



Н. Назарбаев

## ҚАЗАҚСТАН -2050 СТРАТЕГИЯСЫ «ҰЛТ ДЕНСАУЛЫҒЫ- БІЗДІҢ ТАБЫСТЫ БОЛАШАҒЫМЫЗДЫҢ НЕГІЗІ»

*Денешынықтыру мен спорт мемлекеттің айрықша назарында болуы тиіс. Нақ сол саламатты өмір салты ұлт денсаулығының кілті болып саналады.*

**Н. Ә. НАЗАРБАЕВ**

**Шығармашылық тақырыбы:**

**Дене тәрбиесіндегі  
қозғалмалы  
ойын  
түрлерінің маңызы**

# ***Жоспары***

## **I. Кіріспе**

**Басты байлық – денсаулық**

## **II. Негізгі бөлім**

**Дене тәрбиесіндегі қозғалмалы ойын  
түрлерінің маңызы**

## **III. Қорытынды.**

**Шығармашылық жұмыстың нәтижесі,  
ұсыныс - пікірлер**



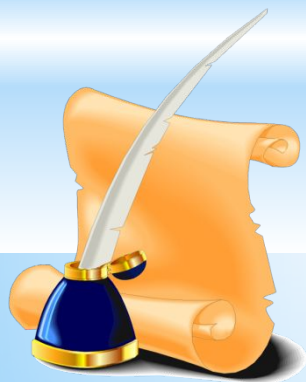
# Мақсаты:

Оқушылардың денсаулықты қорғау, өмірді сақтау, жан-жақты дене дамуы, жұмысқа қабілеттілігі мен белсенділігін арттыру, денелік, ерік қабілеттерін дамыту, кеңістікте дұрыс бағыт таба білу, өз алдына мақсат қоя біліп, оған жете білу, оқушыларды өз жетістіктерінің қуанышына бөлете білу, достарына қамқор болуға уйрету, дене шынықтыруға қызығушылығын ояту.



Ойын баланың алдынан өмір есігін ашып, оның шығармашылық қабілетін дамытады, ойынсыз ақыл-ойдың қалыптасуы мүмкін емес

Халық даналығы



Ойын өсіп келе жатқан бала организмiнiң негiзгi қажеттiлiгi. Ойында баланың дене күшi артады, қолы қатайып, денесi шыңдала түседi. Көзi қырағыланады, зеректiлiгi, тапқырлығы, ынтасы артып, жетiле түседi. Ойында балалардың ұйымдастырушылық дағдылары қалыптасып шыңдалады. Ұстамдылығы, жағдайларды салыстырып, бағдарлау iскерлiгi жетiле түседi. Мұндай жағдайда балалардың түрлi топтағы бұлшық еттерi бiрдей қызмет етедi де, соның нәтижесiнде олар бiрқалыпты жетiледi. Алайда ойындардың маңызы тек мұнымен ғана шектелмейдi, олар сондай-ақ балалардың жан жақты өсiп жетiлуiнде үлкен роль атқарады. Сонымен қатар, ойынның зор тәрбиелiк, бiлiмдiк күшi жекелеген гимнастикалық жаттығуларға қарағанда жоғарырақ тұратын күрделi әрекет, баланың жеке басын тәрбиелеудегi ең жақсы құрал деп саналады. Бала ойын үстiнде сергек те ширақ болады, сезiмтал келедi, бар ынта ықыласымен ойынға берiлiп кетедi.





НЕГІЗГІ  
БӨЛІМ

**Дене  
тәрбиесіндегі  
ойын түрлері**

```
graph TD; A[Дене тәрбиесіндегі ойын түрлері] --- B[Ұлттық ойындар]; A --- C[Қимыл-қозғалыс ойындар]; A --- D[Спорттық ойындар];
```

**Ұлттық  
ойындар**

**Қимыл-  
қозғалыс  
ойындар**

**Спорттық  
ойындар**

---



Дене шынықтыру сабағы аптасына 3 рет дене шынықтыру залында өтеді. Әр сабақтың алдында дене шынықтыру залын желдетіп, еденінің ылғалдап сүртіп алуы қажет.

Жүйелі түрде өткізілетін дене тәрбиесі арқылы бала ағзасының толықтай шынығуына мүмкіндігі бар. Сауықтыру шараларының бірте – бірте, бірінен кейін бірі, қайталау, жүйелі түрде жүргізілуі қажетті нәтижені көрсетуге жағдай туғызады. Әр сабақтың ең негізгі жаттығуы омыртқаның майысқақ болмауы үшін жасалады. Сабақ соңында бұлшық еттерді босатуға арналған дем алу жаттығулары жасалады.

