Білім беру саласы: «Денсаулық»

Ұйымдастырылған іс-әрекет түрі: дене тәрбиесі (естияр тобы)

**Өскемен қаласы**

**2012-2013 оқу жылы**

Мерзімі: 14.02.13 ж.

Білім беру саласы: «Денсаулық»

Бөлімі : Дене тәрбиесі

Ойын-сабақ түрі: «Қазына іздеу»

Тақырыбы: Гимнастикалық орындықтың үстінен қырындап жүру , дөнгелектің ішінен еңбектеп өту.Гимнастикалық қабырғаға аяқ,қолдарын ретімен қойып шығып,түсу.

Мақсаты:

- қатарға тұру дағдыларын бекіту;

- сөзбен айтылған іс-қимылдарды өз беттерімен орындауды дамыту;

- ережені қатаң сақтай отырып, ұжымдық әрекет жасау;

- қимыл-қозғалыс дағдыларын және физикалық сапасын, шығармашылық қиялды дамыту;

- дене шынықтыру ойын сабағына деген қызығушылыққа тәрбиелеу;

- топта достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.

Құрал–жабдықтар: тақырыбында бұрыш. Гимнастикалық орындық 1,гимнастикалық қабырға, әр түрлі пішінді модульдер, доғалар, бала санына жетерлік теннис добы, шеңбер**,** секіртпелер,ән таспалар,карта.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Әрекет кезеңдері** | **Педагогтың іс-әрекеттері** | **Балалардың іс-әрекеттері** |
| Мотивациялық-қозғаушы.  Іздену –  ұйымдастыру  шылық.    Рефлексия | Әуені В.Шаинский , сөзі Ю.Энтин «Чунга-чанга» әні орындалады.  - Сәлеметсіңдер ме, балалар!  Кемеге отырыңдар біз бүгін ғажайып ормаға, саяхатқа барамыз, құпия қазынаны іздейміз.  Кемеден түсеміз.  -Балалар бізге қазынаны табу үшін не керек?  -Иә, дұрыс айтасыңдар.  Мне қазынаны іздеу картасы. Жыланның тапсырмасы. «жыланша» жүру.  Саппен кіру.  - Балалар, біз ну ормандауымыз деп елестетіңдер.  Балалар , жолда ұсақ тастар . Аяқтарыңды ауыртып алмаңдар, абайлаңдар! Мен сендерге ұсынарым : қолдарыңды белге қойып, аяқтың ұшымен жүріңдер. Ал мына жерде тікенектер бар, қолды мойынға қойып, өкшемен жүріңдер.  - Ағаштардан аттап жүрейік, қолдарыңды жандарыңа созып,тізелерінді биік көтеріп жүріңдер. «жыланша» жүру кедергілердің арасынан.  Жүру, жүгіру алмастыру. Кері жүгіру белгі бойынша.  Тыныс алу жаттығулары.  Жирафтың тапсырмасы.  Ғажайып орманда қандай жемістер бар? Олай болса бір бір апельсин алып жаттығу жасап алайық.  **Дамытпалы жаттығулар**  (теннис добымен):   1. «Допқа созыл»   Б.қ.:негізгі тұрыс.1.Допты жоғары көтеріп,аяқтың ұшымен тұру.2.Б.қ.келу.5 рет қайталау.   1. «Бұрылыстар»   Б.қ.:аяқ иық кеңдігінде.1.Қолды созып,денесін оңға,солға бұру. 2.Б.қ. келу.Әрбір жаққа 3реттен қайталау.   1. «Допқа тізеңді тигіз»   Б.қ.: негізгі тұрыс.1.допты екі қолмен ұстап,оң,сол тізені көтеріп допқа тигізу.4-5рет қайталау.   1. «Допты өзіңнен айландыр»   Б.қ.:тізерлеп отырып,допты өзінен айландыру.(оңға, солға)Әр жаққа 4реттен қайталау.   1. «Допты көтер»   Б.қ.:қол белде,аяқтың ұшымен допты қысып көтеру.5рет қайталау.   1. «Секіру»   Б.қ.:аяқ иық кеңдігінде,қол белде, доп еденде. Допты айнала секіру.8рет қайталау.  Аю панданың тапсырмасы.  **Негізгі қимылдар:**   1. Мында көпірден қырындап өтеміз, аюдың апанынан еңбектеп өтіп көрейік.   Маймылдың тапсырмасы.   1. Маймылдар құсап ағашқа өрмелеп шыға аласыңдар ма.   Кенгрудың тапсырмасы.  «Аңшылар мен кенгрулар » қимыл-қозғалыс ойыны.  Балалар картаға қарайық, қазынаға таяп қалған сияқтымыз.  Дұрыс,таптыңдар. Олай болса қане барлығымыз шеңбер болып тұра қалайық. Алдыға 3адым ,артқа 2адам.орында тұрып айналу,төрт тағандап 3ке деін санап алдыға еңбектеу. Тұрып орында екі рет секіру.  Ура! Таптық!  Сандық ішінен қазына силықтар балаларға таратылады.(құнды тас әшекейлер)    - Балалар, бүгін біз ойын- сабақта қайда бардық?  - Көңіл күйлерің қандай?  -Неліктен ?  - Қандай тапсырмалар орындадық?  Балалар саппен тізбектеліп жүріп,тыныс алу жаттығуларын жасайды. | Балалар дене шынықтыру бөлмесіне әуенмен кіреді.  Кемеге отырып .  Қатармен тұру, түзелу, амандасу.  -карта.  Денені тік, қолды түзу ұстау, ара қашықтықты сақтау.  Балалар жүреді,жүгіреді.  Тыныс алу жаттығуын жасайды.  -  банан,ананас,апелсин,  какос,киви,мандарин.  Жалпы дамытпалы жаттығуларды орындайды.  Балалар жаттығуларды орындайды.  Иә.  Балалар ойнайды.  Балалар картаға қарап. Иә,мында  Шеңберге тұрады.  Балалар жаттығуларды орындайды.  Балалардың көңіл күйлері көтеріңкі, қуанышты.  Балалардың жауабы.  Балалар саппен жүреді. |

