

БӨЛІМ: ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ

Қауіпсіздік ережесі. Әртүрлі физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгеріс

ЖАРИЯЛАНДЫ
13.06.2020СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/76745/>

Сабақ жоспары № 1 -2-3

Пән: Дене шынықтыру

Пәннің аты: дене шынықтыру Уақыты:

Сынып: 6 Өтетін орны: спорт алаңы, стадион,
спорт зал Мұғалім: Тубирова А.Е

Сабақтың атауы Қауіпсіздік ережесі.

Әртүрлі физикалық жүктеме кезіндегі ағзадағы өзгеріс

Оқу мақсаты 6.3.4.1 денсаулықты нығайтуға бағытталған арнайы спорттық техника қауіпсіздігін, нормалары мен ережелерін түсіну

Мақсаты

Күтілетін нәтиже Қауіпсіздік ережелерімен танысады. Тақырыптың маңыздылығымен танысады, денесін жаттықтырады, алған білімін өмірде қолдана алады.

Психологиялық ахуал Шаттық шеңбері Оқушылар шеңберде жиналып, мұғаліммен бірге бүгінгі сабаққа сәттілік тілейді.

Топқа бөлу Бой сергітіп, ойын ойнау, жаттығу жасау барысында ғана спорттық құралдар арқылы топқа бөлу

Оқушылар таңдаған спорттық құралдар арқылы топтарға бөлініп отырады.

Жаңа сабақ Дене шынықтыру сабағында басты назар аударатын мәселе — жаттығуларды орындау кезіндегі қауіпсіздік. Сондықтан да мұғалім барлық жабдықтар мен снарядтардың жарамдылығы мен қауіпсіздігін мұқият қадағалауы қажет. Төменде бағдарламаның жекелеген тараулары (бөлімдері) бойынша сақтауға тиісті қауіпсіздік ережелері.

Сабаққа спорт үйірмесіне келген оқушы арнайы спорт киімдерін киіп, оның таза болуын қадағалауды міндеттейді; Сабақ басталарда оқушы денесінің ыстығы көтеріліп т. б. аурулармен ауырып тұрса мұғалімге өз денсаулығы жайында ескерту керек. Спорт залда, алаңда дене тәрбиесі пәні мұғаліміне тағайындалған ойындар мен жаттығуларды орындамау керек. Спорт залдағы электр розеткалары мен электроциттеріне тиіспеу керек; Спорт, алаңда орнатылған, құрылған спорт құралдарын мұғалімнің рұқсатынсыз

тиіспеу керек; Гранат, кіші доп т. б. құралдары алысқа және нысанаға лақтырған кезде қауіпті алаңға, сырттан адам, не мал кіріп кеткен кезде жаттығуды тоқтату керек. Ой толғаныс Бүгінгі сабақ арқылы қандай ой түйдің?

Үйге тапсырма Қауіпсіздік ережелерін қайталау, өмірде қолдану Ауызша тапсырма беру

Бағалау Формативті

Кері байланыс Бас бармақ арқылы бір-бірлерін бағалайды.

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

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