

БӨЛІМ: ЖАЛПЫ РУБРИКА

Гимнастика арқылы денсаулықты нығайту

ЖАРИЯЛАНДЫ
15.02.2023

СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/131983/>

Бөлім	3-бөлім Гимнастика арқылы денсаулықты нығайту			
Педагогтың аты-жөні	Қуанғалиев Медетхан			
Күні	18.11.2022ж			
Сынып	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны		
Сабақтың тақырыбы	Гимнастика .Тепе теңдікті дамыту			
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу нәтижелері (оқу бағдарламасына сілтеме)	3.2.2.1 Әрекет мақсаттарына қол жеткізу үшін командада жұмыс істей бастайды және өзіндік жұмыс жөніндегі білімді нығайтады			
Сабақтың мақсаты	Барлық оқушылар қозғалыс кеңістігінде толық топ ретінде қауіпсіз жұмыс істеу			
Бағалау критерийі	Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығуларының байланысын анықтайды.			
Сабақтың кезеңі/ уақыты	Мұғалімнің әрекеті			
Басы	Сәлемдесу. Сапқа отырғызу, сабақ барысын түсіндіру. Қауіпсіздік және тәртіп ережелері.жүру . Кеңістікте топпен жүргенде неге сақ болу керек екенімді айта аласың ба? орташа қалыпта жүгіру , алаңның оң жағынан сол жағына қарай . 1. Екі қол жоғарыда аяқтың ұшымен, екі қол белде оқиымен жүру. 2. Жеңіл жүгіріске көшу . 3.аяқты артқа , қолға жеткізе жүгіру, екі қол алдыда тізені биік көтере жүгіру. 4.Оң және сол жақ қырымен адамдай жүгіру екі қол белде 5 .Жылдамдыққа жүгіру 6. қолды екі жақтан тыныс ала көтеріп , түсіру, демді қалпына келтіру. Ж.Д.Ж. орнында	Оқушының әрекеті Оқушы өз жұбын табады Әдіс арқылы қайталау Сурақ жауап орындайды	Бағалау Қол шалапақ	Ресурстар Оқулық, суреттер, топқа бөлуге арналған кесте қағаздар және әртүрлі заттар, топтық тапсырмалар
Ортасы	Қауіпсіздік техникасы Гимнастика қауіпсіздік техникасын қайталау, әнгімелесу, түсіндіру, көрсету. Қауіпсіздік техникасын журналына оқушылар тансыну арнайы аты жөніне қарама- қарсы қол қояды. Мектепте және денешынықтыру сабағында тәртіп ережелерін сақтауды жүруді қайталау, түсіндіру, әнгімелесу. Тепе-теңдікті дамыту Жүру белгі бойынша басталады. Оқушылар орындық тақтайшасы арқылы жүріп өтуі керек. Гимнастика қауіпсіздік техникасын сақтау қажет Бұл суретте көрсетілгендей гимнастикаға арнайы жаттығуларды орындау қажет. Қауіпсіздік ережені сақтау біледі. Тепе—теңдік сақтау жаттығулары	Тапсырманы орындайды әрі тексеріп отырады. Топтар бір-біріне ойын барысында байқаған, көрген екі жақсы орындаған жағын айтып, ұсыныс түрінде бір тілек айтады. қарсылас топтың аумағына өтпеді туды алып, кері өз аумағына жүгіріп шығады өз аумағына өткен оқушыларды ұстап үлгереді	Смәликтер арқылы КБ өзін өз бағалау КБ «Бағдаршам» >	Әр жаттығуға арналған үлкен, таза кеңістік, бор, асықтар, А4 форматындағы қағазға жазылған «Бұлттар тегі», қалам, қарандаш, маркерлер. Мұғалімге арналған ысқырық, секундомер. Бос кең алаң, ысқырық, арқан, секундомер, фишкалар.
Сабақтың соңы	Сабақтың соңында «Смайликтер» арқылы кері байланыс жүргізе отырып, «Біздің сынып керемет!» ұранымен сабағымызды қорытындылаймыз. Кері байланыс Біздің сынып керемет	Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына байланысты кері байланыс жасайды.		Рефлексия парағы

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

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