

*Бекітемін:*  
*«Күншуақ» жекеменшік*  
*бөбекжай-бақшасының*  
*әдіскері: Жақсылықова А.Ә.*

# «Денсаулықты шындаймыз , Біз бақытты балдаймыз.»



Тәрбиешілер: Ходжа-Ахметова

Ересектер «Ер Төстік» тобы

Таушық 10.10.2023

## «Денсаулықты шыңдаймыз, біз бақытты, балдаймыз»

### Музыкалық-спорттық шара

**Мақсаты:** Балаларды әсем жүре білуге, секіру түрлерін орындауға, еңбектеуге жаттықтыру. Музыканың сүйемелдеуімен қимылдарды үйлесімді жасай білуге үйрету. Музыкалық шығармаларды пайдалану арқылы жылдамдық, ырғақ, динамика сияқты қимылдарды үйрету және спорттық жаттығуларды орындау барысында зейіндерін, есте сақтау қабілеттерін дамыту. Ептілік, төзімділік, шапшаңдық сияқты дене сапаларын тәрбиелеу. Педагог пен балалар арасында байланысты, ынтымақтастықты нығайту.

**Қатысушылар саны:** 6+6 (1 пед+ 5бала). Тобы: Ортаңғы, кіші топ

**Пайдаланылатын құрал-жабдықтар:** батут доптар, жалаушалар, құрсаулар, самокат, ұсақ ойыншықтар, кішкене доптар, сандықша.

### Ұйымдастырылу кезең:

**Әуенді ырғақты таныстыру.** Әр топ өздерің әуенді ырғақпен таныстырады. 1+5. (топ атауы, ұрандары болуы керек)

### Жаттығулар

Балалар музыка әуенімен сапқа тұрады. Тізбекті сапта келе жатып мынадай жүрістерді орындайды:

Қолдарын жайып, «жылан» жүрісімен жүреді:



Жүрісіңнен жаңылма,  
Жылдамырақ адымда.  
Шапалақта алақан,  
Тездет енді балақан!

Балалар қолдарын шапалақтап, жүрістерін жылдамдатады.

Мойындарын созып, қаз сияқты жүру:



Тізені сәл бүгіндер,  
Қолды артта ұстандар.  
Алға мойын созыңдар,  
Қане, қазға ұқсандар!

Аю сияқты қорбандап жүру: Екі жаққа қисайып,  
Қане, аюға ұқсайық!



Жаймен жүрісті баяулатады: Екі иықтың тұсында  
Екі қолды бүгіндер.  
Енді жеңіл жүріңдер.

Аяқтың ұшымен жүру: Тықылдатпа таяқты,  
Ақырын бас аяқты.

Қозғап барлақ дененді,  
Қолды қатты соқ енді!

Жәй жүру және бір мезгілде қолдың білезігін айналдыру.

Шеңбер бойымен жүріп, тыныс алу жаттығуын жасау.

- Балалар, қазір жылдың қай мезгілі?
- Күз
- Күз ерекшеліктерін атап беріңдерші?
- балалардың жауабы.
- Күз мезгілі басқа жыл мезгілдеріне қарағанда несімен ерекшеленеді?
- балалардың жауабы (жеміс-жидек, көкөністер, егін алқабының пісуі т.б. Жеміс жидектерден түрлі дәрумендер барын, оның адам ағзасына пайдасын айту.)
- Жарайсыңдар. Ал сіздер күзге байланысты әндер білесіздер ме?
- Иә.

Ән: «Алтын күз».

-Тамаша, балалар! Біз денемізге жаттығулар жасадық, өлең айтып дауысымызға жаттығу жасадық. Енді денемізді шынықтыруға арналған тапсырмаларды орындауға дайынбыз ба?

-Иә, дайынбыз.

### Тапсырмалар

### 1. «Жалаушамен жүгір»

Бірінші Педагог екі жалаушаны екі қолына ұстап, жүгіріп барып үстел үстіне қояды да орнына келеді. Екінші бала жүгіріп барып, жалаушаны алып келеді де келесі балаға береді. Ойын осылай жалғасады. Қатысушылар: **Педагог және бала.**

### 2. «Доп-доп секіру» ойыны

Балалар үлкен гимнастикалық допқа отырып, белгілі арақашықтықты өтіп, өз орнына оралып, допты келесі ойыншыға береді. Қатысушылар: **Педагог және бала.**

### 3. «Самокатпен жарыс»

Балалар самокат теуіп, кедергілерден өтіп, белгіні айналып, самокатты келесі ойыншыға береді. Ойын осылай жалғасады. Балалардың шапшаңдығы, ұқыптылығы байқалады. Қатысушылар: **Балалар.**

### 4. «Кұрсаудан құрсауға»

Балалардың алдына бес құрсау қойылған. Осы құрсаудан құрсауға балалар қосаяқтап секіріп нысанаға жетіп қол соғып, кері қарай жүгіреді. Қатысушылар: **Педагог және балалар.**

### 5. «Теңбіл доп»

Балалар допты нысанаға дейін жерге ұрып барып, нысанаға тигізіп кері қайтарда допты қолына ұстап жүгіреді. Қатысушылар: **Педагог және балалар.**

### 6. «Кім епті?»

Балалар алдында жайылған төсеніштің (матрас) үстінен домалап нысанаға қол тигізіп кері жүгіріп кайтады. Қатысушы: **Балалар.**

### 7. «Сиқырлы сандықша»

Шағын сандықша ішінде тәтті кәмпиттер жасырынған. Балалар біртіндеп жүгіріп келіп, осы қорапшаны өзінің кілтімен ашып, ішінен бір-бірден тәттіні алып, қайтадан кілттеп, орнына барады. Ойын осылай жалғасады.

Мадақтау.

Қорытындылау. Бағалау.

