

25.02.2025 ж № С00020

А. Кемелбаева «Шашты әңгімесі»

ЖАНСЕИТОВА ИНДИРА САПАРАЛИЕВНА

*Түркістан облысы, Түлкібас ауданы,
«Т. Рысқұлов атындағы ЖББМ»
Қазақ тілі мен әдебиеті пән мұғалімі*

Сабақ:		Мектеп: Т.Рысқұлов атындағы жом		
Күні: 10.01.2025ж		Мұғалімнің есімі: Жансеитова Индира Сапаралиевна		
Сынып: 10. ЖМБ		Қатысқандар саны:	Қатыспағандар саны:	
Сабақтың тақырыбы: А. Кемелбаева «Шашты әңгімесі»				
Оқу мақсаты:	10.1.1.1.әдеби шығармаға сюжеттік-композициялық талдау жасау арқылы идеялық мазмұнын түсіну;			
Сабақтың мақсаты:	Әдеби шығармаға сюжеттік-композициялық талдау жасау арқылы идеялық мазмұнын түсінеді;			
Ойлау дағдылар деңгейлері	Талдау, автор бейнесін көрсетеді, қызметін анықтайды.			
Сабақ барысы				
Сабақтың кезеңі уақыт	Педагогтің әрекеті	Оқушының әрекеті	Бағалау	Ресурстар
Сабақтың басы	Айгүл Кемелбаеваның қандай шығармалары бар? Жазушы еңбегі қалай бағаланды? Қандай жоғары оқу орындарын бітірген?	Берілген сұраққа дәлелдермен жауап береді. Оқулықпен жұмыс жүргізеді.	Дескриптор – оқулықпен жұмыс жүргізіп, айтады; – жазушы туралы қосымша мәлімет береді 1б	Оқулық
Сабақтың басы	I тапсырма Айгүл Кемелбаеваның шығармашылығы бойынша тапсырмалар орындау. 1. "Қазақ ауыз әдебиетінен бері хайуанаттар туралы	Айгүл Кемелбаеваның шығармашылығымен жұмыс жүргізеді. "Қазақ ауыз әдебиетінен	Дескриптор – жазушы шығармашылығын біледі; 1б – берілген сөздің мағынасын талдап	Оқулық Әдеби кітаптар

	<p>анималистік проза дамып кеткен" деген автордың сөзімен келісесіңдер ме? Жазушы шығармаларының жанрларын жіктеп жазыңдар.</p> <p>II тапсырма А.Кемелбаеваның "Шашты" әңгімесінің мазмұнын еске түсіру. Неге шығарма "Шашты" деп аталады? "Шашты" сөзінің мағынасы қандай? (омоним еске түсіру)</p> <p>Сызбамен жұмыс жүргізіңдер. Кейіпкерлерді көрсетіңдер, шығармадағы орнын айтыңдар.</p> <p>кім қанда ? й?</p> <p>тақырыбы идеясы бала қария шал түрікпен елі</p>	<p>бері хайуанаттар туралы анималистік проза дамып кеткен" деген автордың сөзін өз ойымен талдап айтады. Анималистік сөзінің мағынасын біледі. Жазушы шығармаларының жанрларын жіктеп жазады.</p> <p>А.Кемелбаеваның "Шашты" әңгімесінің мазмұнын еске түсіреді. Сөздікпен жұмыс жүргізеді. "Шашты" сөзінің мағынасын ашады.</p> <p>Сызбамен жұмыс жүргізеді. Кейіпкерлерді көрсетеді,</p>	<p>айтады; 1б – оқулықпен жұмыс жүргізеді. 1б – жанрларына қарай жіктейді 1б – тәрбиелік мәні бар қорытынды шығарады 1б</p> <p>ҚБ 1. Автордың сөзін өз ойымен талдап айта алады. 2. Жазушы шығармаларының жанрларын жіктеп жаза алады.</p> <p>Дескриптор – әңгіменің мазмұнын еске түсіреді; 1б – сөздікпен жұмыс жүргізеді 1б – кейіпкерлерді көрсетеді 1б</p> <p>ҚБ 1. А.Кемелбаеваның "Шашты" әңгімесінің мазмұнымен жұмыс жүргізе алады.</p>	
--	--	--	---	--

