

БӨЛІМ: ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ

Көңілді старт

ЖАРИЯЛАНДЫ
12.01.2021СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/88796/>

Қызылорда қаласы

№39 «Қызылөзек» орта мектебі

Дене шынықтыру пәні мұғалімі

Сәулебаев Нұрболат Аянұлы

«Көңілді старт»

Көңілді старт (спорттық ойын — сауық)

Мақсаты: Балаларға денені шынықтырудың пайдасын, адамның дені сау сергек болуына көмектесетінін түсіндіру. Балалардың көтеріңкі көңіл — күйде болуын қалыптастыру, тепе — теңдікті сақтау, шынықтыру жаттығуларына, сайыстың шарттарына деген қызығушылықтарын арттыру.

Барысы:

Шаттық шеңбер.

Біз бақытты баламыз,

Шыныға да аламыз

Сәулетті елдің көгінде

Шамшырақ болып жанамыз. (иіліп сәлем беру)

— Құрметті ойыншылар, бүгін «Көңілді старт» атты эстафеталық жарысымызды бастаймыз. (екі топқа бөлініп тұрады)

Ал, сайыскер балалар,

Ешкімің жоқ алалар

«Жеңімпаз» болу үлкен ерлік

Оны әділқазы бағалар.

(әділқазы мүшелерімен таныстыру)

Жарыстың шарттары:

1. Таныстыру.

2. «Допты тез жеткізу».

3. «Акробатика».
4. «Кедергілер» сайысы.
5. «Кім шапшаң?»
6. «Епті де, жүйрік» сайысы.

Құрметті сайыскерлер, сіздерге сәт сапар!

1. Таныстыру.

«Қыран» тобы

Ұраны: Күндей болып күлеміз,

Шуақ шашып жүреміз.

«Тұлпар» тобы

Ұраны: Бүгін жарыс мектепте

Қуанады бар бала.

2. «Допты тез жеткіз»

Ойын шарты: Допты ұстап жүгіріп келу.

3. «Акробатика»

Ойын шарты: Музыка ырғағымен әр ойыншы құрсаулардан аттап — аттап жүгіріп, орындарына бару.

4. «Кедергілер» сайысы

Ойын шарты: Тақтай үстімен тепе — теңдік сақтап өту.

5. «Кім шапшаң?»

Шарты: Допты қолдарына қысып ұстап, шынтақтап, доға астынан жорғалап өту.

6. «Епті де, жүйрік» сайысы.

Шарты: Үлкен доп үстіне отырып, орындықты айналып секіріп орнына келу.

— Рахмет, ойыншылар. Барлық жарыс шарттарын орындадық.

Өнерге биік сеніңіз

Думанға қызық келіңіз

Әділқазы ел сенген

Сайысқа баға беріңіз!

(Әділқазылар сайыстың шарттары бойынша қорытынды шығарып, жеңімпаздарды жариялай отырып, марапаттайды)

Қорытынды сөз кезегін мектеп директоры Кулгазиев Жеңісбек ағайға беріледі.