Педагогтың аты-жөні	«Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович			
Күні				
Сынып 9	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны		
Сабақтың тақырыбы	Қауіпсіздік ережесі.Топтық саптық жаттығулар			
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары	9.3.4.1 - денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техника қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп-қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу			
Сабақтың мақсаты	**Барлығы:** Білім алушы қауіпсіздік ережелерді біледі,саптық жаттығуларды жасайды. **Көбі:** Білім алушылар қауіпсіздік ережелерді біледі,саптық жаттығуларды жасайды ,топпен тиімді жұмыс істей алады. **Кейбірі:** Білім алушылар қауіпсіздік ережелерді біледі,саптық жаттығуларды жасайды**,** топпен тиімді жұмыс істей алады әр-түрліәрекеттерін біледі.			
Бағалау критериі	Түрліжаттығужұмыстарынорындаубарысындағыболуымүмкінқауіп-қатерлердіанықтайды.			
Сабақтың кезеңі/ уақыты	**Мұғалімнің әрекеті**	**Оқушының әрекеті**	**Бағалау**	**Ресурстар**
Басы	**Дайындық бөлімі.** Білім алушыларды қатарға тұрғызу сәлемдесу, сабақ мақсаттарымен таныстыру. Бір орында оңға,солға, кері бұрылу алаң шетімен қолды жоғары көтеріп, аяқ ұшымен және қолды белге қойып өкшемен жүру. Аяққа толық отырып,қарапайым жүріс және қолды иық тұсынан айналдырып отыру. Жүруден жүгіріске өтіп алаң шетімен жүгіру.Қосарланып жасау арқылы жалпы шынығу жаттығуларын жасау. Жүгіруден жүріске өтіп, жалпы дамыту жаттығуларын жасау және сергіту ойындары.		Қол шапалақ	Ұялы телефон
Ортасы	**Гимнастикабойыншақауіпсіздіктехникасыжөніндегіжалпыталаптар.** Сапқа және бағанға тұру және қайта тұру.Сәйкес келетін бірнеше саптық жаттығулар элементтерінен кешен құру бойынша жұптарда және шағын топтарда жұмыс істеу. Дағдыны бекіту үшін жұпқа тұру дағдысы бірнеше рет қайталанады. «Таралыңдар!» командасы бойынша оқушылар жүреді немесе жүгіреді. «Жұпта тұрыңдар!» бұйрығы бойынша жұптарға сап түзейді.	Ара қашықтықты толық алу Денені дұрыс ұстау, басты толық айналдыру. Денені тік ұстау ережелерін сақтайды	Смаликтер арқылы ҚБ өзін өзі бағалау	Доптар: түрлі мөлшер, текстура, түс, салмақ, т.б.

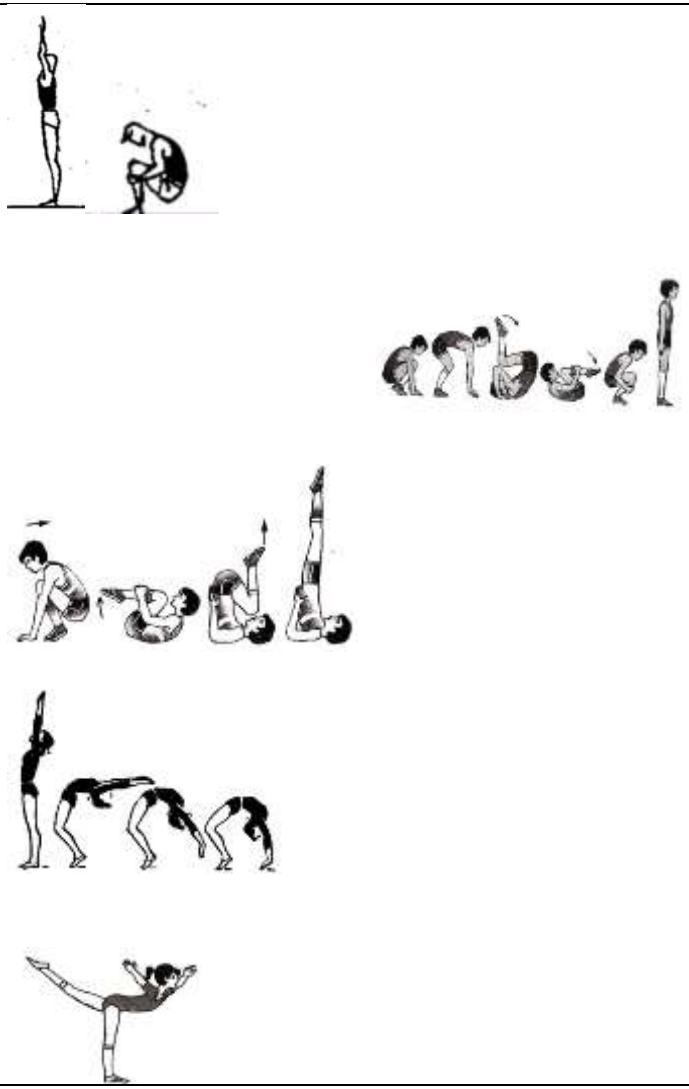
	Алдымен балалар қалаулары бойынша жұптарға сап түзейді, содан кейін бала кіммен жұпта тұрғанын есте сақтау тапсырмасы беріледі де, жүріс немесе жүгірістен кейін өзінің жұбын табулары тиіс. Одан әрі жұптарға сап түзеу белгілі бір уақыт ішінде және барынша жылдам жүргізіледі. Қозғалыс ойындарын пайдаланыңыз («Өзіңе жұп тап» және т.б.).		Бағалау парақшасын толтырады. **ҚБ**	
Сабақтың соңы	Кері байланыс Оқушылардың өз тәртіптеріне рефлексия жасауды мобильдендіру (мотивация, әрекет тәсілдері, қарым-қатынас). Оқушылар стикерге мына сұрақтарға жауап жазады: 1. Маған сабақта не ұнады. 2. Маған немен жұмыс істеу керек? 3. Смайл арқылы өзінің көңіл-күйін бейнелейді және стикерді күн бейнесіндегі тақтаға жапсырады.	Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына байланысты кері байланыс жасайды.		Рефлексия парағы

Бөлім	

Педагогтың аты-жөні	«Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович			
Күні				
Сынып 9	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны		
Сабақтың тақырыбы	Акробатикалық элементтердің жиынтығын құру			
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме)	9.3.2.1 - нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау			
Сабақтың мақсаты	**Барлық оқушылар орындай алады:** Акробатикалық жаттығу алға қарай домалауды орындайды **Оқушылар көпшілігі орындай алады:** Акробатикалық жаттығу жауырынға тұрады **Кейбір оқушылар орындай алады:** Акробатикалық жатттығу көпіршені жасайды			
Бағалау критериі				
Сабақтың кезеңі/ уақыты	**Мұғалімнің әрекеті**	**Оқушының әрекеті**	**Бағалау**	**Ресурстар**
Басы	Сапқа тұру;Мәліметқабылдау, амандасу Орнындағы бұрылыстар: «Оңға», «Солға», «Айнал» **Жүру жаттығулары:** Жай жүріс Аяқтың ұшымен жүру (екі қол жоғарыда) Өкшемен жүру (екі қол белде) Аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру (қол белде) Жартылай ,толық отырып жүру (қолды алға созу, қол тізеде) Спорттық жүріс	Оқушы өз жұбын табады Әдіс арқылы қайталау Сұрақ жауап орындайды	Қол шапалақ	Үлкен ойын кеңістігі,жарыс өткізуге қажетті құрал жабдықтар.

	Жүгірудің түрлері: 1. Кәдімгі жүгіріс 2. Тіркеме адыммен (оң , сол жақпен) 3. Аяқты айқастырып (оң, сол жақпен) 4. Артқа қарап жүгіру 5. Тізені жоғары көтеріп жүгіру 6. Балтырды артқа сермеп жүгіру 7. Бүгілген аяқты алға , ішке сермеп жүгіру 8. Бүгілген аяқты артқа , сыртқа сермеп жүгіру 9. Аяқтан- аяққа секіріп жүгіру 10. Жылдамдықты үдетіп белгі бойынша қарсы бағытта жүгіру 11. Кібіртіктеп жүгіру (семенящий бег) Жай жүріс Демді қалпына келтіру **Қозғалыста орындалатын жалпы дамыту жаттығулары:** 1. Әр адымға екі қолды жоғары көтеріп, керілу 2. Басты 1-4 санаққа оңға , 5-8 санаққа солға айналдыру 3. Түзу қолдарды артқа сермеу 4. Қолдарды иық буыннан алға, артқа айналдыру 5. Қолдарды алға созып, шынтақ буында айналдыру 6. Қолдарды алға созып, білезік буында айналдыру 7. Оңға , солға иілу 8. Әр адымға алға иіліп, қолдың ұшын аяқтың ұшына тигізу 9. Алға терең адымдап, денені оңға , солға бұру 10. Жартылай отырып жүру 11. Жүрелей толық отырып жүру 12. Жүрелей толық отырып секіріп жүру Кәдімгі жүріс Бір орында адымдау «Тоқта»! , «Солға , бұрыл» пәрмендерін орындау			
Ортасы	Бір қатарлық сапқа тұру 1) Акробатика (аяқтың ұшымен жүремін) • күш жұмсай орындалатын дене шынықтыру жаттығуларының бір түрі;	Ойын ережесін біледі	Смаликтер арқылы	Үлкен ойын кеңістігі,жарыс өткізуге

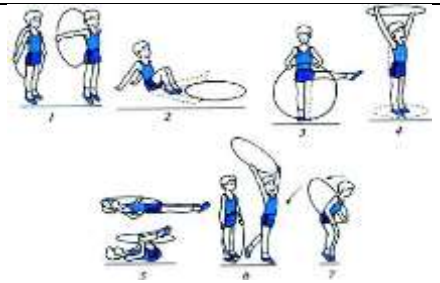
	• цирк өнерінің жанры (акробатикалық күш жұмсау, секіру арқылы орындалады); • спорт түрі (спорттық гимнастика) Акробатика біздің заманымыздан бұрын шамамен 2300 жылы Ежелгі Мысырда, Грекияда, тағы басқа елдерде пайда болды. Акробатикалық жаттығулар алғаш қалалардың ашық алаңдарында, базарларында орындалды. Бертін келе цирк аренасына көшіп, жаттығулары күрделене бастады. Акробатика – қазір спорттың кең тараған бір түрі. Қазақстанда спорттық акробатика 1933 жылдан тарай бастады және одан тұңғыш чемпионат 1949 жылы өткізілді. **2) Арнайы жаттығулар** а) қолды тіреп отырып, тізені кеудеге жинақтау б) төсенішке жатып аяқты кеудеге жинақтау в) алақанды бір-біріне қарама-қарсы ұстап тез отырып топтасу **II топқа бөлу** Алға қарай домалау, Артқа қарай домалау Жауырынға тұру, Көпірше жасау (әріптесінің көмегімен), Қарлығаш бейнесін жасау **3) Акробатикалық топтамалар** Қарлығаш бейнесін жасап, алға қарай екі рет домалау,артқа қарай домалау, жауырынға тұру, жатқан орыннан көпірше жасау 	Біріккен әрі тиімді жұмыс көрсетеді Ойын кезінде әр-түрлі физикалық әрекеттерде дағдыларды түсініп қолданады Жаттығуларды орындау кезінде аяқтың қолдың белдің дұрыс бағытта қозғалуын дұрыс орындайды қатаң түрде сақталуын ескереді	ҚБ өзін өзі бағалау ҚБ «Бағдаршам» ҚБ «От шашу»	қажетті құрал жабдықтар.

				
Сабақтыңсоңы	**Рефлексия** «Аяқталмаған сөйлемдер» әдісі арқылы «Бүгін мен..... білдім» 2.«..... қызықты болды» «..... қиын болды» 3.« ..... екенін түсіндім»	Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына		Рефлексия парағы

	4.«Мен..... білім алдым» 5. «..... мені таң қалдырды»	байланысты кері байланыс жасайды.		

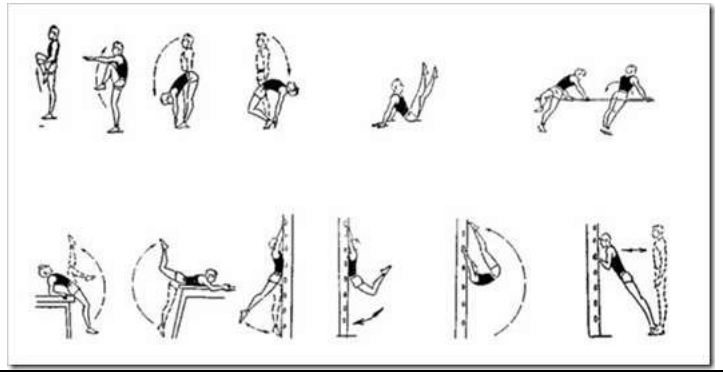
Бөлім				
Педагогтың аты-жөні	«Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович			
Күні				
Сынып 9	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны		
Сабақтың тақырыбы	Акробатикалық элементтердің жиынтығын құру			
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме)	9.3.2.1 - нақты дене шынықтыру сабақтарына арналған қыздыру жаттығуларын құру, түсіндіру және өткізу, олардың ағзаны қалпына келтіру тиімділігін бағалау			
Сабақтың мақсаты	Барлық оқушылар қозғалыс кеңістігінде толық топ ретінде қауіпсіз жұмыс істеу			
Бағалау критерииі	Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығуларының байланысын анықтайды.			
Сабақтың кезеңі/ уақыты	**Мұғалімнің әрекеті**	**Оқушының әрекеті**	**Бағалау**	**Ресурстар**
Басы	Сәлемдесу. Сапқа отырғызу. сабақ барысын түсіндіру. Қауіпсіздік және тәртіп ережелері.жүру , Кеңістікте топпен жүгіргенде неге сақ болу керек екенімізді айта аласын ба? орташа қалыпта жүгіру , алаңның оң жағынан сол жағына қарай . 1 . Екі қол жоғарыда аяқтың ұшымен, екі қол белде өкшемен жүру.	Оқушы өз жұбын табады Әдіс арқылы қайталау Сұрақ жауап орындайды	Қол шапалақ	Әр жаттығу үшін кең, таза кеңістік,ысқ ырық , конус, секундомер, интерактивті

