

## БӨЛІМ: ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ

## «Сандық»

ЖАРИЯЛАНДЫ  
30.10.2020СІЛТЕМЕ  
<https://bilimger.kz/84102/>**Ақмола облысы, Көкшетау қаласы,****№ 20 «Zerek» бала бақшасының****дене шынықтыру нұсқаушысы Кибатова Бейнегуль Женисовна****Тақырыбы:** «Сандық»**Білім саласы:** «Денсаулық»**Бөлімі:** Дене шынықтыру**Тақырыбы:** «Сиқырлы сандық»**Сабақтың мақсаты:****Білімділік:** Күз мезгілі туралы балалардың түсініктерін кеңейту.**Дамытушылық:** Жылдамдық, ептілік және күштілік қасиеттерін, түрлі кедергілер арқылы жаттығуларды дұрыс орындауға үйрету.**Тәрбиелік:** Дене шынықтыру сабақтарында денсаулық сақтау технологияларының түрлерін қолдану, салауатты өмір салтына тәрбиелеу.

Балалардың қызығушылықтарын арттыру, ұйымшылдыққа, достыққа тәрбиелеу.

**Сабақтың әдіс-тәсілдері:** сұрақ-жауап, көрнекілік әдіс, практикалық әдіс, көркем сөз.**Сабақтың көрнекілігі:** музыка әуені, жұмсақ модульдер, бетперделер, жеміс-көкөністер, себет, екі арба, бұдыр жол, іздер, массажды жолдар, көпір, тыныс алу жаттығуларына арналған заттар, бөтелке, үйіңкі, күзгі жапырақтар. (дене

шынықтыру залы сабақ тақырыбына сай безендірілген).

**Сабақтың барысы:** Музыка әуенімен балалар дене шынықтыру залына кіреді.

**Д/ш нұсқаушысы:** — Сәлеметсіңдер ме, балалар!

**Балалар:-** Сәлеметсіз бе!

**Д/ш нұсқаушысы:** -Балалар, қараңдаршы біздің дене шынықтыру залы қандай әдемі! Балалар, мен сендерге жұмбақ жасырғым келіп тұр, жауабын айтасыңдар ма? Ал, ендеше мұқият тыңдаңдар.

Бұлттар төгіп жерге шөгіп,

Дымқыл тұман басады,

Шөп сарғайып, өңі тайып,

Дала сұры қашады.

Бой жаза алмай, ойнай алмай,

Денең мұздап тоңады,

Бөбектерім, айтыңдаршы,

Бұл қай кезде болады?

**Балалар:** Күзде (музыка әуенімен Күз ханшайымы кіреді). **Күз ханшайымы:**

Армысыңдар, балғындар!

Күзгі бақтағы қонақтар.

Өздеріңе әкелдім,

Күздің сыйын көз тартар!

-Сәлеметсіңдер ме, балалар! Мен сендерді көргеніме өте қуаныштымын!

**Д/ш нұсқаушысы:** — Сәлеметсіз бе, Күз ханшайымы! Балалар, сізді мерекелі де , берекелі де жылдың мезгілі деп атайды. Біздің балабақшамызға қош келдіңіз!

**Күз ханшайымы:** — Рахмет , балалар. Мен де сендерге сыйлық алып келе жатқам. Өкінішке орай, сиқырлы сандығымды орман қарақшысы алып, тығып қойды (ренжіп тұрады). Балаларға енді қандай сыйлықтар беремін?

**Д/ш нұсқаушысы:** — Күз, сен ренжіме. Біздің балалар сандықты тауып алуға көмектеседі. Солай ма,балалар?

**Балалар:** — Иә, көмектесеміз.

**Д/ш нұсқаушысы:** — Балалар, сандықты шығар алдында біз, ең алдымен бойымызға күш қуат жинап алайық.

**Музыка әуенімен** балалар, сары ленточкаларды алып сап бойымен солға қарай аяқтың ұшымен, өкшемен, баяу бір қалыпты, шапшаң жүріп, жүгіріп, ленталарды айналдырып, иықты алға, артқа созып, жоғары көтеріп, төмен түсіреді. Үш қатарға тұрады.

**Жалпы дамыту жаттығуларын орындайды.**

1. «Толқын» Б.қ.: лента ұстаған қолдар төменде.

Жаттығу: 1 - лента ұстаған қолдар алда. 2-3- бір уақытта қолдармен жоғары-төмен қимылдар жасау. 4 - Б.қ. келу.

