


75.578.я73

Д 64

ҚАЗАҚСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
БІЛІМ ЖӘНЕ ҒЫЛЫМ МИНИСТРЛІГІ

ҚАЗАҚ СПОРТ ЖӘНЕ ТУРИЗМ АКАДЕМИЯСЫ

Б.М. Доскараев
Б.Д. Байсеитов
Е.Т. Алтынбек



**БҰҚАРАЛЫҚ ЖӘНЕ БАЛАЛАР
МЕН ЖАСӨСПІРІМДЕР
ФУТБОЛЫНЫҢ
ЖАЛПЫ ӨДІСТЕМЕСІ**

АЛМАТЫ – 2018

75.578.973
Д, 64

Қазақстан Республикасы Білім және ғылым министрлігі
Қазақ спорт және туризм академиясы

**БҰҚАРАЛЫҚ ЖӘНЕ БАЛАЛАР МЕН
ЖАСӨСПІРІМДЕР ФУТБОЛЫНЫҢ
ЖАЛПЫ ӘДІСТЕМЕСІ**

әдістемелік оқу құралы

Библиотека
Казахской академии
спорта и туризма
№ 280853

Алматы 2018

ың
лы
'да
ды.
тов
ин
'ан
ан

ту
ны
дің
есі
ыз
зи.
і0-
ап
со,

ы
қа
ан
им
ын
'а,
да
тй
де
ип
тн

лі
да
іл.
тй

УДК 796/799(075)

ББК 75.5я73

Б 88

Пікір жазғандар:

И.Ф. Андрущишин -п.ғ.д., профессор

А.К.Кульназаров – п.ғ.д., профессор

Құрастырушы-авторлар:

Б.М. Доскараев – п.ғ.д., профессор, ҚазКСР Еңбек сіңірген жаттықтырушысы

Б.Д. Байсеитов – ҚР Еңбек сіңірген жаттықтырушысы, UEFA «Pro» санатының иегері

Е.Т. Алтынбек - Спорт ҒЗИ кіші ғылыми қызметкері

Редакторлар алқасы:

П.П. Черепанов, А.А. Нілдібаев – ҚР Еңбек сіңірген жаттықтырушылары

Б.З.Зауренбеков – ҚазСТА Спорттық ойындар кафедрасының меңгерушісі, магистр

Баспаға Қазақтың спорт және туризм академиясы Ғылыми Кеңесінің 26.01.2018 ж. № 5 хаттамасымен ұсынылған.

Б88 Бұқаралық және балалар мен жасөспірімдер футболының жалпы әдістемесі: әдістемелік оқу құралы– Алматы:ҚазСТА, 2018.- 330 б.

ISBN 978-601-80684-8-5

Әдістемелік оқу құралы бүгінгі футбол бағдарламасына сәйкес жазылып, дене шынықтыру және спорт саласы бойынша жоғары оқу орындарының студенттеріне, бапкерлерге, спортшыларға және жалпы оқырмандарға арналған.

Бұл оқу құралында жалпы футбол ойынының техникасы мен тактикасы, үйрету мен жаттықтыру әдістемесі, сондай-ақ, ғылыми-зерттеу жұмыстары мен футбол жарыстарын ұйымдастыру және өткізу жөнінде мәселелер қарастырылған.

ISBN 978-601-80684-8-5 УДК 796/799(075)

ББК 75.5я73

©ҚазСТА, 2018

©Б.М.Доскараев, Б.Д.Байсеитов, Е.Т.Алтынбек, 2018

МАЗМҰНЫ

АЛҒЫ СӨЗ.....	5
1-ТАРАУ. ФУТБОЛДЫҢ ЖАЛПЫ СИПАТТАМАСЫ	
Жалпы дене тәрбиесі жүйесіндегі футбол.....	7
1.1 Футболдың әлеуметтік маңыздылығы.....	7
1.2. Футболды басқарудың ұйымдастырушылық құрылымы.....	9
1.3. Футболшылар әрекетінің объективті шарттары.....	10
1.3.1. Футболшылардың ойындық қызметінің сипаттамасы.....	11
1.3.2. Футболшылар әрекетінің физиологиялық ерекшеліктері.....	13
1.3.3. Футболшылар әрекетінің психологиялық ерекшеліктері.....	15
2-ТАРАУ. ОЙЫН ТЕХНИКАСЫ	
2.1. Жалпы түсініктер.....	17
2.2. Техника классификациясы.....	19
2.3. Қозғалыс техникасы.....	20
2.4. Алаңдағы ойыншы техникасы.....	22
2.4.1. Допты соғу.....	22
2.4.2. Допты тоқтату.....	34
2.4.3. Допты алып жүру.....	41
2.4.4. Алдау қозғалыстары (финттер).....	43
2.4.5. Допты алып қою.....	48
2.4.6. Допты лақтыру.....	50
2.5. Қақпашы техникасы.....	50
2.5.1. Допты қағып алу.....	51
2.5.2. Допты ұрып жіберу.....	56
2.5.3. Допты асыру.....	58
2.5.4. Допты тастау (лақтыру).....	59
3-ТАРАУ. ОЙЫН ТАКТИКАСЫ	
3.1. Жалпы түсініктер және тактика.....	60
3.2. Ойыншылардың функциялары.....	61
3.2.1. Қақпашы.....	61
3.2.2. Қорғаныс сызығының ойыншылары.....	64
3.2.3. Шабуыл сызығының ойыншылары.....	65
3.3. Шабуыл тактикасы.....	66
3.3.1. Жеке тактика.....	66
3.3.2. Топтық тактика.....	70
3.3.3. Командалық тактика.....	74

**Бауржан Мелдебекұлы Доскараев
Бахтияр Даниярұлы Байсеитов
Ербол Тұрғанбекұлы Алтынбек**

**«БҰҚАРАЛЫҚ ЖӘНЕ БАЛАЛАР МЕН ЖАСӨСПІРІМДЕР
ФУТБОЛЫНЫҢ ЖАЛПЫ ӘДІСТЕМЕСІ»
әдістемелік оқу құралы**



Басылуға 14.11.2018 ж. қол қойылды. Пішімі 60x84¹/₈.

Көлемі 20,75 б.т. Офсетті қағаз. RISO басылым.

Таралымы 500 дана

ЖС «Тантеев» баспасы

Алматы қаласы, 4-Ақсай ықшам ауданы, 73 үй.

Телефон: 8 701 429 12 82