Негізгі мақсатқа жету үшін сабақтарды төмендегідей түрлерде көрсетуге болады:

## 1. Дәстүрлі сабақтар

- дайындық, кіріспе, негізгі және қорытынды бөлімнен тұрады (қарапайым сабақ)

## 2. Шеңберлі шынықтыру

- бұл кезде балалар шеңберде тұрып жалпы жетілдіруші жаттығулар жасап, шеңберде ойналатын ойындар ойнап, қимыл қозғалыс жаттығуларын жасайды.

## 3. Шынықтыру түріндегі сабақ

- арнайы қимылдың немесе жаттығудың жасалу бағытын шыңдау

## 4. Комплексті сабақ

- белгілі бір сюжетке байланысты тіл дамыту сабағымен, ән- саз қимылдарымен, әндерімен қосылып жасалған сабақ (“Денсаулық – зор байлық”);

## 5. Ойын сабақтар

- түрлі ойындарды пайдаланып өткізіледі, оған ұлттық ойындар, ойын-эстафеталар, аз қимылды ойындар жатады (“Көңілді ойындар”);

## 6. Саяхат сабақтар

- бала қиялын дамыту үшін сазды әуен қосып, көрнекіліктер пайдаланып өткізіу

## 7. Еркін шығармашылық сабағы

- бала қолына кез келген затты беріп жаттығу ойлап шығаруға тапсырма беру, мысалы пластмассадан жасалған ыдыстар, оттық қорапшасы, ағаш қасықтар, газет, шар, т.б.

## 8. Жарыс сабақтар

- топтарға бөлініп ойындармен эстафеталар жарысын ұйымдастыру

## 9. Ритмикалық гимнастика сабағы

- белгілі бір би қимылдарын үйрету.

## Тақырыбы: “Көңілді ойындар”

### Мақсаты:

1. Оқушыларға көтеріңкі көңіл-күй сыйлау. Жаттығулар жасай отырып, баланың дене тәрбиесіне қызығушылығын арттыру. Ойын түрлерін білу.
2. Күрделендірілген жаттығуларды жасауға ынталандыру. Жаны таза ұрпақты салауатты өмір салтына тәрбиелеу. ↓
3. Оқушылардың денесін шынықтыруға, денсаулығын нығайтуға, дұрыс өсіп қалыптасуға, жарысуға, жарыста жеңімпаз болуға ұмтылысын дамыту.





# Топқа бөлу, ұрандарын айттыру



# №1-сайыс: «Таяқшамен жүгіру».





## №2-сайыс: «Допты алып жүру».



## №3-сайыс: «Секірмелі доппен секіру».





**№4-сайыс:  
«Картоп отырғызу»**





# №5-сайыс: «Кім жылдам?»





## №6-сайыс: «Арқан тарту»



## №7-сайыс:

## «Секіртпемен секіру»



Қорытынды

Н  
Ә  
Т  
И  
Ж  
Е

**Оқушылардың  
ақыл ойын кеңейту**

**Ойын арқылы жігерлі еңбек  
етуін, шығармашылығын,  
тапқырлығын дамыту**

**Ойындар арқылы бала  
бойында тапқыр, ойлы, сезім  
тал, білімді, салауатты өмір  
салтын ұстанатын оқушы  
дайындау**



Тұлға дұрыс  
қалыпта-  
сады

Қозғалыс  
ойындарын  
қызыға  
ойнайды

Дене  
тәрбиесін  
үздіксіз  
жүргізудегі  
нәтижелер

Салауатты  
өмір  
салтын  
сақтайды

Шапшаңдық  
күштілік  
төзімділік  
қасиеттері  
дамиды

*Мұғалім — мектептің басты тұлғасы.  
Мемлекеттің білім саясаты осы мұғалім  
арқылы жүзеге асырылады. Ал, бүгінгі таңда  
мұғалім міндеті- рухани бай, жан-жақты  
дамыған, бастысы дені сау тұлға  
қалыптастыру.*

*Алдағы уақытта жас ұрпаққа сапалы білім,  
саналы тәрбие беруде өз үлесімді қоса  
отырып, мұғалімдік міндетімді адал  
орындай бермекпін.*

The image features a light blue background with a white horizontal band across the middle. Scattered throughout the background are several stylized stars, some orange and some blue, with a four-pointed cross shape. The text 'Назар аударғандарыңызға рахмет' is written in a large, green, stylized font with a black outline, positioned across the white band.

Назар аударғандарыңызға рахмет