

*сиз*  
*Атаңың*

**Дене тарбия сабагынан күнүмдүк план баскетбол**  
 Күнү 15.02.23 Өтүлүүчү орду Спорт зал Убактысы: 45 мүнөт  
 Окуу куралы : *Бииктырк, секундомер.*

- Сабактын максаты**
1. Отбор мяча
  2. Обводка
  3. Баскетбол оюну

С/б	Мазмуну	өлчөм	ОМУ
Даярдоо бөлүгү 10-15 мин.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Тизүү, ранорт берүү, сабактын максаты менен таныштыруу.</li> <li>2. Басуунун түрлөрү: ордунан, буттун учу, согончок менен, колду артка алып энкейип алып, отуруп басуу.</li> <li>3. Чуркоонук түрлөрү: жай чуркоо, оң каптал менен, сол каптал менен чуркоо</li> <li>4. Тизилүү: Бир катардан эки жана кайра бир катарга, тизилүү, басып баратып 3,4,5 сапка тизилүү.</li> <li>5. ЖӨК (окуу куралы жок)</li> </ol>	30' 2-3 мин 3-5 мин 30' 7-8	<i>Тизилүүчү ордун көрсөтүп, балдардын сырткы келбетине көңүл буруу. Көнүгүүнү көрсөтүп, катардын жүрүш убагында оңдоо</i>  <i>Көнүгүүнү түшүндүрүп көрсөтүп жана чогуу жасоо</i>  <i>Катарды убагында оңдоо</i>
Негизги бөлүк 25-28 мин	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Отбор мяча</li> <li>2. Обводка</li> <li>3. Баскетбол оюну</li> </ol>	3-4 жолу 3-4 жолу	<p align="center">Способы обводки соперника</p>
<b>Сабактын соңку бөлүгү 5 минут</b>			
	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Катарга тизүү: Демди калыбына келтирүүчү көнүгүүлөр</li> <li>2. Жыйынтыктоо, үй тапшырма</li> </ol>	5 мин	<i>Классы тизүү демин калына келтирүү көнүгүүнү өтүү. Үйгө тапшырма берүү.</i>

*Эльничкина у Асymbек*