**5-7 сыныптарда дене шынықтыру сабақтарын оқыту жағдайы туралы анықтама**

**Мақсат:** 5-7 сыныптарда дене шынықтыру сабақтарын оқыту жағдайын зерделеу.  
**Бақылау әдістері:** сабақтарға қатысу және кейіннен талдау жүргізу.

Мектепішілік бақылау жоспарына сәйкес, дене шынықтыру пәнінің оқытылу деңгейін, 5-7 сынып оқушыларының оқу жетістіктерін, мұғалімдердің қызметін талдау мақсатында ақпан айында сабақтарға қатысып, дене шынықтыру пәні мұғалімдерінің күнделікті жоспарлары тексерілді.

5-7 сыныптарда дене шынықтыру сабақтарын тәжірибелі мұғалімдер жүргізеді:

* Дулова В.В., Қусайынов С.М. – педагог-зерттеуші санатына ие;
* Қапаров Е.Т. – педагог-модератор.

**Сабақтарға талдау:**  
Сабақтар әрқашан сапқа тұрумен және сабақтың мақсат-міндеттерін түсіндірумен басталады. Сабақтың мақсаттары оқушыларға қозғалыс әрекеттерін жетілдірудің маңыздылығын ұғындыруға бағытталған. Қаңтар-ақпан айлары негізінен шаңғы спортымен байланысты болғандықтан, сабақтар ашық ауада өткізілді. Жалпы дамытушы жаттығулар орындалған кезде оқушылар бір-бірімен арақашықтықты сақтады.

Оқушылар келесі жаттығуларды орындады:

* Шаңғымен классикалық жүріс: **кезектескен екі адымды жүріс, бір мезгілде екі адымды жүріс, бір мезгілде адымсыз жүріс**.
* Жылдамдыққа төзімділікті және үйлестіру қабілеттерін дамыту.
* Негізгі тұрыста еңіспен сырғанау.
* ООП (ерекше білім беру қажеттіліктері бар) оқушылар үшін **шаңғымен аттап жүру әдісі** қолданылды.

Сабақтың атмосферасы оңтайлы болды. Жаңа дағдыларды меңгеруде сараланған тәсіл қолданылды. Оқушылардың белсенділігін арттыру және дағдыларын тәжірибеде қолдану үшін әртүрлі тапсырмалар ұсынылды. Мұғалімдер оқушылардың қызығушылығы мен сабаққа тартылуын арттыру үшін түрлі әдіс-тәсілдерді қолданды.

**Кері байланыс:**  
Сабақ соңында қорытынды жасалып, қателіктерге назар аударылды және оқушылар марапатталды. Сонымен қатар, дененің ресурстарын қалпына келтіру әдістері түсіндірілді. Сабақтың қорытынды бөлімінде тыныс алу жаттығулары жүргізіліп, рефлексия жасалды, сабақ нәтижелері талқыланды.

Барлық сабақтарда оқушылардың денсаулық топтарына сәйкес жүктеме беріліп, сараланған тәсіл қолданылды. Қауіпсіздік техникасы ережелеріне үлкен мән берілді: әрбір жаңа тапсырма немесе жаттығу алдында қауіпсіздік бойынша нұсқаулық жүргізілді. Санитарлық-гигиеналық нормалар сақталды, оқушылар спорттық киім және аяқ киіммен болды. Үй тапсырмасы оқушылардың өз бетінше дене шынықтырумен айналысуына бағытталды.

**Ұсыныстар:**

**Дене шынықтыру пәні мұғалімдеріне:**

1. Оқушыларды салауатты өмір салтын ұстануға ынталандыруды жалғастыру, оларды спорттық іс-шаралар мен секцияларға тарту.
2. ООП оқушыларымен жұмысты жалғастыру, сондай-ақ әлсіз және қабілетті оқушыларға жеке және сараланған үй тапсырмаларын беру.

**Күні:** 27.01.-13.02. 2025 ж.  
**Оқу ісі жөніндегі директор орынбасары:** \_\_\_\_\_\_\_\_\_ Бейсембаева Г.С.