

АНЫҚТАМА

14 – 23 қазан күндері өтетін «Дене шынықтыру және спорт» онкүндігінің жоспары.

Мақсаты: Салауатты өмір салтын қалыптастыру оқушылардың спортқа деген қызығушылығын арттыру білімді, өнерлі спортқа шын берілген ұрпақ тәрбиелеу.

Ұраны: Күнделікті дене белсенділігі, денсаулық кепілі.

2024 жылдың 14 – 23 қазан аралығында «Астрахан ауылының №1 ЖОББМ» КММ дене шынықтыру окүндігі өткізілді соған орай бекітілген жоспарға сәйкес бір қатар іс – шаралар өткізілді.

№	Күні	Сабақтың тақырыбы	Өткізу мерзімі	Сыныптар	Жауапты мұғалім
1	14.10. 2024	Апталықтың ашылуына орай салтанатты жиын (Флешмоб)	07 : 40-08:00	5 – 11 сыныптар	Асханбай Ж Елиманов Е.С.
2	14.10. 2024	Ұлттық ойын «Асық ату» бойынша мектепшілік жарыс	16 : 00-18:00	9, 10,11 және мұғалімдер арасында	Асханбай Ж Елиманов Е.С.
3	15.10.2024	«Көңілді эстафеталық ойындар»	09:30-10:30	1 сыныптар арасында	Отениязова А.А. Утеева З.Ж.
4	15.10.2024	Тоғызқұмалақ ойынынан мектепшілік жарыс	15 : 30-17:30	8 – 11 сыныптар	Асханбай Ж Елиманов Е.С.
5	16.10.2024	Ашық сабақ «Ұлттық ойындар»	4 сабақ	7 «Ә»	Асханбай Ж
6	16.10.2024	Футболдан мектепшілік жарыс	15 : 00-18:00	7 – 8 сыныптар	Асханбай Ж Елиманов Е.С.
7	17.10.2024	Баскетбол ойынының әдіс-тәсілдері	6 сабақ	10 сынып	Елиманов Е.С.
8	17.10.2024	«Спорт – біздің ойынымыз!»	4 сабақ 2 ауысым	2 сыныптар арасында	Казанбаева А.А. Касимова Д.К
9	17.10.2024	«Көңілді эстафеталық ойындар»	6 сабақ	3 сыныптар арасында	Олжабек С. Имантаева А.К.
10	21.10.2024	Көңілді Эстафета	18:00-19:30	Мұғалімдер арасында	Елиманов Е.С.
11	22.10.2024	Волейбол ойынынан жарыс	18:00-20:00	Мұғалімдер, оқушылар, ата-аналар арасында	Асханбай Ж.

14.10.2024 жылы дене шынықтыру пәнінің мұғалімдері Асханбай Ж пен Елиманов Е.С апталықтың ашылуына орай 5 – 11 сыныптар арасында салтанатты жиын (Флешмоб) өткізді флешмобқа барлық сынып оқушылары мен ұстаздар белсене қатысты.



14.10.2024 жылы дене шынықтыру пәнінің мұғалімдері Асханбай Ж пен Елиманов Е.С 9,10,11 сынып ер балалары мен ұстаздар арасында қазақтың ұлттық ойыны «Асық ату» ойыны бойынша достық кездесу өтті. белсене қатысқан оқушылар марапатталды.



15.10.2024 жылы дене шынықтыру пәнінің мұғалімдері Асханбай Ж пен Елиманов Е.С 8 – 11 сыныптар арасында ұлтты қойын «Тоғызқұмалақтан» мекетішілік жарыс өткізді оқушылар толықтай белсене қатысты.



16.10.2024 жылы Асханбай Ж. 7 ә сыныбымен көшпенділер ойыны «Ұлттық ойындар» тақырыбында ашық сабақ өткізді. Сабаққа 16 оқушы қатысты.

Мақсаты: Ұлттық ойындар туралы түсінік бере отырып, ұлттық ойындарды ойнату арқылы ептілікке, табандылыққа, ұйымшылдыққа баулу. Қолайлы оқу-үйрену ортасын қалыптастыру бойынша біріккен, әрі тиімді жұмыс дағдыларын қалыптастыру және көрсете білу.

Ұйымдастыру кезінде оқушыларды бір қатарға тұрғызып реттік сандарға саналды күнделікті сабақ барысында қауіпсіздік ережесін еске түсіндірумен бастады. Мұғалім оқушылармен дене қыздыру жаттығуларын жасады, яғни бұнда жеңіл жүгіріс, қозғалыста жүгіру, кедергілер арқылы жүгіру, қолдарын жоғары ұстап жүгіру, аяқтың сыртқы және ішкі жағымен жүру сияқты әр түрлі жаттығулар жасатты.