2. «Еңкею» Б.қ.: аяқтың арасы аздап ашыңқы, лента ұстаған қолдар төменде.

Жаттығу: 1 - алға қарай еңкею, қолдарды түзу ұстап, лентаны артқа қарай апару; басты түсірмей, тура қарау, тізені бүкпеу. 2 - Б.қ. келу.

3. «Өрмекшілер» Б.қ.: арқаға жату, лента ұстаған қолдар дене бойында, аяқтар түзу. Жаттығу: 1 - бір уақытта қолдарды да, аяқтарды да айқастыратындай етіп, көтеру. 2 - Б.қ. келу.

4. «Отырып-тұру» Б.қ.: лента ұстаған қолдар төменде, түзу тұру. Жаттығу: 1 - аяқтың ұшымен отыру, тізелер екі жақта; лента ұстаған қолдар алда. 2 - Б.қ. келу.

5. «Алға -артқа» Б.қ.: түрегеп тұру, лента ұстаған қолдар төменде, аяқтың арасы иық деңгейінде.

Жаттығу: 1 - 3 -қолдармен желбірету, бір қол алда, екіншісі артта, 4 - Б.қ. келу.

Музыка әуенімен жаттығуларды орындап болған соң, балалар бір саппен жүріп, сары ленточкаларды орнына қояды.

**Д/ш нұсқаушысы:** — Қандай керемет! Балалар, бойымызға күш жинадық па?

**Күз ханшайымы:** —Керемет, қандай тамаша! Көңіл — күйім көтерілді.

**Д/ш нұсқаушысы:** — Балалар, жолға шығуға дайынсыңдар ма? Сендер кедергілерден қорықпайсыңдар ма?

**Балалар:** — Иә, дайынбыз! Қорықпаймыз.

Жолға шығайық (музыка әуенімен).

1. Кедергі «Іздермен өту»

2. Кедергі «Бұдыр жолмен жүру»
3. Кедергі «Массажды жолмен жүру»

**Д/ш нұсқаушысы:** —Балалар, міне орманға да келіп жеттік (музыка әуенімен Орманшы атай кіреді).

**Орманшы атай:**

Орманшы мен, атаймын

Табиғатты қорғаймын.

Тыныштығын орманның

Әрқашан мен сақтаймын.

— Балалар, сендер орманда не істеп жүрсіңдер?

**Күз ханшайымы:** — Біз балалармен сиқырлы сандықты іздеп жүрміз. Сіз көрген жоқсыз ба?

**Орманшы атай:** — Сиқырлы сандық? Оны орман қарақшысы тығып қойған болар. Біздің орманға келіп қалдыңдар, менің тапсырмамды орындасаңдар, мен сендерге жолды көрсетемін. (балалар, екі қатарға бөлініп, тұра қалады. Эстафеталық ойындар ойнайды).

**Д/ш нұсқаушысы:**

1-эстафета: «Шалқан»

Орманшы атай:

-Сендер сондай алғыр, батыл, шапшаң, зерек балалар екенсіңдер. Бірақ сендердің орман қарақшысына шамаларың жетпейді, деп қорқамын. Мен сендерге көмектесейін. Орман қарақшысы ақшаны, яғни жылтыраған алтын теңгелерді жақсы көреді. Сондықтан мен сендерге теңге берейін, өздерің жинап алыңдар.

**(«Теңге алу» ойынын өткізу)**

**Орманшы атай:-** Қандай керемет! Балалар, сендер шаршап қалдыңдар. Менде сиқырлы құтық бар. Бірақ оны ішпейсіңдер, оны үрлейсіңдер сонда күш қуат жинап аласыңдар **(тыныс алу жаттығуы: бөтелкені үрлейді).**

**Д\ нұсқаушысы:-** Орманшы атай, балаларымыз күш қуат жинап алды, енді жолды көрсетесіз бе?

**Орманшы атай:** — Әрине, көрсетемін. Осылай, тура жүре беріңдер. Сау болыңдар! Жолдарың болсын! (қоштасып кетеді)

**Балалар:** — Сау болыңыз! (балалар сап бойымен жүреді, музыка әуенімен Қарақшы кіреді)

**Қарақшы:** —Бұл кімдер? Сендер ме , балалар, менің тыныштығымды бұзған? Орманға неге келдіңдер?

**Д/ш нұсқаушысы:** —Алтын күздің сиқырлы сандығы сізде, — деп естідік. Біз үлкен кедергілерден өтіп, сізге де жеттік. Сиқырлы сандығымызды қайтарыңыз.

