«Жетісай ауданының мамандандырылған «Дарын» мектеп-интернаты»

коммуналдық мемлекеттік мекемесінде өткізілген

2023-2024 оқу жылына бекітілген «Тоғыз айға 9 іс-шара» тұжырымдамасы

бойынша қыркүйек айына **«Сергіту сәті»** мерекелік іс-шарасының

**Хаттамасы №**

**Күн тәртібінде:**

1.2023-2024 оқу жылының «Тоғыз айға 9 іс-шара» тұжырымдамасын насихаттау.

2. **«Сергіту сәті»** тақырыбында бірыңғай сынып сағаттарын өткізу.

**Тыңдалды:**

1.2023-2024 оқу жылының басталуына «Тоғыз айға 9 іс-шара» тұжырымдамасын насихаттау жұмыстары бойынша қыркуйек айына сыныптарда сынып сағаттарында **«Сергіту сәті»** тақырыбында бірыңғай сынып сағаттарын өткізу тапсырмасы берілді.

«Сергіту сәті» челленджі бүгінгі таңда білім беру саласындағы мемлекеттік саясат оқу-тәрбие процесінің денсаулық сақтау моделін жетілдіруге бағытталған. Осы

стратегияны іске асыру үшін білім беру процесіне қатысушылардың денсаулығын сақтауға бағытталған түрлі педагогикалық технологиялар, іс -әрекет түрлері ұсынылып сабақтарда қолданылып келеді.

Білім алушылардың оқу күні айтарлықтай психикалық және эмоционалдық жүктемелерге толы, ұзақ уақыт статикалық күйде болу бұлшықеттердің шамадан тыс күш түсуіне әкеліп соқтырады.

2.Педагогикалық тәжірибеде өнімділікті тез қалпына келтіру үшін сергіту сәттерін қолдану тиімді екенін көрсетіп тұр. Сергіту сәті – бұл физикалық жаттығулардың шағын жиынтығы, сондықтан оларды орындау кезінде түрлі бұлшықет топтары қамтылады. Сергіту сәті – білім алушылардың ұзақ монотонды позасынан туындаған статикалық кернеуді жеңілдету мақсатында сергіту сәті жаттығуларын өткізуге арналған сабақ процесіндегі қысқа мерзімді үзілістер кеңінен мектеп-интернатымызда қолданылып келеді. Олардың мақсаты – шаршаудың алдын алу, ақыл-ой қабілетін қалпына келтіру, дене бітімі бұзылуының алдын алу.

Міндеттері - физикалық, психологиялық стрессті төмендетуге ықпал ету; - оқу іс-әрекеті процесінде шаршаудың алдын алуға, физикалық белсенділікті арттыруға ықпал ету; - балалардың денсаулығын сақтау мақсатында жұмыс қабілеттілігін арттыруға ықпал ету.

Қорытындылай келе қыркүйек айына бекітілген «Тоғыз айға 9 іс-шара» тұжырымдамасындағы **«Сергіту сәті»** тақырыбында салтанатты іс-шаралардың және бірыңғай сынып сағаттарының материалдары білім беру ұйымдары және білім басқармаларының сайттарында орналастырылды.

 **Жиналыс төрағасы, ДТЖЖО: Н. Нурмаганбетов**

**Ұйымдастырушы педагог, хатшы: С. Таубаев**





