

БӨЛІМ: ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ

Ғажайып тон

ЖАРИЯЛАНДЫ
08.02.2019СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/53140/>

АННОТАЦИЯ / АҢДАТПА

Алдар Көсенің ертегілер желісінен.

Тобы: «Зерек»

Ұйымдастырылған ашық оқу қызмет түрі: Дене шынықтыру

Білім беру саласы: Денсаулық

Мақсаты: Балаларға қазақтың ұлттық ертегілері туралы мәлімет беру. Балаларды шоқырақтап жүгіруге, гимнастикалық отырғыш үстімен жүруге, тұрып тепе-теңдік сақтап жүруге, бір аяқпен секіруді үйрету. Ұлттық ойынға деген қызығушылығын арттыру Балаларды әдептілікке, ұйымшылдыққа, мергендікке, шапшаңдыққа, бірін-бірі сыйлауға тәрбиелеу.

Қажетті көрнекілігі: бала санына қарай гимнастикалық таяқшалар, гимнастикалық отырғыш,

Кіріспе:

Сапта тұру, түзелу, амандасу, бір-бірінің артынан түзеліп бір орында оңға, солға бұрылу.

Балаларға қазақ ертегісінің кейіпкері Алдар Көсе жайлы айту. Осы кезде Алдар Көсе ішке кіріп келеді.

Алдар Көсе:

-Саламатсыздар ма, балалар? (балалар амандасады)

Мен Алдармын, Алдармын

Досымын адал жандардың.

Жақсыға талай серік боп,

Жаманды талай алдадым.

Алдар Көсе : Балалар менің досым болғыларың келе ме? (Ия)

-Ендеше залды айналып жүреміз (гимнастикалық таяқшаны себеттен алады).

1. Тізбекпен жүріп келе жатып гимнастикалық таяқшаны жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру. Таяқшаны желкеге қойып, ат болып шоқырақтап жүру.
2. Таяқшаны алдыға созып жүру, таяқшаға тізені тигізу.

Осы кезде атпен шауып бай өтеді.

Балалар бір тізбекпен шоқырақтап, атты салып жүгіреді.

Алдар Көсе: Ал, мен сендердің күштеріңді, ептіліктеріңді байқағым келеді.(Балалар қатарға шығады)

Қатарға тұру. 1,2,3,4,

5,6,7,8.

Гимнастикалық таяқшамен орындалатын жалпы дамытушы жаттығуы:

1.«Біз күштіміз». Б.қ.: негізгі тұрыс. 1. Гимнастикалық таяқшаны екі ұшынан ұстап, қолды төмен түсіріп тұрады. Таяқшаны кеуде тұсқа әкелу 2. Б.қ. 4 рет қайталау.

2.«Біз шынығамыз». Б.қ.: аяқ кеңдігінеде, қол төменде. 1. Қолды алға созу. 2. Жоғары көтеру. 3. Алға созылу. 4. Б.қ. келу. 4 рет қайталану.

3.«Бұрылыстар». Б.қ.: алдыңғыдай. 1. Қолды созып, денені оңға (солға) бұрылу. 2. Б.қб -қа келу. Әр бір жаққа 4 реттен қайталау.

4.«Алға иілу». Б.қ.: аяқты сал ашып тұру. Таяқшаның екі шетінен артқа ұстау. Бір дегенде алдыға еңкейіп, таяқшаны жоғары көтеру. Екі дегенде б.қ.келу 4 реттен жасау.

5. **«Секіру».** Б.қ.: негізгі тұрыс. Таяқшаны жерге қойып, одан қырымен тұрып секіру. 10 рет жай жүрумен кезектестіріп секіру.

-Бай(шауып келеді)

-Ой,Алда осы сені адамдарды алдап кетеді деп естідім, мені де алдашы(қарқылдап күледі)

-Алдар мына жыртық тоннан тоңған жоқсың ба?-деп сұрайды.

Алдар:-Қайта жыртығы көп болғаны жақсы. Жел бір жағынан кіріп, екінші жағынан шығып кетеді. Міне, мен сондықтан мұздамаймын-дейді.

Бай: «Алдар, онда тонымызды айырбастайық», -дейді.

Тонды айырбастап ауыстырып киіп алады.(Алдар аулына шауа жөнеледі)

Бай тонды болғанына қуанып. Балаларға «қамшысын»сыйға береді

-Балалар «Қамшы»ойынын ойнаңдап дейді де, Алдардың соңынан шауа жөнеледі .

Негізгі бөлім

«Қамшы» қимыл-қозғалыс ойыны

Ойын ережесі:

Ойынға қатысушылар шеңберге қол ұстасып тұрады. Бастаушы балаларға санамақ айтып, ортада жүретін ойыншыны шығарып алады. Музыка жіберіледі де ортаға бір ойыншы қолына қамшысын ұстап, музыка ырғағымен шеңбер ішінде жүгіріп айналады. Музыка тоқтаған кезде, келген орындаға екі баланың қолының ортасына қамшыны ұстайды. Сол кезде екі бала қарама-қарсы бағытта екі жаққа жүгіріп кетеді, қай ойыншы бұрын келсе, сол бастапқы орында қамшыны жоғары көтеріп тұрған ойыншының қолындағы қамшыны алады. Сол ойыншы ойынды ары қарай жалғастырады.

Сапта жүру, жүгіру .
Тыныс алу жаттығуын жасаймыз.
Бастапқы қалыпқа тұру

Балаларды мадақтау, марапаттау, Қоштасу

Күтілетін нәтиже:

Орындайды: ойындарды орындау, кейіпкерлердің ролін сомдап біледі;

Түсінеді: Ұлттық ойындардың шартын түсіну, ойын мәтініне сай қимыл бере білуді, ойынның шартына сай әрекет жасауды.

Қолданылады: ойынды түсініп, қамшыны ойынын меңгерді, тапсырманы орындауды;

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