	2. Жеңіл жүгіріске көшу . 3.аяқты артқа , қолға жеткізе жүгіру, екі қол алдыда тізені биік көтере жүгіру. 4.Оң және сол жақ қырымен адымдап жүгіру екі қол белде 5 .Жылдамдыққа жүгіру 6. қолды екі жақтан тыныс ала көтеріп , түсіру, демді қалпына келтіру. Ж.Д.Ж. орнында			тақта немесе ноутбук, гимнастикалық таяқшалар, секіртпе. Бағалауға арналған түрлі-түсті қағаз
Ортасы	**Қауіпсіздік техникасы** Гимнастика қауіпсіздік техникасын қайталау, әнгімелесу, түсіндіру, көрсету. Қауіпсіздік техникасын журналына оқушылар тансыну арнайы аты жөніне қарама- қарсы қол қояды. Мектепте және денешынықтыру сабағында тәртіп ережелерін сақтауды жүруді қайталау, түсіндіру, әнгімелесу. **Гимнастикалық жаттығулардың кең жиынтығы.** Әрбір оқушы белінде еңберді айналдырады және оның қозғалысын қаншалықты ұзақ сақтай алатынын бақылайды. Ең жақсы оқушыларды бақылау және олардың техникалық үйрену. (YouTube сайтындағы клипті көру – оқу ресурстарын көру). Кез келген қауіпсіз қозғалысты түзетіңіз және барлық оқушыларға туындайтын кез келген қауіп туралы айтылады. **Бұл суретте көрсетілгендей гимнастикаға арнайы жаттығуларді орындау қажет.** Қауіпсіздік ережені сақтау біледі. Бастапқы тұрысқа дұрыс тұрады. Жалпы дамытатын жаттығуларды орындауда, дұрыс жасайды және көрсетед	Слайдта берілген сұрақ жауапты орындайды Сұрақ жауап арқылы сұраққа жауап береді Топтар бір-біріне ойын барысында байқаған, көрген екі жақсы орындаған жағын айтып, ұсыныс түрінде бір тілек айтады. қарсылас топтың аумағына өтеді туды алып, кері өз аумағына жүгіріп шығады өз аумағына өткен оқушыларды ұстап үлгереді	Смаликтер арқылы ҚБ өзін өзі бағалау ҚБ «Бағдаршам» ҚБ «От шашу»	Әр жаттығуға арналған үлкен, таза кеңістік, ысқырық, секундомер, конустар, фишкалар.

	 **Акробатикалық жаттығуларды орындау.** Оқушылар жұптық жұмыс жасап, айналымдардың үйлесу мүмкіндіктерін зерттейді. Содан соң сол айналымдарды айналық көрініс ретінде жасауды қарастырады. Олар 2 – 3 ойды біріктіріп, қысқа айналымдар тізбегін орындайды. ***Тапсырма:*** әр түрлі бастапқы позициядан айналымдар жасау. Жұпта немесе топта 5-7 акробатикалық элементтен тұратын қарапайым кешен құрастыру: алдыға айналым, артқа айналым, домалау, үлкен адым, 360 градуста секіру. Бір – бірімен айналым жасауды үйрену. Бағалау парақтарын толтыру және рефлексия.			
Сабақтыңсоңы	**Рефлексия.** **Өзін-өзі бағалау анализі.** - Бүгінгі сабақтан өзіңе не алдың? - Бүгінгі сабақтың мақсаты қандай болды? - Өз көңіл күйінді белгімен көрсет	Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына байланысты кері байланыс жасайды.		Рефлексия парағы

Бөлім	

Педагогтың аты-жөні	«Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович			
Күні				
Сынып 9	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны		
Сабақтың тақырыбы	Акробатикалық элементтердің жиынтығын құру			
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме)	9.1.2.1 - қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу			
Сабақтың мақсаты	**Барлық оқушылар келесіге қабілетті болады:** Ережелерді сақтайды. Акробатикалық элементтерін меңгереді **Көптеген оқушылар келесіге қабілетті болады:** Тепе-теңдік дамыту, қарлығаш жасау дамытады . **Кейбір оқушылар келесіге қабілетті болады:** Динамика мен кеңістіктегі айқын өзгерістерді көрсететін жаңартпашыл және бір қалыпты реттіліктерды ойлап шығару. Топтық жұмысты сенімді жүргізіп, өз серіктестерімен бірлесіп жұмыс жасау			
Бағалау критерииі	Ережелерді сақтайды. Акробатикалық элементтерін меңгереді Тепе-теңдік дамыту, қарлығаш жасау дамытады Өзара көмектесуге үйренеді Акробатикалық элементтерді гимнастикалық талаптарға сәйкес орындау. Акробатикалық элементтерді реттілігін сақтай отыра, гимнастикалық талаптарға сәйкес орындау			
Сабақтың кезеңі/ уақыты	**Мұғалімнің әрекеті**	**Оқушының әрекеті**	**Бағалау**	**Ресурстар**
Басы	Оқушыларды сапқа тұрғызу,сәлемдесу,рапорт беру. Сабақтың мақсатын түсіндіру . Бір орында: Оңға,солға,кері бұрылу.	Оқушы өз жұбын табады Әдіс арқылы қайталау	Қол шапалақ	Оқулық, суреттер, топқа бөлуге арналған

	2.Жүру:Қолды жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру. Қолды жанға созып өкшемен жүру.Жартылай отырып, толық отырып жүру. 3.Жүгіру: Еркін жүгіру, түзу аяқты көтеріп жүгіру ,аяқты артқа түзу жүгіру, екі жаққа аяқты көтеріп жүгіру.. Жүріске ауысып, тыныс алу жаттығуларын орындау. Бір орында жалпы дене шынықтыру жаттығуларын орындау. Гимнастикалық снарядтарда орындалатын кейбір элементтерді көрсету (мұғалімнің таңдауы бойынша), Физикалық қасиеттерді дамытуға арналған жаттығулар кешені 	Сұрақ жауап орындайды		кеспе қағаздар және әртүрлі заттар, топтық тапсырмалар
Ортасы	**)**Берілгенэлементтер саны тапсырылады (мысалы, 4, 6, 8). Олардан жаттығу ойластыруқажет. 2 немесеоданартық оқушылар топтары қатыса алады. Тапсырманы топ таңдағаноқушыорындай алады. Мысалы, акробатика элементтеріберілген: алғааударылыптүсу, артқааударылыптүсу, жауырынғатұру, көпір жасау Комбинацияларды орындау сәтінде дененің тепе-теңдігін сақтау маңыздылығын зерттеңіз. Барлығы бірнеше секунд бойы ұстап тұруға болатын жаттығулар комбинациясын орындап, бір аяқпен тепе-теңдікті сақтауға тырысады. Акробатикалық жаттығулар: Алға домалау.	Тапсырманы орындайды әрі тексеріп отырады. Топтар бір-біріне ойын барысында байқаған, көрген екі жақсы орындаған жағын айтып, ұсыныс түрінде бір тілек айтады. қарсылас топтың аумағына өтеді	Смаликтер арқылы ҚБ өзін өзі бағалау ҚБ «Бағдаршам»	Әр жаттығуға арналған үлкен, таза кеңістік, бор, асықтар, А4 форматындағы қағазға жазылған «Бұлттар тегі», қалам,

	Алға домалау жаттығу жасаушы оқушы жиырылып отырады, бас екі тізенің арасына қарай еңкейтіледі. Аяқты тіреп итерілу қарсаңында және домалап түсудің алдында қауіпсіздендіруші қолымен жаттығушының желкесіне басып, басын тосенішке тигізбей, екі тізесіне қарай жақындатады, сөйтіп, денені бірден аударып түсіруге көмектеседі. Артқа домалау Артқа домалап түсуде әуелі шалқалап жатып қолды ыйықтан асыра тіреу арқылы арқылы артқа тербетілу әдісімен басталады. Келесі кезең – жйырылып отырудан артқа домалап түсу, қолды тіреп тізерлеп отыру: Көпірше жасау Шалқадан жатып, қолды және аяқты тірей жоғары көтерілу. Алға қарай тербеліп, гимнастикалық төсенішке иекті тигізі Баспен тұру (ұлдар) Алға еңкеие, қолды тіреп баспен тұру. Баспен қол үшбұрыш негізінде қойылады. Жауырынға тұру (қыздар) Шалқадан жатып қолмен белден тірей, аяқты жоғары қөтеріп жаурынға тұру «Колесо»жасау (қыздар) **Акробатикалық жаттығуларды орындау. (П, Э, Ф)** Оқушылар жұптық жұмыс жасап, айналымдардың үйлесу мүмкіндіктерін зерттейді. Содан соң сол айналымдарды айналық көрініс ретінде жасауды қарастырады. Олар 2 – 3 ойды біріктіріп, қысқа айналымдар тізбегін орындайды. ***Тапсырма:*** әр түрлі бастапқы позициядан айналымдар жасау. Жұпта немесе топта 5-7 акробатикалық элементтен тұратын қарапайым кешен құрастыру: алдыға айналым, артқа айналым, домалау, үлкен адым, 360 градуста секіру. Бір – бірімен айналым жасауды үйрену. Бағалау парақтарын толтыру және рефлексия.	туды алып, кері өз аумағына жүгіріп шығады өз аумағына өткен оқушыларды ұстап үлгереді	ҚБ «От шашу»	қарандаш, маркерлер. Мұғалімге арналған ысқырық, секундомер.

	Гимнастика сабағында акробатикалық элементтерді топпен орындау кезеңде 1. Қарлығаш бинесін жасау 2. Бір аяқты алға созып тұру 3. Екінші аяқпен отыру 4. Гимнастикалық бөренеде екі қолды екі екі жаққа жаза алға –артқа жылжып жүру, бұрылу, қарлығаш жасау 5. Бөренеде дамыту жаттығулар Секіргімен жасалатын жаттығулар Статистикалық қалыптарды- көпір жасау, баспен тұру, шатқа жартылай және толық отыруды үйрені оқушылардың бір-біріне көмек беру арқылы іске асады. Бұл тәсілдерді меңгергеннен кейін , оларды әр қайсы өз беттерімен орындауларына болады .Жауырынға тұру комбинациясын үйрету			
Сабақтыңсоңы	Сабақтың соңында «Смайликтер» арқылы кері байланыс жүргізе отырып, «Біздің сынып керемет!» ұранымен сабағымызды қорытындылаймыз. **Кері байланыс** Біздің сынып керемет	Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына байланысты кері байланыс жасайды.		Рефлексия парағы

Бөлім	
Педагогтың аты-жөні	«Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович
Күні	

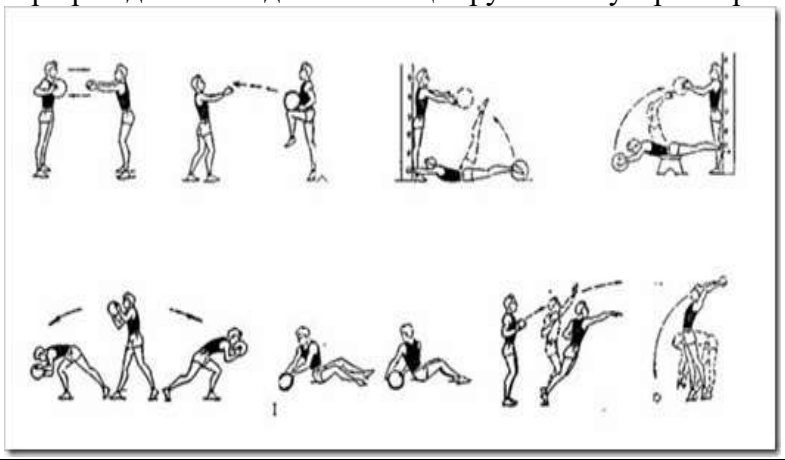
Сынып 9	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны		
Сабақтың тақырыбы	Гимнастикалық снарядта жүйелі жаттығулар құру			
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме)	9.1.5.1 - кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу			
Сабақтың мақсаты	-Қимыл-қозғалыс кезінде топ болып,қауіпсіз жұмыс жасау, жүру,жүгіру жаттығуларын орындай алады; -Жаттығуларды орындау кезінде аяқ-қолдың жұмысын, жаттығудың жасау әдісін біледі; -Қимыл-қозғалысты сапалы орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін салыстыра біледі.			
Бағалау критерииі	- Жаттығуларды орындау кезіндегі ағзада (жүрек соғысы, тыныс алу) -болатын өзгерістерді айтады. - Жаттығуларды орындау кезіндегі қиындықтар мен тәуекелдерді атайды.			
Сабақтың кезеңі/ уақыты	**Мұғалімнің әрекеті**	**Оқушының әрекеті**	**Бағалау**	**Ресурстар**
Басы	Саптық жаттығулар : оңға, солға,артқа бұрылулар, адымдау. 1. Қолды жоғарыға көтеріп, аяқтың ұшымен жүру 2. Қолды белге қойып, өкшемен жүру 3. Қолды белге қойып, аяқтың сыртқы қырымен жүру 4. Аяқтың ішкі жағымен жүру. Жеңіл жүгіру. **Қозғалыстағы жаттығулар :** 1. Оң қырымен және сол қырымен иықты 2. Қолды алдыға созып, тізені жоғары көтеріп жүгіру. 3. Қолды артқа қойып, аяқты артқа лақтыра жүгіру.	Оқушы өз жұбын табады Әдіс арқылы қайталау Сұрақ жауап орындайды	Қол шапалақ	Тренинг жазылған парақшалар

