



Ұйымдастырылған ашық іс-әрекет «Спорт біздің досымыз»

Отілетіш күні: 17. 02. 2023ж.



Дене шынықтыру
нұсқаушысы: Ақынбаев Ы.С.

Ашық ұйымдастырылған іс-әрекеті

Нұсқаушы: Ақынбаев Ү.С

Тобы: «Ақкөгершін» мектепалды тобы

Білім аумағы: -Физикалық дамыту;

Білім бөлімі: Дене шынықтыру;

Әтілетін күні: 17.02.2023

Такырыбы: «Спорт біздің досымыз»

Мақсаты: Балалардың денелерін шынықтыру, спортқа деген қызығушылығын арттыру, балалардың қимыл-қозғалысын жетілдіру, балалардың дене белсенділігін дамыту, денелерінің түзү әрі сымбатты болып қалыптасуына жағдай жасау.

Міндеті: ептілікке, төзімділікке, достыққа, ұйымшылдыққа, шапшандыққа машиқтандыру, салауатты өмір салтына баулу.

Көрнекіліктер: доптар, арқан, тарелка, текшелер, күрсаулар.

Қызмет кезеңдері	Мұғалім қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы.	<p>Балалар музыка әуенімен сап түзеп залға кіреді</p> <p>Шенбер бойымен сап түзеп бір қатарға тұрады.</p>	<p>Балалар нұсқаушымен бірге шенбер бойымен сап түзеп, бір қатарға тұрады.</p>
Ұйымдастырушы ізденушілік	<p>Жалқаулықты тастаймыз, Шынығамыз жастай біз! Көнілді әуен сазымен, Жаттығуды бастаймыз.</p> <p>Текше арқылы жалпы дамыту жаттығулары:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. «Текшені қимылдат» Б.қ.аяқ сәл ашық, қолда текше. Қолды алға созып, текшені жоғары көтеріп, онға, солға енкею. 4-5 рет. 2. «Текшені соз» Б.қ. аяқ сәл ашық, текшені алға созып, онға, солға бұрылу. 4-5 рет. 3. «Текшені бер» Б.қ. аяқ ашық, текшені алға созу, көкірекке әкеліп төмен түсіру. 5-6 рет. 4. «Отырып тұр» Б.қ. аяқ сәл ашық, текшені алға созып, орнымында отырып, тұру. 8-10 рет. 5. «Орнында жүр» Б.қ. аяқ сәл ашық, текше алда, бір орнында тұрып жүру. 8-10 рет. Тыныс алу жаттығуы: мұрынмен дем 	<p>Жалпы дамыту жаттығуын орындауды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындауды</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығуларын</p>

	<p>алып, ауызben шыгару.</p> <p>Негізгі қимыл-қозгалыс жаттыгулары: Нейрожаттыгу:</p> <p>1. «Фажайып іздер» Едендегі іздерді табан арқылы және алақандарын басу арқылы өтеді.</p> <p>2. «Жыланның ізі» Арқанды бір қырмен тұрып жүріп өтеді.</p> <p>Эстафеталық қимылды ойын:</p> <p>1. «Кұрсаулар» ойыны Шарты: Балалар екіге болінеді. Эр қатардан екі бала үш кұрсауды ауыстыра отырып, мәрекеге жету керек. Бірінші келген балалар женіске жетеді.</p> <p>2. «Кім жылдам» ойыны Шарты: Балалар екіге болінеді. Эр балага кішкене доп салынған женіл пластмасса тәрелке беріледі. Балалар сол тәрелкені ауызben қысып, ыдысқа салады. Қай топ бірінші допты тасып бітсе, сол топ женіске жетеді.</p> <p>Тыныс алу жаттыгуы:: «Шар» музыка әуенімен орындаиды.</p>	<p>орындаиды.. Нейрожаттыгуы шалтандықпен орындаиды.</p> <p>Ойынды қызыға, жылдам ойнайды.</p> <p>Тыныс алу жаттыгуын шарды үрлекендей жасайды.</p>
Жетекші-жөндеуші	ҮОҚ-н қорытындылау. Балалар сап түзеген бойы залдан шығып кетеді.	Нұсқаулы ҮОҚ-н қорытындылайды..

Күтілетін нәтиже:

Нені білді: Текше арқылы жаттыгулар жасай алады, кұрсаумен, доптармен ойнайды, арқан үстімен жүре алады.

Менгерген іс-әрекет дагдылары мен іскерліктері: спортқа деген қызығушылығы, зейіні артады, шапшандығы, ұйымшылдығы, төзімділігі шындала түседі.

