

Ғ.Ақтаев атындағы №6 мектеп- гимназиясы КММ



«Бекітемін»

Ғ.Ақтаев атындағы

№6 мектеп-гимназия-директоры:

Ж.О.Романова

2022ж

**Пневматикалық винтовка атудан «Жас мерген» үйірмесінің
БАҒДАРЛАМАСЫ**

Үйірме жетекшісі:

Түбір Е.Қ.

Ақтөбе қаласы
2022-2023 оқу жылы

**Ғ.Ақтаев атындағы №6 мектеп гимназиясының
пневматикалық винтовка атудан «Жас мерген» үйірмесінің
2022-2023 оқу жылындағы жұмыс жоспары**

р/с	Сабақ тақырыбы	Сағаттар саны		
		Теориялық сағаттар	Тәжірибелік сағаттар	Барлығы
1	Үйірмеге қатысатын оқушылармен танысу, қауіпсіздік ережелерімен таныстыру, тапсырмалар беру	1,5		1,5
2	Қазақстандағы атыс спорты басқа да спорт түрлері	3		3
3	Атқыштың шынығуы, тамақтануы, тазалығы	3		3
4	Пневматикалық винтовка түрлерімен танысу	1,5		1,5
5	Атуға техникалық дайындық: 1) Пневматикалық винтовканы оқтап үйрену; 2) Пневматикалық винтовканы тазалап үйрену; 3) Ату нысаналарын жасап үйрену:	3		3
6	Атудың жалпы техникасы	3		3
7	Атуға психологиялық дайындық	3		3
8	Атуға физикалық дайындық		6	6
9	Жатып ату кезіндегі атқыштың орналасу жағдайы		2	2
10	Жатып атып жаттығу		6	6
11	Бақылау жаттығуы		9	9
12	Шынтақты тізеге тіреп отырып ату кезіндегі атқыштың орналасу жағдайы		2	2
13	Шынтақты тізеге тіреп отырып атып жаттығу		6	6
14	Бақылау жаттығуы		9	9
15	Түргеліп шынтақты тіреп ату кезіндегі атқыштың орналасу жағдайы		2	2
16	Түргеліп шынтақты тіреп атуға жаттығу		6	6
17	Бақылау жаттығуы		9	9
18	Түргеліп шынтақты тірмей ату кезіндегі атқыштың орналасу жағдайы		2	2
19	Түргеліп шынтақты тірмей атуға жаттығу		6	6
20	Бақылау жаттығуы		9	9
21	Жарыстарға қатысу		10	10
	Барлығы:	18	84	102

Жоспарды жасаған үйірме жетекшісі:

Түбір Е.Қ.

Пайдаланган әдебиеттер:

- 1) Методика тренировки стрелка – спортсмена
Автор М.Я. Жилина
Москва, Издательство ДОСААФ СССР, 1986г.
- 2) Соревнования по стрельбе
Автор И.Г. Потапов
Москва, Издательство ДОСААФ, 1972г.
- 3) Пулевая стрельба
- 4) Автор В.А.Кинль
- 5) Москва, Просвещение, 1989г.