

# Сауықтыру бағытындағы дене тәрбиесі



## *Мақсаты:*

- *Дене тәрбиесі арқылы денсаулықты арттыру, баланың спортқа деген сүйіспеншілігін ояту. Еңбек сүйгіштікке, белсенділікке, өмірге деген қызығушылығын арттыру.*

## *Көрнекілігі:*

- *Жылжымалы тақта, слайд.*

# *Сәлемдесу тренингі*



Оқушылар қорапшадан пішіні бірдей қағазды алады. Қағаздары бірдей болып түскен балалар бір-бірімен сәлемдеседі.

Сәлемдесу барысы:

- Сәлем досым(қол алысады)
- Қалай жағдайың?(иық қағысады)
- Қалай демалдың?(күшақтасады)
- Бір-біріне тілек айтады



Сұрақ?



Жауап!

# Сұрақ-жауап

- Ат үстінде ойнатылатын ұлттық спорт түрлері?
- Белдік арқылы жүргізілетін спорт түрлері?
- Қазақ халқының атақты палуандары
- Ең алғашқы Қазақстан барысы
- Қазақтың ұлттық спорт түрлері
- 1 пұтта қанша кг бар?



# Мақалды жалғастыр:

- Жарлының байлығы, ...
- Күш .... ..
- Жан ауырса тән азады,...
- Тәні саудың ...
- ..... .. Боларсың
- Жарасын .... ..
- Тер шықпаған кісіден, .... ..
- .... .., дәрінің тәттісі жоқ
- Бірге .... Болғанмен, .... .. Жоқ
- Өлім деген ойран, .... ..





# Сергіу сәті

- Балалар шеңбер болып тұрып бір-бірінің арқасын жүргізушінің айтқаны бойынша орындайды. Жүргізуші: ең алдымен жел соғады, күн-күркіреді, жаңбыр қатты жауады, жаңбыр жай сіркіреді, аспан ашылады және самал жел соғады.

# Қорытынды:

- Сонымен бүгінгі тәрбие сағатынан қандай пайдалы кеңестер мен әсер алдыңыздар?

Болашақта дені сау ұрпақ болып қалыптасып, елі үшін бар күш жігерін салатын ер азамат-азаматша болуларыңа тілектеспіз. Олай болса бүгінгі тәрбие сағатымызды аяқтауға рұқсат етіңіздер!