

## БӨЛІМ: ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ

## Қол ұстасып арқан үстімен жүру.

ЖАРИЯЛАНДЫ  
29.03.2018СІЛТЕМЕ  
<https://bilimger.kz/34648/>

## АННОТАЦИЯ / АҢДАТПА

Білім беру саласы: Денсаулық

Ұйымдастыру оқу қызметі: Дене тәрбиесі

Тақырыбы: Қол ұстасып, арқаннан ұстасып жүру. Алаңның 1-шетінен 2-ші шетіне дейін жүгіру.

Мақсаты: Балалардың қозғалыстарын жетілдіру, қол ұстасып жүруді, алаңның 2 шетіне дейін жүгіруді үйрету.

Керек құралдар: Сылдырмақ, ысқырғыш, доп.

Қимыл-қозғалыс ойыны: «Кім жылдам»

Әрекет кезеңдер Нұсқаушының қызметі Балалардың қызметі

Мотивациялық

Қозғаушы

Іздену-ұйымдастырушылық

Рефлекстік-коррекциялаушы Балаларды сап түзетіп, қатарға тұрғызады.

Амандасады. Тік тұрыңдар, түзеліңдер! Оңға бұрылып, саппен жүріңдер! Нұсқаулықты орындаңдар! Аяқ ұшымен жүру, қол белде, өкшемен жүру, қол желкеде. Нұсқау бойынша орындату. Сылдырмақтың көмегімен 2 қатарға бөліп тұрғызу. Жалпы дамытушы жаттығуын орындатады.

1. Бас, иық жаттығуларын орындатады.

2. Бел, кеуде жаттығуларын орындатады.

3. Қол-аяқ жаттығуларын орындатады

Негізгі оқу қызметі бойынша нұсқаушы қол ұстасып және арқаннан ұстап жүруді, алаңның 2- шетіне дейін жүгіруді түсіндіріп, ойынды үйретеді.

Қимыл-қозғалыс: «Кім жылдам».

Ойын шарты: Балаларды екі топқа бөледі. Екі қатарға кеглилердің арасына өтіп, жылдам

жүгіріп келуді түсіндіріп, ойынды үйретеді.

Тыныс алу жаттығуларын жасатады.

Балаларға бүгінгі оқу қызметі барысынан сұрақтар қойды. Іс-қимыл қозғалыстарын байқау арқылы балаларды мадақтады.

Сау болыңыздар! Балалар 1 қатармен сап түзеп, қатарға тұрды. Амандасты. Нұсқаулықты орындады. Саппен жүре келе 2 қатарға тұрды .

Жалпы дамытушы жаттығуын орындады.

Жалпы дамытушы жаттығуларын бірнеше рет қайталайды.

Балалар тепе-теңдікті сақтап жүруді және лақтырылған допты қағып алуды үйренді.

Балалар «Кім жылдам» ойын кезінде үйренді..

Тыныс алу жаттығуын жасады.

Жауап берді.

Қуанды.

Сау болыңыз.

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

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