Тексерілді:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |
| --- | --- |
| **3-бөлім.  Гимнастика арқылы денені басқару дағдылары** | **Мектеп:** *«Ә. Байсалбаев атындағы орта мектеп мектепке дейінгі шағын орталықпен» кмм* |
| **Күні: 15.11.2019 ж.** | **Мұғалімнің аты-жөні:** *Миллионова Дана Ерлановна* |
| Класс: 9 «А», 9 «Ә», 9 «Б» | Қатысушылардың саны: | Қатыспағандардың саны: |
| **Сабақтың тақарыбы** | Акробатикалық элементтердің жиынтығын құру |
| **Осы сабақ арқылы іске асатын оқыту мақсаттары.** | 9.1.2.1 қимыл-қозғалыс комбинацияларын және олардың кейбір дене жаттығуларындағы реттілігін жеткілікті техникалық деңгейде негіздеу және қолдана білу |
| **Сабақ мақсаты:**  | Акробатикалық комбинацияларды орындай алады.  |
| **Бағалау критерилері** | 1. Оқушылар акробатикалық жаттығулардың комбинациясын орындай алады және көрсете алады.  |
| **Тілдік мақсаттары:** | *Оқушылар:*Жеке, жұптық, топтық гимнастикалық жаттығуларын, композициялық элементтер тапсырмаларын талқылайды және көрсетеді.***Пәндік лексика және терминология.****Мыналарды қамтиды:** Тепе-теңдік, кеңістікте секіру, ауырлық
* көлбеу, созылу, иілу
* итерілу, жерге қону, секіру, тіреліп секіру, жанына қарай аударылып түсу
* кіру, шығу, бастапқы позиция, соңғы позиция

гимнастикалық снарядтар: шведтік қабырға, секірме, гимнастикалық керме, гимнастикалық ағаш ат, гимнастикалық кіші ағаш ат, гимнастикалық орындықтар, төсеніш. |
| **Құндылықтыр** | ***Денсаулық:*** гимнастикалық жаттығулар адамның ағзасына жақсы әсер етеді. ***Жауапкершілік:*** Акробатикалық жаттығуларды немесе комбинацияларды орындау барысында өздігінше, сенімді түрде орындау.***Әділдік:*** Берілген тапсырманы орындау барысында өзін және басқа оқушыларды дұрыс бағалайды.  |
| **Ұсынылатын алдын ала білімдер** | Оқушылар өткен сыныптағы дене шынықтыру сабақтары мен сабақтан тыс уақытта алған гимнастикалық жаттығу дағдылары мен білімдеріне ие. |
| **Жоспар** |
| **Сабақтың кезеңдері**  | **Сабақтағы жоспарланған іс-әрекет**  | **Ресурстар** |
| Басы0-2 минут5-8 минутСабақтың ортасы15-17 минут10 минут | Ұйымдастырушылық кезең. Oқушылapды сапқа тұpғызу сәлeмдeсу, түгeндeу.Оқушылармен бірге оқу мақсатына сәйкес бағалау критериін анықтау. Қозғалмалы ойын. Әр бұрыштың екі адым жерге фишкаларды орнатамыз. Оқушылар залдың қабырғасына қарай оң жақ ыйықпен тұрады. Мұғалімнің белгісі бойынша балалар сағат тіліне қарсы бағытпен фишканың сыртымен жүгіреді. Ойынның мақсаты арттағы оқушыдан қашып, алдыңғы оқушыны қуып жету. Ұсталынған оқушылар басқа оқушыларға бөгет жасамай залдың ортасында жиналады. Ойында төзімді оқушылар жеңіске жетеді. Ойыннан кейін оқушылар музыка әуенімен «Стричинг» жаттығуын орындайды. 1. Акробатикалық жаттығуларының техникалық тұрғыдағы элементін қайталау, қателіктерді көрсетіп оның жою жолдарын қарастыру. 2. Оқушыларды топқа бөлу. Ұсынылған фото суреттерге байланысты акробатикалық комбинациялардың элементін жасау. **Қыздар:** қарлығаш бейнесін жасау арқылыбір аяқпентепе – теңдікті сақтау, алдыға екі рет домалау, жауырынға тұру, көпірше жасау, оң жаққа немесе сол жаққа бұрылып бір аяққа тіземен тұрып жартылай шпагатқа отыру, қолды сермей отырып жоғарыға секіру.**Ұлдар:** қарлығаш бейнесін жасау арқылыбір аяқпентепе – теңдікті сақтау, алдыға екі рет домалау, жауырынға тұру, артқа аунау, көпірше жасау, басқа тұру, оң жаққа немесе сол жаққа бұрылып бір аяққа тіземен тұрып жартылай шпагатқа отыру, қолды сермей отырып жоғарыға секіру.