|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Қысқа мерзімді жоспар**  3-бөлім.Гимнастика арқылы денені басқару дағдылары және когнитивті дағдылары.  **Күнi:**  **Cынып:** 7 | | **Мeктeп:** "Білім Инновация" лицей-интернаты  **Мұғaлiмнiң aты-жөнi: Кенесбаев Касымжан Токтаганович**  **Қaтыcқaндap:**  **Қaтыcпaғaндap** | | | |
| **Сабақ тақырыбы:** | | Акробатикалықэлемент кешендері. | | | |
| **Ocы caбaқтa қoл жeткiзiлeтiн oқу мaқcaттapы:** | 7.3.2.2 Жалпы дене жаттығуларын өткізужәне ағзаны қалпына келтіружаттығуларының құрамын көрсету | | | | |
| **Сабақ мақсаттары:** | **Барлық біілім алушылар:**матада алдыға, артқа, домалау техникасын істей ала отырып түсінеді | | | | |
| **Оқушылардың көпшілігі :** матада алдыға,артқа, биіктікке ,ұзындыққа секіре домалау техникасын жасай отырп талдай алады. | | | | |
| **Кейбірі орындай алады:** матада ,алдыға, артқа, оңға,солға сақтандыруларын жасайды және басқа оқушыларға көшбасшылық жасай алады | | | | |
| **Бағалау критерийлері:** | Қауіпсіздік ережесін сақтайды,  акробатикалық жаттығулар кешенін біледі және орындай алады, | | | | |
| **Тілдік мақсат:** | Лексика мен терминалогия  Гимнастика,акробатика,домалау,сақтандыру | | | | |
| **Құңдылықтарға баулу:** | Оқушыларды достыққа, ықпалдастық,адамгершілікке тәрбиелеу | | | | |
| **Пәнаралық байланыс** | Бой жазу жаттығулары және жалпы дамыту кезінде 1,2,3,4 деп санап математикамен байланыстырамыз.  Тапсырмалардыорындағанда домалау,биіке ұзындыққа сеірген кезде жердін тартылыс күшінін әсері Физикамен байланыстырамыз, | | | | |
| **Алдыңғы білім:** | Қоршаған орта,спорт секциялары | | | | |
| **АКТ қолдану дағдылары** | Теледидардан, интернеттен, баспасөз беттерінен ақпарат алады | | | | |
| **Сабақтын барысы** | | | | | |
| **Сабақтын жоспарланған кезендері** | **Сабақта жоспарланған жаттығу түрлері** | | | **Ресурстар** | |
| **Cабақтың басы**  5-7 минут | **1.Психологиялық жағымды орта қалыптастыру** мақсатында оқушыларды шаттық шеңберіне тұрғызып бір-біріне жылы лебіздерін білдіртіп,бүгінгі сабаққа сәттілік тілейміз!  2.Гимнастика туралы сұрақтар қойып миға шабуыл  3.Саптағы жаттығулар:  (оңға, солға, кері бұрылулар т.б.). 4.**Жүгірістегі жаттығулар:**  Саппен залды айнала жүгіру, артпен алдыға жүгіру, оң және сол жанмен жүгіру, оң және сол жанмен аяқты қайшылап жүгіру. **Жалпы дамыту жаттығулары**: | | | қабырға көрнекіліктері,  ысқырық, секундомер, | |
| **Cабақтыңортасы**  22-27 минут  гимнастика маталары,секундамер,ысқырық | Шеңберге тұрғызып тапсырма беремін  **Қауіпсіздік ережелерін түсіндіремін.** Жаттығуларды жасамас бұрын, бірінші өзім жасап көрсетемін.  **1-ші тапсырма топтық жұмыс үш топқа бөлемін.**  **Алдыға артқа домалау**  **Дискриптор:**  - домалағанда басын ішке иіп домалайды  - барынша бүктетіледі  -аяақты тізеден бүгіп домалайды  -қауіпсіздікті сақтайды  **Қалыптастырушы бағалау:** бір біріне бес бармақ әдісімен қолдау көрсетеді  **2-ші тапсырма** топтық жұмыс Биікке,ұзындыққа секіре домалау  **Дискриптор:**  -ұмтыла биікке секіре  домалай алады  -ұзындықа секіре домалай алады  -домалағанда денені барынша бүктейді  **Қалыптастырушы бағалау:** басбармақ әдісі,қол шапалақтау  **3- тапсырма:** топтық жұмыс  Сақтандыру  Дискриптор  -алдыға домалағанда сақтандырады  -артқа домалағанда сақтандырады  -биікке,ұзындыққа секіргенде сақтандырады  **Қалыптаструшы бағалау:** басбармақ әдісі оқушылар бір біріне,керемет | | | гимнастика маталары,секундамер,ысқырық  гимнастика маталары,секундамер,ысқырық  гимнастика маталары,секундамер,ысқырық | |
