

Қарасу негізгі мектеп
директорының тәрбие ісі жөніндегі
орынбасары: Ә Дүйсеғалиеваға
Үйірме жетекшісі: Жаңабаев Мерекеден
2021-2022жж оқу жылы
бойынша үйірме жұмысы туралы

Хабарлама

Қарасу негізгі мектебінде 2021-2022жж бастап «Қол күрес» үйірмесі жұмыс жасап келеді. Үйірмеге 15 оқушы қатысады. Ұлы-10, қызы-5 Үйірме жасалған жоспар бойынша жұмыс жасайды.

Үйірменің мақсаты: Оқушыларды спорт үйірмесі қатыстыра отырып, заман талабына сай салауатты өмір салтын насихаттайтын, дені сау жас ұрпақты тәрбиелей отырып, спортты жақсы көруге, әдемілік пен әсемдікті қабылдауға, талғампаз болуға тәрбиелеу.

«Қол күрес» үйірмесіне оқушылар тұрақты қатысып келеді. Үйірме жұмысының жоспарына сәйкес атқарған жұмыстарға тоқтала кетсем.

1.Жгутпен қолды бүгіп-жазу жаттығулары тақырыбында бұлшық еттердің дамуына бірнеше жаттығулар жасау.



2.«Жарыс жолына шығу жаттығулары» тақырыбында қол күресінің әр түрлі тәсілдерін үйрету.





1. «Үстелде спортқа жұмыс жасау» тақырыбында дамыту жаттығуларын жасау, жылдамдыққа арналған жаттығулар.



2. «Гір тасымен жаттығу» тақырыбында қолдың күшімен саусақтарға жаттығулар жасау.





Қол күрес үйірмесінің жетістіктері:

Қол күрес	Мектепшілік	Аудандық	Облыстық	Республикалық	Халықаралық
2020-2021жж	Әлуов.Е 1 орын, Берекетова.М 2-орын	Әлуов.Е 1-орын Берекетова.М 1-орын	Әлуов.Е 1-орын Берекетова.М 2-орын	-	-
2021-2022жж	Берекет Бек 1-орын, Базарбаев.Н 2 орын	Берекет Бек 1-орын, Базарбаев.Н 3 орын	Берекет.Б 3-орын, Мейрамбекұлы.А 2-орын Мейрамбекұлы.А 1-орын	Мейрамбекұлы.А Мақтау қағазы	-





Көп бұлардың болашақтан үміттері
Болашақ спорт шебері үміткері
Әрбір жақтың намысын қорғасада
Бұның бәрі Қарасудың жігіттері 🏆🔥



14-19 наурыз 2022ж аралығында қол күрестен Қазақстанға жолдама Нейрамбекұлы Абылай
14-19 наурыз 2022ж аралығында қол күрестен Қазақстанға жолдама Нейрамбекұлы Абылай



Күтілетін нәтиже

Үйірменің жұмысын қорыта келе, алға қойған мақсатым әр түрлі жарыс, сайыстарда жоғарғы нәтижеге қол жеткізіп облыстық, республикалық жарысқа жүлделі орындарға ие болу.

Үйірме жетекшісі: Жанабаев М.Ж.