		шығармадағы орнын айтады.	2. Кейіпкерлерді көрсете біледі, шығармадағы орнын айта алады.	
Сабақтың соңы Рефлексия	Бүгінгі сабақтан шығарма үзіндісімен жұмыс істеу ерекшелігін бір сөйлеммен айтып шығындар.	Шығарма үзіндісімен жұмыс істеу ерекшелігін бір сөйлеммен айтып шығады. Бүгінгі таңда әр айтылған ойдың өзектілігін көрсетеді.	Дескриптор –шығарманың сұрақ қою ерекшелігін бүгінгі күнмен байланыстыра айтады; 1б	
Үй тапсырмасы	9-тапсырма	Шығарманы толық оқып шығады.		
Оқушымен кері байланыс	Бүгінгі сабаққа өте тамаша қатыстындар.	Оқушы алған әсерлерін параққа жазады. Кері байланыс береді.	Айтқан ойлары мен жазуларына мән береді.	

Музыка сабағында ойын технологиясын қолдану

УСМАНОВА ЖАНАР САПАРОВНА

Түркістан облысы, Түлкібас ауданы,

«Т. Рысқұлов атындағы ЖББМ»

Музыка пәнінің мұғалімі

Дидактикалық ойын балалардың қоршаған дүние туралы түсінігін нақтылайды.

Әрбір қолданған дидактикалық ойын балаларды ойнай білуге баулып, сөздік қорын молайтады, ақыл-ой қызметін қалыптастырады.

Дидактикалық ойын адамгершілікке тәрбиелеуде үнемі қызмет атқарады.

Мен музыка сабағында балалардың қызығушылығын, белсенділігін арттыру мақсатында мынандай бірнеше музыкалық ойын түрлерін пайдаланамын. «Ырғақты сүйемелдеу». Ойынның шарты: Балалар екі топқа бөлініп, бір тобы әнді орындайды, екінші тобы ақырын шапалақпен белгілі ырғақты соғады. Мұндай «сүйемелдеу» әннің ырғағын тез үйренуге көмектеседі және әуенге жаңа өң береді. «Музыкалық аспаптармен ойнау».

Ойынның шарты: Балаларға алдын-ала музыкалық аспаптар таратылады. Сылдырмақ, ағаш қасықтар, тұяқ, мүйіз, барабан, т.б. Үнтаспадан музыка тыңдалады, балалар ырғақты соға бастайды және қимылмен келтіру арқылы музыканы тыңдайды. Бұл ойын тыңдаған музыканың көңіл-күйін ажыратуға және әуенді тез жадында сақтауға көмектеседі.

«Музыкалық сергітулер». Балалар музыкалық әуендерді естеріне сақтау үшін, үнемі қайталау керек. Ол үшін музыкалық сергітулер ұйымдастырамын. Үйренген әндерден үзінді тыңдатып, оны бірден ажыратуға дағдыландырамын. Қорыта келе, дидактика сақласындағы негізгі мәселелердің бірі-музыкалық тәрбие беруде ойындар технологиясы болып отыр.

Музыкалық ойындар балалардың музыкаға деген құлшынысын, қызығушылығын ғана арттырып қоймай, есте сақтау, ойлай білуге, ажырата, салыстыра алуға баулиды.

2. «Сықырлы ноталар» сабағы. Мақсаты: Балалардың тыңдау, орындау қабілетін дамыту. Міндеті: Аспаптардың тембрлік үнін сезіну. Музыканың динамикалық өзгерістерін сезініп, соған сәйкес қимылдар жасау. Әнді қуанышты, екпінді орындауға, әнге сәйкес би қимылдарын үйлестіріп, қозғалуға талпындыру.