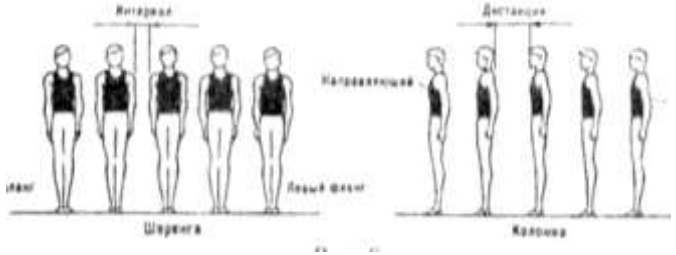
	4. Қолды аяқтың сыртқы қырына тигізе отырып жүгіру. 5. Қолды желкеге қойып, аяқты алға лақтыра жүгіру 6. Артқа қарап жүгіру. 7. Жылдам шапшаңдықпен жүгіру **Бір орнында жасалатын жаттығулар :** 1. Екі қолды белге қойып, басты оңға және солға айналдыру. 2. Қолды иыққа қойып,иықты айналдыру. 3. Қол кеуде тұсында. «1-2» қысқа, «3- 4» толық ашып сермеу. 4. Қолды қайшылау. 5. Қолды алдыға, жоғары, жаңға көтеру және бастапқы қалыпқа келу. 6. Оң қол жоғары көтерілген, сол қол белде. Екі жанына кезектесіп иілу. 7.Екі қол белде «1-2» алға иілу, «3-4» артқа иілу. 8. Екі қол белде «1-2» оңға бұрылу, «3-4» солға бұрылу. 9. Қолды алдыға созып, орнында отырып – тұру.			
Ортасы	- **Топқа бөлу :** ***1 топ : Гимнастикалық орындықта жасалатын жаттығулар*** : - Гимнастикалық орындықтың алдында бір қатарға сапталу. - Мұғалімнің белгісі бойынша жаттығуларды бастау. - Екі қолды екі жанға созып,басты тік ұстап орындықтың соңына және кері бағытта жүріп өту.	тақырыпқа сай берілген түсініктерді дамыту арқылы, тапсырмаларды орындайды	Смаликтер арқылы ҚБ өзін өзі бағалау	Жүгіруге арналған жол және кең таза кеңістік. Фишкалар конустар,мұ

	- Кітапты басқа қойып, екі қолды екі жанға созып кітапты түсірмей орындықтың соңына дейін жүріп өту. 2 ***топ : Гимнастикалық төсеніштерде жасалатын жаттығулар*** : - Гимнастикалық төсеніштердің алдында бір қатарға сапталу. - Мұғалімнің белгісі бойынша жаттығуларды бастау. - Төсеніштің алдына келіп, тізені бүгіп, оны қолмен ұстай отырып алдыға қарай баспен аунап түсу; - Төсенішке келіп атып,қолмен жамбасты тірей отырып жауырынға тұру. Аяқ ұштарын жерге дейін тигізу. 3 ***топ : Гимнастикалық сатыда орындалатын жаттығулар***: - Гимнастикалық сатының алдында бір қатарға сапталу. - Мұғалімнің белгісі бойынша жаттығуларды бастау. - Белгі берілгеннен кейін сатыға жоғарыға шығып, қолды ең жоғарғы таяқшасына қолды тигізіп төмен қарай түсу. - Сатыға асылып аяқты тізе тұстап бүге кеудеге дейін жеткізу. - Сатыға асылып тұрып, аяқтың ұштарын қосып аяқты 45 градусқа көтеру. **«Уакыт» белгісі берілгенде сапталып оқу орындарын ауыстыру.** Сапта жүріп тыныс алу жаттығуларын орындату.	ойындар арқылы қолайлы ойындарды пайдаланады Көрсетеді Ойын ережесін дұрыс пайдаланады	ҚБ «Бағдаршам» ҚБ «От шашу»	ғалімге ысқырық, бор, секундомер Әрбір тапсырма үшін үлкен бос кеңістік.
Сабақтыңсоңы	**Рефлексия** Чемодан-салып аламын, алдағы уақытта қолданамын. Еттартқыш-алған ақпаратты өңдеймін . Себет-керек емес ақпарат, лақтырып жіберемін.	Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына		Рефлексия парағы

		байланысты кері байланыс жасайды.		

Бөлім		
Педагогтың аты-жөні	«Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович	
Күні		
Сынып 9	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны
Сабақтың тақырыбы	Гимнастикалық снарядта жүйелі жаттығулар құру	
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме)	9.1.5.1 - кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	
Сабақтың мақсаты	гимнасатика сабағының қауіпсіздік ережесін ұғындыру. Басқа оқушыларды байқау және оларға сындарлы пікір айту.	
	Саптық жаттығуларды орындай біледі	

	Динамика мен кеңістіктегі айқын өзгерістерді көрсететін жаңартпашыл және бір қалыпты реттіліктерды ойлап шығару. Топтық жұмысты сенімді жүргізіп, өз серіктестерімен бірлесіп жұмыс жасау			
Сабақтың кезеңі/ уақыты	**Мұғалімнің әрекеті**	**Оқушының әрекеті**	**Бағалау**	**Ресурстар**
Басы	Оқушыларды сапқа тұрғызу,сәлемдесу,рапорт беру. Сабақтың мақсатын түсіндіру . Бір орында: Оңға,солға,кері бұрылу. 2.Жүру:Қолды жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру. Қолды жанға созып өкшемен жүру.Жартылай отырып, толық отырып жүру. 3.Жүгіру: Еркін жүгіру, түзу аяқты көтеріп жүгіру ,аяқты артқа түзу жүгіру, екі жаққа аяқты көтеріп жүгіру.. Жүріске ауысып, тыныс алу жаттығуларын орындау. Бір орында жалпы дене шынықтыру жаттығуларын орындау. 	Оқушы өз жұбын табады Әдіс арқылы қайталау Сұрақ жауап орындайды	Қол шапалақ	Тренинг жазылған парақшалар
Ортасы	Гимнастика бойынша қауіпсіздік техникасы жөніндегі жалпы талаптар. Сапқа және бағанға тұру және қайта тұру. Сәйкес келетін бірнеше саптық жаттығулар элементтерінен кешен құру бойынша жұптарда және шағын топтарда жұмыс істеу. Дағдыны бекіту үшін жұпқа тұру дағдысы бірнеше рет қайталанады. «Таралыңдар!» командасы бойынша оқушылар жүреді немесе жүгіреді. «Жұпта тұрыңдар!» бұйрығы бойынша жұптарға сап түзейді. Алдымен	Техника қауіпсіздігін сақтайды. Саптық жттығуларды біледі -Бөліну әдістері кезінде қателіктер жібереді..	Смаликтер арқылы ҚБ өзін өзі бағалау	Жүгіруге арналған жол және кең таза кеңістік. Фишкалар конустар,мұ

	балалар қалаулары бойынша жұптарға сап түзейді, содан кейін бала кіммен жұпта тұрғанын есте сақтау тапсырмасы беріледі де, жүріс немесе жүгірістен кейін өзінің жұбын табулары тиіс. Одан әрі жұптарға сап түзеу белгілі бір уақыт ішінде және барынша жылдам жүргізіледі. Қозғалыс ойындарын пайдаланыңыз («Өзіңе жұп тап» және т.б.). **Тапсырма:** **Сапатағы жаттығулар: тұрып бұрылу, жүру, жүріп келіп бұрылу және орнында тұрып бұрылу әдістерін көрсету.**  **Сапта тұрған кезде ара-қашықтықтысақтап тұрыңыз. «Түзел!» деген бұйрықта оң жаққа қарай басты бұрып, түзеліңіз. «Тік тұр!» командасын орындау кезінде бастапқы қалыпқа түсіңіз** -Сапта жүру, бұрлу , тұруды меңгерген -Сапта дұрыс жүруді, ара-қашықтықты қатесіз орындайды -Қауіп-қатерді анықтый алады -1. ➢ Жаттығуларды пәрмен бойынша орындайды ➢ Саптық жүрісте қателік жамайды ➢ Бөліну әдістерін көрсетеді. 2. ➢ Саптық жаттығуларды орындайды ➢ Бөліну әдісін біледі ➢ Жаттығулар барысында қате тұстарны анықтайды 3. ➢ Жаттығуларды орындайды ➢ Бөліну әдістерін көретеді.	-Сапта жаттығуды толық жасай алмайды -Оқушылар қауіпсіздікті сақтайды. -Сапта ара-қашықтық сақтамайды -Жаттығу барысында қателіктер жібереді. . Әр бір жаттығуды төрт рет солға,төрт рет оңға қарай үш рет тен қайталау қажет.	ҚБ «Бағдаршам» ҚБ «От шашу»	ғалімге ысқырық, бор, секундомер Әрбір тапсырма үшін үлкен бос кеңістік. Мұғалімге арналған ысқырық. Аумақты белгілеу үшін фишкалар/конустар.

	Жаттығукезіндегі қателіктерді айта алады..			
Сабақтыңсоңы	***Сабақсоңындамұғалімоқушылардантөмендегі 2 сұраққажауапберулерінұсынады.*** **« Керібайланыс» күнделігі** 1.Менсабақтыңтақырыбын----------түсіндім. Оны ----------орындай аламын . 2. Мен ----------түсінбедім, Маған ең қиыны----------болды. *!*	Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына байланысты кері байланыс жасайды.		Рефлексия парағы

Бөлім		
Педагогтың аты-жөні	«Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович	
Күні		
Сынып 9	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны
Сабақтың тақырыбы	Гимнастикалық снарядта жүйелі жаттығулар құру	
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме)	9.1.5.1 - кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу	
Сабақтың мақсаты	**Барлық оқушылар келесіге қабілетті:** - акробатикалық жаттығулар кезінде қауіпсіздік ережесін сақтай алады. - кең ауқымдағы қимыл-қозғалыс комбинацияларының орындалу реттілігін түсінеді. **Оқушылар көпшілігі келесіге қабілетті:** - снарядта жаттығулар орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін салыстыра біледі.	
Бағалау критерииі	- кең ауқымдағы дене жаттығуларының тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын анықтайды. - снарядта жаттығулар орындау кезіндегі өзінің және өзгелердің біліктіліктерін салыстыра біледі. - снарядта орындалатын жаттығулар жинағын көрсетеді және бағалай біледі.	

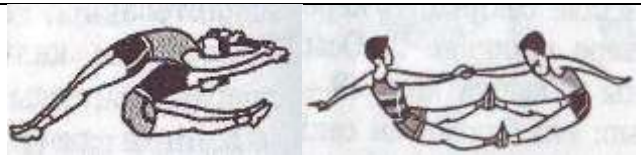
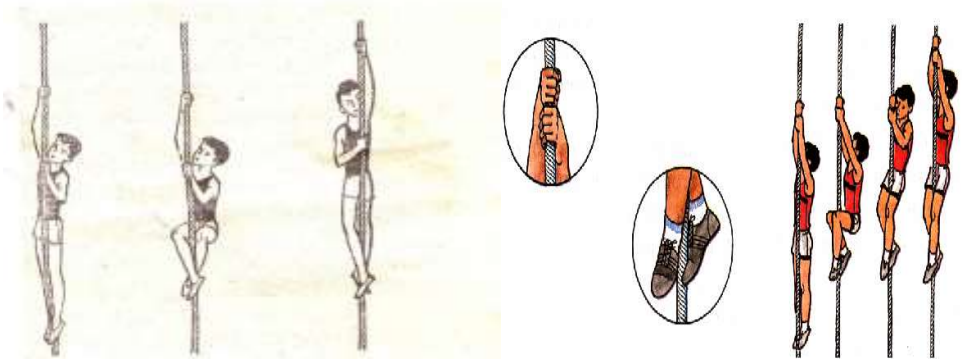
Сабақтың кезеңі/ уақыты	Мұғалімнің әрекеті	Оқушының әрекеті	Бағалау	Ресурстар
Басы	***I.*** **Мұғалім оқушылармен сәлемдеседі** **Мұғалім оқушыларды сабақ тақырыбымен, күтілетін нәтижелермен және сабақ мақсаттарымен таныстырады.** **Күтілетін нәтижелер** - гимнастика жаттығуларымен айналысу кезіндегі қауіпсіздік техникасын біледі. **- гимнастикалық жабдықтарды қолдану мен қозғалыс әрекеттерін орындаудағы қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді.** **-қарапайым қозғалыстар реттілігін орындай алады.** **-гимнастикалық жаттығулар реттілігін орындайды. Мұғалім Сіздер үшін денені қыздыру және қалпына келтіру нені білдіреді деп сұрақ қояды** II**. Мұғалім сабақтағы қауіпсіздік техникасын еске салады.** **ЖДЖ орындайды.(жүру, жүгіру, бір орында орындалатын жаттығулар)** **«ҒАРЫШКЕРЛЕР»** *Дайындық. Алаңның* бұрыштары мен жақтауларында «Ракетодром» деген 5-8 үлкен ұшбұрыштар сызылады. Әрбір ракетодромның ішінде 2-5 «Ракета» жолақшалары салынады. Ракеталардың жалпы саны 5-8 дана ойыншылар санынан аз болу керек. Ал қалған ойыншылар ойын алаңының ортасында шеңберде тұрады. *Бейнелеу.* Ойыншылар шеңбер бойынша қол ұстасып «Ғаламшарлар саяхатына, ракеталар тосады, қайсысын біз қалаймыз, соған барып қонады. Ойынның бір жұмбағын балақай тек есіне тоқ. Әрқашанда, әр кезде, кешіккенге орын жоқ» деп айқайлап жүреді. Осыдан сөздерден кейін барлығы ракетадромға жүгіріп, кез келген ракетаға орналасады. Орынсыз қалғандар ұстазға барады немесе залдың ортасына шегінеді. Кейін кешіккендермен қоса барлығы шеңберге жиналып ойынды қайта бастайды. *Ереже.* 1. Ойынды Оқытушы беретін белгі бойынша ғана бастау керек.	Оқушы өз жұбын табады Әдіс арқылы қайталау Сұрақ жауап орындайды	Қол шапалақ	Оқулық, суреттер, топқа бөлуге арналған кеспе қағаздар және әртүрлі заттар, топтық тапсырмалар

	2. «Кешіккенге орын жоқ» сөзі айтылысымен жүгіру керек. **Мұғалім дененің құрлысын жазуды ұсынады. Мұғалім оқушылармен бірге алдағы ауыр дене жүктемесіне ағзаны дайындау үшін түрлі бұлшық ет топтарын ширатып шынықтыру үшін көшбасшыны таңдайды.** *Денені ширатып шынықтырғаннан кейін мұғалім оқушыларға «смайликтер» стратегиясы бойынша жаттығудан кейінгі көңіл-күйді анықтауды ұсынады.* **Мұғалім сұрақ қояды:** - *сіз таңдаған көңіл-күйлеріңізді қалай түсіндіруші едіңіз?*			
Ортасы	Сынып командаға бөлінеді және гимнастика элементтері бар эстафета. **Мұғалімнің белгісі бойынша , гимнастикалық кілемшелерге өз қолдарында шарлармен бірге бірінші рет жүгіріп, рольді орындайды, алаң айналасында жүгіреді. Кері жолда сол сол аунауды орындап , келесі допқа ауысады** Дескриптор : - қауіпсіздік шараларын сақтайды; - аунау әдісін біледі; - Допты бірден құлатпаңыз; - жүгіру кезінде допты тастамаңыз - жаттығу кезінде сақтандыруды қолданады Саралау жүзеге асырылады: а) физиологиялық сипаттамаларға: - ұлдар жоғары жүктеме жасайды; - қыздар аз жұмыс істейді; б) физикалық қабілеттерге: - оқушылар өздерінің моторикасын кеңейту үшін күрделі жаттығулар жасай алады; - Неғұрлым қабілетті оқушылар кем мүмкіндіктері шектеулі оқушыларға қолдау көрсетеді. **Бағалау:** тапсырманы орындағаннан кейін мұғалім оқушыларға екі жұлдыз бір тілек арқылы бірін бірі бағалайды.	Тапсырманы орындайды әрі тексеріп отырады. Топтар бір-біріне ойын барысында байқаған, көрген екі жақсы орындаған жағын айтып, ұсыныс түрінде бір тілек айтады.	Смаликтер арқылы ҚБ өзін өзі бағалау ҚБ «Бағдаршам»	Гимнастикалық орындықтар, Гимнастикалық маттар(төсеніш), волейбол, баскетбол доптары, гимнастикалық таяқтар.

