**Сынып: өткізілген күн;**

**Сабақтын тақырыбы:** Кіші допты қашыққа лақтыру.

**Сабақ мақсаты:**

**а)Білімділік**: Сыныптағы оқушылардың қимыл-қозғалысы мен икемділігін анықтау.

**ә) Дамытушылық**: Оқушылардың мергендігін арттыру.

**б) Тәрбиелік**: Оқушыларды ұйымшылдыққа,тез, ширақ қимылдауға тәрбиелеу.

**Сабақтың типі:** Жаңа сабақты меңгеру.

**Өткізілетін орын**: спорт алаңы ( спорт зал )

**Өткізілетін уақыт:** 45 минут

**Құрал-жабдықтар:** Жалауша, ысқырық,белгілер, ұзындықты өлшейтін құрал.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Бөлімі | **Сабақ барасы** | **Уақыт**  **мөлшері** | **Ұйымдастыру кезеңі** |
|  | Дайындық бөлімі:  Оқушыларды сапқа тұрғызып, кезекшіден  мәлімет алып,сәлемдесу.  Сынып сап түзе ! Тік тұрындар !  Оқушыларды түгендеу  Орында оңға,солға, кері бұрылу  жаттығуларын орындату  Бір саппен қолды жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен жүреміз.  Қолды белге қойып,өкшемен жүреміз.  Жартылай және толық отырып жүреміз.  Отырып секіреміз.  Оң және сол қырымен қолды алға және артқа айналдырып жүгіреміз.  Тізені көтеріп жүгіреміз.  Аяқты артқа сермеп жүгіреміз.  Залды 2-3 рет жылдам жүгіру.  Тыныс алу жүйесін қалпына келтіру.  Жалпы дамыту жаттығуларын орындату  Негізгі бөлім:Кіші допты қашықтыққа лақтыру  **Оқушыларды қатарға тұрғызу**.Жаңа сабақпен таныстыру.Оқушылар кезекпен 2 реттен қашықтыққа кіші допты лақтырады.  Әр оқушының көрсеткішін мұғалім өзіне жазып алып,соған қарап бағаланады.Әр оқушының қабілетіне қарап нұсқау беріп отыруы тиіс.  Бұл сабақ барысында оқушыларды бір қатарға тұрғызып, оқушыларды кезектестіріп,кіші допты қашықтыққа лақтырту  Қорытынды бөлім:  Оқушыларды қатарға тұрғызу  Жаңа сабақты пысықтау  Оқушыларға жетістіктерімен,кемшіліктерін айтып түсіндіру  Оқушыларды бағалау  Үйге тапсырма беру | 10-15 мин  20-25 мин  4-5 мин | Оқушылардың спорттық  киіміне көңіл бөлу.  Денені тік ұстап,түзу жүру керек  Бір қалыпты жүргіру  Еркін дем алу,шығару  Жаттығуларды дұрыс әрі нақты жасау керек.  Жаттығудың орындалу  барысын қадағалау  Жаттығуды екі рет қайталаймыз  Жаттығуларды мұғалімнің айтып түсіндіруі бойынша дұрыс жасау керек.  Доп лақтыру кезінде қауіпсіздік ережесін  сақтау  Мұғалімнің рұқсатынсыз  допты нысанаға лақтармау  Әр оқушының қабілетіне қарап нұсқау беріп отыру.  Үйде өз еріктеріңмен доп лақтыру жаттығуларын орындау |