Ұйымдастыру кезені: Балалар залға марш ырғағымен кіреді, шеңберге тұрады. Балалар амандасып, орындарына барып отырады. Сол кезде жылаған дауыс естіледі. - Балалар, сендер жылаған дауыс естіп тұрсыңдар ма? Дауыс есіктің артынан естіліп тұр ма? (Есікті барып ашады да, жылап тұрған балапанды ішке алып кіреді). Жетекші: - Балалар, бізге балапан қонаққа келіпті, бірақ ол көңілсіз. Ол: «Әнші балапан болғым келеді, бірақ ән айтуды білмеймін» - деп жылап тұр екен. (Оның қолында қоржыны бар, оның ішінде сиқырлы ноталар болады). Әрқайсысының артында тапсырмалары бар екен. Осы сиқырлы ноталар арқылы балапанға ән айтуды үйретеміз бе? «Аспаптардың дыбыстарын ажырату» ойыны: Бірінші нота «ДО» оның артында аспаптардың суреті бар екен. Балалар біз сендермен қазақтың ұлттық аспаптарымен таныстық. Қандай аспаптарды білесіңдер? Балалар: - домбыра, қобыз, сазсырнай, жетіген, тұяқ, мүйіз т.б. Жетекші: - Ендеше осы аспаптардың дыбыстарын қазір ажыратамыз. (Балалар үш топқа бөлініп тұрады, ұнтаспада музыка қойылады, балалар ажыратады). «Дауыс жатықтыру» ойыны: Келесі нота «РЕ», оның артында дауысыңды жаттықтыр деп жазылып тұр. «Нота үйренеміз» әнін айтып, дауысымызды жаттықтырайық. Балапанның келесі нотасы «МИ». Оның артында ән айтып тұрған бала. Жетекші: - Кәне, бәріміз тұрып балапанға ән салып берейікші. (Әннің бастамасы басталады, қай ән екенін сұрау). «Ұнтаспа» ойыны: Мына нота «ФА», оның артында ұнтаспаның суреті бар екен. - Сендермен қазір ұнтаспа ойынын ойнаймыз. Мына дөңгелекті айналдырып, тетікке қай сурет барып тоқтайды, сол жайлы біз ән білеміз бе екен? «Құстарды орналастыр» ойыны: Келесі нота «СОЛЬ», оның артында құстардың суреті бар. Ендеше біз қазір төмен, орташа, жоғары музыканы ажыратамыз. Ол үшін біз мына қарлығаштарды музыканы тыңдай отыра, бағандағы сымдарға қондырамыз. Егер жоғары, жіңішке дыбыс болса, онда үшінші сымға құсты отырғызамыз ал егер орташа дыбыс болса, екінші сымға орналастырамыз, егер төменгі жуан дыбыс болса, онда бірінші сымға орналастырамыз. «ЛЯ» нотасының артында ән айтып тұрған баланың суреті бар. - Балапанға сендердің ән айтқандарың ұнады ғой деймін, ендеше балалар, балапанға «Бақытты балалық» әнін айтып берейікші. Әннен кейін балалар шеңберге тұрып, қорытындылайды. - Балалар, біз балапанға мына сиқырлы ноталар арқылы көп нәрсені үйреттік. Біз бүгін ән айттық, аспаптардың дыбысын ажыраттық, жоғары, төмен, орташа дыбыстарын ажыраттық, ұнтаспа арқылы әндерді қайталадық. Балалар, балапан сендерге қарап, көп нәрсе үйренді. «Өз орныңды тап» ойыны: «СИ» нотасы, балапан өзінің ризашылығын осы ойын арқылы білдіргісі келеді.