	Мұғалім сұрақ қояды: **Бірлескен жұмыс дағдыларын бақылап және оқушыларды бағалаймыз.** Эстафеталар үшін тағы қандай гимнастикалық жаттығулар ойлап табуға болады? Мұғалім, оқушыларды дұрыс жолға бағыттайды және қандай да бір қиыншылықтар мен тіл проблемалары туралы ескертулер жазып алады (спорт терминологиясы және т.б.) Мұғалім кейде оқушыларға ынталандырушы сұрақтар қойып, олардың қаншалықты тапсырманы орындаумен айналысып отырғанын тексереді. Қажетті жағдайда мұғалім келіспеушілік жағдайында мәселені дұрыс шешуге талпынады.		ҚБ «От шашу»	
Сабақтыңсоңы	Сабақтың соңында «Смайликтер» арқылы кері байланыс жүргізе отырып, «Біздің сынып керемет!» ұранымен сабағымызды қорытындылаймыз. **Кері байланыс** Біздің сынып керемет	Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына байланысты кері байланыс жасайды.		Рефлексия парағы

Бөлім				
Педагогтың аты-жөні	«Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович			
Күні				
Сынып 9	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны		
Сабақтың тақырыбы	Гимнастикалық снарядта жүйелі жаттығулар құру			
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме)	9.1.5.1 - кең ауқымдағы дене жаттығуларының түрлі тактикаларын, стратегияларын және композициялық идеяларын құру, талдау және салыстыра білу			
Сабақтың мақсаты	**Барлық оқушылар орындай алады:** Қауіпсіздік ережесін біледі. **Оқушылардың көпшілігі орындай алады:** Жаттығулардың көпшілігін орындай алады. **Оқушылардың кейбірі орындай алады:** Күрделі гимнастикалық жаттығуларды орындай алады.			
Бағалау критерииі	Гимнастикалық снарядтарда жаттығуларды орындайды Гимнастикалық жаттығулар жиынтығы туралы мағлұматтды жинақтайды Ерік-жігер қасиеттерін қалыптастыру, қимыл-қозғалыс, іскерлік дағдыларын дамытады.			
Сабақтың кезеңі/ уақыты	**Мұғалімнің әрекеті**	**Оқушының әрекеті**	**Бағалау**	**Ресурстар**

Басы	Сапқа тұрғызу, сәлемдесу, оқушыларды түгендеу. Жүру үстінде орындалатын жаттығулар, секіру үстіндегі, жүгіру үстіндегі жаттығулар, бір орында тұрып жасалатын жаттығулар орындатылады.Жалпы дамыту жаттығулары.	Оқушы өз жұбын табады Әдіс арқылы қайталау Сұрақ жауап орындайды	Қол шапалақ	Оқулық, суреттер, топқа бөлуге арналған кеспе қағаздар және әртүрлі заттар, топтық тапсырмалар
Ортасы	**Құралсыз жасалатын қарапайым жаттығулар.**Дененің жекелеген бөліктерінің қимылын дамыту.Қажеттілікке қарай жаттығуларды жеңілдетуге, күрделендіруге болады.Құралсыз жасалатын жаттығулар мойын бөлігінен басталып, қол мен иық, кеуде, аяқ бұлшық еттерімен аяқталады. Аяқ иық кеңдігінде,қол белде, мойынды оңға, солға айналдырамыз.Аяқ иық кеңдігінде,қолды алға,артқа айналдырамыз.Аяқ иық кеңдігінде, сол қолды белден тіреп,оң қолды жоғарыда солға қарай иеміз.Оң қолды белге қойып,сол қолды жоғары көтеріп, оңға қарай иеміз. Аяқ иық кеңдігінде, қолды кеуде тұстан бүгіп оңға,солға бұрыламыз. Қол алда, оң және сол аяқты тізені бүкпей жоғары сермеп қол ұшына тигіземіз. Аяқ иық кеңдігінде, қолды алға ұстап,аяқты тізеден бүгеміз **Құралсыз жасалатын қарапайым жаттығулар.** 1. Мойынға арналған жаттығулар. 2. Аяқ және қол жаттығулары. 3. Мойын,қол,аяқ бұлшықеттерне арналған жаттығулар.	гимнастика жаттығуларымен айналысу кезіндегі қауіпсіздік техникасын біледі. - гимнастикалық жабдықтарды қолдану мен қозғалыс әрекеттерін орындаудағы қиындықтар мен тәуекелдерді түсінеді. -қарапайым қозғалыстар реттілігін орындай алады.	Смаликтер арқылы ҚБ өзін өзі бағалау	Гимнастикалық орындықтар, Гимнастикалық маттар(төсеніш), волейбол, баскетбол доптары, гимнастикалық таяқтар.

	 **Аяқты алға-артқа сермеу техникасы.** 1.Сермеу денені алға жамбас-сан буындардағы иу арқылы және қолдың бұлшық еттерін қатайту арқылы орындалады. 2. Аяқты артқа сермеп өтіп, шапшаң жамбас-сан буынын түзеп, артқа жанына секіріп түсу. Сермеу соңында, аяғының екпінін азайтып, қолдарын, секіріп түсетін жақтағы сырғыға ауыстыру керек. **3.Сақтандыру**: жанында тұрып бүйірінен тіректік қол, бір қолмен жақын орналасқан қолының иығын, ал екіншісі — қозғалыста жамбас астында  **Орындалу техникасы. Қолды бүгіп асылып тұрып, аяқты алға бүгіп арқанды аяқпен айқастырып, балтырларын қосамыз. арқанды аяқпен қысып аламыз., сыртқы жағы бір табан аяқтары және ішкі жағы, сирақтың басқа (оң немесе сол) жағы тығыз арқанға жабысады. Аяғын жазып , бой көтере отырып, басып алып, арқанды аяқпен кезек-кезек алмастырамыз.). Бұдан әрі-әрекеттер қайталанады.** *Нені оқушы білу керек арқанмен өрмелегенде* 1. Өрмелеуді қолды бүгіп асылып тұрып бастау. 2. Арқанды аяқпен қатты қысып алу керек Нені жасай алу керек*?* 1. Қолды бүгіп асылып тұру және жай асылып тұру. Асылып тұрып аяқты бүгіп өзіне қарай көтеру. **Ойын түрі:** **«Қатарлар тартысы»**	-гимнастикалық жаттығулар реттілігін орындайды.	ҚБ «Бағдаршам» ҚБ «От шашу»	

	Екі команда бір-біріне қарама-қарсы қатар түзеп сапта тұрады.Екі қатардың ортасын бөле сызық жүргізеді.Белгі берілісімен екі команданың қарама-қарсы тұрған ойыншылары бір-бірінің қолынан ұстап тартып, сызықтан өз жағына өткізуге тырысады.Өз жағында көп ойыншы тартып шығарған қатар жеңіске жетеді.			
Сабақтыңсоңы	Сабақтың соңында «Смайликтер» арқылы кері байланыс жүргізе отырып, «Біздің сынып керемет!» ұранымен сабағымызды қорытындылаймыз. **Кері байланыс** Біздің сынып керемет	Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына байланысты кері байланыс жасайды.		Рефлексия парағы

Бөлім	

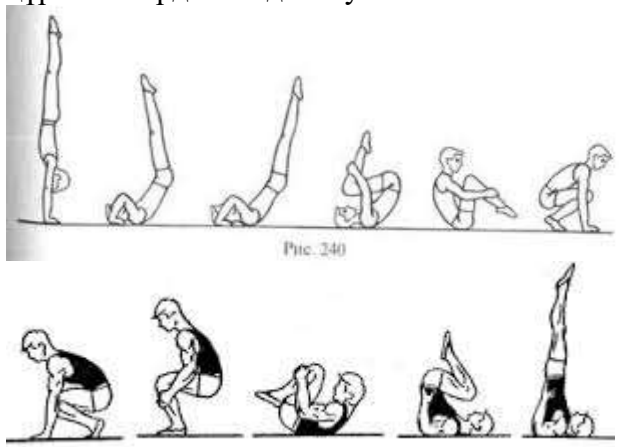
Педагогтың аты-жөні	«Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович			
Күні				
Сынып 9	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны		
Сабақтың тақырыбы	Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау			
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме)	9.2.2.1 - көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау			
Сабақтың мақсаты	**Оқушылар үйренеді:** Саптағы, қатардағы, қозғалыстағы жаттығуларды қайталау. (ұл) Арыста жаттығулар топтамасын бағалау. Көлденең қойылған үлкен ағашаттан аяқты ашып секіруді жетілдіру **Оқушылардың көбі үйренеді:** Барлық элементтерді кезегімен орындау **Кейбір оқушылар үйренеді:** Тепе-теңдікке арналған қиын жаттығуларды кезегімен орындау			
Бағалау критерииі	1. Қауіпсіздік ережесін ұстану 2. Гимнастикалық талаптарға сай тепе-теңдік жаттығуларды орындау			
Сабақтың кезеңі/ уақыты	**Мұғалімнің әрекеті**	**Оқушының әрекеті**	**Бағалау**	**Ресурстар**
Басы	Сапқа тұрғызу. Рапорт қабылдау. Сабақтың мақсатын түсіндіру. Саптағы жаттығулар: Оңға, солға айналып бұрылу. Жүру жаттығулары: - аяқтың ұшымен қол жоғарыда. - қол желкеде, өкшемен жүру. - қол белде табанның сыртымен жүру. - қол белде табанның ішімен жүру.	Қойылған сұраққа өз ойын айту, жауап беру.	Қол шапалақ	Тренинг жазылған парақшалар

	- отырып, жартылай отырып жүру. Назар аудару жаттығулары: - жүріс - жүгіріс Спорт жүрісі Жүгіру жаттығулары: - Түзу аяқты алға көтеріп жүгіру. - Түзу аяқты артқа лақтырып жүгіру. - Түзу аяқты жан – жаққа лақтырып жүгіру. - Он жағымен жүгіру - Сол жағымен жүгіру. - Теріс қарап жүгіру. Жалпы дамыту жаттығуларын бір орында жасау: - Ж. Б: Аяқтың ашып қол белде. 1 - 4 басты оң жаққа айналдыру. 1 - 4 басты сол жаққа айналдыру. - Ж. Б: Аяқтың ашып қол белде. 1, 2 денені оң жаққа бұру. 3, 4 денені сол жаққа бұру. - Ж. Б: Аяқты аласа ашып қол белде. 1 - оң аяққа еңкею. 2 - ортаға еңкею. 3 – сол аяққа еңкею. 4 – Ж. Б. - Ж. Б: Н. Т. 1 - 4: оң аяқта секіру. 1 - 4: сол аяқта секіру. 1 - 4: екі аяқта секіру. 2. Негізгі бөлім Оқушыларды саптағы гимнастикалық жаттығуларды бағалау: Бір орында. - Бір қатардан екі қатарға тұру. - Екі қатардан бір қатарға тұру.			

Ортасы	**Гимнастиканың екі түрі бар:** 1. **Негізгі гинастика** 2. **Спорттық элементтері бар гимнастика** **Негізгі гимнастика** **Сапқа тұру жаттығулары** **Жалпы бұлшық еттерді жетілдіретін жаттығулар** **Бой жазу жатты-ғулары** **Спорттық элементтері бар гимнастика** **Спорттық гимнастика** **көркем гимнастика** **спорттық акробатика** **Қауіпсіздік ережелері:** 1. Белгілі бір спорт жабдығында гимнастикалық жаттығуларды бірнеше оқушы бір мезгілде орындау кезінде жарақаттанып қалудан сақтану керек. 2. Секіру кезінде секірушінің екпіндей жүгіретін жолында және оның секіріп түсетін жерінде тұруға болмайды. 3. Спорт құралдарында секіргенде жерге міндетті түрде екі аяқпен тізені бүгіп түсу керек. 4. Акробатикалық және гимнастикалық құралдарда орындалатын жаттығуларды мұғалімнің рұқсатынсыз немесе команда берілмей бастауға болмайды.	Видеороликтан тақырыпқа сай берілген тапсырмаларды таладайды сұрақ жауапты орындайды Сұрақ жауап арқылы сұраққа жауап береді	Топ белсендісі анықталып, топ басшысы болып тағайындалуы ҚБ «Бағдаршам» ҚБ «От шашу»	Үлкен бос кеңістік. Волейбол добы, ысқырық, конустар.

