



Энэхүү хичээлийн арга зүйн санаа нь ээлжит хичээлийг төлөвлөх, заах багшийн арга зүйг сайжруулах, сурагчдын сурлагын амжилтыг ахиулах, сургууль, багш нар сургалтын хөтөлбөрийг хэрэгжүүлэхэд дэмжлэг үзүүлэхэд чиглэнэ.

**Суралцахуйн зорилт:** 8.5а. 3х3 сагсан бөмбөг тоглохдоо залалт, дамжуулалт, шидэлтийн техникээ ашиглах.

**Даалгаврын зорилго:** Сагсан бөмбөгийн мэдлэг, ойлголт, сурах арга барилаа хэрэглэх чадварыг илрүүлэх.

**Даалгавар VIII анги.** Дараах дасгалыг спорт зааланд хийж гүйцэтгэнэ.



*15 м зайд бөмбөгийг баруун гараар залж гүйгээд, хананаас 3 м зайнаас бөмбөгөө бай руу (1.5 м өндөрт 60х60 см) 3 удаа дамжуулан, буцахдаа бөмбөгөө зүүн гараар залж гүйн барианд орно.*

Сурагчдын гүйцэтгэл үр дүн

		Шалгуур	Гүйцэтгэлийн хувь
Баруун гараар залсан эсэх	Гүйцэтгэж чадсан		88.9
	Гүйцэтгэж чадаагүй		11.1
Хананд оновчтой дамжуулсан эсэх	1 удаа дамжуулсан		9.2
	2 удаа дамжуулсан		30.0
	3 удаа дамжуулсан		60.4
	Дамжуулалт хийж чадаагүй		0.5
Зүүн гараар залсан эсэх	Гүйцэтгэж чадсан		71.0
	Гүйцэтгэж чадаагүй		29.0
Хугацаандаа амжиж гүйцэтгэсэн эсэх	Гүйцэтгэж чадсан		10.1
	Гүйцэтгэж чадаагүй		89.9

Даалгаварын гүйцэтгэлд хийсэн шинжилгээ: Дээрх үр дүнгээс харахад сурагчдын 88.9 хувь нь сагсан бөмбөгийг баруун гараар, 71.0 хувь нь зүүн гараар залах чадвар сайн байгаа боловч тухайн даалгаврыг хугацаанд нь амжиж гүйцэтгэх чадвар сул байна. Сагсан бөмбөгийг залахдаа баруун, зүүн гар ижил түвшинд залах чадвар эзэмшүүлэх, техникийг сайжруулах дасгалыг төлөвлөж хэрэгжүүлэх хэрэгцээ байна..

Хичээлийн зорилго: Өндөр, нам залалтыг гүйцэтгэхдээ зүүн гараар залах техник ашиглах

