



Автор: ТАЕВ КАБДОЛЛА МУКАНОВИЧ

Предмет: Физическая культура

Класс: 4 класс

Раздел: Знание о здоровье и приобретение навыков через практику

Тема: Жүгіру арқылы денсаулықты нығайту

Цели обучения (ссылка на учебную программу):	4.1.3.1 Жүгіру жаттығулары арқылы денсаулықты нығайту.
Цели урока:	Білім алушылар дене жаттығуларын орындайды, кеңістікте және бір қалыптықты түсінеді
Языковые цели:	денсаулық, жаттығу, қалыпқа келу секіру, жоғары секіру, жылдамдық, ептілік, күш, иілгіштік, шыдамдылық дене бөліктері: қол, аяқ, бас, тізе, табан, иық көшбасшы, патриот, таза, әділ ойын қауіпсіздік, қауіп-қатер, секіру фазалары, допты лақтыру, мәреден өту
Ожидаемый результат:	Жаттығу кезінде қауіпсіздік шараларын сақтайалады. Командалық жарыстардағы қиындықтарды жеңу қабілетін көрсетеалады Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығуларының байланысын анықтайды.
Критерии успеха:	Жаттығу кезінде қауіпсіздік шараларын сақтайалады. Командалық жарыстардағы қиындықтарды жеңу қабілетін көрсетеалады Негізгі қимыл-қозғалыс жаттығуларының байланысын анықтайды.
Привитие ценностей:	Оқушыларды ынтымақтастыққа ,патриоттыққа,болжай білуге,өз ойын жеткізуге тәрбиелеу
Навыки использования ИКТ:	Ұялы телефонды қолдану.
Межпредметная связь:	Өзін -өзі тану, әдебиеттік оқу, музыка
Предыдущие знания:	Білім алушылар қауіпсіздіктің кейбір ұғымдарын білді. Білім алушылар өздерінің жүгіру, секіру және лақтыру сияқты қозғалу дағдыларын дамыту және жақсартуға жігерленеді. Жүгіру дағдылары жеке және топтық жаттығулар арқылы ойын негізінде байытылады. Бөлімнің соңында физикалық қасиеттер ойындар мен эстафета арқылы бекітіледі.

Ход урока

Этапы урока	Запланированная деятельность на уроке	Ресурсы
Начало урока	Ынтымақтастық атмосферасы. 1. Сапқа тұрғызу. Амандасу.Сабақтың тақырыбын,мақсатын түсіндіру. 2 .Иық тірес әдісі бойынша оқушылар бір-біріне сәттілік тілейді. 3. Б..Бой жазу жаттығулары.Сапқа тұрғызу..Сабақтың мақсаты: Жүгіру жаттығулары арқылы денсаулықты нығайту. Қауіпсіздік ережесін түсіндіру.	
Середина урока	(Т, Ж, ҚБ) Сыныпты 2 топқа бөлеміз. Топтың атауы. Ұраны. Жүгіру дағдыларын дамыту үшін эстафеталық ойындарды өткізу. 1 этап. Сөре сызығынан мәре сызығына дейін баскетбол добын жерге бір қолмен соғып барып, қайтарда жылдамдықпен жүгіріп келу.Ауызша мадақтау.. 2- этап. Сөре сызығынан мәре сызығына дейін футбол добын жерде немесе еденде аяқпен алып жүру.Бас бармақпен бағалау. 3 этап. Сөре сызығынан мәре сызығына дейін екі допты екі қолына қысып алып жүгіріп келу. Шапалақ арқылы бағалау. Дескриптор :Баскетбол добын бір қолмен соға отыра алға жылдамдықпен жүгіре алады.Екі допты қысып алып жүгіруді көрсетеді. Футбол добын еденде аяқпен алып жүреді. 4 этап. Сөре сызығынан мәре сызығына дейін допты иектің астына қыстырып алып жүгіріп барып, қайтарда допсыз жылдам жүгіріп келу. Ауызша мадақтау. 5 этап - Сөре сызығынан мәре сызығына дейін теннис добын ракеткамен алып жүру Командалардың ішінде ережені бұзбай, бірінші келген команда жеңіске жетеді. Бас бармақпен бағалау.	
Конец урока	Марапаттау. Әдіс- тәсіл .Ыстық орындық.	

Этапы урока	Запланированная деятельность на уроке	Ресурсы
Рефлексия	Рефлексия Бүгінгі сабақта болған көңіл – күйді «Алма ағашы» бойынша бағалау.	