	5. Гимнастикалық таяқшамен немесе секіртпемен жаттығу орындағанда, оларды жақын тұрған балаларға тигізіп алмауды қатты ескеру керек. 6. Мұғалімнің көмегінсіз күрделі жаттығуларды орындауға болмайды. 7. Қандай да бір жаттығуларды оырндағанда, әсіресе, доп ойнап жүргенде әріптесіңмен де, қарсыластарыңмен де өте әдепті, спайы қатынаста болу керек. Жағымсыз қылықтар спортшының беделін түсіреді. Акробатика –грек тілінен алынған. Қазақша аяқтың ұшымен жүру, биікке шығу деген ұғымды білдіреді. Акробатика – ежелден келе жатқан дене жаттығуларының бірі. Акробатиканы бұрын көбінесе көпшіліктің алдында цирк өнерін көрсететін артистер жиі пайдаланып келген болатын. Акробатикалық жаттығулар бойынша біздің республикамызда 1949 жылы алғаш рет арнайы жарыс өткізілді. Спорттық акробатика жаттығуларына алға, артқа домалау, арқанмен өрмелеу, жауырынға тұру, көпір жасау, қарлығаш бейнесі, тепе-теңдік сақтау жаттығулары жатады Ритмикалық гимнастика (лентамен) I. Жәй жүру, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру, «жыланша» жүру, жәй жүгіру, тыныс алу жаттығу. Бір саптан төрт сапқа бөліну. II. 1. Б.қ. қол төменде, аяқ алшақ. 1.-оңға қарап,мойынды созып, қолды оңға созады Скачать методички (классные уроки) для учителей по разным предметам: история, литература, физика. Как провести урок с учеником, вам поможет грамотно составленный план урока. Занятия по математике, литературе, физике, информатике, химии, психологии.			
Сабақтыңсоңы	Өткен тақырыпты бекіту мақсатында оқушылардан қалыптастырушы бағалауға тест тапсырмаларын беру. Құрал-жабдықтарды жинау. Бүгінгі сабақты қорытындылау. Соңында оқушылар рефлексия жүргізеді: -нені білдім, нені үйрендім. –нені толық түсінбедім. Үй тапсырмасы - дене қаблеттерін дамыту жаттығулары	Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына байланысты кері байланыс жасайды.		Рефлексия парағы

Бөлім		
Педагогтың аты-жөні	«Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович	
Күні		
Сынып 9	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны
Сабақтың тақырыбы	Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау	
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме)	9.2.2.1 - көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау	
Сабақтың мақсаты	**Оқушылар үйренеді:** Өздігінше тепе-теңдік жаттығуларын орындау **Оқушылардың көбі үйренеді:** Барлық элементтерді кезегімен орындау **Кейбір оқушылар үйренеді:** Тепе-теңдікке арналған қиын жаттығуларды кезегімен орындау	
Бағалау критерииі	Акробатикалық жаттығуларды орындайды	

Сабақтың кезеңі/ уақыты	Мұғалімнің әрекеті	Оқушының әрекеті	Бағалау	Ресурстар
Басы	Оқушыларды сапқа тұрғызу,сәлемдесу,рапорт беру. Сабақтың мақсатын түсіндіру . Бір орында: Оңға,солға,кері бұрылу. 2.Жүру:Қолды жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру. Қолды жанға созып өкшемен жүру.Жартылай отырып, толық отырып жүру. 3.Жүгіру: Еркін жүгіру, түзу аяқты көтеріп жүгіру ,аяқты артқа түзу жүгіру, екі жаққа аяқты көтеріп жүгіру.. Жүріске ауысып, тыныс алу жаттығуларын орындау. Бір орында жалпы дене шынықтыру жаттығуларын орындау.	Оқушы өз жұбын табады Әдіс арқылы қайталау Сұрақ жауап орындайды	Қол шапалақ	Тренинг жазылған парақшалар
Ортасы	Сыныпты бірнеше топтарға бөлу, топ көшбасшысын анықтау және еденде гимнастикалық элементтер құрастыру бойынша тапсырма беру (мысалы, аударылып түсу, бұрылу, домалау, тік тұру, тепе-теңдік және т.б.). Музыкалық сүйемелдеумен құрастырылған гимнастикалық жаттығуларды көрсету. Өзара бағалау және топтарды талдау үшін сандық бейне құрылғыларды пайдалану.  	Комбинацияларды орындау сәтінде дененің тепе-теңдігін сақтау маңыздылығын зерттеңіз. Барлығы бірнеше секунд бойы ұстап тұруға болатын жаттығулар комбинациясын орындап, бір аяқпен тепе-теңдікті сақтауға тырысады.	Смаликтер арқылы ҚБ өзін өзі бағалау ҚБ «От шашу»	Үлкен бос кеңістік. Гимнастикалық ағаш ат, көпірше, маттар. Гимнастикалық ағаш аттан секіру техникасын үйрену интернет ресурстарына сілтеме: https://www.youtube.com/watch?v=Bs13G1_olbM

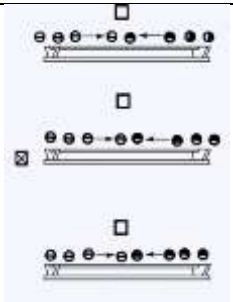
	Тепетеңдікті сақтап одан қолға тұру(көмекпенен), алға домалау, жауырынға тұру, артқа жартылыай шатқа отыру, тұрып көрірше жасау; көпіршеден оң,а не солға аударылып тұрып жаттығуды аяқтау. Оқушыларды саптағы гимнастикалық жаттығуларды бағалау: Бір орында. - Бір қатардан екі қатарға тұру. - Екі қатардан бір қатарға тұру. Жүрісте: - Бір колонадан ортадан екі колонамен жүру. - Бір колонадан ортадан үш колонамен жүру. - Бір колонадан ортадан төрт колонамен жүру. Содан соң екі, үш, төрт колонадан бір колонаға шығу. Алға, артқа домалауды жетілдіру: - Алға жинақталып домалау. - Артқа жинақталып домалау. - «Көпір» жасау Қозғалмалы ойын. «Қашпа доп»			
Сабақтыңсоңы	**«Сабақты қорытындылау»** **Мақсаты:** Қол жеткен нәтижелер туралы ойлану, өзіндік талдау жүргізуге дағдыландыру. **Сипаттама:** Өткен тақырып туралы талқылау үшін мұғалім мен оқушының біріккен іс-әрекеті. **Мұғалім әрекеті:** Сұрақ-жауап арқылы кері байланыс жүргізеді. Жақсы нәтижеге қол жеткізген оқушы мен капитанды атайды. Жетілдіру жаттығуларын ұсынады. **Оқушының әрекеті:** Қиын болған немесе жүзеге асыра алмаған мәселелер бойынша сұрақ қояды. «Команда капитаны» рөліндегі оймен бөліседі. Мұғалім сұрағына жауап береді. Өзінің жетістігі туралы айтады. **Бағалау:** Мұғалім оқушыларына «Рефлексиялық нысана» парақшасын таратып береді, оқушылар өзіндік бағалау арқылы парақшаларын толтырады.	Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына байланысты кері байланыс жасайды.		Рефлексия парағы

Бөлім	
Педагогтың аты-жөні	«Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович
Күні	
Сынып 9	Қатысушылар саны Қатыспағандар саны
Сабақтың тақырыбы	Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме)	9.2.2.1 - көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау
Сабақтың мақсаты	Гимнастикажаттығуларындағыкөшбасшылықдағдыларынжәнекомандадажұмыс істей біледі
Бағалау критерииі	- Өзгелердің шығармашылық қабілеттерін бағалайды және талдайды; - Ситуацияданшығужолдарынұсынаалады;

	Сабақ кезеңдері Уақыты	Мұғалімнің іс-әрекеті	Оқушының іс-әрекеті	**Бағалау**	**Ресурстар**
	Кіріспе 3 мин	Дайындық бөлімі: - Сапқа тұрғызу; - Рапорт қабылдап алу, амандасу; - Оқушылардың дайындықтарын тексеру; - Сабақтың міндеттерін жеткізу; - Шеңбер жасап тұру: **«Шеңбердегі жаттығу» әдісі** Жалпы дамыту жаттығулары:	Сапалы жылдам сапқа тұру. Пәрменді тиянақты тапсыру. Мұғалімнің айтқанын мұқият тындау.	Оқушы өз жұбын табады Сұрақ жауап орындайды	

	2 мин 5 мин	I.Б.қ.:Қол белде, аяқ иық деңгейінде Басты айналдыру 1-4 оң жақтан 1-4 сол жақтан II.Б.қ.:Қол иықта Иық буындарын айналдыру 1-4 алға 1-4 артқа III.Б.қ.:Қол белде Белді айналдыру 1-4 оң жақтан 1-4 сол жақтан IV.Б.қ.:Оң қол жоғарыда,сол қол белде Жанға иілу 1-2 солға 3-4 оңға V.Б.қ.:Қол алдында шыңтақтан бүгілген Қолдарды жазу 1-2 кеуде алдында 3-4 оң жақтан, сол жақтан VII.Б.қ.:Қол тізеде Тізені айналдыру 1-4 ішінен 1-4 сыртынан VIII.Б.қ.:Қол құлыпта Аяқтың ұшын айналдыру 1-2 оң аяқтың 3-4 сол аяқтың	Қауіпсіздік ережесі туралы қысқаша айтып өтеді. Өз ұсыныстарын білдіреді. Бір-бірінің пікіріне сыйластықпен қарайды. Оқушылар топқа бөлінеді. Оқушылар бірлесіп сабаққа мақсат қояды. Оқушылар білімдерін көрсетеді. Бірін-бірі тыңдайды.		

	25 мин	Бір уақытта бірнеше оқушы гимнастикалық снарядтарда ұсынылған рет бойынша жаттығуларды орындайды және шағын топтарда орындау техникасы бағаланады. **Ербалалар:** *Жаттығуларды кермеде орындау:* майысып және созылып қолды сілтеу және бұлғау; асылып тұрып бұрылып көтерілу және асылымға баяу түсу; асылып тұрып серпіліп, 90° бұрылып артқа секіру. *Жаттығуларды қоссырықта орындау:* атта отырып аяқтарды ашып алдыға аударылу; тіректе тұрып қолдарды серпу; екпінмен атқа отырып аяқтарды алшақ қою; тіректе шайқалып тұрып, бөренеге бетпен қарап, 90° бұрылып артқа секіру. **Қыздар:** *Жаттығуларды ағашта орындау:* тіректен секіру және жамбаспен атқа бұрылу. Атта жамбаспен отырып, айналып бұрылу және сол жамбаспен атқа отырып, аяқтарды алшақ қою. Көлденең тұрып, аяқты алдыға сермеп, айналу.бір тізеде тұрып «жартылау шпагат» жасау. Бір «қарлығаштағы» тепе-теңдік. Үш-төрт өткен жаттығулардан қисындар келтіру. *Әртүрлі биіктіктегі қоссырықтар*: қаданың жоғарғы жағында асылып тұрып, бетті сыртқа қаратып, бүгіліп асылу – төменгі қадада арқамен жатып асылу және бір қолмен асылып тұрып, көлденең жатып асылу. Жоғарғы қаданың біреуіне қол жеткізіп, төменгі қадада «жартылай шпагат» жасау. Төменгі қадада (екі аяқпен асылып, жоғарғы қадаға бетпен қарағаннан кейін) бұрышпен кері секіру «Тепе-теңдікті сақтар».	Жаттығуды дәл орындайды. Серіктесімен жұмыс жасау. . Оқушылар топпен жұмыс жасайды. Мұғалім топты бағалайды.	Смаликтер арқылы ҚБ өзін өзі бағалау **: «Бас бармақ» арқылы бағалайды** ҚБ «От шашу»	Оқу бағдарламасы,тақырыптық – күнтізбелік жоспар, кіші ат, көпірше (мостик), гимнастикалық төсеніштер (маты), гимнастикалық әр түрлі биіктіктегі қос – сырық.

		 Үш теріс бұрылған гимнастикалық орындықтарда (немесе бөренелерде) бір біріне қарама-қарсы екі команда тұрады. Шектеулі тірегіште тұрып, бір қолдарын арқасында ұстап, екінші қолдарымен бірін бірі тепе - теңдіктен шығаруға тырысады. Қатысушылардың бірі құлаған сәтте командаға бір ұпай беріледі. Ойын нұсқалары: жеңімпаз келесі қатысушымен күресуді жалғастырады, осылайша қарсыластар болғанша қайталана береді. **Ұпай саны көп команда жеңіске жетеді.**			
	5мин	Рефлексия « ПОПС» формуласы әдісі арқылы кері байланыс жасалады. «Менің ойымша бұл....» «Себебі мен оны былай түсіндірер едім...» «оны мен мына мысалдармен дәлелдей аламын....» «Осыған байланысты мен мынандай қортынды шешімге келдім....» Үйге тапсырма. Қарлығаш жасау, таңғы жаттығулар кешенің құрастыру.	Оқушылар оз пікірлерімен бөліседі. Оқушылар стикерді суреттерге жабыстырады.		

Бөлім		
Педагогтың аты-жөні	«Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович	
Күні		
Сынып 9	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны

Сабақтың тақырыбы	Топта гимнастика жаттығулар тізбегін құру және бағалау			
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме)	9.2.2.1 - көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді бағалау			
Сабақтың мақсаты	Барлық оқушылар қозғалыс кеңістігінде толық топ ретінде қауіпсіз жұмыс істеу			
Бағалау критерииі	Негізгіқимыл-қозғалысжаттығуларыныңбайланысынанықтайды.			
Сабақтың кезеңі/ уақыты	**Мұғалімнің әрекеті**	**Оқушының әрекеті**	**Бағалау**	**Ресурстар**
Басы	Сабақтың тақырыбын, мақсатын хабарлау. Қауіпсіздік ережесімен сабаққа дайындығын ескеру.Сапттық жаттығулары: түзулен, тіктен, оң-ға, сол-ға, ай-нал, адым-да, т.с.с. Арнайы жүру, жүгіру жаттығулары. Жалпы денені дамытуға арналған жаттығуларын орындату.Сапта тұру, сәлемдесу, кезекшінің баяндамасы, қауіпсіздік ережесімен сабаққа дайындығын ескеру	Қойылған сұраққа өз ойын айту, жауап беру.	Қол шапалақ	Тренинг жазылған парақшалар
Ортасы	**Негізгі бөлім** Сапқа тұрғызып оқушыларды әр станцияға бөлу, жаттығуларды айту, көрсету. әр станцияда бір оқушыдан шығарып көрсету Жаттығуларды мұғалімнің белгісімен бір уақытта бастау 1-ші станция: алға, артқа домалау, жауырынға тұру. 2-ші станция: арқанға шығу. 3-ші стансия: аттан аяқты бүге үстіне отырып секіру, жүгіріп келе қолды тіреп секіру. 4-ші станция: матыда баспен тұру, көпірше жасау.	тақырыпқа сай берілген тапсырмаларды таладайды сұрақ жауапты орындайды Сұрақ жауап арқылы сұраққа жауап береді Динамика мен кеңістіктегі айқын	Топ белсендісі анықталып, топ басшысы болып тағайындалуы ҚБ «Бағдаршам»	Мұғалімге ысқырық. Конустар. Бағалау криерийлері үшін негізгі қимыл қабілеттері ресурсын қарау.

