

БӨЛІМ: ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ

Салауатты өмір салты

ЖАРИЯЛАНДЫ
11.03.2018СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/25419/>

АННОТАЦИЯ / АҢДАТПА

Бекбауова Айман

Мақсаты: Заман талабына сай салауатты өмір салтын ұстанып, тәрбиешілер арасында өтілетін эстафеталық ойынының мақсаты: күш жігерімізді күшейтіп, денемізді қыздырып, салауатты өмір салтымен қалыптастыру.

Тақырыбы: «Салауатты өмір салты»

Эстафеталық ойындар.

Гимнастикалық атрибуттар: Жалауша, қап, шар, доп, себет, секіргіш, батут добы, жабық қап, шеңберлер.

Әнұран:

Жүргізуші: Сәлеметсіздер ме қонақтар және әріптестер, эстафеталық ойынымызға қош келдіңіздер!

Денсулық – ол шыныққан,

Барлық дене мүшесі.

Денсаулық ол – тыныққан,

Жүйке тамыр жүйесі.

Денсаулық ол күлуің,

Көңіл – күйін жадырай

Денсаулық – ол жүруін,

Ешбір жерің ауырмай.

Әрқашан салауатты өмір салтын сақтап, шымыр болайық.

Құрметті әділ-қазылар және көрермендер сіздерге бүгінгі эстафеталық жарыстың қатысушыларын ортаға шақырамыз.

Екі топ өздеріңізді таныстыру, топтың аты

Ұраны: Бүркіт тобы

Ұшақтан да ұшқырмыз

Жедел озған жүйрікпіз.

Келіп тұрған жарысқа

«**Бүркіт**» тобы боламыз.

Ұраны: Барыс тобы

Арыстандай айбатты

Жолбарыстай қайратты.

«**Барыс**» тобы боламыз

Жарысамыз ой қатты!

Құрметті қатысушылар және көрермендер сіздерге әділ-қазылармен таныстыра кетейін және де әділ-қазылар өз бағаларыңызды беріп отырасыздар.

Бала бақша меңгерушісі: Алима Қалдыбекқызы

Бала бақша әдіскері: Жансұлу Зейнуллақызы.

Құрметті қатысушылар мерекелі эстафетамыз 10 кезеңнен тұрады.

Әр кезеңдегі ойынның шартымен таныс болыңыздар!

1-ші кезең: «Пингвин» ойыны.

Шарты: допты аяқ арасына қысып алып, жерге құлатпай пингвиндер жүрісімен жүріп мәреге жетуі тиіс. Қай топ бірінші келсе, сол жеңімпаз.

2-ші кезең: «Жалаушаны тапсыру» эстафеталық ойыны.

Шарты: әр топ қатысушылары жалаушаны алып мәреге дейін жүгіріп, барып өз орнына келіп, өзінен кейінгі қатысушыға жалаушаны тапсырады.

3-ші кезең: «Кім жүйрік». Қаппен секіру.

Шарты: Қаппен қос аяқпен секіру. Келесі қатысушыға тапсыруы тиіс.

4-ші кезең: «Кім күшті» ойыны

Шарты: Екі топтың басшысы жерде үріліп жатқан шарды аяқпен жаруы тиіс, кім көп шар жарса, сол топ жеңімпазы.

5-ші кезең: «Жұмыртқа түсірмеу»

Шарты: Жұмыртқаны түсірмей кедергілердің арасымен жерге түсірмей алып шығу.

6-шы кезең: «Батут шары»

Шарты: Батут шарымен отырып жүгіру.

7-ші кезең: «Тенис шарын алып өту»

Шарты: Тенис тақтайшасымен шарды түсірмей спорт залында шеңбер жасап, шарды қайта алып, келесі ойыншыға ұсынады.

8-ші кезең: «Жабық қаптан өту»

Шарты: Қатысушы жабық қап арқылы еңбектеп өтіп шеңберден айналып өту.

9-шы кезең: «Шеңберден секіру».

Шарты: Шеңберді айналдырып арасынан секіріп өту.

10-шы кезең: «Секіргішпен секіру»

Шарты: Екі топтың басшысы бір минутта неше рет секіреді.

Қорытынды.

Жарыс заңы ежелден,

Жеңімпазды анықтау.

Жеңімпаз болу шарты сол

Еңбектену, жалықпау.

Біреу озса сайыста

Біреу артта қалады.

Жеңілгендер ренжімей

Тараса бізге жарады.

Демекші сайыстардың шарты бойынша қорытынды шығарып жеңімпазды марапаттауға, әділ қазы алқасына сөз кезегін берейік.

(Әділ-қазылар қатысушыларды марапаттайды).

Құрметті қонақтар, спорт жанкүйерлері!

Бүгінгі эстафеталық жарысымыз осымен аяқталды. Бүгінгі жарысқа қатысқан тәрбишілерге алғысымызды білдіреміз! Алдағы күндерде үлкен биіктерден көріне беріңіздер! Бүгінгі жеңіс құтты болсын!

КМ АА Күәлік нөмірі: **KZ45VPY00102718** — ҚР Мәдениет және Ақпарат министрлігі

© 2026 **Bilimger.kz** Ақпараттық-танымдық білім порталы. Барлық мазмұн авторлық құқықпен қорғалған.