**Қарақшы:** — Сандық менде. Бірақ менің де сендерге тілегім бар, соны орындасандар, сандықтарыңды қайтарамын.

**Бала:** —Тілек пе? Біз алтын балық емеспіз ғой, ертегідегі алтын балық сияқты тілектерді орындайтын.

**Қарақшы:** —Ал, сендер тырысып көріңдер.

**Д/ш нұсқаушысы:** — Қарақшының тілегін орындап көреміз бе, балалар?

**Балалар:** — Иә, көрейік.

**Қарақшы:** —Қазір осы жерде жаңбыр жаусын!

**Д/ш нұсқаушысы:** —Жаңбыр? Қарақшы сіз не айтып тұрсыз. Барлығымыз жаңбыр астында қаламыз ғой.

**Қарақшы:** — Өздерің ойланыңдар, не істеуге болады?

**Күз ханшайымы:**

— Балалар, біз жаңбырдан қорықпаймыз ғой. Жаңбырдан қалай жасырынуын білеміз. Қарақшы, міне саған жаңбыр (қолмен сілкіді, жаңбырдың дауысы) .

(Қимыл- қозғалысыз ойын «Қолшатыр»).

**Қарақшы:** — Жарайсыңдар, мені қатты қуанттыңдар! Тілегімді орындап бердіңдер. Уәде берген соң, мен де сендерге сиқырлы сандықты берейін. Бірақ та балалар, ол сандық жапырақтардың астында қалды. Балалар, үйіңкінің үстіндегі жапырақтарды ұшырайық. Сендер көмектесесіңдер ме?

**Балалар:** — Иә, көмектесеміз! (Тыныс алу жаттығу орындалады).

Қарақшы:

-Міне балалар, сандықтарың (сандықты тапсырады)

**Д/ш нұсқаушысы:**

-Қарақшы, сен неге мұңайып қалдың?

Қарақшы:

-Сандықтарыңды бергесін, менің қазынам босап қалды.

**Д/ш нұсқаушысы:**

-Сен мұңайма, біз орманнан көп теңге жинап алдық. Бізге ол қажет емес, бізге достық артық. Балалар, біз қандай мақал білеміз.

**Балалар:**

Жүз теңгең болғанша, жүз досың болсын.

Қарақшы:

-Рахмет сендерге, балалар!

(қоштасып кетеді).

**Алтын күз:**-Балалар, сиқырлы сандық табылды. Керемет! Балалар сиқырлы сөздерді оқып, сандықшаны ашуға болады (балалар хормен сиқырлы сөздерді оқиды).

Алтын күз, жомарт күз,

Сағына сені күттік біз.

Сандықшаң ашылсын,

Ішінен нұры шашылсын!

**Күз ханшайымы:** -Міне, қараңдаршы сандықшам ашылды (сандықшаның ішінде балаларға арналған сыйлығын тапсырады).

**ДШ нұсқаушысы:**

-Рахмет саған, Алтын күз! Біздің де саған берер сыйлығымыз бар. Балалар бүгін сенің күзгі орманыңнан көп әсер алды. Иә, балалар?

Балалар:

-Иә!

**ДШ нұсқаушысы:**

-Алтын күз, бүгінгі алған әсерлерін біздің балалар бояумен өрнектеп береді. Бұл біздің сізге деген сыйлығымыз (арттерапия)

**Алтын күз:**

-Рахмет сендерге, балалар! Өнерлі балалар екенсіңдер!

Ал менің баратын жерлерім бар. Менің Ресей, Англияда өздеріңдей балалар күтіп отыр. Балалар, сендер өте өнерлі, білімді бала екенсіңдер. Маған орысша, ағылшынша қалай қоштасу керек екенін үйретесіңдер ме?

**Балалар үш тілде қоштасады:**

-Сау болыңдар! (Алтын күз сыйлығын алып кетеді).

**Д/ш нұсқаушысы:** Енді сүйікті балабақшамызға оралуға болады. Балалар сап бойымен

тұрады. Сабақ қорытындысы.

**Д/ш нұсқаушысы:** — Балалар, бүгін сендер Алтын күзге көмек көрсеттіңдер. Сендерге

саяхат ұнады ма? Сұрақ-жауап арқылы қорыту. Әрдайым мейірімді болып, қиын сәттерде

бір-біріңе жәрдем бере біліңдер. Қоштасып, топқа шығарып салу.

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

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