



КЫРГЫЗ-ТҮРК "МАНАС" УНИВЕРСИТЕТИ
Физкультура жана Спорт Жогорку Мектеби факультети
Дене тарбия жана спорт мугалими бөлүмү
Курстун программасы

www.manas.edu.kg

Курстун коду	Курстун аты (Кыргызча)	Курстун аты (Түркчө)	Семестр	Апталык саат	Кредит	ЕКТС
BSÖ-325	ФУТБОЛ	FUTBOL	5	1 + 2	2	3

Курстун деңгээли	Бакалавр
Курстун түрү	Талаптуу
Координатор	Проф.Др. Канат Джанузаков
Курстун мугалими	Рахат Дуйшенов
Курстун тили	Кыргызча
Жардамчылар	*
Аудитория	A-17
Курстун максаты	Футбол оюнунун тарыхы, техникасы, тактикасы жана мелдештик эрежелери менен тааныштыруу, техникалык ыкмаларды жана аларды окутуу, үйрөтүү методдору менен тааныштыруу, талаа оюнчусу жана дарбазачынын топту ээлөө жана жылып жүрүү техникасын үйрөтүү методикасын үйрөтүү, мектепте футбол сабагын берүү жана мелдештерди уюштуруу, футболчулардын физикалык сапаттары

Колдонулуучу адабияттар

Колдонулуучу адабияттар	Адабияттын түрү
1) Аркадьев Б.А. Тактика футбольной игры. - М.: ФиС, 1962.-176 с.	Китеп
2) Акимов А.М. Игра футбольного вратаря. - М.: ФиС, 1978. -92 с.	Китеп
3) Бэтти Э. Современная тактика футбола/ перевод с английского. - 1974.-200с.	Китеп
4) Джанузаков К.Ч. Футболдун теориясы жана методикасы. -Б.: Принт экспресс. - 2013. - 336 б.	Китеп
4) Джанузаков К.Ч. Футболдун теориясы жана методикасы. -Б.: Принт экспресс. - 2013. - 336 б.	Китеп

Жетишилчү жыйынтыктар

1	Футболдун техникалык ыкмалары менен таанышат жана үйрөнөт
2	Футболдун тактикасы менен таанышат
3	Футболчулардын физикалык сапаттары менен таанышат, үйрөнөт
4	Футболдун техникасы менен тактикасын окутуу методикасын билет
5	Мелдештерди уюштурууну билет

Курстун планы

Апта	Темасы
1. Апта	Футбол тарыхы, Практикалык жана мелдештин өзгөчөлүктөрү. Футбол мектепте. Эрежелери.
2. Апта	Футболдун техникасы. Талаа оюнчусунун топту буттун ички кетмени менен, сырткы кетмени менен, буттун сан бөлүгү менен, ийини менен, башы менен ээлөө техникасы. Ошондой эле бут бөлүктөрү аркылуу уруулар.
3. Апта	Топту буттун ички кетмени менен, сырткы кетмени менен, буттун дөңчөсү менен, буттун сан бөлүгү менен, төш аркылуу токтотуу түрлөрү. Топту буттун ички кетмени менен, сырткы кетмени менен, буттун таманы аркылуу алып жүрүү.
4. Апта	Топту тебүүнүн түрлөрү: Топту буттун ички кетмени менен, сырткы кетмени менен, буттун дөңчөсү менен, буттун учу менен тебүүнү үйрөтүү.

Курстун планы

5. Апта	Топту бут менен токтотуу түрлөрүн үйрөтүү аркылуу топту кабыл алууну жана топту туура багытта билүүнү үйрөтүү жана көөдөн менен токтотууда топту туура багытта билүүнү үйрөтүү. Физикалык сапаттар ды өрчүтүү үчүн атайындатылган футболдук көнүгүүлөр аркылуу өрчүтүү.
6. Апта	Топту кыймыл-аракетте топ тоголонуп баратканда, топ тоголонуп келе жатканда, топ аба мейкиндигинде учуу абалында тебүүнү үйрөтүү, топту бир бутта алып жүрүү, топту эки бутта алып жүрүү, топту жакын алып жүрүү, топту алыс алып жүрүү ыкмаларын кайталоо менен топ менен болгон кыймыл аракетке үйрөтүү.
7. Апта	Топту тартып алуу. Талашуу. Жалгыз жекеме-жеке абалда топту тартып алуу, топтук група менен тартып алуу, бут менен тээп, токтотуп, ийин менен түртүп талашууну үйрөтүү. Оң багытка, сол багытка алдоо кыймылдары. Финттер.
8. Апта	Ара сынак. Техникалык даярдык жана ыкмаларды аткара билүү
9. Апта	Футболчунун чуркап, секирип, токтоп, бурулуп жылып жүрүү техникасын үйрөтүү, оң каптал, сол каптал менен бутту кайчылаштырып, арты менен чуркоолорду, эки буттап, бир буттап секирүүлөрдү үйрөтүү методикасы.
10. Апта	Дарбазачынын техникасы: эки кол менен тосуу, бир кол менен тосуу, бир кол жана эки кол менен ыргытуу, жана которуштурууларды үйрөтүү ыкмалары.
11. Апта	Топту баш менен ойноо техникасы. Баштын чекеси аркылуу, каптал тарабы менен сүзүүлөр. Ордунда туруп сүзүү, секирип сүзүүлөрдү кайталоо. Практикалык кайталоо жана сынак.
12. Апта	Чабуул коюу тактикасынын түрлөрү: жекелик, топтук, командалык.
13. Апта	Коргонуу тактикасынын түрлөрү: жекелик, топтук, командалык
14. Апта	Футбол сабагын мектепте окутуу методикасы.
15. Апта	Футбол сабагын жылдык, айлык, күндүк пландаштыруу. Мелдештерди уюштурууну жана мелдеште калыстык кылууга үйрөтүү. Оюн эрежелери менен таныштуруу.
16. Апта	Мелдештерди өткөрүү, мелдеш өткөрүү боюнча иш кагаздарын даярдоо (жобону түзүү, катышуучулар тизмесин даярдоо)
17. Апта	Өз алдынча окуп үйрөнүү үчүн кошумча темалар: 1. Футбол оюнун жалпы мүнөздөмөсү (футболдун өнүгүүсү , мелдештик, психологиялык мүнөздөмөлөрүн окуп үйрөнү). 2. Футболчунун психологиялык сапаттары(оюнчунун ой жүгүртүүсү, кабыл алуусу, эмоциялык абалы, көнүл коюу, эрктик мүнөзү). 3. Жаш футболчуларды тандоо жана даярдоо. 4. Футболдун тактикасынын түзүлүшү. 5. Футбол оюнундагы машыктыруучунун мүнөзү, жалпы сапаттары, оюнчу менен болгон мамилеси. 6. Чоң футбол менен кичи футболдун негизги айырмачылыгы. 7. Оюндун жүрүшү, оюнда кетирилген каталар, оюнга болгон анализ. 8. Оюнчулардын оюн ичиндеги ич ара байланышы. 9. Кичи футболдун системалары. 10. Калыстарды тандоо.

Баалоо

Баалоо каражаты	Саны (даана)	Үлүшү (%)	Жалпы үлүшү
Арасынак	1	40	40
Финал сынагы	1	60	60