

Бекіткен
№29
Бекжай-
бакша
Сейдалиев



Ұйымдастырылған ашық іс-әрекет «Спорт біздің досымыз»

Өтілетін күні: 17. 02. 2023ж.



Дене шынықтыру
нұсқаушысы: Акынбаев Ы.С.

Ашық ұйымдастырылған іс-әрекеті

Нұсқаушы: Акынбаев Ы.С

Тобы: «Ақкөгершін» мектепалды тобы

Білім аумағы: -Физикалық дамыту;

Білім бөлімі: Дене шынықтыру;

Өтілетін күні: 17.02.2023

Тақырыбы: «Спорт біздің досымыз»

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

Міндеті: ептілікке, төзімділікке, достыққа, ұйымшылдыққа, шапшаңдыққа машықтандыру, салауатты өмір салтына баулу.

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

Қызмет кезеңдері	Мұғалім қызметі	Балалар қызметі
Ұйымдастырушы қозғаушы.	Балалар музыка әуенімен сап түзеп залға кіреді Шеңбер бойымен сап түзеп бір қатарға тұрады.	Балалар нұсқаушымен бірге шеңбер бойымен сап түзеп, бір қатарға тұрады.
Ұйымдастырушы ізденушілік	<p>Жалқаулықты тастаймыз, Шынығамыз жастай біз! Көңілді әуен сазымен, Жаттығуды бастаймыз.</p> <p>Текше арқылы жалпы дамыту жаттығулары:</p> <p>1. «Текшені қимылдат» Б.қ. аяқ сәл ашық, қолда текше. Қолды алға созып, текшені жоғары көтеріп, оңға, солға еңкею. 4-5 рет.</p> <p>2. «Текшені соз» Б.қ. аяқ сәл ашық, текшені алға созып, оңға, солға бұрылу. 4-5 рет.</p> <p>3. «Текшені бер» Б.қ. аяқ ашық, текшені алға созу, көкірекке әкеліп төмен түсіру. 5-6 рет.</p> <p>4. «Отырып тұр» Б.қ. аяқ сәл ашық, текшені алға созып, орнымызда отырып, тұру. 8-10 рет.</p> <p>5. «Орнында жүр» Б.қ. аяқ сәл ашық, текше алда, бір орнында тұрып жүру. 8-10 рет. Тыныс алу жаттығуы: мұрынмен дем</p>	<p>Жалпы дамыту жаттығуын орындайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын орындайды</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығуларын</p>

	<p>алып, ауызбен шығару.</p> <p>Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығулары:</p> <p>Нейрожаттығу:</p> <p>1. «Ғажайып 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. «Құрсаулар» ойыны Шарты: Балалар екіге бөлінеді. Әр қатардан екі бала үш құрсауды ауыстыра отырып, мәреге жету керек. Бірінші келген балалар жеңіске жетеді.</p> <p>2. «Кім жылдам» ойыны Шарты: Балалар екіге бөлінеді. Әр балаға кішкене доп салынған жеңіл пластмасса тәрелке беріледі. Балалар сол тәрелкені ауызбен қысып, ыдысқа салады. Қай топ бірінші допты тасып бітсе, сол топ жеңіске жетеді.</p> <p>Тыныс алу жаттығуы:: «Шар» музыка әуенімен орындайды.</p>	<p>орындайды..</p> <p>Нейрожаттығуды шаптандықпен орындайды.</p> <p>Ойынды қызыға, жылдам ойнайды.</p> <p>Тыныс алу жаттығуын шарды үрлегендей жасайды.</p>
Жетекші-жөндеуші	ҰОҚ-н қорытындылау. Балалар сап түзеген бойы залдан шығып кетеді.	Нұсқаушы ҰОҚ-н қорытындылайды..

Күтілетін нәтиже:

Нені білді: Текше арқылы жаттығулар жасай алады, құрсаумен доптармен ойнай білді, арқан үстімен жүре алады.

Менгерген іс-әрекет дағдылары мен іскерліктері: спортқа деген қызығушылығы, зейіні артады, шапшаңдығы, ұйымшылдығы, төзімділігі шыңдала түседі.

