**Дене шынықтыру сабағының қысқа мерзімді жоспары**

|  |  |
| --- | --- |
| Ұзақ мерзімді жоспар бөлімі:6 бөлім: Шытырман оқиғалы ойындар | **Мектеп:№2 ЖББМ** |
| Күні:09.02.2021ж | **Мұғалімнің аты-жөні: Барлыкбеков Б.С.** |
| Сынып: 6А | Қатысқандар саны:**Қатыспағандар саны:** |
| Сабақ тақырыбы | Ынтымақтастық дағдыларын дамыту./қашықтан сабақ/ |
| **Оқу мақсаттары** | 6.2.2.1. Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді анықтау және қолдана білу |
| **Сабақ мақсаттары** | Көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуге үйрету |
| **Бағалау критерийлері**  | Волейбол ойынында көшбасшылық дағдылар мен команда құрамында жұмыс істей білуді анықтай және қолдана алады. |
| **Тілдік мақсаттар** | Шытырман ойындарда өзінің дағдыларын талқылау, талдау және көрсету. Мыналарды қамтиды:* Шабуыл, қорғаныс
* Әділ ойын , жарыс кезіндегі қарым-қатынас
* Кеңістікте бағдар алу.
* Командалық жұмыс
* Тактика, стратегия, шығармашылық қабілет
* Көшбасшылық дағды
* Жүгіру, бағыт өзгертіп, жылдам жүгіру
* Ынтымақтастық сыни ойлау

Талқылауға арналған сұрақтар:1.Жаттығуларды орындау кезінде қандай қауіпсіздік ережелерін сақтауымыз қажет? 2.Өзіңіздің және өзгелердің жасаған жұмысын қалай жақсартуға болады? 3.Команда ретінде алаңда әрекет етудің жолдарына қалай жетуге болады?4.Көшбасшы болу үшін қандай негізгі қасиеттер болу керек? |
| **Құндылықтарға баулу** | Жеке жауапкершілік, көшбасшылық қасиеттері, өмір бойы оқу, бір-біріне көмектесу. |
| **Пәнаралық байланыстар** | Ғылыммен байланыс – денсаулық және тән, қауіпсіздік, салмақ динамикасы. Информатикамен (ғаламтордан ақпарат іздеу және өңдеу), математикамен (айналу осі, кеңістік, бағыт пен бұрыштар), психологиямен (кіші топта жұмыс жасау дағдылары), биологиямен (ағзадағы биохимиялық өзгерістер), физикамен ( жылдамдық, салмақ, энергия) байланысы. |
| **АКТ қолдану дағдылары** | Онлайн мектеп |
| **Алдын ала білімі** | Оқушылар волейбол элементтерін қозғалмалы ойындар арқылы дағдылар мен қабілеттер білімін дене тәрбиесі және алдыңғы сыныптарда, сабақтан тыс уақыттарда қамтыған. |

**Сабақтың барысы**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Сабақтың жоспарланған кезеңдері** | **Сабақтағы жоспарланған іс-әрекет**  | **Ресурстар** |
| Сабақтың басы  | Сабақтың басында өтетін тақырыппен таныстырып, білім алушылармен бірге оқу мақсаты және сабақтың соңында күтілетін нәтиже анықталады. Білім алушылар волейболмен айналысу кезіндегі қауіпсіздік ережелері бойынша жалпы талаптармен таныстырылады.  |  |
| Сабақтың ортасы 25-34мин |  **Допты жоғарыдан және төменнен қабылдауды меңгерту.**Оқушылар бір-біріне қарама-қарсы 4-5 метр қашықтықта тұрып допты жоғарыдан қабылдау жаттығуларын орындайды.Ойыншы бастапқы қалыпта тұрады, серігі допты оның қолына лақтырады, ол серігіне жоғарыдан екі қолымен жоғарыдан қабылдау әдісін орындайды.Яғни допты жоғары лақтырып, қайтадан бастапқы қалыбымен допты жоғарыдан қабылдайды ары қарай серіктесіне көтеріп беру. Оқушылар орын алмасып тұрады. Әр топ оқушылары шеңберге тұрып топ басшысы ортадан допты лақтырып беру арқылы жаттығу орындалады.Допты жоғарыдан қабылдау тек саусақпен орындалады.Ойыншының екі қолмен төменнен допты қабылдау тұрысын қайталау.Әріптесімен төменнен берудегі орындалатын жаттығулар жоғарыдан тура берудегі жаттығулар сияқты орындалады, тек төменнен қабылдау арқылы орындайды. Осылай ойыншы допты жоғары алға, жоғары жанына лақтырады, ойыншы допқа жүгіріп шығып допты төменен қабылдап, қайта береді.Допты енкейген қалыпта блекпен қабылдайды, және кеудемен құлап қабылдауға болады.Допты ойынға қосу және екі қолмен қабылдау.Оқушыларды сабақтың мақсатына жеткізу үшін мен белсендікті арттыру бағытында, волейбол ойынының белсенді әдісін қолдандым. Допты дәл беру үшін қолды дұрыс ұстауға мән беру керек.Допты астыдан ойынға қосу және жоғардан қабылдау.5–6 рет.(қайталау,жетілдіру.)Оқушыларды екі қатарға қоямыз.Бірінші қатардағы оқушылар допты 5 рет екі қолмен төменнен беріп тұрады,ал екінші қатар 5рет допты қабылдап тұрады. Содан соң доп екінші қатарға ауысады. Осылайша бірнеше рет қайталаймыз.**Сұрақ-жауап:** 1..Жаттығуларды орындау кезінде қандай қауіпсіздік ережелерін сақтауымыз қажет? 2.Өзіңіздің және өзгелердің жасаған жұмысын қалай жақсартуға болады? 3.Команда ретінде алаңда әрекет етудің жолдарына қалай жетуге болады?4.Көшбасшы болу үшін қандай негізгі қасиеттер болу керек? | Қозғалмалы ойындар мен спорттық ойындар кезіндегі қауіпсіздік ережелеріне сілтеме:<http://nashyfizkultura.ru/tekhnika-bezopasnosti-2/bezopasnost-pri-zanyatiyakh-sportivnymi-i-podvizhnymi-igrami/bezopasnosti-pri-zanyatiyakh-sportivnymi-i-podvizhnymi-igrami>  |
| Сабақтың соңы | Сабақ соңында білім алушылар кері байланыс:- нені білдім, нені үйрендім? |  |