**Усмантаев Обиджан Абдирахманович,**

Оңтүстік Қазақстан облысы,

Сайрам ауданы, Көлкент ауылы,

№96 жалпы орта мектебінің

дене шынықтыру пәні мұғалімі

**Гимнастика**

**Саптық жаттығулар орынында 1,2,3 леке ауысу**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Сынып:** 7-«Б» сынып | | **Қатысқаны:24** | **Қатыспағаны:** | | |
| **Осы сабақ арқылы жүзеге асатын оқу мақсаттары:** | | 7.6.1.1 – денсаулықты нығайтуға арналған түрлі дене жаттығулары контесттеріндегі қауіптер мен қатерлерді анықтау. | | | |
| **Сабақ мақсаттары** | | **Барлық оқушылар орындай алады:** | | | |
|  | | Барлық оқушылар ойнай алады. | | | |
| **Оқушылар көпшілігі орындай алады:** | | | |
| Көпшілігі қауіпсіздік ережесін сақтай отырып орындай алады. | | | |
| **Кейбір оқушылар орындай алады:** | | | |
| Көпшілігі орындай алады. | | | |
| **Тілдік мақсат**  **Оқылым**  **Жазылым**  **Айтылым**  **Тыңдалым** | | **Оқушылар орындай алады:** Өз ойларын еркін жеткізе біледі, дене жаттығуларының түрлерін орындай алады | | | |
| **Пәнге қатысты сөздік мен терминдер:** Сапқа тұру, сәлемдесу, түгелдеу, оңға, солға,кері айналу. бағыттаушы сөздер | | | |
| **Диалог құруға арналған пайдалы тіркестер:** Мұғаліммен оқушы арасындағы байланыс, пікір алмасу | | | |
| **Талқылауға арналған сұрақтар:**  -жаттығуларды жұптасып орындаған қолайлыма?  - жаттығуларды дұрыс орындадыма?  -гимнастикалық жаттығулар не үшін қажет екенін білесізбе? | | | |
| **Не себепті ...деп ойлайсыз?** | | | |
| Уақытты үнемдеу | | | |
| **Ишара**  үйлестірушінің қол арқылы белгі беруі | | | |
| **Алдыңғы оқу** | | Гимнастика**.** Саптық жаттығулар орынында 1,2,3 леке ауысу.. | | | |
| **Жоспар** | | | | | |
| **Жоспарланған уақыт** | **Жоспарланған жаттығу түрлері** | | | | **Ресурстар** |
| **Басы** | Сапқа тұру. Кезекшінің мәліметі. Сәлемдесу.  Жалпы дамыту жаттығулары. | | | | Ысқырық, уақыт өлшегіш, гим.қабырға, гим.орындық.  эстафеталық кедергілер, доп (үлкен, кіші), шарик, қасық, үлкен ыдыс,  гимнастикалық төсеніш, таяқшалар және т.б. |
| **Ортасы** | Гимнастика**.**Сап.жат. орынында 1,2,3 леке ауысу.. Оқушыларға саптағы гимнастикалық жаттығуларға үйрету: Бір орында.  - Бір қатардан екі қатарға тұру.  - екі қатардан бір қатарға тұру.  - Бір қатардан үш қатарға тұрып,қ айта бір қатарға тұру.  Жүрсте:  - Бір колонадан ортадан екі колонамен жүру.  - Бір колонадан ортадан үш колонамен жүру.  - Бір колонадан ортадан төрт колонамен жүру.  Содан сон екі, үш, төрт колонадан бір колонаға шығу.  **Эстафеталық ойындар**  1. Допты тез жеткізу.( Әр ойыншы допты қолына ұстап жугіріп кеп келесі ойыншыға береді)  2. Қапшықпен секіру.( Әр ойыншы қапшықты киіп белгілі жерге жеткесін қапшықты шешіп, артка қолына ұстап жүгіріп кеп келесі ойыншыға беру керек)  3. Матырастан аунап, шеңбердің ортасынан өту.( Әр ойыншы матырастан аунап кеп, шеңбердің ортасынан өтіп артқа жүгіріп бару керек)  4. Секіртпемен секірту. | | | |
| **Соңы** | Бағалау, үй тапсырмасы. | | | |
| **Қосымша ақпарат** | | | | | |
| **Саралау- оқушыға мейлінше қолдау көрсетуді қалай жоспарлайсыз?**  **Қабілетті оқушыларға тапсырманы қалай түрлендіресіз?** | | **Бағалау-оқушы білімін тексеруді қалай жоспарлайсыз?** | | **Пәнаралық байланыс-денсаулық және қауіпсіздік АКТ-мен байланыс. Құндылықтармен байланыс**  **(тәрбие элементі)** | |
| Әр оқушының үлгеріміне байланысты тапсырмалар беремін. | | Оқушылар өздері бас бармақ арқылы бірін - бірі бағалау | |  | |
| Бірлескен жұмыс кезінде жақсы жұмыстар ұсынылады.  Денгейлік тапсырмалар береміз | | Ойын кезінде үйлесімділік пен түсіністік танытады. | | Математика, физика,биология пәндерімен байланыс | |
| **Рефлексия**  Сабақтың мақсаты мен оқу міндеттері орындалды ма? Бүгін оқушылар не үйренді?  Сабақ қалай өтті, қандай деңгейде өтті?  Жоспарланған саралау жақсы іске асты ма?  (тапсырмалар сәйкес болды ма?) Уақытты қалай пайдаландым?  Жоспарыма қандай өзгеріс енгіздім және неге? | | Мақсаты мен міндеттері орындалды  Сабақтың негізгі мақсатының айқындалуы  Сабақ өз деңгейінде өтті  Уақытты жоспарға сай пайдалана білдім  Оқушылардың смайликтері арқылы өзгерістер енгіземін | | | |
| **Қортынды бағалау**  Ең жақсы өткен екі нәрсе ( оқыту мен оқуға қатысты)  1. бас бармақ арқылы бағалау  2. екі топқа бөлу арқылы  Қандай екі нәрсе немесе тапсырма сабақтың одан да жақсы өтуіне ықпалын тигізер еді  ( оқыту мен оқуға қатысты)?  1. Оқушылардың ұйымшылдығы  2. Акт пайдаландым  Осы сабақтың барысында барлық сынып немесе жекелеген оқушылар жөнінде келесі сабағыма қажет болуы мүмкін қандай ақпарат білдім?  1.Оқушылардың жылдамдығын білдім  2. АКТ пайдаланып олимпиадалық жарыстардан тәжірибие алу | | | | | |