Ойын шарты: бәріміз үш топқа бөлінеміз, бірінші топ қазақ, екінші топ орыс, үшінші топ өзбек ұлты. –Қазір ұнтаспамен әртүрлі музыка қоямын, әр ұлт өзінің музыкасын таныса, қимылдар жасап билейді. Ал егер қазіргі заман музыкасы айналса, бәрің шашырап билейсіңдер де, музыка тоқтаған кезде әркім өз орындарына тұра қалады. Балапан сендерге рахметін айтып жатыр, кәне, балапанмен қоштасайық. Жетекші: -Сау болыңыздар, балалар! Сабақтың қорытындысында балалар «Сиқырлы ноталар» ойыны арқылы музыкалық тыңдау, ажырату, орындау дағдыларын игерді. 3. Би-ырғақты қимылдар маңызы – қимылдың икемділігіне, музыканың әсерлеріне шапшаң және дұрыс жауап берушілік қабілеті дамиды, музыкаға бағынып, қимылдай білуге үйретеді. Бұл бала бойында ұстамдылықты, ерік жігерді жетілдіреді. Кіші топтарға алақан соғу, топ-топ басу, аяқты өкшеге қою, қолды алға созу, жәй жүру т.б. қимылдарын қолданамыз. Ортаңғы топтарда саппен жүру, музыканың өзгеруіне байланысты келесі қимылға көшу, жұптасып жүру, жүгіру, секіру, бағыт өзгерту, түрлі ұлттық билерден қимылдар үйретемін. Бидің тәрбиелі және эстетикалық маңызы зор. Қорыта айтқанда заманымыздың болашағы – жас ұрпақтың ой-өрісін, рухани байлығын, ырғақты би арқылы бүлдіршіндеріміздің денсаулығын нығайтып, әсемдікке және би қозғалыстарын көркем мәнерлі орындауымен эстетикалық құндылыққа тәрбиелеу жылдан-жылға жандандыру би жетекшілерімен саз жетекшілерінің абыройлы міндеті деп ойлаймын.

Дене тәрбиесі — салауатты өмір негізі

СЕРДАЛИЕВ ӘЛШҚАЛИ ТӘТТІҒАЛИЕВИЧ

Атырау қаласы Жалпы білім беретін

Алмалы орта мектебінің

денешынықтыру пәні мұғалімі

Спорттың адам өмірінде алатын орны зор екендігін бәріміз білеміз. Спортпен айналысқан адамның денсаулығы мықты, өзі шыдамды болады. Біздің ата — бабаларымыз “тәні саудың – жаны сау” — деп бекер айтпаған. Спорттың қай түрімен айналысу адамның қабілетіне байланысты болады.

Жастар арасында салауатты өмір салтын дене тәрбиесінің тәсілдері арқылы қалыптастыру.

Дене тәрбиесі тек мектептегі дене шынықтыру сабағы ғана емес, ол сабақтан тыс, мектептен де тыс денсаулыққа байланысты шаралар жүйесі. Қазіргі кезеңдегі білім беру орындарындағы дене тәрбиесінің жүйесі жастардың денсаулықтарын нығайтумен қоса, тұлға бойындағы биологиялық-психологиялық қажеттіліктердің жан-жақты жетілуіне, өмірге деген белсенділігі мен ізгілікті қатынастарын дамытуға бағытталған.

Дене тәрбиесі-өсіп келе жатқан жас ұрпаққа білім мен тәрбие беру саласының бір тармағы болып табылады. Жеке тұлғаның жан-жақты дамуына, күшті де қуатты болып өсуіне, ұзақ уақыт шығармашылық еңбекке жарамды адамды қалыптастыруға, оны Отан сүйгіштікке дайындауға қызмет етеді.

Дене тәрбиесін ұйымдастыру түрлері оқушының өз бетінше ұйымдастырылған жұмыстарымен толықтырылған жағдайда нәтижелі болады.