	5-ші станция: гимнастикалық таяқпен жаттығу жасау, екі ұшынан ұстап алға- артқа еңкейу, жанға еңкейу, бір ұшын еденге тіреп алға еңкейу, екі ұшынан ұстап таяқтан алға-артқа аттау Қалған уақытта оқушыларға өздеріне ұнаған станцияда жаттығуларды еркін істету	өзгерістерді көрсететін жаңартпашыл және бір қалыпты реттіліктерды ойлап шығару. Топтық жұмысты сенімді жүргізіп, өз серіктестерімен бірлесіп жұмыс жасау	ҚБ «От шашу»	
Сабақтыңсоңы	Өткен тақырыпты бекіту мақсатында оқушылардан қалыптастырушы бағалауға тест тапсырмаларын беру. Құрал-жабдықтарды жинау. Бүгінгі сабақты қорытындылау. Соңында оқушылар рефлексия жүргізеді: -нені білдім, нені үйрендім. –нені толық түсінбедім. Үй тапсырмасы - дене қаблеттерін дамыту жаттығулары	Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына байланысты кері байланыс жасайды.		Рефлексия парағы

Бөлім		
Педагогтың аты-жөні	«Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович	
Күні		
Сынып 9	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны
Сабақтың тақырыбы	Халықаралық ойындар	

Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме)	9.2.7.1 - жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсетуді талдай білу			
Сабақтың мақсаты	Жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсетуді талқылау және бейімдей білу			
Бағалау критерии	Қазақтың ұлттық ойындары арқылы патриоттық сезімді оятып, әділдіктің әсерін ойын арқылы көрсетеді • Қазақтың ұлттық ойындарының түрлерін ажыратады және балама ұқсас ойындарды құрастырады • Қазақтың ұлттық ойындарының атауларын атайды және қандай физикалық қасиеттерді дамытатынын анықтайды			
Сабақтың кезеңі/ уақыты	**Мұғалімнің әрекеті**	**Оқушының әрекеті**	**Бағалау**	**Ресурстар**
Басы	Сәлемдесу,оқушылардың сабаққа дайындықтарын тексеру, жүрек қағысын(пульсін) тексеру. Сабақтың мақсатын түсіндіру Оқушыларды суреттер құрастыру арқылы топтарға бөлу. Әр топ өз беттерінше жалпы дене жаттығуын жасайды.	Оқушы өз жұбын табады Әдіс арқылы қайталау Сұрақ жауап орындайды	Қол шапалақ	Тренинг жазылған парақшалар
Ортасы	Топқа бөлу: I. Бастапқы қалып: қол ұстасып бір – біріне қарама – қарсы тұрады. 1. Қолды екі жаны арқылы жоғары кқтеру, сол аяқты артқа ұстау 2. Бастапқы қалыпқа келу. Екінші аяқпенен де осылай жасау II. Бастапқы қалып. Қолдарын төмен ұстап, бір – біріне арқаларын беріп тұрады. 1. Сол аяғын ұшымен жанға қояды, оң қолды жоғары көтеріп солға еңкейеді. 2. бастапқы қалыпқа келу. Екінші жаууа да осылай жасау.	Жаңа сөздерді тыңдайды, қайталайды Тапсырмаларды орындайды құрастыра алады «Қол жеткен нәтижелер туралы ойлану, өзіндік талдау жүргізуге дағдыландыру.	Смаликтер арқылы ҚБ өзін өзі бағалау ҚБ «Бағдаршам»	Волейбол доптары, волейбол торлары, бос ойын кеңістігі, мұғалімге арналған ысқырық

	III. Бастапқы қалып. Бір – бірінінң иықтарын ұстап, алға еңкейіп тұрады. 1. Алға қарай серіппелі түрде еңкею 2. Солға бұрылу. Екінші жаққа бұрылыс жасай, осылай істеу IV Бастапқы қалып қолдарын жоғары көтеріп ұстап, бір – біріне арқаларын беріп тұрады. 1. Сол аяқпен ілгері аттау, артқа шалқаю 2. Бастапқы қалыпқа келу, екінші аяқпен де осылай істеу V. Бастапқы қалып қолдарын шынтақтап іліп алып, бір – біріне арқаларын тигізу 1. Жартылай отыру 2. бастапқы қалыпқа келу VI. бастапқы қалып. Серіктерінің иығына қолды салып, бір – біріне қарама – қарсы тұрады. 1. Сол аяқты оңға солға қарай сілтеу 2. бастапқы қалыпқа келу. Екінші аяқпен де осылай істеу. VII. бастапқы қалып. Табандарын тіреп, аяқтарын алшақ қойып, бір біріне қарама қарсы отыру, оң қолдарымен ұстасады. 1. Біреуі алға еңкейсе, екіншісі шалқаяды 2. Бастапқы қалыпқа келу 3. Екінші жаққа еңкейіп шалқаю 4. Бұл да сондай, сол қолмен ұстайды. VIII. бастапқы қалып. Табандарын тіреп, аяқтарын тізеден бүгіп, қолдарын ұстасып еденде қарама – қарсы отырады. 1. Сол аяқты жоғары көтеоір созып ұстайды.	Сұрақ-жауап арқылы кері байланыс жүргізеді. Жақсы нәтижеге қол жеткізген оқушы мен капитанды атайды. Жетілдіру жаттығуларын ұсынады.	ҚБ «От шашу»	

	2. Бастапқы қалыпқа келу 3 – 4 оң аяқпен де осылай жасау IX. Бастапқы қалып. Аяқты алшақ ұстап, тіреліп жату. «Б» «А» - ның аяғынан өзінің белі деңгейінде ұстайды. 1. «А» қолын бүгеді, «Б» жартылай отырады. 2. бастапқы қалыпқа келу X. Бастапқы қалып. «А» тізерлеп отырып, сол қолын алда, оң қолын жоғары ұстайды. «Б» оған қарама – қарсы оң аяғын алға салып тұрады. 1 -2 артқа қарай шалқаю 3 – 4 бастапқы қалыпқа келу XI. Бастапқы қалып. Бір – біріне қарама - қарсы тұрып «Б» «А» аяғын ұстайды. 1- 3 оң аяқпен секірулер жасайды 4 – аяқтардың қалпын өзгерту. Екінші аяқпен де осылай жасау 2. Эстафеталық ойындар б/б 2 -3 топқа бөлініп жарысу 1. Б/б добын еденге ұрып жүгіру 2. Допты бір – біріне жоғарыдан беру 3. Допты түскенінше торға салу 4. Бір – біріне допты оң – сол жанынан беру 5. Қойылған заттар арасымен жүгіру 6. Допты бір – біріне төменнен беру 7. Допты бір жолдан торға салу 8. Допты аяққа қысып секіру 3. Екі жақты ойынды жетілдіру			

	2-3-4 топқа бөлініп, допты ұстау, оны беру, секіру, алып жүру және торға тастау әдістерімен, ережесімен Оқушылар «Сокыртеке» ойынын ойнайды. Оқушыларды үш топқа бөліңіз. Әрбір топта көзі байланған (соқыр теке) бір оқушы болады. Осы топтағы басқа ойыншылар белгілі бір аумақта олардың айналасына жиналады және көзі байланған ойыншыға қол тигізуге, бірақ оған ұсталып қалмауға тырысады. Егер оқушы «жүргізушіні» ұстап алса, жаңа «жүргізушіге» айналады. Содан кейін олар өздеріне қол тигізуден қорғау үшін пайдаланған тактиканы, ал «жүргізушілер» бос оқушыларды ұстап алу үшін пайдаланған тактиканы талқылайды **(** Оқушылар «Белбеусок» ойынын ойнайды. Сыныпты 5-6 оқушыдан топтарға бөліңіз және оларды радиусы шамамен 6-8 метр болатын шеңберге отырғызыңыз. Жүргізуші шеңберді айнала белбеумен жүреді және оны отырған оқушының артына қояды. Отырған оқушы тұрып, белбеуді қолына алып, шеңбер сыртындағы жүргізушіні қуа бастайды. Оқушылар жеңімпаз болу үшін белбеуі бар жүргізушіге қол тигізуі тиіс. Егер олар мұны жүргізуші бос орынға жеткенге дейін істей алмаса, онда олар жеңіледі. Қуғыннан соң оқушылар шеңбердегі әрбір оқушы «жүргізуші» болғанға дейін рөлдерімен ауысады. https://www.zharar.com/kz/national/602-oiyn.html Кері байланыс: оқушылар бір –бірінің жұмысына кері байланыс береді.			
Сабақтыңсоңы	Сабақты қортындылау мақсатында мұғалім оқушылармен кері байланыс орнатады.Оқушылар сабақ барысында нені білгенін, қалай жұмыс істегенін ,не қызықты әрі жеңіл болғанын, не киындық туғызғаны туралы ой-пікірлерін білдіру	Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына байланысты кері байланыс жасайды.		Рефлексия парағы

	Қызыл – менің түсінбеген сұрақтарым бар; Сары – алған ақпараттарымды әлі де қорытуым керек; Жасыл – маған хат жазу талаптары түсінікті болды.			

Бөлім		
Педагогтың аты-жөні	«Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович	
Күні		
Сынып 9	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны
Сабақтың тақырыбы	Халықаралық ойындар	
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме)	9.2.7.1 - жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсетуді талдай білу	
Сабақтың мақсаты	Әр-түрлі физикалық әрекеттерді пайдаланып, қазақтың ұлттық ойындарды ойнай алады	
Бағалау критерии	Халықаралық ұлттық ойындарын біледі Біріккен әрі тиімді жұмыс көрсетеді Ойын кезінде әр-түрлі физикалық әрекеттерде дағдыларды түсініп қолданады	

Сабақтың кезеңі/ уақыты	Мұғалімнің әрекеті	Оқушының әрекеті	Бағалау	Ресурстар
Басы	Оқушылармен сәлемдесу,бүгінгі сабақтың тақырыбымен және бағалау критериімен таныстыру.Сабақ барысындағы немесе дене жаттығуларын орындау кезіндегі қауіпсіздік ережелерімен таныстыру. **Ынтымақтастық атмосферасын қалыптастыруда, активити** «ақсерекпен көксерек» **ойынын ойнату.** **Жүгіріп орындалатын жаттығулар жиынтығы.** • бірінші топ құрал жабдықсыз орындалатын қарапайым жаттығулар кешенін құрады, сынып болып орындайды. (қол мен иық буындарына, мойынға және денеге, аяққа және жалпы денеге арналған); • екінші топ құрал жабдықпен орындалатын жаттығулар кешенін құрады, сыныпқа ұсынады (нығыздалған доппен, секіргішпен, гимнастикалық орындықта, гимнастикалық қабырғада). **Оқушылардан сұрау** - Әр түрлі бұлшық еттер топтарын жаттықтыратын жаттығуларды неліктен орындау қажет.(оқушылардың жауаптарын тыңдау, жауаптарына қарай бағалау)	Оқушы өз жұбын табады Әдіс арқылы қайталау Сұрақ жауап орындайды	Қол шапалақ	Тренинг жазылған парақшалар
Ортасы	**1-тапсырма** **Арқан тарту** — ұлттық ойын. Ойынды жазда көгалды алаңда, спорт залында өткізуге болады. 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 немесе сыныптың адам санына тең бөлінуге болады, ойыншылар бойларына қарай қатар түзеп тұрады. Ойын басқарушының берген командасы бойынша қатар түзеп сапта тұрған 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 шығады. Сызып қойған үш сызықтың ортасына арқандағы үш белгінің екі шеткісін дәл келтіріп керіп тұрады да, арқанның шеткі белгісінен бастап ұшына дейін ойыншылар қос қолдап ұстап тартып	Жаңа сөздерді тыңдайды, қайталайды Тапсырмаларды орындайды құрастыра алады Допты алып жүру,ереже сақтаумен өтеді -Допты тартып алу сәтінде қауіпсіздік ережесін сақтау және ережесін дұрыс орындайды	Смаликтер арқылы ҚБ өзін өзі бағалау ҚБ «Бағдаршам»	Әр әрекет үшін үлкен бос кеңістік. Ноутбуктар. Баскетбол ойынның мұғалімге ысқырық, смайликтар.

	тұрады. Содан соң ойын басқарушының берген командасы бойынша екі топ тартысқа түседі. Ойыншылардың мақсаты — тартысқа түскен екі топ бірін-бірі тартып, жердегі орталық сызықтан бұрын сүйретіп өткізіп әкету. Екі топтың қай жағы орталық сызықтан қарсы топты бұрын сүйреп өткізіп әкетсе, сол жағы ұтқан болады, жеңген жағы бәйгесін алады. Ойынды осы жоғарыдағы тәртіппен жүргізе беруге болады. Ойын қимыл бірлігін қалыптастырып, коллективтік іс-әрекетке тәрбиелейді. Адал ойындағы адамгершілік құндылықтары туралы шағын топтарда талқылау. Ойыншыларды қошеметтеу, сырттай бақылау, нәтижелерін есепке алып екі жұлдыз бір тілек айту **2-тапсырма** **«Бөрік жасырмақ»** ойынына қатынасушылар араларынан бір ойыншыны шығарып, алыстау жерге барып, бөрік немесе басқа бір белгілі затын жасыруға жібереді және өзі де сол маңайда жасырынуы керек. Қалған ойыншылар жасырған ойыншының тыққан затын іздеуге кіріседі. Кімде-кім тығылған бөрікті көріп қойып, алуға қам жасаса, онда иесі бермеуге тырысады. Бермеудің жағдайы екеуі бірдей бас салып бөрікке таласу емес, қай бұрын алғаны алады, ал көрген ойыншы ала алмай қалса, онда иесі қорып, бөрікке жібермеуге тырысады. Ал басқалардың қай-қайсысы болмасын, бөріктің иесіне қол тигізіп күш жұмсауына болмайды. Қайткенде де алдап жүріп алып, оны ойын жүргізушіге ертіп келулері керек. Келесі жолы бөрікті жасыруға бөрікті әкелген ойыншы барады да, ойын жалғаса береді **Сұрақ-жауап** Қандай қиындықтар болды? Шешу жолдары? Оқушыларды орындаған жаттығуларына қарай талдау және бағалау. Өзін-өзі бағалау парағы,		ҚБ «От шашу»	
Сабақтыңсоңы	Оқушылардың демін бір қалпқа келтіру, тыныс алу жаттығуы. **Формативті бағалау.** «Бас бармақ» әдісі. **Үйге тапсырма:** Жүппен жасалатын жаттығу түрін іздеп тауып немесе ойластырып келу.	Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына		Рефлексия парағы

	Бағалау: Мұғалім оқушыларды рефлексиялық суреттер арқылы сабақ деңгейін, оқушылардың өздерін қаншалықты көрсете алғандығын білу. Сапқа тұру. Сыныпқа қайту.	байланысты кері байланыс жасайды.		

