«КЕЛІСЕМІН»
«ZIYATKER TURAN» ЖШС мектебінің
бейін ісі жөніндегі менеджері
_____Б.П.Құрманбай
«__» _____ 2026 жыл

«БЕКІТЕМІН»
«ZIYATKER TURAN» ЖШС
мектебінің директоры
_____Ы.А.Жаутиков
«__» _____ 2026 жыл

«Үстел теннис» үйірме жұмысының 2026-2027 оқу жылына арналған

КҮНТІЗБЕЛІК – ТАҚЫРЫПТЫҚ ЖОСПАРЫ

Жетекшісі: Төрегелді Ө.Ж.
Сыныбы: 5-7-8-9
Жалпы сағат саны: 272
Аптасына: 8 сағат

Үстел теннисі үйірмесінің күнтізбелік-тақырыптық жоспары			
№	Сабақтың тақырыбы	Сағат саны	Өткізілетін күні
1	Теннис ойыны туралы түсінік	8	02.09-03.09
2	Теннис құрал-жабдықтарымен таныстыру	8	07.09-10.09
3	Ойыншының бастапқы қалпы	8	14.09-17.09
4	Ойыншының қозғалысы	8	21.09-24.09
5	Шариктыойынға қосу	8	28.09-01.10
6	Ракетканы қолға дұрыс ұстау	8	05.10-08.10
7	Оңға және солға қозғалу	8	14.10-15.10
8	Шариктысол жақтан қағу	8	19.10-22.10
9	Шариктыоң жақтан қағу	8	02.11-05.11
10	Шариктысол жақтан қиып соғу	8	9.11-12.11
11	Шариктыоң жақтан қиып соғу	8	16.11-19.11
12	Шариктыдұрыс, тез соғу	8	23.11-28.11
13	Шариктыберу тәртібін білу	8	30.11-03.12
14	Шариктыалу тәртібін білу	8	7.12-10.12
15	Өзіңе ұпай жинау тәсілі	8	14.12-17.12
16	Екі кісімен ойнау тәсілдері	8	21.12-24.12
17	Қарсыласын ұту	8	04.01-07.01
18	Қарсыласының добын қайтару	8	11.01-14.01
19	Бірнеше оқушылардың бір мезгілде ойыны	8	18.01-21.01
20	Паравоз ойыны	8	25.01-28.01
21	Айналу ойыны	8	01.02-04.02
22	Екі адам ойнау	8	08.02-11.02
23	Сыныптар арасындағы сайыс	8	15.02-18.02

24	Шариктыдұрыс ойынға қосу	8	22.02-25.02
25	Ер балалар арасындағы сайыс	8	01.03-04.03
26	Қыз балалар арасындағы сайыс	8	08.03-11.03
27	Екі бала арасындағы сайыс	8	15.03-18.03
28	Шариктыайналдырып ойынға қосу	8	31.03-01.04
29	Шариктыайналдырып	8	05.04-08.04
30	Қарсыласының шарын қайтарып ұту	8	12.04-15.04
31	Оқушылар арасындағы сайыс	8	19.04-22.04
32	Оқушылар және мұғалімдер арасындағы сайыс	8	26.04-29.04
33	Қорытынды	8	03.05-06.05
34	Жазғы демалысқа тапсырмалар	8	10.05-13.05
35	Жазғы демалысқа тапсырмалар	8	17.05-20.05
	Барлығы:	272	

Қолданылған әдебиеттер:

1. Құсайынов А., *«Дене шынықтыру және спорт түрлері»*, Алматы: Рауан, 2018.

2. Бекенов С.,Қожахметов М.,*«Үстел теннисі:әдістемелік нұсқаулар»*,Алматы, 2019.

3. International Table Tennis Federation (ITTF) — *Coaching Manual Level 1–3*, Lausanne, Switzerland, 2020.

4. World Table Tennis (WTT) — *Technical and Tactical Training Guide*, 2021.

Арнайы электронды сайттар: International Table Tennis Federation (ITTF)

Үйірме атауы: « Үстел теннис»

Үйірме жетекшісі Төрегелді Өмерифарук Жанболатұлы