Оқушының күнделікті қозғалыс тәртібін толықтыруға арналған жұмыс түрлері дене тәрбиесі жүйесінің элементтері есебінде болды:

- Таңертеңгі гимнастикалық жаттығулар. Күнде таңертеңгілік 9-10 жаттығудан тұратын кешен. Бұл оқушылардың орталық нерв жүйесін қалыпқа келтіріп, оқушы ағзасын сергітеді.
- Мектепке дейінгі және үйге қайтар жолдағы серуен. Таза ауада жаяу жүрудің өзі шынығу, сауықтыру әсерін тигізеді.
- Оқу сабақтарына дейінгі жаттығу. Сабақтағы нәтижелі іс-әрекет пен оқу күнін белсенді бастауға мүмкіндік туғызады. /2/
- Дене тәрбиесі сабақтары. Бұл сабақтар мазмұны мемлекеттік талап пен

оқу бағдарламасына сәйкес белгіленіп, оқушылардың күші мен жылдамдығын, ептілігі мен шыдамдылығын, ерік-жігерін, батылдық пен табандылықты және тез шешім қабылдау секілді тәрбиелік қасиеттерді дамытады.

- Сабақ үстінде сергіту минуттары. Ой еңбегі барысында ағзаның тынығуына әсерін тигізеді.
- Үлкен үзіліс кезіндегі дене жаттығулары мен қозғалмалы ойындар. Оқу күні ортасында оқушылардың белсенді демалысын қамтамасыз етеді.
- Спорттық үйірмелер, ұйымдар мен топтардағы жұмыс. Белгіленген спорт саласы бойынша оқушының жалпы және арнайы дайындығын көрсетіп, дене жаттығуларымен жүйелі айналысуды қамтамасыз етеді.
- Жалпы мектепшілік спорттық бұқаралық шаралар. Бұл жұмыс түріне денсаулық және спорт айлықтары, спорттық мерекелер, жалпы мектепшілік сайыстар жатады.

Бұл шаралар барлық оқушының спорт пен дене тәрбиесі жаттығуларына қызығушылығын туғызып, салауатты өмір салтының негізін қалайды. Өз бетінше дене жаттығуларымен айналысу. Бұл жұмыс түрі қозғалыс тәртібінің маңызды бөлігі. Кей жағдайда ең тиімді әдіс болып есептелінеді, себебі оқушының жеке тұлғалық қызығушылықтары мен қабілетіне, сұранысына сәйкес ұйымдастырылған жұмыс өз нәтижесін береді. Сабақтың негізгі бөлігіне оқу бағдарламасындағы дене жаттығуларының түрлері енгізіледі.

Жаттығулар, әр қилы ойындар оқушылардың көтеріңкі көңіл-күйін туғызады. Осы көтеріңкі ілікті басып, оқушыларды келесі сабақтарға даярлау сабақтың үшінші, қорытынды бөлігінің міндеті. Сабақ жалпы сап түзеумен, қорытынды жасаумен аяқталады. Дене шынықтыру сабақтары процесінде білім беру, тәрбиелеу, сауықтыру міндеттері шешіледі. Дене шынықтыру сабағының маңызды тәрбиелік міндеті оқушылардың дене шынықтырумен үнемі шұғылдануға ынта-ықыласын дарыту. Бастауыш сыныптағы дене шынықтыру сабақтары жаттығуларының және ойындарының сан алуандылығымен ерекшеленеді.

Дене тәрбиесі бойынша сыныптан тыс жұмыстардың міндеттері: баланың денсаулығын нығайтуға көмектесу; ағзаны шынықтыру, оқушылардың жан-жақты өсіп жетілуіне, дене шынықтырудық оқу бағдарламасын ойдағыдай меңгеруге көмектесу; балаларды дене шынықтыру және спортпен үнемі шұғылдануға әдеттендіру; қозғалыс дағдысын тәрбиелеу.

Дене шынықтыру мен спорт жөніндегі сыныптан тыс жұмыстың негізгі формалары: секциялары мен үйірмелердегі сабақтар спорт жарыстары, серуендер, туристік жорықтар, дене шынықтыру және спорт мейрамдары. Серуендер мен жорықтарды балалардың табиғат туралы білімдерін толықтыра алатындай тамаша адамдардық әңгімелерін ести алатындай жерде белгіленген жөн. Оқушыларды жүйелі түрде дене жаттығуларына үйретудің тиімді жолдарының бірі — олардың өз еркімен дайындалуы. Осыған байланысты оқу бағдарламасына дене тәрбиесінен үйге тапсырма беруді міндетті түрде енгізу керек.

