**Тақырыбы:** Қозғалмалы ойындар технологиясын терең меңгеру.

**Сабақтың мақсаты:**

- Оқушылардың қозғалмалы ойынына қызығушылығын арттыру, қозғалмалы ойындар технологиясын терең меңгерту;
- Ептілік, икемділік қабілеттерін дамыту;
- Бәсекеге қабілетті болуға, ұйымшылдыққа, өзара көмектестікке тәрбиелеу.

**Өтетін орны:**спортзал

**Сабақтың типі:**Жаңа білімді игеру

**Құрал-жабдықтар:**гимнастикалық таяқшалар, доптар, секіртпе, ысқырық, сақиналар

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Сабақтың мазмұны** | **Жүктеме** | **Әдістемелік нұсқаулар** |
| **I**1)   2) 3)         4)       5) 6)                                                 **II**        **III** | *Дайындық бөлімі:**Оқушыларды сапқа тұрғызу:*       а) сәлемдесу;       б) сабақтың тақырыбы мен мақсатын хабарлау.*Саптағы жаттығулар:*       а) Оңға! Артқа! Солға! Солға!*Жүру және оның түрлері:*а) қолды жоғары тік көтеріп,аяқтың ұшымен жүруә) қолды екі жаққа созып, өкшемен жүруб) қолды белге қойып, сыртқы қырымен жүрув) қолды белге қойып, ішкі қырымен жүру*Арнайы жүгіру жаттығулары:*а) аяқты артқа бүгіп жүгіруә) тізені жоғары көтеріп жүгіруб) оң (сол) жақ қырмен тіркеле адымдап жүгірув) аяқтың ұшын созып, алдыға қайшы тәріздес жүгіруг) жылан тәріздес жүгіру *Оқушыларды бір лекке тұрғызу:*         а) 1,2,3,4санал!*Жалпы дамыту жаттығулары:*а) бастапқы қалып: қолымыз белде 1,2,3,4- мойнымыз оңға (солға)  айналдыруә) б.қ. қолымыз белде«1»- басымызды алдыға түсіру «2»- басымызды артқа қою«3»- оңға «4»- солға қоюб) б.қ. гимнастикалық ағашта оң қолмен ұстау«1»-аяқтың ұшымен көтерліп, қолды үстіге көтеру«2»- гимн. ағашта сол қолмен ұстап б.қ. келу«3, 4»- жатығуды қайталау    в) б.қ. екі қолмен гимнастикалық ағашты ұстау«1»- сол аяқпен алға кең қадам жасап, екі қолды жоғары көтеру«2»- б.қ. келу керек«3»- оң аяқпен алға кең адым  жасап, екі қолды жоғары көтеру«4»-б.қ.-келу керекг) б.қ. негізгі тұрыс екі қолмен гимн. ағашты ұстау «1»- қолды кеуде тұстан ұстау керек  «2»- екі қолды алдыға созу  «3»- қолды үстіге көтеру «4»- б.қ.-келу керек ғ) б.қ. екі қолды жоғары көтеру, аяқты алшақ ұстау«1,2,3»-оң жаққа иілу«4»- б.қ.д) б.қ. қолды алдыға тік ұстау «1»- оң аяқтың ұшымен сол қолға тигізу  «2»- б.қ.«3»-сол аяқтың ұшымен оң қолға тигізу«4»- б.қ.        е) б.қ.тік тұру «12,3,4»- екі аяқты қосып, түзу секіру, бір орында«1,2,3,4»- қолды алдыға созып, сол аяқты бүгіп, оң аяқпен секіру «1,2,3,4»- қолды жоғары көтеріп, оң аяқты бүгіп, сол аяқпен секіру4 қатардан 1 қатарға тұру Жаттығу жасайтын орынға бару**Негізгі бөлім:****Қозғалыс ойындары:**Оқушыларды 2 топқа бөлу:а)  Секіргішпен секіру (ұлдар), сақинаны  белге салып айналдыру (қыздар)ә) Секіргішпен секіру (қыздар), сақинаны белге салып айналдыру (ұлдар)*«Қораздар шайқасы» ойыны:*Бұл ойын үшін алдын - ала мүмкіндігінше үлкен етіп, дөңгелек сызу керек. Қарсыластар бір аяқтап жүріп, дөңгелек ішінен бір - бірін итеріп шығаруы керек. Екінші аяғы жерге тисе, ол ойыншы ұтылған болады.      *«Арқа» ойыны:* Ойыншылар екі топқа бөлінеді. Бірінші топтың мүшелері теріс қарап тұрып, аяқтарының арасымен допты екінші командаға бағыттайды. Одан кейін екінші команда қайталайды    *Арқан тартыс ойыны*Ойынға ұзындығы 10 метрдей жуан кендір арқан керек. Ол арқанның тең ортасынан орамалмен орап белгі жасайды, белгінің екі жағынан бір жарым-екі метрдей жерден тағы да жогарыдағы тәртіппен белгілейді. Ойынға қатынасушылар тең екі топқа бөлінеді. Олардың саны 10—12 адам болуы мүмкін, ойыншылар бойларына қарай қатар түзеп тұрады.***Ұшты-ұшты ойыны:****«Ұшты-ұшты».* Жүргізуші түрлі құстардың атын атап, «ұшты-ұшты» деп қолдарын сермейді, барлық ойыншылар қайталап, қимылдар жасайды. Бір сәт жүргізуші: мысалы «сиыр» дейді; егер ойыншылардың біреуі қолын былғап қалса, ол қандай да болсын бір тапсырманы орындайды.**Қорытынды бөлім:**          - жаттығу орнын жинастыру          - сапқа тұрғызу          - сабақты қортындылау          - оқушыларды бағалау          - тұрған сап арқылы залдан шығу |  12'-15'            4-5 рет  4-5 рет    4-5 рет     4-5рет       4-5 рет      4-5 рет   4-5 рет    25'-27'  4-5 рет    4-5 рет 10 мин8 мин         5 мин    5-10 мин | Оқушының сырт бейнесіне назар аударукоманданы дұрыс орындау керек денені тік ұстап, қолды жоғары тік созу керек, ара қашықтықты сақтау  денені тік ұстау бір тізбек болып тұрған балаларды сап бастаушы алаңның бір шетінен екінші шетіне дейін бастап жүгіріп, содан соң жылан жасап жүгіредіТоқтау, мұғалім командасы арқылы солға бұрылу, бір қатардан төрт қатарға тұрғызуГимнастикалық таяқтармен (төрт баланың бірігуі арқылы)жаттығуларды жасағанда денені тік ұстау керекӘр жаттығуды дұрыс, әдемі етіп орындауды талап ету.жаттығу саналу ретімен жасау  гимн. ағашты алақанның сырт жағымен ұстап, шынтақты бүкпеу керек  мұнда алға кең адымдап, қолды бүкпей түзу ұстау керек, аяқтың ұшымен тұру керек, ал денені тік ұстау керек шынтақты жанға қоюекі қолмен гимн. ағашты ұстау қолды тік ұстау керекжаттығу жасағанда тізе бүгілмеу керекаяқтың ұшымен секірукоманда арқылы мұғалім командасы арқылы   оқушы жаттығу жасағанда көпірге жауырынмен тұру5-7 сек  мұғалімкомандасы «Бір лекке тұр!»   арқылы оңға бұрылу    Әр жаттығудың  ережесі  бойынша қателер жібермей нақтылы  жаттығу  жасау.       Мұғалімнің командасы бойынша қатар түзеп сапта түрған ойыншылар оң жақ шетінен бастап қатар санын «бір, екі, үш»... деп сол жақ шетіне дейін санап шыгады. Сөйтіп тақ жағы бір бөлек, жұп жағы бір бөлек бөлініп шығару.  *Түгел тыңдауын қадағалау.*  *Тең бөліну, мұғалім басқаруы бойынша жұмыс*  Ойын ережесін сақтау    *Толық сапқа тұруларын қадағалау. Сабаққа қатысуына байланысты бағалау**Түгел қоштасуын қадағалау.**Бір саппен шығуын қадағалау.* |