

Бекітемін
мектеп директоры

Ш.К.Жиенова

Циолковский атындағы № 84 жалпы орта білім беретін мектеп дене шынықтыру әдістеме бірлестігінің 03.05-17.05.2024ж күндері аралығында өткізілетін «Спорт-менің өмірімде» тақырыбындағы ашық сабақ апталығының бағдарламасы.

Мақсаты: Салауатты өмір салтын қалыптастыру ептілікке, икемділікке, жылдамдыққа, ұжымдасып жұмыс істеуге тәрбиелеу

ЖОСПАРЫ

№	Іс-шара атауы	Мерзімі	Өтілетін орны	Жауапты мұғалім
1	9Ә Волейбол: «Обучение технике прямого нападающего удара»	3.05.2024ж	Спортзал	Потюбенко А.
2	8А -сынып.Спорт ойындары: Футбол ойыны.Допты алып жүру және беру.	04.05.2024ж	Спортзал	Туреханов М.
3	4 сыныптар арасында Ұлттық ойындар	06.05.2024ж	Спортзал	Утемисов У.
4	2А Ұлттық ойындар: «Асық ату»	10.05.2024ж	Спортзал	Байдусенов А.
5	3 сыныптар арасында.Тоғыз құмалақ ережесі, тақ, жұп сандар, тұздық ашу.	13.05.2027ж	Тоғыз құмалақ бөлмесі	Амалбеков Ж.
6	5Б-сынып. Қозғалмалы ойындар: эстафеталық жарыс	14.05.2024ж	Спортзал	Турлыбеков Е.
7	7 сынып арасында Спорт ойындары :Ережемен футбол ойнау	15.05.2024ж	Стадион	Турлыбеков н.
8	9 сынып арасында: Қозғалмалы ойындар.	17.05.2024ж	Спортзал	Галиева Р.

ӨБ жетекшісі:

Р.Н. Галиева



<edge://fileicon/?path=C%3A%5CUsers%5Cstudent%5CDownloads%5C%D1%84%D0%BE%D1%82%D0%BE+%D0%B0%D0%BF%D1%82%D0%B0%D0%BB%D0%B0%D2%9B.html&scale=1x>



**Циолковский атындағы № 85 жалпы орта білім беретін мектебінде 2024
жылдың 03.05.-17.05.24 аралығында өткізілген дене шынықтыру пәні
апталығына анықтама**

Мақсаты: Салауатты өмір салтын қалыптастыру ептілікке, икемділікке, жылдамдыққа, ұжымдасып жұмыс істеуге тәрбиелеу
Ұраны: «Күнделікті дене белсенділігі – денсаулық пен ұзақ өмір сүруге бастар жол!»

Мектебімізде 8 дене шынықтыру пәні мұғалімі жұмыс атқарады. Олар:

Галиева Рамиля Насатовна педагог- сарапшы. Еңбек өтілі 18жыл

Турлыбеков Ергали педагог- сарапшы. Еңбек өтілі 21 жыл

Туреханов Махан педагог- модератор. Еңбек өтілі 18 жыл

Амалбеков Жақсылық педагог. Еңбек өтілі 16 жыл

Байдусенов Азамат педагог. Еңбек өтілі 3 жыл

Потюбенко Алена педагог- модератор. Еңбек өтілі 35 жыл

Турлыбеков Нургали педагог- зертеуші. Еңбек өтілі 27 жыл

Утемисов Усен педагог- сарапшы. Еңбек өтілі 13 жыл

Дене шынықтыру пәні апталығы жоспарға сәйкес өткізілді.

Потюбенко Алена 9Ә Волейбол: «Обучение технике прямого нападающего удара» ашық сабақ өткізілді.

Өткізу мерзімі: 03.05.24ж

Мақсаты мен міндеттері

1. Мектеп оқушыларын дене шынықтыру және спортпен үздіксіз айналысуға тарту.
2. Волейбол спорттық ойынын кеңінен насихаттау, волейбол ойынына деген қызығушылықтарын арттыру.
3. Мектептің үздік командасын анықтау.
4. Салауатты өмір салтын насихаттау.
5. Оқушылардың денсаулығын нығайту.

Ашық сабақ жоғары деңгейде өткізілді. Оқушылар белсенділік танытып, жауапгершілікпен қарады. Әр бір топта біркелкі спорттық киім



ұйымдастырылған.



Түреханов Махан 4.05.24ж 8 «А» 8А -сынып.Спорт ойындары: Футбол ойыны.Допты алып жүру және беру» тақырыбында ашық сабақ өтті
Сабақ мақсаты: Қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жетілдіру мен қорытындылау.
Ойын кезінде қорғаныс және шабуыл тактика құру жолдарын үйрету.

Негізгі шабуылдау және қорғану стратегияларын және тактикаларын бәсекелестік ойында қолданудың түрлі жолдарын ашу және табу. Сабақ барысы төмендегіндей өтті:

Жалпы сапқа тұру.Оқушылардың сабаққа дайындығын тексеру. Жаңа сабақты хабарлау. Сабақ мақсатын анықтап алу.

- Спорт залды айнала жеңіл жүгіру: Оң және сол жанымен қолды алға ұстап жүгіру;
- Оң және сол жанымен қолды алға-артқа сермеп жүгіру;
- Оң және сол жанымен аяқты қайшылап жүгіру;

Арнайы футбол ойынына бейімделу жаттығулары.

