**Қысқа мерзімді жоспар** **Дене шынықтыру пәні**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Бөлім: | 8.4-бөлім Қазақ халқының дәстүрлі ойындары | |
| Педагогтің аты-жөні | **Тубирова А.Е.** | |
| Күні: | Сабақ № | |
| Сынып: | Қатысушылар саны: | Қатысушылар саны: |
| Сабақтың тақырыбы | Қазақ халқының ойындары | |
| Оқу бағдарламасына сәйкес  оқыту мақсаттары | 8.2.5.1өзінің және өзгелердің шығармашылық қабілеттерін көрсету және салыстыра білу, сондай-ақ оны шешудің балама жолдарын ұсыну | |
| Сабақтың мақсаты | Оқушыларға ҚЕ түсіндіру, жаттығулар ретін үйрету. Оқушыларды үй жағдайында жаттығу жасауға бейімдеу. Онлайн мектепте берілген тапсырмаларды орындауға бағыт-бағдар беру. | |

      Сабақтың барысы

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Сабақ**  **тың кезеңі/ уақыт** | **Педагогтің әрекеті** | **Оқушының әрекеті** | **Бағалау**  **Кері байланыс** | **Ресурстар** |
| Басы  10 м | Оқушылармен амандасу түгендеу, көңіл күй сұрау. Оқушыны сабаққа қызықтыру мақсатында, психологиялық ахуал туғызу  Сабақтың тақырыбын айту, мақсатын айту, түсіндіру. Қауіпсіздік ережелерін таныстыру, түсіндіру. Ескерту. Үй жағдайында дене жаттығуын жасау барысындағы ҚЕ айту, түсіндіру. Үйрету. | Сабаққа уақытында кіреді, дайындалады, жинақталады, амандасады, жауапкершілік танытады  Оқушылар мұқият тыңдайды, жазбаны оқиды, қарайды. Ссылканы басып, керек видеосабаққа өтеді, мұқият қарайды, танысады, түсінбеген жерін мұғалімнен сұрайды. | Кері байланыс алу үшін Онлайн мектеп б/ша арнайы чать немесе видеочать және Ватсап желісін қолдану | <https://bilimland.kz/kk/plans/2613>  https://web.whatsapp.com/ |
| Орта  сы  20-25 м | Жаңа сабақты түсіндіру, мақсатын айту, видеоссылка жіберу ,бейне суреттер көрсету.  Сабақ барысында Онлайн мектепте берілген тапсырмаларды орындауға бағыт бағдар беру.    Тоғызқұмалақ ойыны арнайы тақтада екі адам арасында ойналады. ***Ойын тақтасы – 2 қазан, 18 отау, 162 құмалақтан*** тұрады. Ойын басында әр ойыншыға бір қазан, тоғыз отауға тоғыз-тоғыздан салынған 81 құмалақ тиесілі болады.  Жүрісті кімнің жасайтыны жеребемен немесе қарсыластардың келісімімен анықталады. Алғашқы жүріс жасаған ойыншыны – ***бастаушы,*** қарымта жүріс жасаған ойыншыны – ***қостаушы*** деп атайды. Кейде бастаушы үшін – ақ жағы, қостаушы үшін қара жағы деген тіркестер де қолданылады.  **Тоғызқұмалақ сөздігі**  «Тоғызқұмалақ тақтасы» - тең екі бөлікке бөлінген 18 тік отаудан және 2 көлденең қазаннан тұратын арнаулы тақта.  «Құмалақ» - ойында пайдаланылатын шар пішінді эат.  «Отау» - тоғызқұмалақ тақтасындағы құмалақтар орналасатын арнайы ұяшық.  «Қазан» - ұтып алынған құмалақтар салынатын көлденең отау.  «Бастаушы» - ойында алғашқы жүріс жасайтын ойыншы.  «Қостаушы» - бастаушыдан кейін жауап жүріс жасайтын ойыншы.  «Арт» - бірінші отаудың атауы.  «Тектұрмас» - екінші отаудың атауы.  «Ат өтпес» - үшінші отаудың атауы.  «Атсыратар» - төртінші отаудың атауы.  «Бел» - бесінші отаудың атауы.  «Белбасар» - алтыншы отаудың атауы.  «Қандықақпан» - жетінші отаудың атауы.  «Көкмойын» - сегізінші отаудың атауы.  «Маңдай» - тоғызыншы отаудың атауы.  «Тұздық» - қарсыластың жағынан ұтып алынған отау.  «Атсырау» - ойын соңына қарай жүрістің таусылуы.  «Тақ сандар» - екі санына қалдықпен бөлінетін сандар.  «Жұп сандар» - екі санына қалдықсыз бөлінетін сандар.  «Ашық отау» – тақ санды құмалақтар жатқан отау.  «Жабық отау» – жұп санды құмалақтар жатқан отау.  «Табысты жүріс» -ұтысқа ие болған жүріс.  ,«Табыссыз немесе кезекті жүріс» - ұтысқа ие болмаған жүріс.  «Диаграмма» - тоғызқұмалақ тақтасының қағазға немесе тақтаға түскен сұлбасы.  «Тур» - ойынның реттілігі.  «Бланк» - жазу қағазы.  «Блиц» - шапшаң ойын.  «Прогресс коэффициенті» - даму немесе өрлеу коэффициенті.  Артқа  Алға  2.