

БӨЛІМ: ЖАЛПЫ РУБРИКА

Спорт денсаулық кепілі

ЖАРИЯЛАНДЫ
09.05.2020СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/73431/>

Пән: Дүниетану Мектеп:Қ.Сәтбаев атындағы орта мектебі

Күні:22.11.19ж Мұғалімнің аты-жөні: Есенбаева Айнаш Калидуллаевна

Сынып: 3«г» Қатысқандар саны:25 Қатыспағандар саны:

Бөлім

Бөлімше: Уақыт

Денсаулық және қауіпсіздік

Сабақтыңтақырыбы: Спорт-денсаулық кепілі

Осы сабақта қолжеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме) 3.1.4.2 спорт түрлерін топтастыру, спорттың қандай да бір түрімен айналысу үшін қажетті негізгі және

Өзінің бойындағы қабілеттерін анықтау.

Күтілетін нәтиже Барлық оқушылар:

- Адамдар не үшін спортпен айналысатынын түсіндіреді;
- Қыстық және жаздық спорт түрлерін ажырата алады.

Көптеген оқушылар:

- Қандайда бір спорт түрімен айналысуға қажетті негізгі қабілеттерді және өзінің бойындағы қабілеттерді анықтайды;
- Тақырыпты талқылайды, пікірлерімен бөліседі.

Кейбір оқушылар:

- Белгілі бір спорт түрін таңдағаны нақатысты өзінің пікірін дәлелдейді;

Өзінің мектебіндегі(ауылындағы,қаласындағы)спортсекциялары туралы ақпарат жинайды.

Тілдікмақсат Оқушылар өзінің туа бітті қасиеттерін есепке ала отырып денсаулықты нығайту үшін спортпен айналысу қажеттілігі жайында талқылайды және соған қатысты шешімдер шығарады.

Пәнге қатысты лексика мен терминология:

Спорт, спорт түрлері, спортпен айналысуға арналғанадам бойындағы туа бітті қасиеттер, спорт жарыстары, олимпиада ойындары.

Диалогке/жазылымға қажетті тіркестер

Спортпен айналысу денсаулықты нығайтады, көрікті сымбат сыйлайды, тыныс алу жолдарының жұмысын жақсартады, төзімділікке үйретеді, иілгіштікті дамытады.

Талқыланатын мәселелер:

- Спорттың қандай түрлері бар?
- Адамдар спортпен қандай мақсатта айналысады?
- Спорт адам мінезіндегі қандай қасиеттерді қалыптастырады?
- Спортпен айналысуға арналған адам бойындағы туа бітті қасиеттердің қандай маңыздылығы ыбар?

Жазылым:

Үлгі бойынша сөйлем құрастыру: «Спорт дегеніміз – ...».

Құндылық Оқуға, білімге деген қызығушылығын арттырып, еңбекке баулу.

Жеке және топта жұмыс жас айалу, ынтымақтастық.

Пәнаралық байланыстар Дүниетану, математика

АКТ-нықолданудағдылары Интербелсенді тақта

Алдыңғы білім Спорт туралы қарапайым түсініктер

Жоспар

Уақыт Жоспарланған жұмыс түрлері Ресурстар

Сабақтың басы Қызығушылықты ояту. Сыныпты қалыпқа келтіру. Ойсергек.

Шеңбер құру

Спорт – сенің серігің

Жанға дауа, қолға күш.

Сергітетін адамды

Қимыл менен қозғалыс

Сабақтың ортасы Ой қозғау.

Бейнеролик көру «Денсаулық» Интербелсенді тақта

Жаңасабақ

-Бұл бейнероликтер не ұқтыңдар балалар?

-Денсаулығымыз мықты болу үшін не істеуіміз керек?

Жақсы олай болса, бүгін біз спорт жайында әңгімелейік.

-Спорт дегеніміз не?

-Спортпен қайда айналысады?

-Адамдар спортпен не үшін айналысады?

Тақтада сөздер жазылған қима қағаздар тұр. Бір-бір оқушыдан шығып, қағаздардың спортқа қатысы барын, спорт сөзінің қасына орналастырамыз.

