



**Автор:** Аманғос Қанатов Нұрболұлы

**Пән:** Дене шынықтыру

**Сынып:** 3-сынып

**Бөлім:** Қазақ ұлттық ойындары

**Тақырып:** Қазақтың ұлттық ойындарына баулу

Қазақтың ұлттық ойындарына баулу	2.7 Топтық және жарыс әрекеті кезіндегі қозғалыс
----------------------------------	--

### Сабақ барысы

Сабақ кезеңдері	Жоспарланған іс-әрекет	Ресурстар
Қазақтың ұлттық ойындарына баулу (40 минут)	Бой сергіту жаттығулары. Біреуден сапқа тұру әрекеті. Сапта әдеттегідей адыммен, оң және сол бүйірмен қосымша адыммен жүру. Орташа қарқынмен жүгіру, тізелерді жоғары көтеріп жүгіру. Жүгіруден кейін тынысты қалыпқа келтіру.	Жаттығулар көрсеттілімі және іс қимыл арқылы