааттын оюнчулары топту кол менен же денени бел кырчоодон ойдонку болукторунун бири менен уч жолудан кем эмес уруп, тордон аттаандаштарынын талаасына чектен чыкпай тушкондой же аттаандаштары топту каршы алганда оюндун эрежесин бузгандай кылып ашыруу. Оюнчулар аянтка белгилуу тартипте жайгашат. Оюн журуп жаткан мезгилде волейболчулар аянттын ар кайсы жеринде журо берет, топ беруу учурунда гана оздоруно тиешелуу орунду ээлейт.

Оюн топ беруудон башталат. Топ аянттын он жак четки бурчунан берилет. Эгер топ торго тийбей отуп аянттын ичине тушсо, топ беруу туура деп эсептелинет. Эгер топ торго тийип отсо же тордун астынан же устунон отуп чийинден алыс же топ

берип жаткан жааттын оюнчусуна тийип кетсе, топту эки колдоп берсе топ оз ордуна берилбесе, ыргытып же туртуп берсе топ туура эмес берилген болот. Топ берип жаткан оюнчу чийинди аттоого же таманы менен басууга болбойт. Топту бергенде каршы алган жак утушка ээ болсо ар бир оюнчу ордун которот; ар бир оюнчу башка орунга саат жебесинин багыты боюнча которулат.

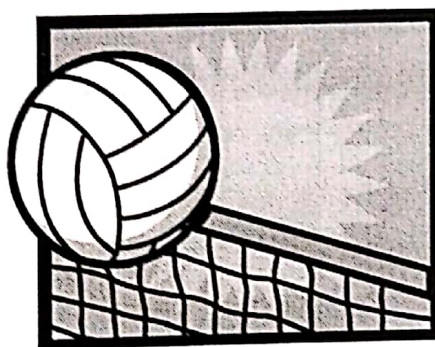
Оюндун журушундо топ токтолбостон жана кармалбастан уруп узатылат. Топко эки оюнчунун бир убакта тийип алышы эки урууга эсептелет. Мында бул эки оюнчу топту учунчу жолу ура



албайт . Оюндун журушундо торго тийууго болбойт . топ тийгенде тор чоюла тушуп кокусунан оюнчуга тийип кетиши торго тийгендик деп эсептелет.

Топту каршы алган жаат же берген жаат топту жерге тушуруп алса, топту кармап калса же ыргытса , оюнчу топко катары менен эки мертебе алса , жаат топту уч жолудан ашык уруп жиберсе же топ берилип жатканда оюнчулар оз орундарын ээлебесе , оюнчу ортонку сызыктан отсо , колу тордун устунон отуп аттаандашы тараптагы торго тийсе ,топ талаанын сытына тушсо ,оюнчу оюн талаасынын ичинде журуш – туруш эрежесин бузуп , калыстан эскертуу алса оюн жыдыйт .

Оюн 3 же 5 партиядан туруп , ар бир партия бир жаат эсепти 15ке жеткиргенче ойнолот . Эгер оюн эсеби 14-14 болуп калса , анда жааттардын бири дагы 2 упай топтогонго чейин оюн уланылат . Ар бир партиядан кийин тараптар жана топ беруу алмашылат





Ийримдин аталышы: Велибай

Ийримдин жетекчиси: Тарайышев Суван

Ийримдин төрайымы (төрагасы): Салия К. Ибраимовна

Орун басарлары:  
Коомдук иштер боюнча: Султанова Г. Аманат

Маданий иштер боюнча: Бакыбаева А. Аманат

Маалымат иштер боюнча: Бибирдинова А. Турмушалиева





Волейбол ийримишини мүчөлөрү жөнүндө

МААЛЫМАТ

2022-2023- окуу жылы

№	Окуучунун аты жөнү	Классы	Туулган күнү,	Ийрим класс
1	Салин К. М.	11-классы		11-класс
2	Алимов К. М.	11-классы		11-класс
3	Султанова Т	10-классы		10-класс
4	Ташаева Т	10-классы		10-класс
5	Маматова ТТ	10-классы		10-класс
6	Кайыпова М	10-классы		10-класс
7	Исбаева А	9-классы		9-класс
8	Муса К. А.	8-классы		8-класс
9	Болжубаева А	8-классы		8-класс
10	Бекмурзаева А	8-классы		8-класс
11	Маматбаева А	8-классы		8-класс
12	Маматалова А.	8-классы		8-класс
13	Маматалова В.	10-классы		10-класс
14				
15				
16	Жамалов Б.	11-классы		11-класс
17	Сейталиев Н.	11-классы		11-класс
18	Алибеков Н	8-классы		8-класс
19	Жамалов М.	11-классы		11-класс
20	Султанов Н.	9-классы		9-класс
21	Турганалиев К.	8-классы		8-класс
22	Ташталиев А.	8-классы		8-класс
23	Ташталиев Н	9-классы		9-класс
24	Ташталиев Б	8-классы		8-класс
25	Султанов ТТ	8-классы		8-класс
26				
27				
28				
29				
30				
31				
32				
33				
34				
35				

Ийримдин жетекчиси: \_\_\_\_\_ / Таалайбеков Р.



Валейбол ийрими  
 «Бөкөнба» туура  
 05.09.22  
 О.Т.И.Д.А.В. О.И.Д.А.В. О.И.Д.А.В.

«Бекитилим»  
 М.Барпиев атындагы №19 «Жыптын» жалпы  
 орто билим берүүчү мектебинин мүдүрү  
 Өмүрбеков М.