Денсаулық Жақсы көңілкүй Сымбатты мүсін

Өзіңе деген Спорт Зиянды әдеттерден

сенімділік арылу

Жақсы ұйқы

Бүгінде әлемде 200-ден астам спорт түрі бар деп есептелінеді. Осындай көп спорт түрлерін қалай реттеуге болады?

Спорт түрлерін әртүрлі топтарға бөледі. Мысалы, өткізу уақытына қарай қыстық және жаздық болып бөлінеді. Ақыл-ойды дамытатын және ұлттық ойындар.

Жұптық жұмыс

Спорт түрлері туралы түсінік береді.

1. Қысқы спорт түрлері
2. Жазғы спорт түрлері
3. Ақыл-ойды дамытатын
4. Ұлттық ойындар

Бағалау Медальдар арқылы

Қима қағаздар

Топтар бір-бірін медаль арқылы бағалайды

Оқулықтағы «Сен білесің бе?» айдарындағы мәтінді оқимыз.

-Балалар! Соңғы Олимпиада ойындары қашан және қайда өтті, кім біледі? Қазақстандық спортшылардан кімдер жүлдегер атанды?

Олимпиада ойындары 4 жылда 1 рет өткізіліп тұрады. Соңғы Олимпиада ойындары 2016 жылы Рио до Жанейрода болды. Біздің қазақстандықтар 17 медальмен оралды. 3 алтын, 5 күміс, 9 қола. Олар Ольга Рыпакова, Василий Левит, Данияр Елеусінов, Әділбек Ниязымбетов, Дариға Шәкілова тағы басқалар.

-Білетіндерге жарайсыңдар дегім келеді! Ал қалғандарыңа ғаламтор ресурстарына жүгініп, олимпиада жайында ақпарат алуларыңа кеңес беремін.

Бағалау медаль арқылы

- Сен қандай спорт түрімен айналыссам болады деп ойланып жүрсің?

Құрдастарың Айжан мен Асқар қандай ойда екен. Біліп көрейік. Олардың алға қойған мақсаттары қандай, оқыңдар. Кімнің жауабы саған жақын? Айжанның ба, Асқардың ба? Неліктен?

(Т) «Позицияны ұстан» стратегиясы (жеңілдетілген ұсқасы). Бір пікірді таңда және сол пікірді қорғайтын бір дәлел айт.

Пікірді таңдауға және оған дәлел табуға 1 минут беріледі.

Ниет білдірген оқушылар ортаға шығып, кімнің пікірін қолдағандарына қарай тақтаның екі жағына тұра бастайды. Алдымен бірінші топ сөйлейді (мысалы, Айжанның пікірін

қолдағандар), сосын екінші топ сөйлейді.

Мұғалім пікірталасты қорытындылайды.

Бағалау медальдар арқылы

Сергіту сәті

Дене жаттығуларын бейнероликтен қайталап орындау.

Микрофон әдісі

Сыныбымыздағы бокс спортымен айналысатын Алдиярдан Дильнз сұхбат алды.

-Алдияр бұл спортпен неше жасыңнан бастап айналысасың?

-Бұл спортқа қалай бардың, кім апарды?

-Қанша медалің бар?

-Жеңіске жеткенде қандай сезімде боласың?

-Жеңілген кездерің болды ма?

-Бізге бір прием көрсетесің бе?

Бағалау медаль арқылы

Қима қағаздар

Сабақтың соңы Қандай спорт түрімен айналысатыныңды тек қана өзің шешесің. Біреулер сүйікті актерлеріне немесе әншілеріне еліктеп, солардың айналысатын спорт түрлерін таңдайды. Біреулер достарына серік болып спорт секцияларына барады. Біреулер ата-анасының ұсынысына байланысты спорт түрін таңдайды. Ең бастысы, өзіңе ұнайтын спорт түрін таңдау керек.

(Ө) Егер сен спортпен айналысам деп шешім қабылдасаң. Өз іс-әрекеттеріңді ретімен жаз. Ол спорттың қандай түрі? Таңдау себебің қандай? т.б. Ал егер әлі спорт түрін таңдамаған болсаң төмендегі сөйлемдерді толтырып, орындауға тырыс.

