



Автор: БОКИШЕВ ТАЛГАТ КАБДОЛЛАЕВИЧ

Пән: Дене шынықтыру

Сынып: 7-сынып

Бөлім: Жеңіл атлетика арқылы белсенді өмір салтын қалыптастыру

Тақырып: Қауіпсіздік ережесі.Спринттік жүгіруді жетілдіру

| | |
|---|--|
| Оқу мақсаттары (оқу бағдарламасына сілтемеу): | Денсаулыққа қатысты күрделі мәселелерді, техникалық қауіпсіздігін, денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп қатерді төмендетуді түсіну және мұқият сипаттай білу |
| Сабақтың мақсаты: | Білім алушылар денсаулыққа кері әсерін тигізуі мүмкін қауіп қатерлерді түсінеді |
| Тілдік мақсаттар: | екпін алу, итерілу, ұшу, қону, қашықтық бойынша жүгіру |
| Күтілетін нәтиже: | Білім алушылар бір-бірімен келісіп және үйлесімді жұмыс жасауға тәрбиелеу |
| Бағалау критерийлері: | Бағалау барысында оқушылардың деңгейі анықталды |
| Құндылықтарды дарыту: | Білім алушылар бір-бірімен келісіп және үйлесімді жұмыс жасауға тәрбиелеу |
| АКТ-ны қолдану дағдылары: | Планшет қолдану |
| Пәнаралық байланыс: | Биология пәнімен байланыс-дене мүшелерін анықтай біледі |
| Бастапқы білім: | Дене шынықтыру сабағында қауіпсіздік техникасын меңгерді |

Сабақ барысы

| Сабақ кезеңдері | Жоспарланған іс-әрекет | Ресурстар |
|-------------------------------|--|-----------|
| Сабақтың басы (10 минут) | Дайындық бөлімі | |
| Сабақтың ортасы (25 минут) | Қауіпсіздік техникасы бойынша жалпы талаптар | |
| Сабақтың соңы (5 минут) | Сабақ соңында оқушылар рефлексия жүргізеді | |
| Рефлексия | Екі жұлдыз, бір ұсыныс | |
| Қауіпсіздік ережесі (5 минут) | денсаулық және қауіпсіздік техникасының сақталуы | |
| Дайындық бөлімі | сапқа тұру, сабақтың тақырыбын хабарлау. санау арқылы екі топқа бөлу | |