Күні:	**Мұғалімнің есімі:** «Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович	
СЫНЫП: 9	**Қатысқандар саны:**	**Қатыспағандар саны:**
Сабақтың тақырыбы	**Халықаралық ойындар**	
Сабақ негізделген оқу мақсаты (мақсаттары)	9.2.3.1 - қолайлы оқып-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша бірқатар біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын бағалай білу	
Сабақтың мақсаты	Әр-түрлі физикалық әрекеттерді пайдаланып, қазақтың ұлттық ойындарды ойнай алады	
Бағалау критерийі	Қазақтың ұлттық ойындарын біледі Біріккен әрі тиімді жұмыс көрсетеді Ойын кезінде әр-түрлі физикалық әрекеттерде дағдыларды түсініп қолданады	

Тапсырмалар: Сабақ барысындағы мұғалім мен оқушының іс-әрекеті			
Тапсырмалар:	**Мұғалімнің іс-әрекеті**	**Оқушының іс-әрекеті**	**Ресурстар**
Оқушыларға психологиялық ахуал туғызу	Оқушылармен сәлемдесу,бүгінгі сабақтың тақырыбымен және бағалау критериімен таныстыру.Сабақ барысындағы немесе дене жаттығуларын орындау кезіндегі қауіпсіздік ережелерімен таныстыру. **Ынтымақтастық атмосферасын қалыптастыруда, активити** «ақсерекпен көксерек» **ойынын ойнату.** **Жүгіріп орындалатын жаттығулар жиынтығы.** • бірінші топ құрал жабдықсыз орындалатын қарапайым жаттығулар кешенін құрады, сынып болып орындайды. (қол мен иық буындарына, мойынға және денеге, аяққа және жалпы денеге арналған); • екінші топ құрал жабдықпен орындалатын жаттығулар кешенін құрады, сыныпқа ұсынады (нығыздалған доппен, секіргішпен, гимнастикалық орындықта, гимнастикалық қабырғада). **Оқушылардан сұрау** - Әр түрлі бұлшық еттер топтарын жаттықтыратын жаттығуларды неліктен орындау қажет.(оқушылардың жауаптарын тыңдау, жауаптарына қарай бағалау)	Сабаққа қызығушылығы артады,көңіл күйлері жақсарады Оқушылар суреттер бойынша екі топқа бөлінеді. Кезекші бүгінгі күн туралы есеп береді	суреттер
Ортасы	**1-тапсырма** **Арқан тарту** — ұлттық ойын. Ойынды жазда көгалды алаңда, спорт залында өткізуге болады. 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.	Сұрақтарға жауап береді,кезек-кезек тақтаға шығып жұлдызшаларын іледі, жаңа сабақтың тақырыбын болжайды	Әрбір әрекет түріне арналған үлкен, бос кеңістік. Мұғалімге арналған

	Ойынға қатынасушылар тең екі топқа бөлінеді. Олардың саны 10—12 адам немесе сыныптың адам санына тең бөлінуге болады, ойыншылар бойларына қарай қатар түзеп тұрады. Ойын басқарушының берген 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 шығады. Сызып қойған үш сызықтың ортасына арқандағы үш белгінің екі шеткісін дәл келтіріп керіп тұрады да, арқанның шеткі белгісінен бастап ұшына дейін ойыншылар қос қолдап ұстап тартып тұрады. Содан соң ойын басқарушының берген командасы бойынша екі топ тартысқа түседі. Ойыншылардың мақсаты — тартысқа түскен екі топ бірін-бірі тартып, жердегі орталық сызықтан бұрын сүйретіп өткізіп әкету. Екі топтың қай жағы орталық сызықтан қарсы топты бұрын сүйреп өткізіп әкетсе, сол жағы ұтқан болады, жеңген жағы бәйгесін алады. Ойынды осы жоғарыдағы тәртіппен жүргізе беруге болады. Ойын қимыл бірлігін қалыптастырып, коллективтік іс-әрекетке тәрбиелейді. Адал ойындағы адамгершілік құндылықтары туралы шағын топтарда талқылау. Ойыншыларды қошеметтеу, сырттай бақылау, нәтижелерін есепке алып екі жұлдыз бір тілек айту **2-тапсырма** **«Бөрік жасырмақ»** ойынына қатынасушылар араларынан бір ойыншыны шығарып, алыстау жерге барып, бөрік немесе басқа бір белгілі затын жасыруға жібереді және өзі де сол маңайда жасырынуы керек. Қалған ойыншылар жасырған ойыншының тыққан затын іздеуге кіріседі. Кімде-кім тығылған бөрікті көріп қойып, алуға қам жасаса, онда иесі бермеуге тырысады. Бермеудің жағдайы екеуі бірдей бас салып бөрікке таласу емес, қай бұрын алғаны алады, ал көрген ойыншы ала алмай қалса, онда иесі қорып, бөрікке жібермеуге тырысады. Ал		ысқырғыш. Кубиктер, арқан, гимнастикалық таяқтар.

	басқалардың қай-қайсысы болмасын, бөріктің иесіне қол тигізіп күш жұмсауына болмайды. Қайткенде де алдап жүріп алып, оны ойын жүргізушіге ертіп келулері керек. Келесі жолы бөрікті жасыруға бөрікті әкелген ойыншы барады да, ойын жалғаса береді **Сұрақ-жауап** Қандай қиындықтар болды? Шешу жолдары? Оқушыларды орындаған жаттығуларына қарай талдау және бағалау. Өзін-өзі бағалау парағы,		
. Бағалау	Формативті бағалау. Оқушыларды әр тапсырмадан кейін қалыптастырушы бағамен бағалап отырады. 1. «Қол шапалақтау» 2. «Бағдаршам» 3. «Парталас көршіңе арнап бір тілек таңда» 4. « "Қолмен белгі беру" әдістері бойынша бағалайды.	Оқушылар әр тапсырмадан кейін бір-бірін қалыптастырушы бағамен бағалап отырады. Сабақ соңында өз-өздерін бағалайды	«Қол шапалақтау», Бағдаршам», «Парталас көршіңе арнап бір тілек таңда» «Шоқ жұлдыз», "Қолмен белгі беру"
.Рефлексия	**Рефлексия:** Мұғалім қортындылап, рефлексия жүргізеді. Оқушыларға сабақ жайында өз ойларын айтуды ұсынады.	Оқушылар сабақтан алған әсерлерін қайықтарын суға жіберу арқылы білдіреді.	"Білім теңізі" әдісі

	Мұғалім үйге тапсырма береді: шаңғы спортының терминдерін біліп алу. Таң ертеңгілік жаттығу, пресс, таянып жатып еденнен итерілу, кермеден тартылу.		

Бөлім				
Педагогтың аты-жөні	«Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович			
Күні				
Сынып 9	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны		
Сабақтың тақырыбы	**Халықаралық ойындар**			
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме)	9.2.3.1 - қолайлы оқып-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша бірқатар біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын бағалай білу			
Сабақтың мақсаты	Оқушылар өзін-өзі көрсетуді, ішкі бақылауды, үйлесім мен батыл, ашық, білімқұмар және көреген болу қабілеттерін дамыта алады. Ойындар балаларға осы қасиеттерді алуға көмектеседі. Оқушылар жүру амалдарын біледі , алдын ала дене,саусақ,көз жаттығуларын жасай алады.			
Бағалау критерииі	Ойын ережелерін біледі және түсінеді Ойын барысында ұлттық ойындар ережелерін көрсетеді және түсіндіреді			
Сабақтың кезеңі/ уақыты	**Мұғалімнің әрекеті**	**Оқушының әрекеті**	**Бағалау**	**Ресурстар**
Басы	Оқушыларды қатарға тұрғызу сәлемдесу, сабақ мақсаттарымен таныстыру. Орында (оңға,солға, кері) бұрылу. Оқушылардың жүрек соғысын көтеру	Оқушы өз жұбын табады	Қол шапалақ	Тренинг жазылған парақшалар

	үшін қолды жоғары көтеріп аяқ ұшымен, қолды белге қойып өкшемен жүру, алаң шетімен жүгіру және әнмен дене қыздыру жаттығуларын жасау. **Сергіту сәті:** Тұрғын, үй, жер сілкінісі. Оқушылар екі-екіден қол ұстасып тұрады. Үшіншісі оқушы екі кісінің ортасында тұрады: 1.Жүргізуші **«тұрғын»** дегенде, ортадағы кісілер орнын ауыстырады. 2. **«Үй»** дегенде, қол ұстасқан кісілер ауысады. 3.**«Жер сілкінісі»** дегенде, барлығы ауысады**.(мадақтау арқылы бағалау)**	Әдіс арқылы қайталау Сұрақ жауап орындайды		
Ортасы	1 2-тапсырма: – **«Жаяу көкпар»** — ұлттық ойын. Бұл ойын спорт залда, жазды күні, кең жазықта ойналады. Ойын өтетін жердің ұзындығы 50—60 метр, көлденеңі 25—30 метрден кем болмайды. Сол жазық алаңның бір шетіне шағын авто көліктін дөңгелегін қоямыз. Алаңның екінші шетінен де шағын авто көліктін дөңгелегін қоямыз.Бұны **«Қазандық»** деп атайды. Ортадан сызық сызылады. Ойынға қатынасушылар екі топқа бөлінеді де сол ортадағы сызықта сан құрып тұрады. Ойынды төреші ысқырық арқылы бастайды. Көкпарға салмағы **3(үш) кг** доп қолданамыз. Төрешінің берген ысқырығы бойынша ойын басталады. Екі топтың ойыншысы ортада жатқан **3(үш) кг** допқа (яғни көкпарға) қарай жүгіріп кім бірінші жеткен топ өзерінің ойыншыларымен бірігіп қарсы топтын қазандығына салу керек. Топтың қалған ойыншылары оған көмекке келеді. Ал қарсы топ,қорғанып салдырмауға тартып алуға тырысады. Көкпармен бірге алда жүгіріп бара жатқан ойыншы мәре сызығына қарай жақындайды. Қай топ көкпарды қазандыққа бірінші тастаса сол топ бір ұпай алады да ойын төреші арқылы көкпарды ортадан бастайды.Ойыншысы бірінші болып көкпарды жеткізген топ жеңімпаз атанады. Қызу тартыс басталады. Ойынға қатысушылар айла-амал қолданып, алаңның ішінде бұлтарып қаша жүріп, өз тобының**«Қазандыққа»** бұрын әкелуін қарастырады. Бірақ белгіленген межелі жерден шығуға болмайды Егер белгіленген межелі жерден шықса, көкпар ортаға жеткізіледі , көкпарға	тақырыпқа сай берілген түсініктерді дамыту арқылы, тапсырмаларды орындайды ойын ережесін көрсетеді Оқушылар топтық тапсырмалардың әр түрлі жағдайда негізгі қозғалыс дағдыларын талқылай отырып орта көрсте отырып түсіндіреді. ұлттық ойындардар туралы өз ойларын жеткіздеді , асық, еңкею тақтайлары,	Смаликтер арқылы ҚБ өзін өзі бағалау ҚБ «Бағдаршам» ҚБ «От шашу»	Әрбір әрекет түріне арналған үлкен, бос кеңістік. Мұғалімге арналған ысқырғыш, әр түрлі ұзындықтағы арқандар, шарттарын белгілейтін кеглилер.

	таласу төреші арқылы басталады.Ойынға допты да пайдалануға болады. **(бірін-бірі бағалау)** **Сіздің міндетіңіз:** жүгіріп бара жатып допты қазандыққа салу.Ойын қызметі барысында оқушылар «көкпарды» ұстап алу бойынша стратегия мен тәсілдерді қолдану қажет. **Тиым салынады:** қатысушыны ұруға, арқасынан итеруге, бір біріне деген басқыншылық әрекетті қолдануға. Топ бір ұпай алады. Қарсылас топ қарсыластардың жолын жауып, қарсылас топтың «қазандыққа» өтуге мүмкіндік бермей кедергілер құрастыруы қажет. Адал ойындағы адамгершілік құндылықтары туралы шағын топтарда талқылау. **Жіктеу:** доппен жұпта ойнау, қолдарынан ұстасып, алаң бойынша қозғалу қажет. Жұптың мақсаты – «көкпарды» «қазандыққа»салу,лақтыру. **Сұраңыз:** Қай әдіс-тәсіл бір-бірімен жақсы үйлеседі? Ойыншының арасынан дұрыс өтуді қалай орындау керек? Оқушылар ұсынылған жаттығу өрнектерін топтарда талқылау және талдау мен баға беру. **(екі жұлдыз бір тілек)**	құрсау, пластмасса доптар, қоржын ,тоғызқұмалақ, атсырау, тұздық, отау жеті тас,қақпа доп(гольф),сақина салу,ақ сүйек , жеті тас,		
Сабақтыңсоңы	**Кері байланыс:**«Тастарды жина» сабақтың басында мұғалім оқушыларға екі-үш тастан таратады. Сабақтың соңында мұғалім оқушылардан қолдарыңдағы тасты кімге бергісі келетінін сұрайды. Оқушылар қолындағы тасты өдерінің ойынша сабақта белсенділік танытқан оқушыларға табыстайды. Оқушылар өздерінің жасаған таңдауларын дәлелдейді. **Мұғалім:** Оқушылардың алынған тастарына қарай бағалайды.	Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына байланысты кері байланыс жасайды.		Рефлексия парағы

Күні:	**Мұғалімнің аты-жөні:** «Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович
Сынып: 9	
Сабақтың тақырыбы	Зияткерлік ойындар
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме)	9.2.6.61 - жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу
Сабақтың мақсаттары	• Жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсетеді және түсінеді • Қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтайды • Басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындайды
Бағалау критерийлері	• Жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастыққа жататын мінез-құлық көрсетеді және түсіне алады • Қолайлы оқу ортасын қалыптастыру бойынша, біріккен әрі тиімді жұмыс дағдыларын түсіну және анықтай біледі • Басқа адамдардың дене жаттығуларының тәжірибелерін байытуға арналған дағдыларды білу және орындай алады

Жоспар

Жоспарланатын уақыт	**Жоспар бойынша орындалуы тиіс іс-әрекеттер**	**Оқушының әрекеті**	**Дереккөздер**
Сабақтың басы	1.Ұйымдастыру кезеңі: - сапқа тұру,сәлемдесу; - сабақтың оқу мақсатын, сабақтың мақсатын және жетістік критерийін түсіндіріп мәлімдеу; **Тапсырма** **1.Қазақтың ұлттық ойындарының түрлерін ажыратыңыз.** 	Оқушы өз жұбын табады Әдіс арқылы қайталау Сұрақ жауап орындайды	Әр б тапсырмаға үлкен, бо кеңістік.