Танин мэдэхүйн үйл	Арга зүйн санаа
<p>Бие халаалтыг сагсны бөмбөгтэй хийх /сурагч бүрд бөмбөг/</p> 	<p>Хичээлийн эхэнд: Сагсан бөмбөгийн бөмбөг залахдаа аль гараар ихэвчлэн залдаг талаар яриа өрнүүлнэ. Ихэвчлэн баруун гараар залдаг бол – яагаад? Зүүн гараар залдаг бол – яагаад? Сурагчид өөрийн залалтыг тодорхойлон тайлбарлана.</p> <p>Яагаад чухал вэ? гэдэг шийдлийг олж ойлголтоо нэгтгэн хичээлээ эхэлнэ.</p> <p>Хүүхэд бүрт бөмбөг байхаар тооцох, боломжгүй бол 2 хүүхдийн дунд нэг бөмбөг бэлдэнэ. Бөмбөгийг зөвхөн зүүн гараар залахыг анхааруулна.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Сурагчдад "Зүүн гар"-ын залалтын техникийг ажиглаж өөрийн үнэлгээ хийх хүснэгтийг байрлуулна. /Хүснэгт-1/</p> <p>Багш хүүхэд бүрийн гүйцэтгэлийг тэмдэглэх ажиглалтын хуудас хөтөлнө.</p> <p>Сурагчдыг сагсан бөмбөгийн талбайд шулуун чиглэлд, тойргоор, эгнээгээр залуулах ба энэ явцад ажиглалт хийж хөдөлгөөний үйлдлийн чадвараар нь багт хуваана.</p> </div>
<p>Зүүн гараар бөмбөг залах техник</p> 	<p>1-р баг: Тавьсан тэмдэгтийн хооронд шулуун чиглэлд</p> <p>2-р баг: Тавьсан тэмдэгт хооронд шулуун чиглэлд хурдтай 3-р баг: Сөөлжлөн тавьсан тэмдэгтийг тойрон хурдтайгаар өндөр, нам залах</p> <p>4-р баг: Байрлуулж тавьсан тэмдэгт, дасгал хийх аргачлалыг уншин гүйцэтгэх</p> <p>5-р баг: Багийн гишүүд өөрсдийн чадварт тохируулан тэмдэгтээ байршуулж залалт гүйцэтгэх /зүүн гараар гэдэг санамжийг өгөх/</p> <p>Үндсэн хэсгийн турш энэ багаар хичээллэх ба дасгал эхэлснээс 5 минутын дараагаас залалтын хувилбар зохион гүйцэтгэх боломж олгож болно.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>Анхаарах зүйл: Зүүн гараар бөмбөг залах техникээ өөрийн баруун гарын залалтын хэмжээнд хүртэл сайжруулах зорилгыг дэвшүүлэх</p> </div>
<p>Хэлэлцэх:</p>	<p>Залалтыг хэн сайн хийж байна? Яагаад сайн хийж байна? гэж үзэж байгаа талаар сурагчдын кейсд үндэслэн ярилцах ба сурагч бүрийн залалтын гүйцэтгэлийг ажиглан засах, сайжруулах тал дээр нь зөвлөн дэмжлэг үзүүлэх</p>
<p>Бататгах Сургалтын тоглолт /3х3/</p>	<p>Сагсан бөмбөг /3х3/ тоглохдоо зөвхөн "зүүн гараар залах" гэсэн дүрэм зохиож мөрдүүлнэ. Тоглох явцдаа баруун гараар залалт хийх юм бол бөмбөг нөгөө багт шилжинэ. Тоглоогүй сурагчид багштай хамт ажиглалт хийж тэмдэглэл хөтөлнө.</p>

Хүснэгт-1:

Сурагчийн өөрийн үнэлгээний загвар

№		Хангалттай сайн	Сайн түвшин	Дундаж түвшин	Ямар дэмжлэг хэрэгтэй байна.
1	Бөмбөгөө зүүн гараар залж, зайгаа туулж чадаж байна уу?				
2	Өөрийн үнэлгээнд тулгуурлан зохиосон хувилбар оновчтой байна уу?				
4	Багаар тоглохдоо зорилгоо биелүүлж чадаж байна уу?				

Тайлбар: Сурагчдад хангалттай сайн, сайн түвшин, дундаж түвшин, гэсэн утгыг илэрхийлэх 3 өнгийн

цаасыг ашиглан өөрийгөө үнэлэх, мөн тухайн техникийг сурахад ямар дэмжлэг хэрэгтэйгээ бичих талаар тайлбарлаж өгнө. Багш сурагчийн үнэлгээнээс ур чадвар ахицыг харах, цаашид юуг анхаарах, ямар дэмжлэг хэрэгтэй байгааг тодорхойлох ба тодорхойлсны үндсэн дээр дасгалын давтамж, хувилбар, хувийн техникээ сайжруулах талаар сурагч бүрд зөвлөмжлөх боломжтой.