Өскемен қаласы әкімділігінің №1 «Балапан» балабақша - бөбекжайы КМҚК

КГКП «Детский сад - ясли №1 «Балапан» акимата г.Усть-Каменогорска

Білім беру саласы: «Денсаулық»

Ұйымдастырылған іс-әрекет түрі: дене тәрбиесі (естияр тобы)

**ІІ – санатты дене шынықтыру нұсқаушысы: Байсалбаева М.Б.**

**Өскемен қаласы**

**2012-2013 оқу жылы**

Мерзімі: 14.02.13 ж.

Білім беру саласы: «Денсаулық»

Бөлімі : Дене тәрбиесі

Ойын-сабақ түрі: «Қазына іздеу»

Тақырыбы: Гимнастикалық орындықтың үстінен қырындап жүру , дөнгелектің ішінен еңбектеп өту.Гимнастикалық қабырғаға аяқ,қолдарын ретімен қойып шығып,түсу.

Мақсаты:

- қатарға тұру дағдыларын бекіту;

- сөзбен айтылған іс-қимылдарды өз беттерімен орындауды дамыту;

- ережені қатаң сақтай отырып, ұжымдық әрекет жасау;

- қимыл-қозғалыс дағдыларын және физикалық сапасын, шығармашылық қиялды дамыту;

- дене шынықтыру ойын сабағына деген қызығушылыққа тәрбиелеу;

- топта достық қарым-қатынасқа тәрбиелеу.

