

«Тексерілді»
«№23 «Толатай» бөбекжайы»
жедел басқару құқығындағы
МКҚК әдіскері
 К.Е.Берниязова

Ұйымдастырылған ашық іс-әрекет
Тақырыбы: «Спорт – көркі өмірдің»



Дайындаған: Төленова Б.С.

2025 жыл

Тақырыбы: «Спорт – көркі өмірдің»

Ұйымдастырылған іс-әрекет мақсаты: Балаларды гимнастикалық орындық үстінде ішпен еңбектеуге үйрету; балаларда тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру; аяқтың ұшымен, окшемен, табанмен, табанның ішкі жағымен, тізені жоғары көтеріп, ұсақ және алшақ адымдап жүру; жұптасып бір қатармен жүгіру; баянат (рапорт) қабылдау дағдыларын жетілдіру.

Көрнекілік материалдар Дене шынықтыруға арналған киімдер, музыкалық аппаратура, гимнастикалық орындық. Бала санына байланысты секіртпелер.

Ұйымдастырылған іс-әрекеттің барысы

1. КІРІСПЕ БӨЛІМ

Балалар сапта бірінің соңынан бірі аяқтың ұшымен, аяқтың ұшымен, окшемен, табанмен, табанның ішкі жағымен, тізені жоғары көтеріп, ұсақ және алшақ адымдап жүреді. Педагогтің көрсетуі бойынша бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүреді, жұптасып бір қатармен жүгіреді. Жәй қалыпқа түсіп, жүреді. Біртіндеп жүріп келе жатып жалпы дамыту жаттығуларын жасауға тұрады.

2. НЕГІЗГІ БӨЛІМ

2.1. Жалпы дамыту жаттығулары

1. "Секіртпені соз" жаттығуы.

Бастапқы қалып: аяқ сәл алшақ, жіпті қолмен ең шетінен ұстау.

1-секіртпені қолмен ең шетінен ұстап, қолды алға созу.

2-жоғары көтеру, 3- кеуде тұсына әкелу. 4- б.к. келу.

2. "Сағаттың тілі" жаттығуы:

Бастапқы қалып: аяқ сәл алшақ, секіртпені екі шетінен ұстап, қолды жоғары көтеру.

1-оңға еңкею.

2-бастапқы қалыпқа келу.

3-солға еңкею.

4-бастапқы қалыпқа келу.

3. "Сәл отыру" жаттығуы.

Бастапқы қалып: екіге бүктелген секіртпе, қол төменде.

1-2- тізені алшақ, секіртпемен қолды жоғары көтере сәл отыру.

2-бастапқы қалыпқа келу.

4. "Бүгілу, майысу" жаттығуы.

Бастапқы қалып: екіге бүктелген секіртпені екі шетінен ұстап, алға созған күйде етпетінен жату.

1-3-артқа қарай иілу, бір мезгілде аяқты өтере (аяқтың ұшын соза) секіртпемен қолды алға, жоғары көтеру.

4-бастапқы қалыпқа келу.

5. "Еңкею" жаттығуы.

Бастапқы қалып: аяқ иық деңгейінде, секіртпені екі ұшынан ұстап, қолды төмен түсіріп тұру.

1-заттарды аттап жүру.

2-секіртпемен еркін секіру.

2.2. Негізгі қимыл жаттығулары

- гимнастикалық орындық үстінде ішпен еңбектеу;
Педагог балаларға "гимнастикалық орындық үстінде ішпен еңбектеу" жаттығуын көрсетеді.

Балалар өздеріне берілген тапсырмаларды орындап жатқанда педагог жаттығулардың жасалу техникасына көңіл бөліп, дұрыс игере алмай жатқан балаларға ескерту жасайды. Жаттығуларды жақсы жасап жатқан балаларға "Керемет!", "Жарайсың!", "Бәрекелді!", "Ептісіңдер!" деген сөздер айтып, шабыттандырып отырады.

2.3. "Әртүрлі қимыл жаса" қимылды ойыны.

Балалар алаңда жүгіріп жүреді. Педагогтің белгісі бойынша тез тоқтайды да, кез-келген қимыл: отыру, бір аяғын көтеріп тұру, қолды жоғары көтеру және т.б. жасайды. Педагог кімнің қимылының қызықты болғанын ескереді. Ойынды күрделендіре отырып, балаларға ендігі кезекте жұппен әртүрлі қимыл жасау керектігін айтады.

2.4. Тыныс алу жаттығуы.

Жаттығу шеңбер арқылы ұйымдастырылады.

- Балалар, мен шеңбер бойымен қандай қимылдар жасап өтемін, сол қимылдарды жасай отырып, маған жетіп алуға тырысыңдар. Педагог қолдарын жоғары көтеріп, төмен түсіріп, дем алу, дем шығару жаттығуларын жасайды. Сол арқылы балалар да педагогқа еліктеп, жаттығуларды қайталайды.

- Жарайсыңдар, балалар!

3. ҚОРЫТЫНДЫ

Ұйымдастырылған іс-әрекет аяғында:

- Топ басшысы баянат бер!

Топ басшысы:

- Топ! Бір орында! Тоқта!

- Солға! Тік тұр! Түзелу ортаға! (баянат беру)

- Педагог ханым! Біздің топ бүгінгі оқу қызметін табысты аяқтады. Топ командирі Дүйсенғали Үсен.

Педагог:

- Бүгінгі оқу қызметтеріңе алғыс жариялаймын! (топ хормен: «Белсенді болуға дайынбыз!»)

- Еркін тұр! Тарандар!

- Топ командирі:

- Еркін тұр! Тарандар! Солға! Оңға! Орынға адым бас!

- Осымен оқу қызметі аяқталды, сау болыңдар!

