**Ұйымдастырылған оқу қызметінің технологиялық картасы**

**Күні**: 14.03.2017ж.

**Тобы**: «Жұлдыз» тобы

**Білім беру саласы**: Денсаулық

**Бөлімі:** Дене шынықтыру

**Тақырыбы**: Гимнастикалық жаттығулар

**Мақсаты:** 1. Дененің дұрыс қалыптасуына арналған гимнастикалық, акробатикалық жаттығуларды жасап үйрету.

2. Гимнастикаға деген қызығушылықтарын арттыру, күштілік ептілік, икемділік қасеиттерін дамыту.

3 Жаттығуларды жасау арқылы, қимыл үйлесімділігін дамыту; шыдамдылыққа, ептілікке тәрбиелеу.

**Құрал- жабдықтар:** ойынға қажетті заттар, көз байлайтын мата т.б.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Оқу қызмет  кезеңдері | Дене шынықтыру нұсқаушысының қызметі | Балалардың  әрекеті |
| Мотивациялық  қозғаушылық | Музыкалық әуенмен балалар бір қатар сап тізбекпен залға кіріп, орындарына барып тұрады.  Балалармен сәлемдесу.  ***Гимнастика туралы қысқаша әңгімелеу:***  Гимнастика бұл спортың бір түрі, арнайы жаттығулардан тұрады. Гимнастика грек тілінен gymnastіke, gymnazіo- жаттығу жасаймын, жаттықтырамын деген мағана береді. Гимнастика адамның денсаулығын нығайту, күш- қуатын, сымбаттылығын, т.б. адам бойындағы барлық қасиетінің дұрыс қалыптасуына әсер етеді.  Дене тәрбиесінде қандай жаттығу болсын барлығы гимнастикалық жаттығулар жүйесін құрайды.  Гимнастиканың негізгі екі түрі бар: көркем гимнастика және спорттық гимнастика. Біздің жаттығып жүргеніміз ол спорттық гимнастика.  Оңға бұрылу саппен жүру.  Баяу жүгіру;  -Бағыттарын өзгерте жүргіру.  -Жүру барысында жаттығулар орындау;  -қолдар белде оң қырымен секіре жүру;  -дәл осылай сол қырымен секіре жүру;  -бір аяқтың ұшымен және екінші аяқтың өкшесімен жүру; 3-4 қадамнан кейін аяқты ауыстыра жүру;  ­«Өрмекші жүріспен» жүру;  Тынысты ретке келтіру. | Балалар спортзалға кіріп өз орындарына барып бір қатар сапқа тұрады.  Сәлемдеседі.  Жүру, жүгіру ережелерін дұрыс орындап жүреді. |
| Ұйымдастыру  іздестіру | Негізгі бөлім:  **Жалпы даму жаттығулары:**  *Балалар екі қатарға тұрып жаттығуларды орындайды.*  Дене икемлілігін дамытуға арналған жаттығулар:  1) - аяқ қолдарымызды кезек-кезек сілкілеу;  2) - екі аяққа кезек-кезек отырып аяқ бұлшықеттерін созу;  3) - тік тұру, қол саусақтарын айқастыра ұстап еденге тигізу, қолды белге ұстап барыншы шалқаю;  **Гимнастикалық жаттығулар:**  1) **«мысық»;**  2) **«көпір»;**  3) **«шпагат»;**  4) **Домалау:** балалар бір-біріне қарама қарсы жатып, қол білектерінен ұстап нұсқаушы белгісі бойынша домалайды.  5) **Қолмен жүру:** балалар екі-екіден қатысады. Бірі аяғын көтеріп ұстайды, екіншісі қолмен жүреді. Белгіленген жерге барғансоң ауысып жүреді.  **Қимыл қозғалыс ойыны:** *«Дауысымнан таны»*  ***Барысы:*** Ойыншылар дөңгелене бірінің қолынан бірі ұстап шеңбер құрып тұрады. Нұсқаушы бір ойыншыны таңдап көзін байлап ортаға қояды. Шеңбердегі балалар аяқтарып тарсылдата шеңбер бойы айналып жүреді де, ішінен біреуі ортадағы ойыншының есімін атайды да бәрі тыныш тұра қалады. Сол кезде нұсқаушы ортадағы ойыншыдан есімін кім атағанын сұрайды. Ортадағы ойыншы тапса, сол баламен орындарын ауыстырады. Ал дұрыс таппаса, айып ретінде тақпақ, өлең, би өнерлерін көрсетеді. Ойын осылай жалғасады. | Жаттығуларды 4-5 рет қайталайды. Нұсқаушының айтқанын тыңдап, тапсырмаларды орындайды.  Жаттығулар педагогтың нұсқауымен орындалады.  Балалар нұсқаушымен бірге орындайды.  Ойынды қызығушылықпен ойнайды. Ойын ережесін сақтап отырады. |
| Рефлексивті  Түзетушілік | Тынысты ретке келтіру;  Сапқа тұрғызу.  Ұйымдастырылған оқу қызметін сұрақ жауаппен қортындылау. Балаларға жылы сөздер айтып, ұйымдастырылған оқу қызметінің аяқталғанын хабарлап, топқа шығарып салу. | Бір қатарға сапқа тұрып, жақсы көңіл-күймен топтарына қайтады. |

**Күтілетін нәтиже:**

**Нені біледі:** гимнастикалық, акробатикалық жаттығуларды (көпірше, мысық, шпагат) біледі.

**Қандай түсініктерді игерді:** негізгі жаттығуларды өз еркімен орындай білу шарттарын.

**Меңгерген дағдылары мен іскерліктері:** гимнастикалық жаттығуларды орындау дағдыларын және қимылды ойындарды ережесін бұзбай ойнау керектігін.

Ақмола облысы

Зеренді ауданы

Шағалалы ауылы

«Балдырған» балабақшасы

Тақырыбы: «Гимнастикалық жаттығулар»

(Ашық сабақ)

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Хундызбай З

2016-2017 оқу жылы