Келісемін: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Бекітемін:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

ОІМ: Балпанова С.Р. Мектеп директоры: Шахатова Ж.К.

 «Елтай орта мектебі» КММ

АШЫҚ САБАҚ

 **Тақырыбы:** *«Жүзден жүйрік, мыңнан тұлпар»*

**Пәні:** Дене шынықтыру

Сыныбы: 9

**Мұғалімі:** Көмекбай Б.

2018-2019 оқу жылы

**Тақырыбы:** «Жүзден жүйрік, мыңнан тұлпар» эстафеталық ойын

**Мақсаты:**   1.Салауатты өмір салтын насихаттай отырып эстафета

                     спорттық ойынын дамыту және спортшылар арасында достық

                     қарым-қатынасты нығайту.

                    2. Оқушылардың дене дайындығын арттырып, денсаулығын

                     нығайту.

Мұғалім: Құрметті жарысқа қатысушылар, жанкүйерлер. Бүгін өткізгелі  отырған «Жүзден жүйрік, мыңнан тұлпар» жарысына қош келдіңіздер!

Салауаттық өмір салтын қолдаймыз,

Жамандықтан жанымызды қорғаймыз.

Денсаулықты жанымызға серік қып,

Болашаққа аманат қып жолдаймыз! –дей келе ортаға қатысушы командаларды шақырамыз.

9 сынып оқушыларынан құралған «Алау» және «Тұлпар» топтары

Ал енді спорт заңы бойынша қазылар алқасымен таныстырып өтейік:

Ұйымдастыру кезеңі

Саптағы жаттығулар (бас, қол, бел, аяқ жаттығулары)

Секіру, жүгіру жаттығулары

Бағдарламадағы ойындар тізбегі бойынша таныстырып өтелік.

Таныстыру (топтың аты, ұраны, төс белгі)

Кім жылдам?(100 метрге жүгіру)

Кім күшті? (берілген доптарды құлатпай алып жүру)

Кім озар? (футбол добын аяқпен алып жүру)

Кім ер жүрек (ракеткамен шар алып жүру)

Кім батыр? (бір орыннан ұзындыққа секіру)

 Топпен жүгіру

Құрметті ұстаздар мен оқушылар! Салауатты өмір сүру өз қолымызда. Осы мақсатта біз бүгін «Жүзден жүйрік, мыңнан тұлпар» эстафеталық жарысын ұйымдастырып отырмыз. Олай болса кезеңдерге көшелік.

Ал, спорт сүйер қауым, асыға күтіп отырған боларсыз, бүгінгі сайысымыздың жеңімпаздарын анықтауды қазылар алқасына тапсырайық. Қорытынды сөз.

 

 