Оқушылар жұптарда жұмыс жасады

Сабақты қорытындылау:

тыныс алуды қалпына келтіру жаттығулары

Оқушылардың кемшілігі мен жетістіктерін айту.

Бағалау

Мұғалім сабақ мақсатына қол жеткізді. Оқушылардың физикалық ерекшеліктеріне қарай жеке жаттығулар берілді. Техника қауіпсіздік ережелері сақталды. Сабақ кезеңдерге дұрыс бөлінген.

Мұғалім сабақ соңында ойынды талқылауды ұсынады және төмендегі қойылған сұрақтар арқылы оқушыны өз кемшіліктерін түсінуге ықпал етті.

- ойын барысында қандай тактикалық әрекеттер қолдандыңдар?
- қандай стратегиялар қолдандыңдар?
- ойын жағдайында барлығы жүзеге асты ма?
- ойын барысында қандай қиындыққа тап болдыңдар?

Ұсыныс: төрешілік ету әдісін оқушыларға үйрету.



06.05.2024ж Утемисов Усен 4 сынып «Ойындардағы қиялды дамыту»

тақырыбынды ашық сабақ өтті. Сабақ мақсады: Жағдаятты түсініп игеру үшін бірқатар тактикалар мен стратегияларды, құрылымдық идеяларды таңдау және қолдану. Оқушылар сапқа тұрды, сабақ тақырыбы және бағалау критеріімен таныстырылды. Техника қауіпсіздік ережелерімен таныстырылды.

Жалпы дамыту жаттығуларынан кейін ынтымақтастық атмосферасын қалыптастыру мақсадында «Кім жылдам» ойыны ойнатылды. Оқушыларды дене даярлығына қарай мұғалім 3 топқа бөлді.

Бірлескен іс қимыл тәжірибесін жүзеге асыру мақсатында «Күндіз түні доппен» ойыны ұйымдастырылды. Ойын барысында мұғалім оқушылардың қателіктерін

түсіндіріп, жетістіктеріне қарай мотивация беріп отырды. Сабақтың негізгі бөлімі «Доп үшін күрес» ойынымен аяқталды. Қортынды бөлім дұрыс ұйымдастырылған: тыныс алуды қалпына келтіру жаттығулары, кері байланыс, рефлексия- бүгінгі сабақты қаншалықты өзіне сенімді түрде түсінгенін «сенімдімін» «сенімсізбін»деп жазып стикерлерді дуалға ілу.

Жетістігі: Мұғалім сабақ мақсатына ойын әдіс-тәсілдері арқылы қол жеткізді.

Ойын барысында тактика мен стратегия құру жолдары үйретілді.

Ұсыныс: Сабақ тығыздылығына мән беру.

14.05.24ж Дене шынықтыру әдіс бірлесік мұғалімдері тарапынан қазақ ұлттық спорт түрлерінен жарыс өткізілді.

Спорттық іс-шараның негізгі мақсаты – жастар арасында қазақ халқының ұлттық ойындарын, салт-дәстүрін, әдет-ғұрпын дәріптеу, ұлттық ойын түрлерін қайта жаңғырту. Ептілік пен алғырлықты талап ететін ұлттық ойын түрлерінен өткен жарыста талантты спортшылар шеберліктерін көрсетіп, көрермендердің қошеметіне бөленді.

Асық ату, тоғызқұмалақ, тас көтеру, арқан тарту, қол күресі, қошқар көтеру, қазақша күрес, аталған спорт түрлерінен оқушылар жас ерекшеліктеріне қарай қатыстырылды.

Ұлттық спорт түрлерінен сайысқа түскен оқушылар арасынан мықтылар анықталып ортада мектеп басшылығы тарапына марапатталды.



15.05.2024 Тұрлыбеков Нұрғали 7 сыныптар арасында «Футбол. Екі жақты ойын» тақырыбында ашық сабақ өтті.

Сабақтың мақсаты:

1. Допты бір-біріне беру техникасын менгеру.
2. Күш қуатын дамыту.
3. Жеке тұлғаның күш, шыдамдылық дене қасиеттерін тәрбилеу. Сабақ сапқа тұру рапорт қабылдау, сабақ тақырыбы, мақсадымен таныстырудан басталды. Техника қауіпсіздік ережелерін түсіндіріп, жалпы дамыту жаттығуларға көшті. Жүру, жүгіру жаттығуларын балалар қызығып жарысып орындады. Допты белгіленген кедергілерден алып жүру, нақты бір біріне жеткізу, аяқтың жанымен, ұшымен допты тебу әдістерін мұғалім көрсетіп түсіндірді, және берілген жаттығуларды оқушылар дұрыс орындауын қадағалап отырды. Екі топқа бөлініп футбол ойыны өткізілді. Ойын арасында мұғалім 1 минуттық демалысқа үзіліс алып оқушылардың қателігін түсіндіріп отырды.

Жетістігі: Сабақ бөлімдерге дұрыс бөлінген. Мұғалім әр бір жаттығуны, тапсырманы өзі орындап көрсетіп, түсіндіріп отырды. Сабақта сұрақ жауап әдісі көп қолданылды.

Ұсыныс: Сабақ уақытын дұрыс ұйымдастыры, өз уақытында аяқтау.

Баға қорын көбейту.

