

Тексерілді
№ «Өркен» бөбекжайы ЖБҚ МКҚК
әдіскері: Риса Т.Реева
« ____ » _____ 2021ж

Бекітемін
№6 «Өркен» бөбекжайы ЖБҚ МКҚК
директоры: Т. Кенджебаева
« ____ » _____ 2021ж



2021-2022 оқу жылына арналған ортаңғы тобының дене шынықтыру пәні бойынша ұйымдастырылған оқу қызметінің перспективалық жоспары

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Сексенбаева А

**Ортаңғы топтарына арналған дене шынықтыру пәнінің перспективалық
жоспары (108 сағат)**

Өтпелі тақырып «Балабақша» Қыркүйек айы

Р/с	Мазмұны	Сағат саны	Күні
1	(Негізгі қимылдар) 1. Сапта бір –бірлеп, бірінің артынан бірі жүреді	1	
2	2. Сапта бір –бірлеп, бірінің артынан бірі жүгіреді Қимылды ойын: “Кентерді қуып жет” (Негізгі қимылдар)		
	1.Сапта бір –бірлеп, бірінің артынан бірі жүреді	1	
	2.2-3 м қашықтықта алға жылжи отырып, қос аяқтап секіру		
3	Қимылды ойын: «Топ чемпиондары» (Негізгі қимылдар)	1	
	1.Сапта бір –бірлеп, бірінің артынан бірі жүгіру		
	2.Арақашықтығы 4 м тура бағытта еңбектеу		
	Қимылды ойын: «Мені қуып жет»		
4	(негізгі қимылдар) 1.Ара ашықтығы 4 м тура бағытта еңбектеу	1	
	2. 1,5м арақашықтықта бір-біріне қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты бір-біріне домалату		
5	Қимылды ойын: “Жапалақтар ” (Негізгі қимылдар)		
	1. 1,5м арақашықтықта бір-біріне қарама-қарсы отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату	1	
	2.Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру		
6	Қимылды ойын: «Допты кім бірінші ұстайды?» (Негізгі қимылдар)	1	
	1.Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру		
	2. Сап са бір-бірден қайта тұру		
	Қимылды ойын: «Орныңды тап»		
7	(Негізгі қимылдар) 1. Сапқа бір-бірден қайта тұру	1	
	2. Аралықты сақтай отырып, тізені жоғары көтеріп жүру.		
8	Қимылды ойын: «Қонжыққа кім тез жетеді?» (Негізгі қимылдар)		
	1 . Аралықты сақтай отырып, тізені жоғары көтеріп жүру.		
	2. Қол мен аяқ қимылын үйлестіре отырып аяқтың ұшымен жүгіру.	1	
	Қимылды ойын: “Құстар мен мысық” (Негізгі қимылдар)		
9	1. Қол мен аяқ қимылын үйлестіре отырып аяқтың ұшымен жүгіру.		
	2. Қос аяқтап басты затқа тигізе отырып жоғарыға қарай секіру.	1	

	Қимылды ойын: «Ұшақтар»		
10	(Негізгі қимылдар) 1. Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып жоғарыға қарай секіреді. 2. Аяқты алшақ ұстаған қалыпта допты 1.5 м қашықтыққа домалату	1	
11	Қимылды ойын: «Орындыққа кім жылдам жетеді?» (Негізгі қимылдар) 1. Аяқты алшақ ұстаған қалыпта допты 1.5 м қашықтыққа домалату 2. 4 м арақашықтықта заттардың арасымен жыланша еңбектеу	1	
12	Қимылды ойын: «Кім жылдам?» (Негізгі қимылдар) 1. 4 м арақашықтықта заттардың арасымен жыланша еңбектейді 2. Биіктігі 20 см еңіс тақтай бойымен жүреді Қимылды ойын: «Өз үйіңді тап»		
Өтпелі тақырып «Менің отбасым» Қазан айы			
13	(негізгі қимылдар) 1. Биіктігі 20 см еңіс тақтай бойымен жүреді; 2. Шеңберге кішігірім топтармен тұрады (тәрбиешінің көмегімен); Қимылды ойын: «Сәбізді себетке тез жинайық»	1	
14	1. Шеңберге кішігірім топтармен тұру; 2. Бағытты өзгертіп жүру; Қимылды ойын: «Құстардың ұшып келуі»	1	
15	3. (негізгі қимылдар) 1. Бағытты өзгертіп жүру; 2. Шеңбер бойлап жүгіру; Қимылды ойын: «Тауықтар мен балапандар»	1	
16	(негізгі қимылдар) 1. Шеңбер бойлап жүгіру; 2. Допты қақпадан асыра лақтыру Қимылды ойын: «Түсті автокөліктер»	1	
17	(негізгі қимылдар) 1. Допты қақпадан асыра лақтыру 2. 3 м қашықтыққа қос аяқтап секіріп бару	1	
18	Қимылды ойын: Түрлі-түсті көліктер (негізгі қимылдар) 1. 3 м қашықтыққа қос аяқтап секіріп бару 2. Екі қолмен жоғары бастан асыра лақтыру Қимылды ойын: «Автомобиль мен торғайлар»	1	
19	(негізгі қимылдар) 1. Екі қолмен жоғары бастан асыра допты лақтыру 2. Допты қағып алуға қалыптастыру Қимылды ойын: Ұшқыштар (негізгі қимылдар)	1	
20	1. Допты қағып алуға қалыптастыру	1	