Сөйлемдегі бос орындарды толтыр

Мен (спорт түрі) айналысымын келеді,себебі

Солсебепті мен бұл спорт түрінтаңдаймын.

Медальдар арқылы бағалау

Ал егер спорттық секцияларға мүлдем жазылғың келмесе ше? Мүмкін сен сурет салу немесе музыкамен, математика немесе гербарий жинаумен әуестеніп жүрген шығарсың. Әлде денсаулық жағдайыңа байланысты саған спортпен айналысу зиян шығар. Осындай жағдайларда не істеу керек?

(Т) Оқушылар пікірлерін айтады. Мысалы, қозғалысы көп өмір салтын ұстану: серуендеу, аулада құрдастарыңмен ойнау, жаяу жүру және мектепте денешынықтырумен айналысу.

Мұғалім: – Балалар, сендердің айтқан пікірлеріңмен мен де келісемін!

Кім салауатты өмір салтын қолдайды, қолдарыңды көтеріңдер! Деніміз сау болу үшін, не істеуіміз керек? Кім біледі?

Оқушылар: Шынығу керек!

Мұғалім: Егер денің сау болсын десең, үнемі шынығып жүр. Ағзаны шынықтырудың көптеген жолдары бар. Мысалы сүлгіні суға малып алып, онымен денені ысқылау, салқын сумен құйыну, күн сәулесі ваннасын қабылдау.

Суреттердегі спорт түрлері қыстық па әлде жаздық па анықта. Алдымен спорттың жаздық түрлерін, сосын қыстық түрлерін ата.

Пантомима: ыммен немесе қозғалыспен қандай да бір спорт түрін бейнеле. Қалғандары жауабын табады.

Рефлексия

Тақтада алма ағашы суреті ілініп тұрады. Оқушылар стикерге өздерінің осы сабақта алған білімдері туралы жазып, ағашқа астына жапсырады

Оқушылар алған медальдарын санайды. Ең көп медаль санына байланысты орындар беріледі. 1- орын, 2-орын,3-орын

Үйге тапсырма

Әртүрлі дереккөздерден(ғаламтор ресурстары, қосымша әдебиеттер, үлкендерден сұрау) белгілі бір спорт түрімен айналысу үшін (өзің таңдаған спорт түрін жаз)қандай қабілеттер болу керек екенін анықта.

Электронды оқулық

Стикерлер

Қосымша мағлұматтар

Дифференциация -

Сіз оқушыларға көбірек қолдау көрсету үшін не істейсіз? Қабілеті

жоғары оқушыларға қандай тапсырма беруді көздеп отырсыз? Бағалау -

Оқушылардың паратты қанша - лықты меңгергенін

қалай тексересіз? Пәнаралық байланыс Қауіпсіздік ережелері АКТ-мен байланыс

Құндылықтармен байланыс (тәрбиелік элемент)

Ойлану

Сабақ мақсаттары/оқу мақсаттары жүзеге асырымды болды ма?

Бүгін оқушылар не іүйренді? Сыныптағы оқу атмосферасы қандай болды?

Дифференциацияны жүзеге асыру қолымнан келді ме?

Мен жоспарланған уақытымды ұстандым ба?

Мен жоспарыма қандай өзгерістер енгіздім және не іктен?

Төменде берілген бөлімді осы сабақ туралы ойларыңызды жазу үшін пайдаланыңыз. Сол жақ бағанда берілген сабағыңызға қатысты ең маңызды сұрақтарға жауап беріңіз.

Жалпыбаға

Сәтті өткен екі нәрсені атап көрсетіңіз (сабақ беру және оқытуға қатысты):

1.

2.

Қандай екі нәрсе сабақтың оданда жақсы өтуіне ықпалын тигізеді (сабақ беру және оқытуға қатысты)?

1.

2.

Осы сабақ барысында сынып немесе жеке оқушылар туралы менің келесі сабағыма дайындалу үшін қажет болуы мүмкін қандай ақпарат алдым?

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

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