

Дене шынықтыру бірлестігі күндер аясында өткізілген іс шараларының

ТАЛДАУЫ

Дене тәрбиесінен қажетті біліктілік пен дағдыларды меңгеру – әрбір жасөспірімнің міндеті. Себебі кез келген елдің болашағы оның халқының, соның ішінде, жастарының денсаулығы мен күш-қуатына байланысты. Олай болса, мектеп білім алушыларының денсаулығы – елдің де, қоғамның да байлығы деген сөз.

«Денсаулық – зор байлық», «денсаулығыңды күт» деген сөздерді күнде естіп жүргенмен, оған мән бермейтіндер бар. Әрбір азамат өз денсаулығының қамын өзі ойлауы керек. Осы мақсатта мектепте дене шынықтыру сабақтары мен әр түрлі іс-шаралар өткізіледі. Бірақ бұлардың бәрі дененің қалыпты дамып, жетілуіне ойдағыдай әсер ете алмайды. Сол себепті де білім алушылар дене шынықтыру жаттығуларымен ұдайы және жеке айналысулары керек. Шынығу – денсаулықты сақтаудың және оны нығайтудың ең қолайлы жолы. Шыныға білу, яғни денсаулықты нығайту білім алушылардың өздеріне ғана байланысты.

Дене шынықтыру жаттығулары организмнің жұмысына жағымды әсер етіп, ақыл-ой қызметін жақсартады және денсаулықты нығайтуға жәрдемдеседі. Жас буын өз еліне пайдасын тигізу үшін – дені сау, күшті әрі төзімді болуы тиіс. Бұған дене тәрбиесі сабағы арқылы және сабақтан тыс кезде жеке машықтану арқылы қол жеткізуге болады.

Дене жаттығуларымен айналысқанда мұғалімнің көмегіне сүйене бермей, жүйелі түрде жеке-дара машықтануға үйренген жөн.

Мектебімізде 03 – 07.03. 2025 ж. аралығында «Дені сау ұрпақ - ел болашағы!» атты дене шынықтыру бірлестігінің апталығы өтті.

Мақсаты:

- дене шынықтыру үрдісінде бағалы моральдық және ерік-жігер қасиеттерін тәрбиелеу;
- дені сау, білімді, намысшыл парасатты еңбекқор ұрпақ қалыптастыру;
- білімдерін, шеберліктері мен дағдыларын күнделікті өмірлерінде қолдану

Апталық кезінде ашық сабақтар, кластан тыс шаралар, жоспарға сай жүргізілді.



4 наурыз дене шынықтыру пәнінің мұғалімі Нургалиева С.А. 1 «Б» класында «Қозғалмалы ойындар арқылы қимыл-тірек аппаратын дамыту» бөлімінен «Доппен ойын» тақырыбында ашық сабақ өткізді.

Сабақтың ұйымдастыру жақсы деңгейде өткізілді. Оқушылармен жұмыс жасау кезінде, мұғалім жаңа сабақты оқушыларға түсінікті етіп жеткізе білді. Көрсету, бақылауға аса жоғары мән берілді. Көрнекілік құралдарды пайдаланып және жақсы мысалдарды қолданып сабақтың тақырыбын ашты, мысал келтіру барысында сұрақтар қоя отырып оқушылармен диалогқа түсті. Оқушылар сабақтың ортасында берілген тапсырмаларды орындап, мұғаліммен кері байланыс жүргізді. Сабақ жақсы деңгейде өтті



4 наурыз дене шынықтыру пәнінің мұғалімі Сағындық А.Х. 9 «Б» класында «Команда құру ойындары» бөлімінен «Ойын кезіндегі мәселені шешу дағдысын жетілтіру» тақырыбында ашық сабақ өткізді. Сабақтың берілуі, жүйелілігі жоғары деңгейде болды. Деңгейлік тапсырмалар мен жаттығулар орындалды. Сабақта мұғалім мен оқушы арасында жақсы қарым-қатынас байқалады. Сабақты меңгерудегі оқушылардың белсенділігі жоғарғы деңгейде. Сабақ бөлімдері мен реттілігі сақталды. Оқушылармен жұмыс жасау кезінде, мұғалім жаңа сабақты оқушыларға түсінікті етіп жеткізе білді. Мұғалім мен оқушылар арасында өзара түсінушілік, жақсы қарым-қатынас байқалады. Сабақ мақсатына жетті.

5 наурыз дене шынықтыру пәнінің мұғалімі Нургалиева К.К. 4 «В» класында «Бірлескен және шытырман тапсырмалар арқылы оқыту» бөлімінен **Баскетбол элементтері бар ойындар** тақырыбында ашық сабақ өткізді. Сабақ барысында «мозайка» әдісін пайдаланып шағын топтарға бөлу, оқушылармен жұмыс жасау кезінде, түсіндіру, көрсету тәсілдеріне аса жоғары мән берілді. Оқушылар тарапынан жаңа дағдыны меңгеру кезіндегі кеткен қателіктерді, қайталаулар арқылы түзетті. Сабақтың бөлімдері арасындағы жүйелілік, сабақтың құрылымы сақталынды. Оқушыларға сабақтың негізгі мәліметтері мен тапсырмалары арнайы дайындалған суреттер арқылы берілді. Сабақты меңгерудегі оқушылардың белсенділігі жоғарғы деңгейде. Сабақ мақсатына жетті.



