**Дене тәрбиесі**.

Сабақтың тақырыбы: «Қазақтың ұлттық [ойындары](http://hl.mailru.su/mcached?c=19-1%3A271-1&qurl=http%3A//bilim.idhost.kz/tags/%25D2%259B%25D0%25B0%25D0%25B7%25D0%25B0%25D2%259B%25D1%2582%25D1%258B%25D2%25A3%2B%25D2%25B1%25D0%25BB%25D1%2582%25D1%2582%25D1%258B%25D2%259B%2B%25D0%25BE%25D0%25B9%25D1%258B%25D0%25BD%25D0%25B4%25D0%25B0%25D1%2580%25D1%258B/&q=%D0%B0%D0%B7%D0%B0%D1%82%D1%8B%20%D0%BB%D1%82%D1%82%D1%8B%20%D0%BE%D0%B9%D1%8B%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%80%D1%8B&r=11456892&fr=webhsm)

Сабақтың мақсаты: : Оқушыларға «Қазақтың ұлттық [ойындары](http://hl.mailru.su/mcached?c=19-1%3A271-1&qurl=http%3A//bilim.idhost.kz/tags/%25D2%259B%25D0%25B0%25D0%25B7%25D0%25B0%25D2%259B%25D1%2582%25D1%258B%25D2%25A3%2B%25D2%25B1%25D0%25BB%25D1%2582%25D1%2582%25D1%258B%25D2%259B%2B%25D0%25BE%25D0%25B9%25D1%258B%25D0%25BD%25D0%25B4%25D0%25B0%25D1%2580%25D1%258B/&q=%D0%B0%D0%B7%D0%B0%D1%82%D1%8B%20%D0%BB%D1%82%D1%82%D1%8B%20%D0%BE%D0%B9%D1%8B%D0%BD%D0%B4%D0%B0%D1%80%D1%8B&r=11456892&fr=webhsm)» туралы мәлімет беру;пәнге деген қызығушылығын арттыру. Шымыр, сергек болуға тәрбиелеу.

Көрнекілігі:

Сабақтың барысы:

1.Дайындық кезеңі .

а)Сыныпты сапқа тұрғызу.

Ә)»Теңел»,»Тік тұр»,»оңға»,»солға», «секіріп оңға»,»секіріп солға» командаларын орындату.

б) Оқушыларға денені сергітуге арналған түрлі жаттығулар орындату.

Дене тәрбиесі сабағындағы тіршілік қауіпсіздігі ережелерін пысықтап өту .

2.Негізгі бөлім.Қазақ ұлттық ойын түрлерімен таныстыру.    Ат спорты.Қазақ халқының тарихи өмірі, оның ішінде спортпен шұғылдануы жылқы малымен тікелей байланысты.

   Қазіргі заманда көптеген елдерде ат спорты кеңінен тараған.Ат спортымен шұғылдану адамнан батылдылықты, күш-қайратты, сонымен бірге жылқы малына деген шынайы сүйіспеншілікті қажет етеді.

   Қазақта бәйге жарысы мен қыз қуу өте кең тараған.

   Қазақтың ұлттық ат спортының түрлері:

1)     Бәйге - әрқандай қашықтықтарға атпен жарысу.

2)     Қыз қуу – атқа мініп қашқан қызды қуып жету.

3)     Көкпар – бауыздалған ешкіні тартысу.

4)     Аударыспақ – атқа мінген екі адамның бірін-бірі аттан аударып жерге түсіруі.

5)     Жамбы ату – атпен тоқтамай шауып келе жатып найзаны жоғарыда ілулі тұрған нысанаға көздей лақтырып шаншу.

                              «  Айгөлек.» ойынын ойнату.

   Ойын жазық жерде өткізіледі.Ойын тәртібі: жиналған балалардың ішінен екеуі шығып, басқаларды екіге бөледі де, әрқайсысы өз тобын басқарады.

   Басқарушылар екі топты бір-біріне қарама-қарсы 40-50 метр қашықтыққа қаз-қатар тұрғызады.Сонан соң екі басқарушы ойын бастайтын топты белгілеу үшін жеребе тастайды да, қайта өз топтарының қасына барып тұрады.Ойын бастаушы топ екінші топтың ішінен (басқарушыдан басқа) бір баланы тақпақ айтып шақырады: - Айгөлек-ау, айгөлек, айдың жүзі дөңгелек, бізге батыр ұл керек, бізге батыр қыз керек, сонау тұрған Талғаттың өзі керек, - деп дауыстаған уақытта шақырылған бала тұрған топтан қолын босатып, жүгірген бетімен бірінші тотың қол ұстасып тұрған балаларының арасын кеудесімен үзіп кетуге тырысады.Егерде жүгіріп келуші бала күшті болса, үзіп кетеді. әлсіз болса, үзе алмай, ұсталып қалады.

   Шақырылған бала қатарды үзіп өтсе, өткен жеріндегі екі баланың бірін өз тобына алып кетеді.Егер үзіп өте алмаса, сол топта қалады.Осыдан кейін ойынды екінші топ жалғастырады.

   Ойын осы тәртіппен бір жағы таусылғанша жалғаса береді.Таусылған жағы жеңілген, қосып алған жағы жеңген болып есептеледі.

   «Айгөлек» ойыны жастардың денесін щынықтыруға, ұстамдылыққа, күштілікке тәрбиелейді.

3.Қорытынды бөлім.

Оқушыларды мадақтау,бағалау.