Әр топтың оқушылары акробатикалық комбинациялардың жиынтығын орындайды. Басқа топтың оқушылары тапсырманың дұрыс орындалуына байланысты бағалайды.Оқушылар бірін – бірі бағалап болғаннан кейін комбинацианың дұрыс орындалуына арналған бейне жазба ұсынылады. Дескрипторлар:Оқушылар:- акробатикалық жаттығуларды орындау барысында қауіпсіздік ережені сақтайды;- техникалық тұрғыда гимнастикалық жаттығуларды орындай алады; - гимнастикаға арналған термин сөздерді түсінеді және талқылау барысында қолданады. | Үлкен кеністік, ысқырауық. Гимнастикалық төсеніш.<http://spo.1september.ru/article.php?ID=200701413> Гимнастикалық төсеніш. |
| Сабақтың соңы 0-3 | Сабаққа рефлексия.Сұрақ қою: Сабақ кезінде қауіпсіздік ережесі сақталды ма ? Гимнастикаға арналған жаттығуды орындау барысында қозғалыстың реттілігін сақтаудың маңыздылығы бар ма ? Гимнастикада комбинацияның ережесін немесе регламентін сақтау маңызды ма ? Бүгінгі сабақ сіздерге қандай пайдасын әкелді ? |  |
| **Дифференциация - көбірек қолдау көрсету үшін не істеуді жоспарлап отырсыз? Қабілеті жоғары оқушыларды анықтауды қалай жоспарлап отырсыз** | **Бағалау – оқушылардың оқуын тексеруді қалай жоспарлайсыз** | **Пәнаралық байланыс****Денсаулық және қауіпсіздік****АКТ – мен байланыс****Құндылықтармен байланыс** |
| * Берілген тапсырмаларды, жаттығуларды барынша біркелкі орындау.
* Қабілеті жоғары оқушылар ойындардағы қозғалыс әрекеттерін қайталап, сынып алдында орындалуын өз бетінше көрсету, жетістіктер мен кемшіліктеріне назар аудару.
 | * Оқушылардың өз бетінше тапсырмамен жұмыс істеуі, өз бетінше қателерін түзеу.
* Сабақ барысында бейресми қалыптастырушы бағалаулар.
* Әр оқушыға жекелей тапсырмалар беру, тапсырмалардың орындалу дағдыларын тексеру.
* Жекеле және топпен тапсырмаларды орындау және топ ішінде талқылау қарастырылады.
 | * Тапсырмаларды орындау кезінде спорттық құралдардың дұрыс орналасуына көңіл бөлу.
* Дене қыздыру жаттығуларының орындалуына аса көңіл бөлу, икемділікті дамытуға септігін тигізеді.
* Дене қуатын үнемдеу шарттары.
* Дұрыс тыныс алу.
* Сабақ барысында техника қауіпсіздік ережелерін сақтау
 |
| ***Сабаққа рефлесия****Сабақ мақсаттары /оқу мақсаттары шындыққа негізделген бе?* *Бүгін оқушылар нені үйренді?* *Оқыту ортасы қандай болды?* *Мен жоспарлаған дифференциация бойынша жұмыс дұрыс іске асырылды ма?* *Мен өз уақытымды ұтымды пайдалана алдым ба? Мен жоспарыма қандай өзгерістер енгіздім және неліктен?* | *Сабақтың мақсаты айқындалған, оқу мақсаттары шынайы. Барлық оқушылар оқу мақсатына нақты жетті деп айту қиын. Кейбір оқушылар оқу мақсатының жартысына жетті деп айтуға болады. Өйткені орындайтын жаттығуларға ыңғайылығының келмей жатқанына байланысты болды. Сабақтағы саралау іс әрекеті дұрыс орындалды. Бір жаттығуды немесе стратегияны көп орындаулары сабақ жоспарына кері әсерін тигізеді. Үйткені кейбір оқушылар жаттығуларды немесе іс әрекеттерді ұзақ орындаудың әрекетінен болды. Уақыттың жетіспеушілігі қиындық тудырады.* |
| **Қорытынды бағалау**Ең жақсы өткен екі тапсырманы атап көрсетіңіз (оқу мен оқытуды салыстырыңыз)1:2:Қандай екі нәрсе немесе тапсырма сабақтың одан да жақсы өтуіне ықпалын? (оқу мен оқытуды салыстырыңыз)?1: 2:Сабақ барысында сынып туралы немесе жекелеген оқушылардың жетістік/қиындықтары туралы нені білдім, келесі сабақтарда неге көңіл бөлу қажет?  |