

## БӨЛІМ: ЖАЛПЫ РУБРИКА

## «Орманға серуен»

ЖАРИЯЛАНДЫ  
12.07.2020СІЛТЕМЕ  
<https://bilimger.kz/78355/>

Тақырыбы: «Орманға серуен»

Мақсаты: Гимнастикалық орындық үстімен, құм толтырылған қалташаны басқа қойып, тепе - теңдікті сақтап жүруге үйрету. Түрлі кедергілер арқылы жаттығулар орындау дағдыларын дамыту. Шапшаңдыққа, ептілікке тәрбиелеу.

Көрнекіліктер: Ысқырық, шығыршық, гимнастикалық орындық, гимнастикалық қабырға, құм толтырылған қалташа, доға.

Ұ.О.Қ. барысы: Балалар саппен спортзалға кіреді.

— Оңға бұрыл! Түзел! Тік тұр!

— Балалар, бүгін бізде ерекше күн, бізге қонақтар келіп отыр. Қане, қонақтармен амандасайық.

— Саламатсыздарма! Здравствуйте! Good mooning!

— Балалар, бүгін біз орманға серуенге шығамыз. Орманда жануарлар, құстар, жәндіктер бар, жәнеде көптеген кедергілер кездеседі, құлап жатқан ағаштар, кішкене шалшықтар.

Оңға бұрылып, орманға жол тартайық.

Жүру, жүгіру түрлері:

1. Иекті көтеріп, қолдарын сермеп, тізелерін бүге жоғары көтеріп, аяқты нық басып жүру.

2. «Жол алыс» аяқтың ұшымен жүру;

3. «Жаңбыр жауып кетті» өкшемен жүру;

4. «Алдымыздан қаздар шықты» отырып журу;

5. «Орманнан аю шықты» аяқтың сыртқы жағымен жүру;

6. «Алдымызда құлаған ағаштар» бұрылып жүру;

7. «Жылан» жүріс;

8. Шашырап жүру, жай жүру.

1. Жүгіру;

2. Оң (сол) аяқты көтеріп жүгіру;

3. Оң (сол) иығымен жүгіру;

4. Жай жүру.

Дем алу жаттығу.

Үш қатарға бөліну.

-Ал, балалар орманға да жеттік. Ормандағы жануарларда, құстарда жаттығуларды жасауды ұнатады.

Жалпы дамыту жаттығулары.

1. «Орманда жүру» Б.қ. аяқ бірге, қол белде, бір орында жүру;
2. «Аю арқасын қасиды» Б.қ. аяқ алшақ, қол төменде, оң (сол) иықты көтеру;
3. «Маймыл бананды жұлып жатыр» Б.қ. аяқ алшақ, оң (сол) қолды көтеру, аяқты ұшына тұру.
4. «Керік» мойының созады» Б.қ. аяқ алшақ, қолды айқастырып оңға (солға) иілу.
5. «Страус мойынын тықты» Б.қ. аяқ алшақ, қол жұмылы, аяқтың ұшына жеткізу.
6. «Сілеусін аңға шықты» Б.қ. ішпен отыру, бас төменде, алға созылу, басты көтеру, б.қ. келу.
7. «Түлкі құйрығын көрсетті» Б.қ. отыру, қолға тірелу, аяқты оңға(солға) бұру, аяқты көтеру, б.қ. келу.
8. «Шалшықтан секіру» Б.қ. қолды жоғары көтеру, еңкею, секіру.

Дем алу жаттығу: «Бақа гүлді иіскейді»

Бір қатар сапқа тұру.

— Оңға бұрыл! Тік тұр!

— Балалар, қарандаршы нені көріп тұрсыңдар?

— Қарлығаш, қоян, маймыл, түлкі, тасбақа.

— Қарлығаш қандай? – Құйрығы айыр.

— Кенгеру не істейді? –Секіреді.

— Маймыл қандай? – Ағаштарда өрмелейді.

— Түлкі ше? — Қу, өзімшіл.

— Тасбақа ше? – жай жүреді.

— Балалар біздер қазір осы жануарлардың іс – әрекеттерін жасаймыз.

Негізгі қимыл – қозғалыс жаттығулар:

— Гимнастикалық орындық үстімен құм толтырылған қалташаны қойып жүру;

— Шығыршықтардан секіру;

— Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу;

— Кедергілерден өту;

— Доғаның астынан өту.

— Жарайсыңдар, жаттығуларды жақсы орындадыңдар. Ал, енді ойын ойнайық.

Ойын: «Қырықаяқ»

Мақсаты: Балаларды қырағылыққа, ептілікке және ойынды дұрыс ойнауға үйрету. Балалардың көңіл күйінің көтеріңкі болуын қадағалау. Балалардың ойынға деген қызығушылықтарын арттыру.

Ойынның шарты: Бір қатарға тұрып, қолдарын алдындағы балалардың арқасына қояды. Жүргізуші тапсырманы беріп тұрады, балалар орындайды.

Тапсырмалар:

- қырықаяқ сол аяғынды көтер;
- қырықаяқ секір (бірге орындаймыз);
- қырықаяқ қаздай жүреміз (құламай жүреміз);
- қырықаяқ оң аяқпен артқы аяқты қасы;
- қырықаяқ сол аяқпен секіреміз;
- қырықаяқ өз құйрығынды ұста.

Дем алу жаттығу.

Тыныс алу жаттығулар:

1. Б.қ. аяқ алшақ, қол бірге, оң (сол) аяқтың ұшына тигізу;
  2. «Кішкене көбелек» б.қ. қолды артқа тіреу, аяқты ашу, жабу;
  3. «Лотос» дем алу жаттығу.
- Осымен, балалар серуеніміз аяқталды.

Балаларды мадақтау, мақтау, қорытындылау.

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

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