« 20 2022-жыл

**Валейбол ийриминин 2022-2023 окуу жылы үчүн**

**Иш план**

№	Пландын мазмуну	Айлар	Жооптуу
1	Валейбол оюнун келип чыгуусунун кыскача тарыхы боюнча балдарга теориялык түшүнүк берүү	Сентябрь	Машыктыруучу
2	Валейбол оюнунун эрежесин билуу		
3	Валейбол оюнундагы технический приемдору билуу		
4	үйрөнгөн приемдорду эки тараптуу оюндарда пайдалана билуу		
5	Багытты озгортуп чуркоо(6*5). Балдар 5-11, 7 4-11, 8-12.0 3-12, 1-12,4с Кыздар 5-12,0 4-12, 1-12,3 3-12,4с	Октябрь	Машыктыруучу
6	Ордунан узундукка секируу. Балдар 5-190см 4-189-170; 3-169-157см Кыздар 5-178см; 4_177-165-; 3-164-140		
7	Ордунан бийиктикке секируу. Балдар 5-45см; 4-44-38, 3-37-32см Кыздар 5-40см, 4-39-35, 3-34-29см		
8	Топту жогорудан оз алдынча алуу 5-20 передач, 4-15передач, 3-12передач		
9	Топту оз алдынча астынан алуу 5-20передач, 4-15 передач, 3-12передач	Ноябрь	Машыктыруучу
10	Астынан туз падача берүү 5-8падача 4-7падача 3-бпадача		
11	Топту эки колдоп ала билүү		
12	Топту алуунун техникасы бааланат		
13			
<b>Валейбол оюндун техникасы</b>			
1	Оюндун эрежеси	Декабрь	Машыктыруучу
2	Оюнчунун оорду		
3	Томондон түз падача берүү		
4	Жогортон туз падача берүү		
5	Капталдан түз падача беруу	Январь	Машыктыруучу



6	Сеткадан кош колдоп ашыруу		
7	Эки жактуу оюн		
8	Томондон алуу (кош колдоп алуу)		
9	Жогортон эки колдоп алуу	Февраль	Машыктыруучу
10	Экинчи топту которүү		
11	Эки жактуу оюн		
12	Топту сетка аркылуу бири-бирине берүү		
13	Топту кош колдоп үстүнөн берүү	Март	Машыктыруучу
14	Чабуу жасоо		
15	Бет мандай туруп топту бири-бирине берүү		
16	Муштум менен топту ашыруу (секируу ыкмасы).		
17	Эки жактуу оюн		
18	4-6м аралыкка топту астынан берүү	Апрель	Машыктыруучу
19	Падачты берүү жана алуу ыкмалары		
20	Топту 3-4 зоонага берүү		
21	Чабуул жасоо ыкмасы		
22	Блок тосууну уйронуу		
23	Коргонуу оюну		
24	3-зоонага берүү ыкмасы		
25	2-3-4зоонадан чабылуу жасоо ыкмасы		
26	Эки жактуу оюн		
27	Блок тосуу		
28	Топту секирип беруу		
29	Кош колдоп блок тосуу		
30	Тайпаны эки топко болуп ойнотуу	Май	Машыктыруучу
31	Оюндун журушуно калыстык кылуу		
32	Кош колдоп алуу (жогоруудан төмөндөн)		
33	Биринчи топту 3 зоонага берүү		
34	Эки жактуу оюн		
35	Биринчи падачты 2-3 зоонага берүү		
36	Чабуул жасоо (үйротүү)		
37	Блок жасоо (үйротүү)		
38	Коргоону (үйротүү)		
39	Эки жактуу оюн		
40	Эки жактуу оюн		



0	Сеткадан кош колдон ашыруу		
7	Эки жактуу оюн		
8	Домондон алуу (кош колдон алуу)		
9	Жогордон эки колдон алуу		
10	Экинчи топту которуу		
11	Эки жактуу оюн		
12	Топту сетка аркылуу бири-бирине берүү		
13	Топту кош колдон үстүндө берүү	Февраль	Машыктыруучу
14	Чабуул жасоо	Март	Машыктыруучу
15	Бет маңдай туруп топту бири-бирине берүү		
16	Мүнөтүм менен топту ашыруу (секирүү ыкмасы).		
17	Эки жактуу оюн		
18	4-6м аралыкка топту атынан берүү	Апрель	Машыктыруучу
19	Падатта берүү жана алуу ыкмалары		
20	Топту 3-4 зонага берүү		
21	Чабуул жасоо ыкмасы		
22	Блок тосуну үйрөтүү		
23	Коргоону оюну		
24	3-зонага берүү ыкмасы		
25	2-3-4-зоонадан чабылуу жасоо ыкмасы		
26	Эки жактуу оюн		
27	Блок тосуу		
28	Топту секирни беру		
29	Кош колдон блок тосуу		
30	Тайпаны эки топко бөлүп ойнотуу	Май	Машыктыруучу
31	Оюндун жүрүшүнө калыстык кылуу		
32	Кош колдон алуу (жогорудан төмөндөн)		
33	Биринчи топту 3 зонага берүү		
34	Эки жактуу оюн		
35	Биринчи падачты 2-3 зонага берүү		
36	Чабуул жасоо (үйрөтүү)		
37	Блок жасоо (үйрөтүү)		
38	Коргоону (үйрөтүү)		
39	Эки жактуу оюн		
40	Эки жактуу оюн		

Ийраимдин машыктыруучусу



Таалайбеков Руслан











