

Пән	Дене шынықтыру
Мұғалімнің Т.А.Ә.	Малбасова
Оқулық	
№ сабақ, сабақтың тақырыбы	13-14 сабақ Денені қыздыру және тыныс алу жүйесін қалпына келтіру
Оқыту мақсаты (қысқаша)	5.3.3.3 Түрлі дене жүктемелерінің арасындағы айырмашылықты және олардың ағзаға тигізетін әсерін сыртқы белгілеріне қарап анықтай білу; 5.1.3.1 Қарапайым арнайы спорттық техникаларды орындау кезіндегі дағдылар мен реттілікті білу және анықтау
Білім алушының Т.А. (оқушы толтырады)	

Іс-әрекет тәртібі	Ресурстар (мұғалім толтырады)	Орындалу (оқушы толтырады)
Оқып-үйрен	<p>Интернет болған жағдайда: Сабақ кезінде қауіпсіздік ережелерін сақтай отырып бірнеше дене жаттығуларын жасау. https://www.youtube.com/watch?v=rCJe3tKrIQI</p> <p>Интернет болмаған жағдайда: Алдында үйренген дене жаттығуларды жасау</p>	Танысқан материалды «+» белгісімен белгілеу
Жауап бер	Жаттығу жасауда қандай қиыншылықтарға тап келдіңіздер?	
Орында		
Рефлексия	Енді мен білемін...	
	Енді мен істей аламын ... (критерийлерден)	«+» немесе «-» белгісін қой