«Салауатты әрі гүлденген экономика құрмайынша, біз қуатты мемлекет пен қарулы күштер құра алмаймыз, демографиялық, экономикалық және әлеуметтік міндеттерді шеше алмаймыз, әрбір адамның жеке басының қадір-қасиеті мен әлауқатын арттыра алмаймыз», -деген болатын.

Қоғамның болашағы — оқушы-жастарға ұжымдық тәрбие беруде дене тәрбиесі сабағында дене шынықтыру жаттығуларын, спорттық ойындарды өткізудің рөлі зор.

Шәкәрім атамыз «адамның жақсы өмір сүруіне үш сапа негіз бола алады, олар барлығынан басым болатын – адал еңбек, мінсіз ақыл, таза жүрек», - деген еді. Көзге көрінбейтін нәзік сезімді, аса құнды қасиеттерді жүректен жүрекке жеткізу шебер тәлімгердің ғана қолынан келеді.

Біздің тәрбие бастамамыздың негізі салауатты өмірге жас жеткіншектерді баулу, оны қалыптастыру. Жастарымыздың жүзінен күлкі, жүрегінен жалын, саналы сезім төгілсе онда ұрпағымыздың денінің саулығы. Еңселі егеменді еліміздің ертеңінен үлкен үміт күтеміз. Жастардың денсаулығы, жігері, қайраты, білімі егемендігіміздің беделі, еліміздің мақтанышы болмақ.

25.02.2025 C00023

Адамның табиғи қозғалысы- жүгіру

ОРЫНБАЕВ САҒЫНГАЛИ ПЕРНЕБЕКОВИЧ

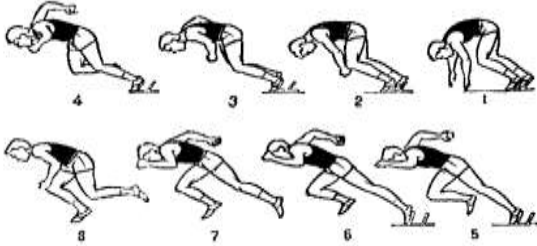
Түркістан облысы, Түлкібас ауданы,

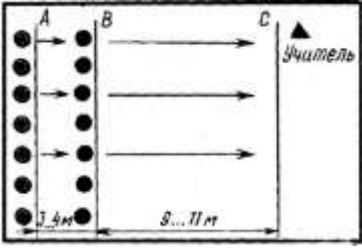
«Т. Рысқұлов атындағы ЖББМ»

Дене шынықтыру пәнінің мұғалімі

Бөлім	Жеңіл атлетика			
Педагогтың аты-жөні	Орынбаев Сағынғали Пернебекович			
Күні	04.09.2025 ж			
Сынып	Қатысушылар саны	Қатыспағандар саны		
Сабақтың тақырыбы	Қауіпсіздік ережесі. Адамның табиғи қозғалысы- жүгіру			
Осы сабақта қол жеткізілетін оқу мақсаттары	11.3.4.4. Өзгелердің денсаулықты нығайтуға бағытталған дене белсенділігі көмегімен қауіпсіз сабақтар өткізу			
Сабақтың мақсаты	1.Оқу тапсырмаларын орындау кезінде қауіп қатерді болдырмауды талдайды. 2.Қысқа қашықтыққа жүгіру техникасын жетілдіру			
Бағалау критерииі	Дене белсенділігін дамыту және бағалау үшін тәуекелді басқару стратегиясын жүзеге асыра алады Спорттық арнайы қимыл-қозғалыс дағдыларының дәлдігін, бақылауды және икемділігін кең ауқымда жоғары дәрежеде шеберлік көрсете отырып үйлестіреді			
Сабақтың кезеңі/ уақыты	Мұғалімнің әрекеті	Оқушыны н әрекеті	Бағалау	Ресурс тар
Басы	Ынтымақтастыру атмосферасын орнату. Оқушыларды сапқа тұрғызу,сәлемдесу. Сергіту. “Шаттық шеңбері” оқушыларға жылы сөздер жазылған смайликтер		Қол шапа лақ	Ұялы теле фон

