|  |
| --- |
| Ақмола облысыАршалы ауданы Жібек жолы ауылы«Бобек» балабақшасы МКҚКортаңғы «Қуаныш» тобының тәрбиешісіХабдрахманова А.Н.«Алға қарай баспен домалау» тақырыбында дене шынықтырудан оқу қызметі  |

**Білім беру саласы:** Денсаулық

**Бөлімі:** Дене шынықтыру

**Тақырыбы:** «Алға қарай баспен домалау»

**Мақсаты:**Сапқа тұру, аяқтың ұшы, өкшемен жүру, баяу қарқынмен жүруді жүгірумен алмастыру. Затты желке тұсынан оң, сол қолмен лақтыруға; заттар арасынан еңбектеп жүруге үйрету.

**Қажетті құрал-жабдықтар:**Доп, заттар, мата, (кегли, текше)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Іс-әрекет кезеңдері** | **Нұсқаушының іс -әрекеті** | **Балалардың іс -әрекеті** |
| **Мотивациялық-қозғаушылық** | **Шаттық шеңбері:**1. Сапқа тұру.
2. Сап бойымен оңға бұрылу.
3. Жүгіру.
4. Сап бойымен жаттығу.
5. Жартылай отырып тізбектей жүру, толық отырып жүру.
6. Аяқтың ұшымен жүру, өкшемен жүру.
 | Қимылдарын келтіру.Сап бойымен жаттығуларды орындау. |
| **Ұйымдастырушылық****ізденушілік** | **Заттарсыз орындалатын ж.д.ж.**Сап бойымен 4-ке бөліну.1. Бас –мойынға аралған жаттығулар.
2. Иық –қол бұлшық еттерге арналған жаттығулар.
3. Бел омыртқаға арналған жаттығулар.
4. Аяқ бұлшық еттеріне арналған жаттығлар.

**Сергіту сәті:**Сағаттың тіліндей,Иіліп оңға бір.Сағаттың тіліндей,Иіліп солға бір.**Негізгі жаттығулар.**Алға домалап үйрену.Сап бойымен тізбектей тұрыпғ кезек –кезек матаның үстіне алға домалайды. Балаларды екіден қарама –қарсы тұрғызып, бір –біріне доп лақтырып, допты қағып алу.Тізбектей тұрып бір орында биіктікке секіру.**Ойын: «Эстафета».**Балаларды екі топқа бөліп жарыстыру. | Жалпы дамытушылық жаттығуларды орындау.Алға домалау.Біреше рет қайталау.Обручтан жүгіріп, келіп өтіп матаның үстінде алдыға қарай домалау, жарысу. |
| **Рефлексиялық-түзетушілік** | Дабылдың соғылуына байланысты ішке демді тарту.Дабылдың соғылуына байланысты ішке демді шығару.Дабылдың соғылуына байланысты 4 адым аяқтың ұшымен, 4 адым өкшемен жүру.**Қорытындылау.**Балаларсендер бүгінгі сабаққа жақсы қатыстыңдар. Сабаққа жақсы қатысқандарың үшін сендерге сыйлығымды таратамын. | Балалар бұлжытпай бәрін қайталайды.Мадақтау. |

**Күтілетін нәтиже:**

**Біледі:** Сап бойымен 4-ке бөлінуді, алға қарай домалауды біледі.

**Игереді:** Сапқа тұру, жетекшіге қарап түзелуді игерді.

**Меңгереді:** Допты желке тұсынан лақтыруды, меңгерді.