Құрал–жабдықтар: тақырыбында бұрыш. Гимнастикалық орындық 1,гимнастикалық қабырға, әр түрлі пішінді модульдер, доғалар, бала санына жетерлік теннис добы, шеңбер**,** секіртпелер,ән таспалар,карта.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Әрекет кезеңдері** | **Педагогтың іс-әрекеттері** | **Балалардың іс-әрекеттері** |
| Мотивациялық-қозғаушы.  Іздену –  ұйымдастыру  шылық.    Рефлексия | Әуені В.Шаинский , сөзі Ю.Энтин «Чунга-чанга» әні орындалады.  - Сәлеметсіңдер ме, балалар!  Кемеге отырыңдар біз бүгін ғажайып ормаға, саяхатқа барамыз, құпия қазынаны іздейміз.  Кемеден түсеміз.  -Балалар бізге қазынаны табу үшін не керек?  -Иә, дұрыс айтасыңдар.  Мне қазынаны іздеу картасы. Жыланның тапсырмасы. «жыланша» жүру.  Саппен кіру.  - Балалар, біз ну ормандауымыз деп елестетіңдер.  Балалар , жолда ұсақ тастар . Аяқтарыңды ауыртып алмаңдар, абайлаңдар! Мен сендерге ұсынарым : қолдарыңды белге қойып, аяқтың ұшымен жүріңдер. Ал мына жерде тікенектер бар, қолды мойынға қойып, өкшемен жүріңдер.  - Ағаштардан аттап жүрейік, қолдарыңды жандарыңа созып,тізелерінді биік көтеріп жүріңдер. «жыланша» жүру кедергілердің арасынан.  Жүру, жүгіру алмастыру. Кері жүгіру белгі бойынша.  Тыныс алу жаттығулары.  Жирафтың тапсырмасы.  Ғажайып орманда қандай жемістер бар? Олай болса бір бір апельсин алып жаттығу жасап алайық.  **Дамытпалы жаттығулар**  (теннис добымен):   1. «Допқа созыл»   Б.қ.:негізгі тұрыс.1.Допты жоғары көтеріп,аяқтың ұшымен тұру.2.Б.қ.келу.5 рет қайталау.   1. «Бұрылыстар»   Б.қ.:аяқ иық кеңдігінде.1.Қолды созып,денесін оңға,солға бұру. 2.Б.қ. келу.Әрбір жаққа 3реттен қайталау.   1. «Допқа тізеңді тигіз»   Б.қ.: негізгі тұрыс.1.допты екі қолмен ұстап,оң,сол тізені көтеріп допқа тигізу.4-5рет қайталау.   1. «Допты өзіңнен айландыр»   Б.қ.:тізерлеп отырып,допты өзінен айландыру.(оңға, солға)Әр жаққа 4реттен қайталау.   1. «Допты көтер»   Б.қ.:қол белде,аяқтың ұшымен допты қысып көтеру.5рет қайталау.   1. «Секіру»   Б.қ.:аяқ иық кеңдігінде,қол белде, доп еденде. Допты айнала секіру.8рет қайталау.  Аю панданың тапсырмасы.  **Негізгі қимылдар:**   1. Мында көпірден қырындап өтеміз, аюдың апанынан еңбектеп өтіп көрейік.   Маймылдың тапсырмасы.   1. Маймылдар құсап ағашқа өрмелеп шыға аласыңдар ма.   Кенгрудың тапсырмасы.  «Аңшылар мен кенгрулар » қимыл-қозғалыс ойыны.  Балалар картаға қарайық, қазынаға таяп қалған сияқтымыз.  Дұрыс,таптыңдар. Олай болса қане барлығымыз шеңбер болып тұра қалайық. Алдыға 3адым ,артқа 2адам.орында тұрып айналу,төрт тағандап 3ке деін санап алдыға еңбектеу. Тұрып орында екі рет секіру.  Ура! Таптық!  Сандық ішінен қазына силықтар балаларға таратылады.(құнды тас әшекейлер)    - Балалар, бүгін біз ойын- сабақта қайда бардық?  - Көңіл күйлерің қандай?  -Неліктен ?  - Қандай тапсырмалар орындадық?  Балалар саппен тізбектеліп жүріп,тыныс алу жаттығуларын жасайды. | Балалар дене шынықтыру бөлмесіне әуенмен кіреді.  Кемеге отырып .  Қатармен тұру, түзелу, амандасу.  -карта.  Денені тік, қолды түзу ұстау, ара қашықтықты сақтау.  Балалар жүреді,жүгіреді.  Тыныс алу жаттығуын жасайды.  -  банан,ананас,апелсин,  какос,киви,мандарин.  Жалпы дамытпалы жаттығуларды орындайды.  Балалар жаттығуларды орындайды.  Иә.  Балалар ойнайды.  Балалар картаға қарап. Иә,мында  Шеңберге тұрады.  Балалар жаттығуларды орындайды.  Балалардың көңіл күйлері көтеріңкі, қуанышты.  Балалардың жауабы.  Балалар саппен жүреді. |