5 наурыз дене шынықтыру пәнінің мұғалімі Турсынбаев Н.Ж. 4 «Б» класында **Шытырман және бірлескен тапсырмалар арқылы оқыту** тақырыбында ашық сабақ өткізді.

Сабақтың берілуі, жүйелілігі жақсы сақталынды. Деңгейлік тапсырмалар мен жаттығулар орындалды. Сабақта мұғалім мен оқушы арасында жақсы қарым-қатынас байқалады. Оқушылар сабақтың ортасында көрнекілік құралдардағы тапсырмаларды қарап, орындап, мұғаліммен кері байланыс жүргізді. Сабақ мақсатына жетті.



5 наурыз дене шынықтыру пәнінің мұғалімі Сағындық Б.Х. 5 «А» класына «Бірлескен іс-әрекеттегі ойын-сауық ойындары» бөлімінен **Ойын арқылы қиындықтарды шешу жолдарына оқыту. Баскетбол.** Допты кеудеден екі қолмен беру тақырыбында ашық сабақ өткізді. Көрнекілік құралдарды пайдаланып және жақсы мысалдарды қолданып сабақтың тақырыбын ашты, мысал келтіру барысында сұрақтар қоя отырып оқушылармен диалогқа түсті. Сабақта мұғалім мен оқушы арасында жақсы қарым-қатынас байқалады. Сабақты меңгерудегі оқушылардың белсенділігі жоғарғы деңгейде. Оқушылар сабақтың ортасында көрнекілік құралдардағы тапсырмаларды қарап, орындап, мұғаліммен кері байланыс жүргізді. Сабақ жоғары деңгейде өтті.



5 наурыз дене шынықтыру пәнінің мұғалімі Куанышбай Н.Т. 7 «В» класына «Шытырман және команда құрушы ойындар» бөлімінен **Ойындар арқылы мәселелерді шешу дағдыларын жетілдіру** тақырыбында ашық сабақ өткізді.

Сабақ барысында «мозайка» әдісін пайдаланып шағын топтарға бөлу, оқушылармен жұмыс жасау кезінде, түсіндіру, көрсету тәсілдеріне аса жоғары мән берілді. Оқушылар тарапынан жаңа дағдыны меңгеру кезіндегі кеткен қателіктерді, қайталаулар арқылы түзетті. Сабақтың бөлімдері арасындағы жүйелілік, сабақтың құрылымы сақталынды. Оқушыларға сабақтың негізгі мәліметтері мен тапсырмалары арнайы дайындалған суреттер арқылы берілді. Сабақты меңгерудегі оқушылардың белсенділігі жоғарғы деңгейде. Сабақ мақсатына жетті.



03.03.2025ж. күні «Дені сау ұрпақ – ел болашағы» атты дене шынықтыру пәні бірлестігі апталығының аясында класаралық «Пионербол» жарысы өткізілді. Жарыс 4 класс ер балалар және қыз балалар арасында бөлек өткізілді. Барлығы сайысқа 48 оқушы қатысты. Жарыс нәтижесінде ер балалар арасында:

I орынды – 4 «Ә» класы,

II орынды – 4 «А» класы,

III орынды – 4 «Б» кластары жеңіп алды.

Ал қыз балалар арасында:

I орынды – 4 «Ә» класы,

II орынды – 4 «А» класы,

III орынды – 4 «Б» кластары жеңіп алды.



06.03.2025ж. күні дене шынықтыру пәні бірлестігі апталығының аясында **Streetball** жарысы өткізілді. Жарыс 5-8 класс қыз балалар арасында өтті. Барлығы жарысқа 20 оқушы қатысты.

Нәтижесінде:

- I орын** – «Орхидея» командасы,
- II орын** – «Skyline» командасы,
- III орын** – «Тигр» командасы иеленді.



07.03.2023ж. күні дене шынықтыру бірлестігі апталығының аясында Мұғалім – Ата-ана – Оқушы арасында «Волейбол» жарысы ұйымдастырылды.

Нәтижесінде ерлер арасында:

I – орын Мұғалімдер командасы,
II – орын Әкелер командасы,
III – орын Оқушы командасы,

Қыздар арасында:

I – орын Оқушы командасы,
II – орын Мұғалімдер командасы,
III – орын Аналар командалары жеңіп алды.

Қорытынды:

- Дене шынықтыру бірлестігі апталығы жоспарға сай, жақсы деңгейде өтті.
- Дене шынықтыру бірлестігі пән мұғалімдерінің сабақтары жоғары деңгейде өткізілді.

Ұсыныс:

- Сабақтардың сапалы деңгейде берілуін жалғастыру;
- Пән мұғалімдерінің сабақтарын басылымдарға жіберу;