

БӨЛІМ: ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ

"Спорт - денсаулық кепілі"ЖАРИЯЛАНДЫ
16.02.2020СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/68545/>**Сыныптан тыс шара****Сайыс сабақ****Дайындаған: «Берёзовка орта мектебі» КММ****дене шынықтыру пәнінің мұғалімі:****Кургамбаев Темирлан Нурланович****Тақырыбы «Спорт- денсаулық кепілі» эстафеталық ойыны****Мерзімі: 12.02.2020 жыл****Мектеп: «Берёзовка орта мектебі» КММ****Сабақтың мақсаты:**

1. Оқушылардың спортқа деген қызығушылығын арттыру;
2. Оқушыларды ұйымшылдыққа, достыққа, ұлтжандылыққа тәрбиелеу;
3. Оқушыларды жылдамдыққа, шапшаңдыққа үйрету. Білім, білік дағдыларын кеңейту;

Сабақтың түрі: топтық жарыс**Сабақтың әдісі:** ойын**Өтетін орны:** спорт зал**Өтетін уақыты:** 12.02.2020**Сынып:** 6 сынып**Құрал- жабдығы:** доп, кедергілер, секірткіш, ысқырық, шығыршық, қап, эстафета

таяқшасы, секундамер

Сайыс барысы

I.Ұйымдастыру кезеңі

1.Техникалық қауіпсіздік ережелеріне мән беру.

Керекті жабдықтармен керекті заттардын дұрыстығын тексеру. Оқушылардың спорттық киіміне, ойынға қатысуына мән беру.

2.Жарысымыздың қорытындысын шығарып,әділ бағалап отыратын әділқазылар алқасымен таныстыру.

3.Ортаға командалар шығады. Мұғалімнің командасы бойынша сапқа тұрғызылады. Мемлекеттік Әнұран орындалады.

II.Жарыстың шарты.

1.Сәлемдесу.(ұраны,топ аты)

2.Эстафеталық ойындар

3.Қорытындылау

1.«Эстафета таяқшасын алып жүгіру»

Әр топ ойыншылары төрешінің белгісі бойынша кедергілердің арасымен эстафета таяқшасын алып белгіленген жерге жүгіріп барып,кейін қайтады.Екінші ойыншыға береді.Бірінші келген команда жеңіске жетеді.

2.«Секіртпемен жүгіру»

Топ оқушылары төрешінің белгісі бойынша секіртпемен жүгіреді.Белгіленген жерге жүгіріп барып,кейін қайтады.Келесі ойыншыға береді.Ойынды бірінші аяқтаған топ жеңімпаз болады.

3.«Шығыршық тасы»

Төрешінің белгісі бойынша топ басшысы шығыршықпен белгіленген жерге топ мүшелерін біртіндеп тасып,кейін қайтады.Соңғы ойыншыны апарып,барлығын бірдей

алып келеді

4.«Кім жылдам»

Төрешінің белгісі бойынша белгіленген жерге допты жерге ұрып барып, қайтарында жүгіріп келеді. Допты келесі ойыншыға береді. Ойын осылай жалғасып, бірінші келген команда жеңімпаз болады.

5.«Жұптасқан ұстаушылар»

Төрешінің белгісі арқылы топ мүшелері екеуден жұптасып белгіленген жерге жүгіріп барып, кейін қайтады.

6.«Қаппен жүгіру»

Төрешінің белгісі арқылы қапты киіп алып, белгіленген жерге секіріп барып, кейін қайтады. Қапты шешіп келесі ойыншыға береді. Бірінші аяқтаған топ жеңімпаз болады.

7.«Арқан тарту»

Команда мүшелері түгел арқан тартуға шығады. Белгіленген жерге қарсылас команда мүшелерін тартып келеді. Командалар бір-бірімен түгел арқанмен тартысады.

III. Қорытындылау.

Қорытынды сөз әділқазыларға беріледі.

Командалар сап түзеп қатарға тұрады.

Ұпай санын есептеп, жарысқа қатысқан командаларды марапаттау.