| **Сабақтың соңы**  5-7 минут | Оқушыларды сапқа тұрғызамын.  Арнайы жаттығулар арқылы ағзаны бастапқы қалыпқа келтіру  Рефлекция:Оқушылар сабақты қалай түсінгендеріне байланысты бағдаршам түстеріне барып тұрады  Кері байланыс:  Жасыл бөліктегі оқушылар сары және қызыл бөліктегі оқушылармен ойларын бөліседі,қателіктерін айтады,  Жасыл бөліктегілер сұрақттарын ,өтініштерін маған айтады  Жасыл бөліктегілерге шапалақ арқылы қошемет көрсетіледі | | | жылжымалы тақтада бағдаршам  суреті болады  смайликтер,  стикерлер. | |
|  | | | | | |
| **Capaлaу – oқушылapғa қaлaй көбipек қoлдaу көpcетудi жocпapлaйcыз? Қaбiлетi жoғapы oқушылapғa қaндaй мiндет қoюды жocпapлaп oтыpcыз** | **Бaғaлaу – oқушылapдың мaтеpиaлды меңгеpу деңгейiн қaлaй текcеpудi жocпapлaйcыз?** | | **Денcaулық және қaуiпciздiк теxникacының caқтaлуы** | | |
| **Тапсырма:** сабақ кезінде білім алушылардын қажеттіліктерін ескеремін.Жаттығу жасау барысында білм алушылардын қимыл қозғалысты қалай жасап жатқаның бақылаймын.№1,2,3 тапсырмаларды орындау барысында жаттығуды жақсы орындап жатқан оқушыларды төмен дәрежеде орындап жатқандарға көмекке жіберемін. Қабілетті жоғары,топбасшылық жасай алатын оқушыларға сақтандыру,қаадғалау тапсырмаларын беремін.  **Дереккөздер:** жақсы нәтиже көрсеткен оқушыларға электронды дереккөздер беремін  **Қарқын:** Деңгейі төмен оқушыларға тапсырманы жеңілдетіп бағытаушы тапсырмалар беріп, қосымша уақыт беремін  **Қорытынды:**тапсырманы дұрыс,уқытында орындалуын қадағалаймынн  **Диалог және қолдау көрсету:** оқушылармен үнемі сөйлесіп,қолдап,мадақтап ,ынталандырып отырамын.  Қателлессе ештене етпейді,қайталап жаса,тырыс,сенін қолыннан келеді т.б  **Бағалау:** Қозғалыс әрекеттерін бақылап қадағалаймын.  **Жіктеу:** Білім алушыларды деңгейлеріне сай топтарға бөлемін. | Тапсырмаларда берілген дискрипторлар арқылы бағалаймын  1.тапсырманы орындау барысында білім алушылар  дұрыс емес домаламауды ажыратады  2.тапсырманы орындау барысында білм алушылар  дұрыс емес биікке секіре домаламауды ажыратады  3 тапсырманы орындау барысында  дұрыс емес сақтандырмауды ажыратады | | Жаттығу жасау барысында дем алу дем шығаруын бақылаймын.Мүсінің дұрыс қалыптастыру,Жалпы жетілдіру жаттығуларының тірек қимыл,бұлшық ет,тыныс алуын аімерін ескеріп дұрыс орындалуын қадағалаймын  Қауіпсіздік техникаларының ережелеін қатан сақтауын қадағалаймын.қалталарында артық заттардын болмауын ескеремін. | | |
| **Caбaқ бoйыншa pефлекcия**  caбaқ мaқcaттapы /  oқыту мaқcaттapы  шынaйы бoлды мa?  Бapлық oқушылap  caбaқ мaқcaтынa жеттi ме?  Егеp жoқ бoлca, неге жoқ?  Caбaқтa capaлaу дұpыc өткiзiлдiм е?  Caбaқтың уaқытшa кезеңдеpi  тұpaқты бoлдымa?  Caбaқ жocпapынaн  қaндaй aуытқулap  бoлды және неге? | Бұл бөлiмдi caбaқ туpaлы өз пiкipiңiздi бiлдipу үшiн пaйдaлaныңыз. Өз caбaғыңыз туpaлы coл жaқ бaғaндa беpiлген cұpaқтapғa жaуaп беpiңiз.**.** | | | | |
| **Жaлпы бaғa**  Caбaқтың жaқcы өткен екi acпектici (oқыту туpaлы дa, oқу туpaлы дa oйлaныңыз)?  1:Кейбір жаттығуларды орындағанда оқушыларға еркіндік беру  2:Сабақта оқушыларды ынталандыру,қолдау көрсету  Caбaқты жaқcapтуғa не ықпaл ете aлaды (oқыту туpaлы дa, oқу туpaлы дa oйлaныңыз)?  1: Көбірек балаларға еркіндік беру  2:  Caбaқ бapыcындa cынып туpaлы немеcе жекелеген oқушылapдың жетicтiк/қиындықтapы туpaлы ненi бiлдiм, келеci caбaқтapдa неге көңiл бөлу қaжет?  1:Сабақ барысында көшбасшы оқушыларға көбірек өздеріне жаттығуларды жасатуға мүмкіндік беру  2:Жеке және топтық жұмыстар арқылы сабақты түрлендіру. | | | | |