

Бекітемін: *Асау*
«Күншуақ» жекеменші
бөбекжай – бақшасының
әдіскері: Жақсылықова А.Ә.

Денсаулық күні: «Біз болашақ спортшылар»
Эстафеталық сайыс: «Теңге алу»



Тәрбиеші: Сатыбалдиева Б

Таушық, 14.10.2024ж

Физиялогиялық қасиеттері дамыту

Пән: Дене шынықтыру

Мақсаты: Бөбекжай бүлдіршіндері және ата-аналарды сұлу да сымбатты, денсаулығы күшті болу үшін денені шынықтыру, спортпен айналысуы қажет екендігінің маңызын түсіндіру. Бірлесіп жұмыс жасауға, салауатты өмір салтын сақтауға, спортқа деген қызығушылықтарын арттыру. Ұлтық қасиеттерді, ұлттық мәдениетті жаңғырту. Ойын ойнау арқылы қимыл қозғалысын дамыту.

Әдіс тәсілдер: Түсіндіру, көрсету, мадақтау

Қолданатын құрал жабдықтар:

Жүргізуші: Армысыздар, ата-аналар, ұстаздар! Армысыздар! Болашақтың бастауы, балғын шақты балалар! Болашақ үшін қиындыққа қол созған соң, үміт күткен ел арманың қолдасын! Бүлдіршіннің жүрегіне жол тартқан, ізгі ниет жақсы өнерге тозбасын, -дегендей, бүгін «Теңге алу» атты отбасылық эстафеталық жарысымызға қош келдіңіздер!

Жігерің бар, талабың бар қайратың,
Мақсат тұтсаң қанатың бар талмайтын.
Өз-өзіңді ұстай білсең тартының,
Өмірің бар әлі алда солмайтын-

демекші салауатты өмір салтын ұстанып, спортты серік ететін ата-аналар мен бүлдіршіндерді ортаға шақырайық.

1. «Жалын» тобы
2. «Қыран» тобы

Жүргізуші: Бүгінгі өтетін эстафеталық жарысымыз 4 турдан тұрады.

1. «Кім жылдам?» /балалар /
2. «Біз шапшаңбыз» /балалар/
3. «Қайраттылар» / балалар/
4. «Жылдам секір » /балалар/
5. «Теңге алу» ұлттық ойыны

Осындай тапқыр достар кез-келген де,
Жетсін-ау жарыстарда жеңгенге не?

Қарсылас болғанымен құрбысыңдар

Тілейміз ізгі тілек сіздерге де!-ден бүгінгі сайысымызға қатысқалы келген қатысушыларымызды қолдап қошеметтеп отырайық.

Спорттық сайысымыз 5 балдық жүйемен бағаланады.

Жүргізуші: Сайыстың шарттарымен таныс болдық, әр сайысымызды әділқазылар 3-4-5 деген ұпаймен бағалайды. Ендеше сайысымызды бастайық.

Ойынның атауы: «Кім жылдам?» /балалар /

Ойынның шарты: мәреге дейін жылдамдықпен жүгіріп кері қайту, шапшаңдық таныту.

Ойынның атауы: «Біз шапшаңбыз» /балалар/

Ойынның шарты: Балалар мәреде карзинаның ішінде тұрған үрілген 5 кішкентай шарларды сөреде тұрған карзинаға тасуы керек. Ойын шар біткенше жалғасады.

Ойынның атауы: «Қайраттылар» /балалар/

Ойынның шарты: Балалар мәреден аяқтарына допты қыстырып алып, кедергілер арасымен жүгіріп, жүріп, мәреге келу

Ойынның атауы: «Жылдам секір » /балалар/

Ойынның шарты: Ойынды балаларға берілген сақиналардың ішімен секіріп, мәреге келуі керек.

Ойынның атауы: «Теңге алу » /балалар/

Ойынның шарты: Желіп келе жатқан аттың үстіне отырып желісін баяулатпастан төменге тез иіліп сол және оң жағынан орамалмен оралған теңгені көтеріп, артына тастап отыруы керек.

Әрбір сәтсіз талыныстың артына айыптық уақыт белгіленеді. Теңгені көп ілген салт атты жеңімпаз аталады. Теңге ілушілер теңгені орнынан іліп лақтырып тастауы керек.

Жарысқа бекітілген ережеге сай спортшының уақыты, ілген теңгесінің санына бөліп қортындысы шығарылады.

**Жарыс заңы ежелден-
Жеңімпазды анықтау,
Жеңімпаз болу шарты сол-
Еңбектену, жалықпау.**

Біреу озса сайыста.

Біреу артта қалады

Жеңілгендер ренжімей,

**Тараса бізге жарады-олай болса, құрметті сайысқа қатысқан қатысушы ата-аналар
бүлдіршіндер, сіздер бүгін өз күш жігерлеріңізді, шымыр шыныққан екендеріңізді дәлелдедіңіздер.**

Таңданайық, спортқа тамсанайық,

Бәріміз де қосылып, қол соғайық

Шабыттансын, көңілдерің көтерілсін

Сайыскерлерді мадақтап қол соғайық!-дей келе, сайысымыздың аяқталар сәтіне келіп
жеттік. Олай болса, бүгінгі сайыскер отбасыларды мадақтау үшін сөзді әділ бағаларын беретін
әділқазылар алқасына берейік. (Жеңімпаздарды дипломмен марапаттау)

Жүргізуші: Құрметті қонақтар балалар жүлделеріңіз құтты болсын! Алтын уақыттарыңызды
бөліп келгендеріңізге рахмет. Қош сау болыңыздар!

