|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **­Білім беру ұйымының атауы:** | “Бабайқорған” жалпы орта мектеп коммуналдық мемлекеттік мекемесі | | | | |
| **Пәні** | Дене шынықтыру | | | | |
| **Педагогтың аты-жөні** | Анапия Жансая | | | | |
| **Күні** | 28.11.2022 | | | | |
| **Сынып 3 “Б”** | Қатысушылар саны | Қатыспағандар саны | | | |
| **Сабақтың тақырыбы** | Эстафеталық ойындар. | | | | |
| **Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары** | 3.3.5.5 Басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибиелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындау | | | | |
| **Сабақтың мақсаты**  **(бағалау критерийлері)** | -Сөреден дұрыс старт алу техникасын орындаса.  -Қол аяқтың дұрыс қимыл жасай алса.  -Мәреге жету ойын техникасы.  -Комбинациясын дұрыс орындаса.  -Эстафеталық жүгіру техникасының ерекшелігін ажырата алса. | | | | |
| **ОДД** | **Білу, Түсіну, Қолдану** | | | | |
| **Сабақтың кезеңі/ уақыты** | **Сабақтағы жоспарланған іс-әрекет** | | **Оқушының әрекеті** | **Бағалау** | **Ресурстар** |
| **Сабақтың басы**  **15-минут** | **Бой сергіту жаттығулары.**  жаттыгу  **Ынтымақтастыру атмосферасын орнату.** Оқушыларды сапқа тұрғызу, сәлемдесу.Сабақтың тақырыбы мен мақсатын түсіндіру.  **Жалпы  дамыту  жаттығулары:** спорт залды   айланып  жайлап  жүру, жүгіру,тізені  биік  көтеріп  жүгіру, оңға  және  солға  қарай  тіркеме  адыммен  жүгіру, артпен  жүгіру, алмен  жүгіру.қаз жүріс терең жүріп демалу. Сапқа тұру. қатармен саналу 1-2-3ке санал  **Бір  орыннан  және  қозғалып  жасалатын  жаттығулар:**  Б.қ.аяғымыз иық көлемінде қалымыз белде басымызды айналдырамыз  Б.қ. екі  қолды  алға  және  артқа  айналдыру.  Б.қ оң қол жоғарыда сол қол төменде қолымызды алмастырамыз  Б.қ. екі  қолды  алға  ұстап, оң  аяқты  сол  қолға, сол  аяқты  оң қолға  қарама-қайшы  көтеру.  Б.қ. екі  аяқты иық  тұсында  ұстап, алға  иіліп  тұру.  Б.қ. екі  аяқты  алшақ  ұстап, бір  орыннан  отырып  тұру.  Б.қ.1 қолымыз жоғалыда созыламыз 2 тіземізді бүкпейміз қолымызды аяқтың ұшына тейгіземіз 3 отырамыз 4 тұрамыз  Б.қ қолымыз белде белді оңға 2 рет солға екі рет қозғалтамыз .  Б.қ 1оң аяқтың ұшына қолымызды тейгіземіз 2 жерге тейгіземіз 3 сал аяққа қолымызды тейгіземіз 4 бастапқы қалып | | Оқушылар бүгінгі сабаққа сәттілік тілейді.  Дене қыздыру жаттығуларын жасайды. | Қол шапалақ  Басмармақ арқылы бағалау. | Таяқша,доп,хоккей таяқшасы,Кедергілер.  ­­­ |
| **Ортасы**  **25-минут** | Сабақтың тақырыбын, мақсатын айту.  Саптық жаттығулар, оңға,солға, кері бұрылу. Жүгіру,дене қыздыратын жаттығулар жасау,би аэробика.  Бүгінгі сабақтың тақырыбын мақсатын хабарлау. Қауіпсіздік ережесін, сабаққа,сабаққа дайындығын ескеру.  Пән аралық байланыс: Сабақ барысында қозғалыс кезінде кететін күш-математика пәнімен, дұрыс тыныс алу және қалыпқа келу биология пәнімен байланысты.  Эстафета – қатысушылар бірінен соңы бірі кезеңдерден өтіп, бір – біріне қашықтыққта қозғалу кезегін беретін спорттық,топтық тәртіп жиынтығы, Эстафета жарыс ойындар, Оқушы тез,тура жүгіруге,шапшаң, епті, қимылдарға үйрету. Ұйымшыл болып команда үшін жақсы нәтижеге жету.  Эстафеталық ойындар көңіл көтеріге, жылдамдықпен ептілікті арттыруға жағдай туғызады, әртүрлі қимыл қозғалыс машықтары мен дағдыларын қалыптастырады.  Сонымен бірге бір-бірімен байланыс жасап, тіл табысуға көп көмегін тигізеді. | | Екі топқа бөлінеді.  Сұңқар, Қыран топтары өз командаларын ойында белсенді алып шығады. |  |  |
| Сабақтың соңы  **5-минут** | Қалыптастырушы бағалауға арналған тапсырма:  Оқушылар жүгіру кезінде эстафеталық ойында өздерінің ептіліктерін көрсеткен топты бағалау.  Кері байланыс:  Ойында жеңген топты медальмен бағалаймын. Сабаққа белсене қатысқан оқушыларға сыйлықтар беремін. Оқушыларға өзін-өзі бағалау жеңген топты шапалақтап құрметтеу.  Жүйелі түрде кері байланыс ұсынамын.  Оқушыларды әділқазылар алқасы марапаттайды. | | Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына байланысты кері байланыс жасайды. |  | C:\Users\user\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.Word\WhatsApp Image 2022-12-11 at 23.48.03.jpeg |