

## БӨЛІМ: БАЛАБАҚША

## Көліктер

ЖАРИЯЛАНДЫ  
25.06.2019СІЛТЕМЕ  
<https://bilimger.kz/58689/>

## АННОТАЦИЯ / АҢДАТПА

## Егізбай Абай Аманбайұлы

Мақсаты шеңбер бойымен қолдарының әртүрлі қалыптарымен жүру және әртүрлі қарқынмен жүгіру. Гимнастикалық орындыққа, жұмсақ модульге шығып тұру, қолын жоғары көтеру, түсу. Үстел, арқанның астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тізесімен тіреп) еңбектеу.

Қолданылатын құралдар жабдықтар: ысқырық, арқан

Оқу қызметін ұйымдастыру түрлері	Педагогтің іс-әрекеті	Балалардың іс-әрекеті
----------------------------------	-----------------------	-----------------------

<p><b>Ұйымдастырушылық</b></p> <p><b>Мотивация-лық</b></p>	<p>1. Бір қатар сапқа тұру. 2. Сәлемдесу. Арнаулы жаттығулар: – бір тізбекпен жүру; – қол белде, аяқты кезек-кезек жоғары көтеріп жүру; – баяу жүгіру; – жай жүріспен жүру. Балаларға үлкен себеттегі кішкентай доптарды беріп, бірінің соңынан бірін жүргізіп, шеңберге тұрғызу.</p> <p><b>ЖДЖ:</b> <b>I. Қол мен иық бұлшық еттеріне арналған жаттығулар:</b> «Допты иыққа тигіз!». Б.қ.: Негізгі тұрыс, допты қос қолмен кеудеде ұстап тұру. 1.Екі қолмен ұстаған допты алға созу; 2.Қос қолдағы допты оң иыққа тигізу; 3.Екі қолмен ұстаған допты алға созу; 4.Қос қолдағы допты сол иыққа тигізу; 5.Бастапқы қалыпқа келу.</p> <p><b>II. Дене бұлшық еттеріне арналған жаттығулар:</b> «Иілу». Б.қ.: Негізгі тұрыс, допты қос қолмен ұстайды, аяқ арасы сәл алшақ. 1.Допты қос қолмен жоғары көтеру; 2.Допты алға созып иілу; 3.Б.қ. келу.</p> <p><b>III. Аяқ бұлшық еттеріне арналған жаттығулар:</b> «Алға, артқа секіру». Б.қ.: Аяқ бірге, допты екі қолмен кеудеде ұстау. 1.Алға қос аяқпен секіру. 2.Артқа қос аяқпен секіру. 3.Б.қ. келу.</p> <p><b>Тыныс алу:</b> – Тік тұру.</p> <p>Допты қос қолмен ұстау, аяқ арасы иық көлеміндей ашу. – Қолдағы допты жоғары көтеру /ауа жұту/. –Допты кеудеге әкелу /дем шығару/.</p>	<p>Бір тізбекпен кіріп, бір қатар сапқа тұрады. Сәлемдеседі. Бірінің артынан бірі жүріп, жүруге арналған жолдармен жаттығуларды орындайды. Кішкентай доптарды алып, бірінің соңынан бірі жүріп, шеңбер құра дөңгеленіп тұрады.</p> <p>Шеңбер құрып тұрады.</p> <p>Нұсқауларды орындайды.</p> <p>Допты алға созып, қос иыққа кезек-кезек тигізеді. 3 – 4 рет.</p> <p>Допты ұстап, алға қарай иіледі. 3 – 4 рет. 2 – 3 рет.</p> <p>Қос аяқпен алға, артқа секіреді. 3 – 4 рет. 2 – 3 рет.</p>
<p><b>Жетекші - түзету</b></p>	<p><b>Негізгі қимыл жаттығулары:</b> 1 Шеңбер бойымен қолдарының әртүрлі қалыптарымен жүру және әртүрлі қарқынмен жүгіру. 2 Гимнастикалық орындыққа, жұмсақ модульге шығып тұру, қолын жоғары көтеру, түсу. Үстел, арқанның астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тізесімен тіреп) еңбектеу.<b>Қимылды ойын</b> Жолмен (жалғыз аяқ жолмен).</p> <p>Қорытынды бөлім. 1.Балаларды мақтап, мадақтау. 2.Жүріс түрлерінің дұрыс орындалуын бақылау. 3.Қауіпсіздік ережесін сақтау.</p>	<p>Ұйымшылдықпен ойнайды.</p> <p>Педагогтың айтқанын мұқият орындайды</p> <p>2-3 реттен қайталанады</p>

Күтілетін нәтиже:

Орындайды: шеңбер бойымен қолдарының әртүрлі қалыптарымен жүру және әртүрлі қарқынмен жүгіру. 10-15 см биіктен секіру. Гимнастикалық орындыққа, жұмсақ модульге шығып тұру, қолын жоғары көтеру, түсу.

Түсінеді: жаттығулардың жасалу ретін.

Қолданады: педагогтің тапсырмасын тыңдау, орындау, белгі бойынша

тоқтау дағдыларын

**ҚМ АА** Күәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі  
© 2026 **Bilimger.kz Ақпараттық-танымдық білім порталы**. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.