

ЖШС «Алтын асық» бөбекжай балабақша

# Ашық сабақ

Тақырыбы: Допты лақтыру- қағып алу

Пәні: Дене шынықтыру

Тобы: «Балбөбек»

Тәрбиеші: Сатыбалдиева М.

Күні: 11. 04. 2024ж

2023-2024 оқу жылы

11.04.2024ж

Білім беру саласы: Денсаулық

Бөлімі: Дене тәрбиесі

Тақырыбы: «Допты лақтыру — қағып алу»

Мақсаты: Балаларға допты лақтырып, қағып алуға үйрету. Денсаулығын нығайту.

Міндеттері: — Допты лақтырып, қағып алуды үйрету.

— Қимыл қозғалыстарын дамыту.

— Еггілікке тәрбиелеу.

— Спортқа деген қызығушылығын арттыру.

— Тепе-теңдікті ұстай алуға баулу.

Сөздік жұмыс: Доп, лақтыру, қағып алу.

Керек құралдар: Доптар, құрсаулар, кегілдер.

Әдіс-тәсілдер: Жаттығулар жасау, көрсету, түсіндіру.

Ұйымдастыру түрі: Үш топқа бөліну.

Әрекет кезеңі

Тәрбиешінің іс-әрекеті

Балалардың іс-әрекеті

Мотивация қозғаушы

Сарбаз болып сашпен шеңбер бойымен жүру. Аяқ ұшымен, өкшемен, табанның ішкі, сыртқы қырларымен жүру.

Аюдың, түлікінің, қоянның, көбелектің жүрістерімен жүру. Жүгіру, жылан жүтірісімен жүгіру.

Жалпы дамыту

Жаттығулары:

Б.к.: Аяқ иық дөңгейінде, кол дене бойымен төмен түсірілген. Қолды жан-жақ арқылы көтеру, сілтеу, түсіру. Бастапқы қалыпқа келу. (5-6 рет)

Негізгі бөлім Бекіту

Қорытынды

Б.к.: Аяқ табан

көлемімен, кол арқа

саусак ұшымен тізеге  
соғу, тұру, тік тұру.  
Бастапқы калыпка  
келу. (4-5 рет)

**Б.к.:** Аяқ иық  
көлемімен, қол  
белде, еңкею және  
қол саусақтарымен  
еденге тигізу  
(мүмкіндігінше),

тұру, тік тұру.  
Бастапқы калыпка  
келу. (4-5 рет)

**Б.к.:** Аяқ иық  
денгейінде, қол  
белде, өзінді айнала  
секіру. Орындағы  
жүріспен  
кезектестіру. (3-4  
рет)

«Әтеш» Тыныс алу  
жаттығуы.

Мұрынмен тыныс  
алып, дем шығару.

**Допты лақтырып,  
қатып алуды**

**үйрету.**

**Ойын:** Лактырам,  
қағып ал.

Өз орныңды тап.

Мысық пен  
торғайлар.

Қорытынды жасап,  
балаларды малақтау.

Дұрыс тыныс алып, дем  
шығарады.

Ойындарды  
қызығушылықпен  
ойнайды

Балалар қуанады



**Күтілетін нәтиже:** Сабақ өз мақсатына жетті.  
**Менгере білу:** Жалпы дамыту жаттығуларын менгереді.  
**Жасай алу:** Допты лақтырып, қағып ала алады.

Тексерілді: Әрістер Бадағашова М.В.Б.