

БӨЛІМ: ЖАЛПЫ РУБРИКА

Қозғалмалы ойындар

ЖАРИЯЛАНДЫ
15.11.2021

СІЛТЕМЕ
<https://bilimgger.kz/110138/>

Қысқа мерзімді жоспар

	Мектебі: Қоянды №1 ЖББОМ	
Күні :	Мұғалімі: Бахыт Қайрат	
Сынып 4-сынып	Қатысқаны:	Қатыспағаны:
Сабақтың тақырыбы:	Ұзындыққа секіру негіздері	
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаты	4.3.2.2 Дене қызметімен айналысқан кезде, денені қыздыру және босаңсыту қажеттілігін көрсетеді және талқылайды	
Сабақ мақсаттары	Барлық оқушылар: Ұзындыққа секіруді біледі	
	Оқушылардың басым бөлігі: Негізгі дене жаттығуларын орындай алады	
	Кейбір оқушылар: Ұзындыққа секіру жаттығулармен байланыстыра алады, жүру және жүгіру әдістерін түсінеді	
Бағалау критерийі	Дене қызметімен айналысқан кезде, денені қыздыру және босаңсыту қажеттілігін көрсетеді және талқылайды	
Құндылықтарды дамыту	Денсаулық, достық және айналасындағыларға қамқорлық көрсету.	
Пәнаралық байланыстар	Математика, жаратылыстану	
Тілдік мақсат	Оқушылар орындай алады: Оқушыларға денені қыздыру және босаңсыту қажеттілігін көрсетеді және талқылай алады	
	· Пәнге қатысты сөздік қор мен терминдер: түзел, дайындал, мәре,сөре.	
	Талқылауға арналған сұрақтар: · Қандай секіру ойындарды білесіздер? · Секіру дегеніміз не? · Ұзындыққа секірудің қарапайым ойыннан айырмашылығы неде?	
	Не себептідеп ойлайсыз? Не себепті сөре болады деп ойлайсыз? Не себепті мәре болады деп ойлайсыз?	
Сабақтың барысы		
Сабақтың жоспарланған кезеңдері	Сабақтағы жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар

<p>Сабақтың басы 5 минут</p>	<p>Сапта тұру сәлемдесу кезекшінің баянаты қауіпсіздік ережесімен сабаққа дайындығын ескеру Сабақтың тақырыбын, мақсатын хабарлау. Қауіпсіздік ережесі. Секіру жаттығуларын өткізу барысында сақталатын қауіпсіздік ережелері: спорттық аяқ киіммен секіру, секіріп жерге түсу барысында гимнастикалық төсеніштерге, спорт алаңында құм төселген жерге түсу. Ұзындыққа, биіктікке секіру барысында бірінен соң бірі секіруге рұқсат етілмейді. Сапттық жаттығулары: түзулен, тіктен, оң-ға, сол-ға, айнал, адым-да, т.с.с. Арнайы жүру, жүгіру жаттығулары. Жалпы денені дамытуға арналған жаттығуларын орындату.</p>	<p>Сұрақтар</p>
<p>Сабақтың ортасы 35 мин</p>	<p>Белсенді оқу әдістер бойынша Жарыс сабағы Ұзындыққа секіру тәсілімен таныстырылады. Ұзындыққа секіру жайлы сұрақтар қою осы сұрақтар арқылы жарыс ұйымдастырамын. Диалог сабағы бойынша — Ұзындыққа секірудің пайдасы неде? — Ұзындыққа секіру басқа ойндардан айырмашылығы неде? «Жаңа сабақ» Ұзындыққа секіру негіздері 1. Орында тұрып алға секіру 2. Орнында ұзындыққа секіріп жаттығу 3. Орнынан ұзындыққа секіру. Секірудің көптеген түрлері бар. Солардың ішіндегі ең қарапайымы-бір орында ұзындыққа секіру. Секірудің бұл түрі кезінде дененің оң жақ және сол жақ жартылары тепе-тең қозғалыстар жасайды. Аяқ алдын ала бүгіледі, осы кезде бұлшық еттер жиырылып осы төменгі жақтың барлық бөліктері жазылады. Кеңес сабағы. Бұл сабақта негізнен мұғалім оқушылардың өзін – өзі дайындау бойынша, белгілі бір жаттығуларды орындау туралы сұрақтарына жауап береді, оқушылармен бірлесіп жалпы және арнайы бағыттағы жаттығулар таңдалады. Қ.б арналған тапсырмалар: . Ұзындыққа секіру негіздері атаңыз. Дескриптор: <i>Білім алушы</i> — қозғалыс түрін (секіру) анықтайды; — секіру (жүгіру, серпілу, ұшу, қону) техникасын орындайды; — секіру кезіндегі (екпінмен жүгіру, тізесін ішке алмауы, жарақат алып қалуы т.б) тәуекелдерді анықтайды.</p>	<p>Ысқырық</p> <p>Спорт алаңы</p> <p>Уақыт өлшегіш</p> <p>Жалауша</p>
<p>Сабақтың соңы</p>	<p>Қорытынды: Кері байланыс: Бүгінгі сабақта болған көңіл – кйді смайлик арқылы бағалаймын. Рефлексия: БББ кестесін пайдаланамын Білемін Білдім Білгім келеді</p>	<p>БББ кестесі</p>
<p>Қосымша ақпарат</p>		
<p>Саралау-оқушыға мейлінше қолдау көрсетуді қалай жоспарлайсыз? Қабілетті оқушыларға тапсырманы қалай түрлендіресіз?</p>	<p>Бағалау-оқушы білімін тексеруді қалай жоспарлайсыз?</p>	<p>Денсаулық және қауіпсіздік техникасының сақталуы</p>
<p>Ұзындыққа секіру негіздері тапсырмалар, нақты бір оқушыдан күтілетін нәтижелер, оқу материалдары мен ресурстарын оқушылардың жеке қабілеттерін есепке ала отырып іріктеймін. Уақытты ұтымды пайдалануды есепке ала отырып, ұзындыққа секіру негіздері кезінде оқушының мүмкіндігін ескеріп деңгейлік жаттығулармен жүктеймін. Сәл әлсіз оқушыларға көмектесу үшін жеңілдетілген тапсырмаларды беремін.</p>	<p>Байқаймын, тыңдаймын, сұрақ қоямын. Оқушылардың өзін-өзі бағалау дағдыларын қалыптастырамын. -Мақтау, мадақтау әдісімен бағалаймын. -Оқушыларға жүйелі түрде кері байланыс ұсынамын және оқуға уәждеймін.</p>	<p>Оқушыларға ұзындыққа секіру кезінде техникалық қауіпсіздік ережелерімен таныстырамын</p>

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

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