	<p>таратып беру. (Оқушылар шеңберге тұрып, смайликтердегі сөздерді оқып, бір біріне жақсы көңіл сыйлайды).</p> <p>Жалпы жетілдіру жаттығулары:</p> <p>1. Бір орында: Оңға, солға, кері бұрылу.</p> <p>2. Жүру: Қолды жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүру. Қолды жанға созып өкшемен жүру. Жартылай отырып, толық отырып жүру.</p> <p>3. Жүгіру: Еркін жүгіру, тізені көтеріп жүгіру, аяқты артқа сермеп жүгіру. Жүріске ауысып, тыныс алу жаттығуларын орындау. Бір орында жалпы дене шынықтыру жаттығуларын орындау.</p> <p>Жаңа тақырыпты игеру. Сабақтың тақырыбы мен мақсатын түсіндіру. Техника қауіпсіздігін түсіндіру және қауіпсіздіктің алдын алу шараларын оқушыларға таныстыру.</p> <p>Қысқа қашықтыққа жүгіру техникасы:</p> <ul style="list-style-type: none">- Оқушыларды екіге бөліп спорт алаңын айналдыра жүгірту;- «Сөреге!», «Дайындалындар!», «Жүгір!» командаларын түсіндіру және орындау;- Кеудені дұрыс ұстап, қолдың дұрыс сілтеу және дұрыс			
--	--	--	--	--

	<p>тыныс алу жаттығуларын жасау; - Қол мен аяқты айқастыра кең адымдап және қысқа адымдап жүгірту; Төменгі сөреден шығу техникасын үйрету. «Сөреге» деген бұйрық берілгенде сөре сызығына келіп бір жарым табан санап алып, қолды сөре сызығының үстіне қойып, итерілетін аяқты алдыға қойып, екінші аяқтың тізесі итеретін аяқтың табанының орта тұсында тұрады, салмақ қолға түсіп тұрады</p>			
<p>Ортасы</p>	<p>Жеңіл атлетика сабақтарында қауіпсіздік техникасына қойылатын талапта рбойынша әңгіме жүргізу. 1) Оқушылар 60-100м қашықтықты 2-3 рет өтіп, төменгі сөреден жүгіру әдісін жетілдіруге жұпта жұмыс жасайды. Жіберілген қателіктерді және оны дұрыстау әдістерін көрсетеді. Төменгі суретті қараңыз.</p>  <p><small>Рис. 41. Начало бега с низкого старта</small></p> <p>2) Ойынға екі команда қатысады. Бір-бірінен 3-4м</p>	<p>Оқушылар спринт кезінде қолдардың әрекетін жақсарту үшін жұптарда жұмыс істейді. Бастапқыда оларға шағын, бірақ жылдам қадамдар жасап, қолдарын жылдам қимылдатып, 20 метр</p>	<p>Смаликтер арқылы ҚБ өзін өзі бағалау</p> <p>Бағалау парақшасын толтырады.</p>	<p>Ысқырық, секунд өлшегіш, конустар</p> <p>Сілтеме: https://youtu.be/TVTmXXs1gRQ</p>

