

БӨЛІМ: ДЕНЕ ШЫНЫҚТЫРУ

Допты екі қолмен кеуденден бір-біріне беру дағдыларын дамыту

ЖАРИЯЛАНДЫ
20.02.2020СІЛТЕМЕ
<https://bilimger.kz/69336/>

Қауіпсіздік ережелерін ескерту. Оқушыларды шеңберге тұрғызып Баскетбол тарихын түсіндіру. Баскетбол ойынның екі команда ойнайды. Әр командада 5 ойыншыдан. Ойынның мақсаты 3,5 метр биіктікте орналасқан себетке допты салу. Себетке салыпған доп 2 немесе 3 ұпаймен саналады.

«Тышқан мен мысық» ойыны. Оқушылар сырттай бақылау.

Ойын ережесі: Оқушылардың ішінен екі оқушыны мысық деп, тандап аламыз. Қолған оқушылар тышқан болып саналады. Ойын баскетбол добы арқылы ойналады. Мысалға: Екі оқушы допты бір-біріне допты беру арқылы тышқандарды қуады. Ескертпе допты ұстап алып жүгіруге болмайды. Тышқандар баскетбол алаңының жартысынан шығуға болмайды. Екі ойыншы доппен қуып оқушыларды қашуға мүмкіндік бермей доппен тигізеді. Допты лақтыруға болмайды бір-біріне тез-тез беру арқылы ойналады.

Рөлдік – сюжет қозғалмалы ойындар. Жұпттық және топттық жұмыс.

Қозғалмалы ойындар арқылы жаңа сабаққа тарату.

Оқушыларды допты бір-біріне беру арқылы топқа бөлу. Мысалға: Бірінші төрт оқушы бір – біріне доп берген оқушылар I-топ, II-топ, III-топ болып бөлінеді.

Бұқаралық ақпараттар құралдары (БАҚ) оқушыларға белгілі футбол клубтарын айту арқылы бөлу.

Мысалға: Барселония, Бавария деген оқушылар бір топқа, Арсенал, Атлетико деген оқушылар келесі топқа бөлу.

Оқушыларға УӘЖ АКТ арқылы (ноутбук видео ролик арқылы допты бір-біріне беру арқылы тиімді шабуыл жасаған NBA ойындары көрсету www.youtube.com)

Әр топ берілген алаңда орналасады.

I-топ оқушылары шеңбер жасап айнала тұрады. Орта тұрған оқушы допты ойынға

қосады. (бастаушы). Бастаушының міндеті допқа ие болу, ал оқушылардың міндеті тез-тез бір орнында допты кеудеден допты қайтару.

II-топ. Допты жұптасып тұрып бір-біріне қарама-қарсы тұрып допты беру.

III-топ. Допты қозғалыста үштік әдісімен допты беру.

Сергіту сәті. Әр топ өз орындарында. Мұғалімнің ысқырғыш немесе дауыстап белгі беруі бойынша оқушылар шеңберге тұрып бір-біріне допсыз жоғарыдан төменнен допты беруді көрсету.

Топтық командалық жарыс. Әр топтан екі үздіктерден шығарып допты бір-біріне беру арқылы үш топ жұптасып жарысады. (Бірінші келеген оқушыларды қолдың жест арқылы мақтау, марапаттау) .

Содаң соң оқушыларға ой тастау «миға шабуыл».

Шапшандалықты арттыру және қозғалыста допты беруді дамыту үшін қай бұлшық еттеріне күш түсіру керек немесе дайындау керек?

Тапсырмаларды жақсы орындадым деп есептейтін оқушылар бас бармағын көтерсін, егер сенімді болмаса, қырымен қойсын, әлі дайындық керек дейтін оқушылар төмен түсірсін.

Т.Б түрлері. Бағдаршам. Бұлтпен бағалау, доптардың түстерімен бағалау.

«Білемін»

«Білдім»

«Білгім келеді »

Допты бір орында тұрып кеудеден екі қолмен бере аламын

Допты қозғалыста кеудеден екі қолмен беруді.

Допты қозғалыста кеудеден екі қолмен тура беруді

Оқушылар өздерінің орындарына тұрады немесе ишара арқылы өз деңгейін көрсетеді.

Оқушыларға бүгінгі сабақ ұнадыма?

1. Оқушылар сабақ барысында не білетін едіңдер? 2.Не білдіңіздер? 3.Болашақта не білуіміз қажет? Біз өзімізді-өзіміз бағалауға ризамызба?

ҮШ шапалақ! Оқушыларды тарату