	 2. Ұлттық ойындарға қазіргі заманауи **құралдармен балама ойын құрастырыңыз.** **Жарыс кезінде әділ ойнау, патриотизм және ынтымақтастық туралы ақпаратты талқылаңыз.** **Дескриптор** *Білімалушы* - ұлттықойынтүрлерінажыратады; - қазіргізаманауиқұралдарменбаламаойынқұрастырады; - жарыс кезінде әділ ойнауды, өз тобының жеңуіне патриоттық қолдау көрсетуді және ынтамақтастыққа шақыру туралы ақпаратты талқылайды.		

Сабақтың ортасы	**«Жаяу көкпар» ойынын ойнаңыз.** **Берілген ойынның орындалуының тиімді жолдарын топта талқылаңыз.** **Дескриптор** *Білімалушы* - «Жаяукөкпар» ойынынойнайды; - ойынныңшартынорындайды; ойынныңтиімдіжолдарынтоптаталқылайды; - өзіалғанақпараттыбасқаларғажеткізеді. **«Қызыл ту» ойынын ойнаңыз.** **Денежаттығуларыныңбасқатүрінұсыныңызжәнеойнауәдісінқұрастырыңыз.** **Дескриптор** *Білімалушы* - «Қызыл ту»ойынынойнайды; - денежаттығуларыныңбасқатүрінұсынады; - ойынныңәдісінқұрастырады.	. Жаңа анықтамаларды ережелердіі тыңдайды, қайталайды, арнайы тапсырмаларды орындайды - Өз жолымен жүгіреді. - Ережені бұзбай жылдам жүгіріп өтеді. - Жарыс кезінде жылдам қозғалады	Ойынға арналған үлкен алаң «
Сабақтың соңы	**Кері байланыс:** *«Бес саусақ» әдісі арқылы бүгінгі сабақтан алған әсерлері туралы айталы.* **Үй тапсырмасы**: 5-тапсырма 53 бет.	Қима қағаздан гүлдің суретін жинау арқылы 3 топ құрылады.	стикер

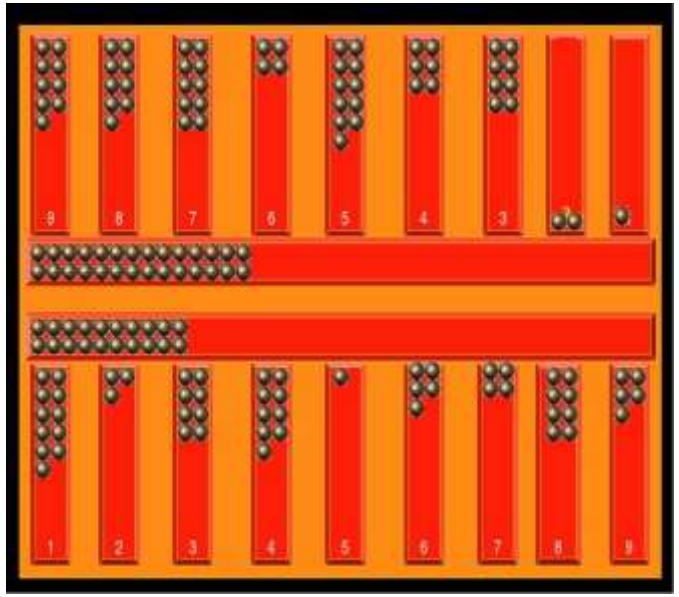
Бөлім		
Педагогтың аты-жөні	«Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович	
Күні		
Сынып 9	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны

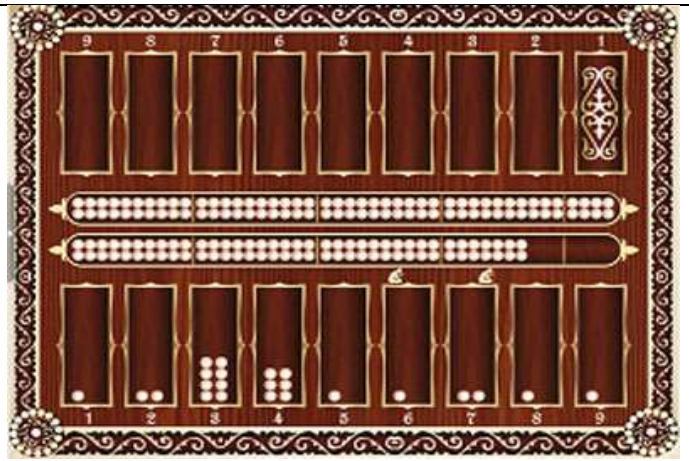
Сабақтың тақырыбы	Зияткерлік ойындар			
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме)	9.2.6.61 - жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу			
Сабақтың мақсаты	Барлық оқушылар қозғалыс кеңістігінде толық топ ретінде қауіпсіз жұмыс істеу.			
Бағалау критерииі	Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығуларының байланысын анықтайды.			
Сабақтың кезеңі/ уақыты	**Мұғалімнің әрекеті**	**Оқушының әрекеті**	**Бағалау**	**Ресурстар**
Басы	Оқушыларды шаңғы және коньки құралдарымен жабдықтау Сапқа тұрғызу,сәлемдесу,рапорт беру. Сабақтың мақсатын түсіндіру .Оқушыларды Қауіпсіздік техникасымен таныстыру. Спорт алаңында шаңғы ізімен айналып денелерін қыздыру таяқсыз, таяқпен Жұп мүшелері бір-біріне түзету кері байланыстарын беріп, жақсы жасауға ынталадырады.	Оқушы өз жұбын табады Әдіс арқылы қайталау Сұрақ жауап орындайды	Қол шапалақ	Тренинг жазылған парақшалар
Ортасы	**Қауіпсіздік ережесі.** **Арнайы дайындық жаттығулары** Оқушылар топтарға бөлініп, дайындық жаттығуларын конькиде тұрып орындайды: 1. Еркін жүру: толық тоқтағанға дейін параллельді қойылған конькимен жылжу. 2. Еркін жүгіру: отырып параллельді қойылған конькимен жылжу. 3. Еркін жүру: толық тоқтағанға дейін оң аяқтағы конькимен жылжу. 4. Еркін жүгіру: толық тоқтағанға дейін сол аяқтағы конькимен жылжу. 5. Сол аяқпен итеруді орындау арқылы оң аяқтағы конькимен жылжу. 6. Оң аяқпен итеруді орындау арқылы сол аяқтағы конькимен жылжу.	Слайдта берілген сұрақ жауапты орындайды Сұрақ жауап арқылы сұраққа жауап береді, логикалық ойлай білуі мен сыни көзқарасы таныта	Смаликтер арқылы ҚБ өзін өзі бағалау ҚБ «Бағдаршам» ҚБ «От шашу»	Әр бір іс-әрекет үшін үлкен бос кеңістік. Баскетбол доптары. Конустар.

	7. Еркін жүгіру: екі конькимен кезекпен кезек қозғалу, аяқтарды екі жаққа жіберу және қосу. 8. Еркін жүгіру: зигзаг тәріздес қозғалысты орындау арқылы екі конькимен қозғалу. Ширату және қалпына келу техникаларының маңыздылығын талдаңыз. Тамыр соғысын ұлғайтатын жаттығуларға қатысты идеяларды талдаңыз және бөлісіңіз. Тыныштық күйіндегі тамыр соғысын өлшеңіз және оны жазып алыңыз. Жылдам музыкамен бірге ширату жаттығуын орындаңыз (5 минут тоқтаусыз). Осыдан кейін өзіңіздің жұмыс тамыр соғысыңызды өлшеңіз. Екі минуттан кейін қалпына келу кезеңіндегі тамыр соғысын өлшеңіз.	білу дағдылары қалыптасады		
Сабақтыңсоңы	Кері байланыс: Бүгінгі сабақта болған көңіл – күйді бас бармақ арқылы бағалаймын. Рефлексия: БББ кестесін пайдаланамын Білемін Білдім Білгім келеді	Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына байланысты кері байланыс жасайды.		Рефлексия парағы

Бөлім		
Педагогтың аты-жөні	«Балдәурен» РОСО филиалы Оралбаев Берік Сәбденбекович	
Күні		
Сынып 9	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны
Сабақтың тақырыбы	Зияткерлік ойындар	

Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтеме)	9.2.6.61 - жарыс іс-әрекеттерін және төрелік ету ережелерін бағалау және талдай білу			
Сабақтың мақсаты	1. Оқушылардың тоғызқұмалақ туралы білімін тереңдету 2. Техникалық-тактикалық әдіс-тәсілдерді жетілдіру 3. Зияткерлік ойындар арқылы оқушылардың оңтайлы қарым-қатынас және көшбасшылық дағдыларын дамыту			
Бағалау критерииі	1. Оқушылар мұғалімнің қауіпсіздік ережесіне байланысты нұсқауды тыңдайды. 2. Оқушылар ұлттық ойындар сабағында әр-түрлі қимыл әрекетке байланысты дұрыс денені қыздыра біледі. 3.Оқушылар сабақ барысында өзін-өзі сақтауды және өзгені сақтандыруды біледі. 4. Оқушылар ұлттық ойындарда әділ болу және бұл ойындарда адамгершілік құндылықтарды көрсету			
Сабақтың кезеңі/ уақыты	**Мұғалімнің әрекеті**	**Оқушының әрекеті**	**Бағалау**	**Ресурстар**
Басы	Оқушыларды сапқа тұрғызу, сәлемдесу. Оқушылардың қалай сезініп тұрғандарына аса мән беру. Киім киістеріне көңіл аудару. Сабаққа қаншалықты дайын болуларына көз жеткізу. Бүгінгі сабақ мақсатымен таныстыру. Сабаққа зейіндерін аударуларына байланысты сұрақтар қою *(миға шабуыл).* Екі топқа бөлу, денені қыздыру жаттығуларын орындау. Шеңбер жасап тұру:мойын бұлшық еттерінен бастап жаттығу жасау. Иық, қол, аяқ буындарына жаттығу жасау. Еденнен созылу жаттығулары. Спорт зал бойынша айнала жүгіру жаттығуларын орындау:	Оқушы өз жұбын табады Әдіс арқылы қайталау Сұрақ жауап орындайды	Қол шапалақ	Тренинг жазылған парақшалар
Ортасы	**«Тоғызқұмалақ»** ойынының негізгі тактикалық әдістерін талқылаңыздар. Ойын біткеннен кейін оқушылар өз ойындарын жақсарту үшін қолданылған әдістер мен стратегияларды талқылайды.	тақырыпқа сай берілген түсініктерді дамыту арқылы,	Смаликтер арқылы ҚБ өзін өзі бағалау	Әрбір әрекет түріне арналған

	Тұздық алу». Егер жүріс жүрілгеннен кейін тесіктердің бірінде үш тас қалса, бұл тесік «тұздық» деп аталады. Кейін осы тұздыққа түскен әрбір тас тұздығы бар ойыншының қазанына жинақталады, бірақ ойыншы 9-шы, сол секілді қарсыласы бірінші болып тұздық алған тесіктен қазан жинай алмайды.  **(П, Э) «Атсырау».** Егер жүрістен соң ойыншылардың бірінің барлық тесіктері бос болса, ол «атсыз қалу» деген жағдайда болады. Бұл жағдайда ол жүріс алмайды да, жаяу қалады.	тапсырмаларды орындайды ойын ережесін көрсетеді Оқушылар топтық тапсырмалардың әр түрлі жағдайда негізгі қозғалыс дағдыларын талқылай отырып орта көрсте отырып түсіндіреді. ұлттық ойындардар туралы өз ойларын жеткіздеді , асық, еңкею тақтайлары, құрсау, пластмасса доптар, қоржын ,тоғызқұмалақ, атсырау, тұздық, отау жеті тас,қақпа доп(гольф),сақина салу,ақ сүйек , жеті тас,	ҚБ «Бағдаршам» ҚБ «От шашу»	үлкен, бос кеңістік. Мұғалімге арналған ысқырғыш, әр түрлі ұзындықтағы арқандар, шарттарын белгілейтін кеглилер.

	 **Жетістік критерилері:** 1. Оқушылар мұғалімнің қауіпсіздік ережесіне байланысты нұсқауды тыңдайды. 2. Оқушылар ұлттық ойындар сабағында әр-түрлі қимыл әрекетке байланысты дұрыс денені қыздыра біледі. 3.Оқушылар сабақ барысында өзін-өзі сақтауды және өзгені сақтандыруды біледі. 4. Оқушылар ұлттық ойындарда әділ болу және бұл ойындарда адамгершілік құндылықтарды көрсету			
Сабақтыңсоңы	**Кері байланыс:**«Тастарды жина» сабақтың басында мұғалім оқушыларға екі-үш тастан таратады. Сабақтың соңында мұғалім оқушылардан қолдарыңдағы тасты кімге бергісі келетінін сұрайды. Оқушылар қолындағы тасты өдерінің ойынша сабақта белсенділік танытқан оқушыларға табыстайды. Оқушылар өздерінің жасаған таңдауларын дәлелдейді. **Мұғалім:** Оқушылардың алынған тастарына қарай бағалайды.	Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына байланысты кері байланыс жасайды.		Рефлексия парағы