	<p>қашықтықта орналасқан өздерінің А және В сөре сызығының бойына тұрады. Мәре С сызығы В сызығынан 9-11м қашықтықта орналасады. Мұғалімнің «Дайындал!» белгісімен оқушылар А және В сызықтарында бірдей бастапқы қалыпта тұрады – отырып тірену, жатып тірену, отыру, жоғарғы сөре және с.с. «Жүгір!» белгісімен екі команда бір уақытта жүгіруді бастайды. А командасының жүгірушісі алдында жүгіріп келе жатқан қарсы команданың ойыншысын С мәре сызығынан өткенше «дақтауға» тырысады. Әр «дақталған» ойыншы үшін қуалаушы командаға 1 ұпайдан беріледі. Келесі жүгірісті бастағанда командалар рөлдерімен ауысады.</p>  <p>Машықтық жұмыс: Қысқа қашықтыққа 60 метірге жүгіруді, уақыт есептей орындау. Мұғалім оқушыларды өзінің төмендегі бағалау парақшасына бағалайды. Қысқа қашықтыққа жүгіруді</p>	<p>жүгіріп өту қажет.</p> <p>Белсенді жүгіру, әдетте ол спортшының бірқалыпты жылдамдыққа жақындайтын ортақ жолға шыққанына дейін жалғасады. Әдетте 800 м қашықтықта алғашқы 100 м жылдамдығы басқа жол бөліктерінің жылдамдығына қарағанда жоғары болады, тіпті мәреге жету кезінде де.</p>	<p>ҚБ</p>	
--	--	--	------------------	--

бағалау парақшасы			
ФИО	Сөреден дұрыс старт алу	Қол-аяқтың дұрыс қимыл жасауы	Мәреге жету уақыты
<p>Оқушыларды сапқа тұрғызып сабақты теория жүзінде түсіндіріп, практика жүзінде көрсету.</p> <p>1.Төменгі сөреден шығу техникасын үйрету. «Сөреге» деген бұйрық берілгенде сөре сызығына келіп бір, бір жарым қадам санап алып қолды сөре сызығының үстіне қойып итеретін аяқты алдыңғы ұшына қойып итермейтін аяқтың тізесі итеретін аяқтың табанының орта тұсында тұрады, бас пен иық бір деңгейде, салмақ қолға түсіп тұрады.</p> <p>«Дайындал» деген бұйрықта сәл көтеріліп алға қарап тұрады.</p> <p>«Жүгір» деген бұйрықта бар екпіні мен аяқты жылдам қолды алға артқа сермеп 20 метрге максимальді қарқын алғанша жиі-жиі басып жүгіреді.</p> <p>«Сөреге» деген бұйрықта сөреге тұру. «Дайындал» деген бұйрықта көтерілу. «Жүгір» деген бұйрықта аяқ қолды тез тез қимылдатып 20 метрге дейін аяқты жиі жиі басып</p>			

	<p>максимальді қарқын алғанша сөйтіп жүгіріп, қалғанын барынша қарқынмен жүгіріп келіп мәре сызығын кесіп өту қажет. 100 метрге жүгірту.</p> <p>Дескриптор Білім алушы</p> <p>топта бірлесіп жұмыс жасай алады; – орындала тын іс- әрекеттер арқылы мақсатқа жете алады.</p> <p>Оқушылар қажеттіліктеріне қарай, жүгіру қабілеттерін, дағдыларын дамыту.</p>			
<p>Сабақтың соңы</p>	<p>Кері байланыс Оқушылардың өз тәртіптеріне рефлексия жасауды мобильдендіру (мотивация, әрекет тәсілдері, қарым-қатынас). Оқушылар стикерге мына сұрақтарға жауап жазады: 1. Маған сабақта не ұнады. 2. Маған немен жұмыс істеу керек? 3. Смайл арқылы өзінің көңіл-күйін бейнелейді және стикерді күн бейнесіндегі тақтаға жапсырады.</p>	<p>Бүгінгі сабақтан түйген ойлары мен тұжырымдарына байланысты кері байланыс жасайды.</p>		<p>Рефлексия парағы</p>

МАЗМҰНЫ

- **ЖАНСЕИТОВА ИНДИРА САПАРАЛИЕВНА**
- **УСМАНОВА ЖАНАР САПАРОВНА**
- **СЕРДАЛИЕВ ӘЛПҚАЛИ ТӘТТІҒАЛИЕВИЧ**
- **ОРЫНБАЕВ САГЫНҒАЛИ ПЕРНЕБЕКОВИЧ**