### **Багшид зориулсан нэмэлт зөвлөмж:**

1. Бие халаалтыг уламжлалт аргаар бус бөмбөгтэй хийлгэнэ. Дасгалыг тойргоор буюу эгнээгээр өндөр, нам залалтыг баруун, зүүн гараар хурдтай, тайван, урагш хойш шилжиж гэх мэтчилэн чанга дуугаар удирдан хийлгэнэ.
2. Хөдөлгөөний чадвар, дадал төлөвшүүлэх нь урт хугааны үйл явц тул хичээл бүр дээр давтуулж, сануулж, хийлгэж байхаас багийг заавал холимог түвшингээр зохион байгуулбал өрсөлдөөн сайжирч, сурагчийн ур чадвар хөгжихөд нөлөөлнө.
3. Биеийн тамирын сургалтад сурагчийн ажлын хуудас, багшийн хяналтын дэвтэр, дасгалын зураглал, тайлбар бичиг, дасгалын өөр хувилбар зохиох даалгавар, өөрийн болон сурагч сурагчаа үнэлэх үнэлгээний хуудас зэргийг шинээр боловсруулж хэрэглэнэ

### **Зүүн гараар залах залалтыг эзэмшүүлэхдээ ашиглах дасгалууд:**

- Байрандаа бөмбөгөө зүүн гараар гурван удаа нам, гурван удаа өндөр залах
  - Баруун гараа ардаа үүрээд зүүн гараараа бөмбөг үрүүгээ харж хоёр удаа, бөмбөгөө харалгүй хажуу тийш шилжилттэйгээр 3 удаа залах
  - Зүүн өвдөглөн сууж зүүн гараараа бөмбөг залах
  - Хөлөө жийн газарт суусан байдлаас зүүн баруун гараар залалт хийх
  - Тодорхой зайд зорилготойгоор залалт хийх
4. Багш арга зүйгээ төлөвлөхдөө тухайн сурагч эхлээд өөрийн төсөөллөөр гүйцэтгэх, дараа нь зөв гүйцэтгэлтэй харьцуулах, олон удаа давтах явцдаа алдаагаа олж харж хэлэлцэх замаар өөрийгөө хөгжүүлэх арга барил олж, өөрт байгаа чадвараа бүрэн ашигладаг болоход дэмжлэг үзүүлэхүйц байхыг чухалчлаарай.
  5. 3х3 сагсан бөмбөгийн 3-4 талбай байгуулж ашиглавал сурагч бүр тоглох боломжтой болж, хүүхдийн сагсан бөмбөг тоглох ур чадвар хөгжих болно.

### **Эх сурвалж:**

1. Уртнасан, Л., Тамир, Ц., Одбаатар, Г. (2014). "Багшийн ном". Биеийн тамир IV. V. УБ:
2. Уртнасан, Л., Одбаяр, Г, Батбаяр, Д, (2013). "Багшийн ном". Биеийн тамир IV. УБ:
3. Уртнасан, Л., Тамир, Ц., Одбаатар, Г. (2014). "Багшийн ном". Биеийн тамир III. УБ:
4. Уртнасан, Л., Тамир, Ц., Одбаатар, Г., Ууганжаргал, Ц. (2013). "Багшийн ном". Биеийн тамир III. УБ:
5. Уртнасан, Л., Одбаатар, Г., Оюунчимэг, Ш. (2014). "Багшийн ном". Биеийн тамир I. УБ:
6. Уртнасан, Л., Одбаатар, Г., Тамир, Ц. (2014). "Багшийн ном". Биеийн тамир I. УБ:
7. Батцэцэг, Г., Ганбат, Д., Гэрэлцогт, Х. (2010). "Биеийн тамир VII-IX". УБ:
8. Уртнасан, Л., Бат-Отгон, Б., Энхтөр, М. (2019). "Ерөнхий боловсролын сургуулийн Биеийн тамирын сургалтын хөтөлбөрийг хэрэгжүүлэх суралцахуйн удирдамж I-V, VI-IX, X-XII". УБ;

Боловсруулсан: Р. Түвшинжаргал