Сабақ барысында оқушылар компьютер немесе смартфон алдында отырғандықтан, оқушының көздері ауырады, шаршайды, белі, жауырыны, мойын тұсі, желке тұсы, жамбас бөлігі ауырсынуы да мүмкін сондықтан оқушыларға осындай ауырсынудың алдын алу үшін дене жаттығуларын жасауды ұсынамын.  -Бас оңға -солға айналдыру  -Басты оңға- солға, алға-артқа иіу  -Жауырыны (иық деңгейді) алға-артқа айналдыру  -Басты тік ұстап, көзбен ғана оңға солға, жоғары-төмен қарау, көзді жаттықтыру  -1 м сүлгі немесе оқтауды екі қол араын ашып ұстап, қолды бүкпей жоғары төмен көтеру, түсіру  -Белді айналдыру  -Отырып тұру (приседания)  -Қолды соза отырып, жаңға алма кезек иілу | 1.Оқушылар жаңа сабақты меңгереді, түсінеді, онлайн мектеп бойынша арнайы сабаққа шолу жасай отырып, берілген мәтінді түсіндірме бетті оқиды одан әрі нмұғалім нұсқауына орай тапсырмаларды толық орындап шығады.  ***Жүріс жасау үшін*** өз жағыңыздағы отаулардың бірінен біреуін орнына қалдырып, қалған құмалақтарды қолға алып, солдан оңға қарай бір-бірлеп таратамыз. Тарату сәтінде құмалақтар өз отауларымыздан асып кететін болса, қарсыластың отауына таратамыз. Егер соңғы құмалақ қарсыластың тақ санды құмалағы бар отауына түсіп, ондағы құмалақтарды жұп қылса (2, 4, 6, 10, 12), сол отаудағы құмалақтар ұтып алынып, өз қазанымызға салынады.  Егер соңғы құмалақ қарсыластың жұп санды құмалағы бар отауына түсіп (3 құмалақтан басқа), тақ қылса немесе өз отауымызға түссе, құмалақ ұтып алынбайды.  Мәселен, жоғарыдағы тақтадағы алғашқы жағдайда бастаушы №7 отаудағы 9 құмалағын таратса, соңғысы қарсыласының №6 отауына барып түседі және ондағы 9 құмалақ соңғы құмалақпен 10 болып, ұтып алынады және қазанға салынады.  **«Тұздық алу» ережесі**  Тоғызқұмалақ ойынында құмалақтан басқа ойында бір рет қарсыластың отауын ұтып алуға да болады. Оны ежелде – «тұзды үй», қазіргі тілде – тұздық деп атайды.  Тұздық алу үшін жүріс жасаған кезде, қарсыластың екі құмалағы бар отауына таратқан құмалағыңыздың соңғысын түсіру керек.  Сонда сол отауда қалыптасқан 3 құмалақпен бірге отау да ұтып алынып, ойынның аяғына дейін сіздің меншігіңізге айналады.  Енді жүріс жасалған сайын тұздық алынған отауға түсетін бір құмалақ, міндетті түрде сіздің қазаныңызға салынып отырады.  Тұздық алынған отауға арнайы белгі қойылады. Жазбаша түрде – Х деген шартты таңбамен белгіленеді.  2.Оқушылар дене шынықтыру сабағының ең басты ерекшелігі денені шынықтырып, жаттығу жасау екенін біледі. Сондықтан сабақ барысында, үй жағдайында түрлі жаттығулар мен шынығуларды әдетке айналдырады. Осы орайда бала өз денсаулығын, дұрыс қалыпта ұстау үшін мұғалім берген, айтқан көрсеткен, жаттығуларды жасайды.  -көздері ауырмауы үшін  -мойын, желке ауруы болмауы үшін  -скалиоз, кифоз сынды омыртқа бұзылуының болмауы үшін  -бел, жамбас, буын, кеуде сырқауларының алдын алу мақсатында барлығын дұрыс әрі нақты орындап отырады.  Сонымен қатар Жаңа сабақты түсіндіре отырып, үйге берілген тапсырмаларды орындайды. Тақырыпқа сәйкес ... | Оқушы видео материалдан көргенін, түсінгенін чатта жазады немесе мұғалімнің арнайы сұрағына немесе тест сұрақтарға жауап береді  Берілген тапсырманы дұрыс әрі тиянақты орындай білген оқушы  Жоғары балл немесе өте жақсы коментарийге ие болады  Ватсап желісінде, сұрақтарға жауап бергені бойынша бағалау:  Как узнать, что означает любой смайлик эмодзи | ПростоMAC  Картинки смайлики | andrey-eltsov.ru  Смайлики в нашей жизни.. | Otbasym  Онлайн мектепте орындаған тапсырмаларының қорытындысына сәйкес арнайы 1-10 балдық жүйе арқылы бағаланады | https://www.youtube.com/watch?v=0F8yGjD\_trE  <https://www.youtube.com/watch?v=lNxLnT2CZY4>  https://onlinemektep.org/schedule/22.12.2020/lesson/3cddbd5d-4a0a-4313-aa2f-55bfecc2b73e |
| Соңы  5 м | Оқушылардан кері байланыс алу, көңіл күй сұрау, қоштасу. | Оқушылар сұрақтарға жауап береді, кері байланыс жасайды. |  | https://onlinemektep.org/schedule/22.12.2020/lesson/3cddbd5d-4a0a-4313-aa2f-55bfecc2b73e |