Жаттығудан соң оқушылар қанталапай ойыны бойынша асықтар талау арқылы екі топқа бөліп ойын ережесімен таныстырып, ұлттық ойындарға барлық оқушылар белсене қатыса білді ойын барысында оқушылар бір біріне деген кішіпейілдік, қамқорлық көрсете білді.

Бүгінгі сабақ барысында дене шынықтыру пәнінің мұғалімі өз мақсатына және міндетіне жетті.



16.10.2024 жылы дене шынықтыру пәнінің мұғалімдері Асханбай Ж пен Елиманов Е.С 7 – 8 сыныптар арасында футболдан мектепшілік жарыс өткізді жарысқа мектеп оқушылары толыққанды белсене қатысып, қатысқан оқушылар марапатталды.



17.10.2024 жылы Елиманов Е.С. 10 сыныбымен қозғалмалы ойындар «Баскетбол ойынының әдіс - тәсілдері» тақырыбында ашық сабақ өткізді. Сабаққа 15 оқушы қатысты.

Мақсаты: оқушыларға «Баскетбол ойынының ережесі» ойынының ережесімен толықтай таныстырып ойын барысында ойын ережесін толық меңгергеніне көз жеткізу, қимыл қозғалыс арқылы баланың функциялық өсуіне мән беру.

Ұйымдастыру кезінде оқушыларды бір қатарға тұрғызып реттік сандарға саналды күнделікті сабақ барысында қауіпсіздік ережесін еске түсіндірумен бастады. Мұғалім оқушылармен дене қыздыру жаттығуларын жасады, яғни бұнда жеңіл жүгіріс, қозғалыста жүгіру, кедергілер арқылы жүгіру, қолдарын жоғары ұстап жүгіру, аяқтың сыртқы және ішкі жағымен жүру сияқты әр түрлі жаттығулар жасатты. Жаттығудан соң оқушылар екі топқа бөліп ойын ережесімен таныстырып, түрлі әдіс – тәсілдерді пайдалана отырып әр – түрлі жаттығулар орындады және сабақ соңында баскетбол ойынын ойнады. Барлық оқушылар белсене қатыса білді ойын барысында оқушылар бір біріне деген кішіпейілдік, қамқорлық көрсете білді. Бүгінгі сабақ барысында дене шынықтыру пәнінің мұғалімі өз мақсатына және міндетіне жетті.



17.10 күні дене шынықтыру онкүндігінің аясында 2"а" және 2"ә"сынып арасында "Спорт-біздің ойынымыз!" атты эстафеталық жарыс өтті.

Мақсаты: Оқушыларға салауатты өмір салтын ұстану туралы түсініктерін қалыптастыру, спортқа деген қызығушылықтарын арттыру. Ептілікке, жылдамдыққа, жауапкершілікке баулу.

Сынып жетекшілері Казанбаева А.А, Касимова Д.К



17.10 күні дене шынықтыру онкүндігінің аясында 3"а" және 3"ә"сынып арасында "Көңілді эстафеталық ойындар!" атты эстафеталық жарыс өтті.

Мақсаты: Оқушыларға салауатты өмір салтын ұстану туралы түсініктерін қалыптастыру, спортқа деген қызығушылықтарын арттыру. Ептілікке, жылдамдыққа, жауапкершілікке баулу.

Сынып жетекшілер: Олжабек С, Имантаева А.К.



21.10.2024 жылы дене шынықтыру пәнінің мұғалімі Елиманов Е.С. мектебіміздің ұстаздары арасында «Көңілді эстафета» жарысын өткізді, жарысқа мектебіміздің белсенді ұстаздарынан құралға екі команда қатысты, эстафета қызықты да тартымды өтті барлық қатысқан ұстаздар қауымы марапатталды.

Мақсаты: Оқушылармен қоса мектеп ұжымын спортқа баулу және де спортқа деген қызығушылықтарын арттыру яғни шынықсаң шымыр боласың дегендей.



22.10.2024 жылы дене шынықтыру пәнінің мұғалімдері Асханбай Ж оқушылар мен ата – аналар арасында волейболдан мектепшілік жарыс өткізді жарысқа мектеп оқушылары толыққанды белсене қатысып, қатысқан оқушылар марапатталды.



23.10.2024 жылы дене шынықтыру пәнінің мұғалімдері Асханбай Ж ген Елиманов Е.С «Дене шынықтыру және спорт» онкүндігін қорытындылап, онкүндік барысында белсене қатысқан оқушыларды марапаттады.

Ақмола облысы
Астрахан ауданы
«Астрахан аулының №1 ЖОББМ» КММ

«Дене шынықтыру және спорт»
онкүндігінде атқарылған жұмыс
есебі

2024 – 2025 оқу жылы.