	2 Заттар арасымен еңбектеу Қимылды ойын: Қаздар мен түлкі (негізгі қимылдар)		
21	1. Заттар арасымен еңбектеу 2. Көлденең нысанаға допты лақтыру Қимылды ойын: «Өзіңе жұп тап» (негізгі қимылдар)	1	
22	1. Заттар арасымен еңбектеу 2. Тұрған жерінен ұзындыққа секіру Қимылды ойын: «Көкөністер жинайық» (негізгі қимылдар)	1	
23	1. Тұрған жерінен ұзындыққа секіру 2. Көлденең нысанаға допты лақтыру	1	
24	Қимылды ойын: «Сebetті толтыр» 3. «Күзгі өнімдерді бірге жинайық»- эстафета	1	
Өтпелі тақырып «Дені саудың жаны сау» Қараша айы			
25	(негізгі қимылдар) 1. Көлденең нысанаға допты лақтыру 2. Еденге қойылған тақтай бетімен еңбектеу Қимылды ойын: Қойлар мен қойшы.	1	
26	(негізгі қимылдар) 1. Еденге қойылған тақтай бетімен еңбектеу 2. Еңіс тақтай бойымен жүреді Қимылды ойын: Мысықтар мен балалар (негізгі қимылдар)	1	
27	1. Еңіс тақтай бойымен жүреді 2. Бөрене арасымен еңбектейді Қимылды ойын: «Мені қуып жет»	1	
28	(негізгі қимылдар) 1. Бөрене арасымен еңбектеу 2. Сапқа қайта тұру Қимылды ойын: Лақтырда қағып ал.	1	
29	(негізгі қимылдар) 1. Сапқа қайта тұру 2. Тұтас топпен қайта тұру Қимылды ойын: «Кім жылдам жинайды?»	1	
30	(негізгі қимылдар) 1. Тұтас топпен қайта тұру 3. 1.5-2м қашықтықта допты домалату Қимылды ойын: Кеглиді көзде	1	
31	(негізгі қимылдар) 1. 1.5-2м қашықтықта допты домалату 2. Биіктігі 40 см доғаның астынан еңбектеу Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар»	1	
32	(негізгі қимылдар) 1. Биіктігі 40 см доғаның астынан еңбектеу	1	

33	2.Допты бір біріне беру Қимылды ойын: «Түлкі мен балапандар» (негізгі қимылдар) 1. Допты бір біріне беру 2.Биіктігі 5-10 см зат арқылы жерде жатқан шеңберге секіру Қимылды ойын: «Қасқыр мен қоян»	1	
34	(негізгі қимылдар) 1. Биіктігі 5-10 см зат арқылы жерде жатқан шеңберге секіру 2.Допты екі қолымен көкірек тұсынан кері лақтыру Қимылды ойын Допты тордан лақтыр	1	
35	(негізгі қимылдар) 1 Допты екі қолымен көкірек тұсынан кері лақтыру 2.Биіктігі 20 см еңіс тақтай бойымен жүру Қимылды ойын: Доптар мектебі	1	
36	3 «Дені саудың –жаны сау»- спорттық сайыс	1	
Өтпелі тақырып «Менің Қазақстаным!» Желтоқсан айы			
37	(негізгі қимылдар) 1. Биіктігі 20 см еңіс тақтай бойымен жүреді 2. Құм салынған қапшықты лақтырады Қимылды ойын: Түрлі-түсті көліктер	1	
38	(негізгі қимылдар) 1. Құм салынған қапшықты лақтырады 2. Қапшық арасымен жүреді Қимылды ойын: «Кім алысқа лақтырады?»	1	
39	(негізгі қимылдар) 1.Қапшық арасымен жүреді 2.Допты жоғары лақтырып қағып алады Қимылды ойын: Лақтырда қағып ал.	1	
40	(негізгі қимылдар) 1. Допты жоғары лақтырып қағып алу 2.40 см биіктіктегі доғаның астынан еңбектеу Қимылды ойын: Кім кетті	1	
41	(негізгі қимылдар) 1. 40 см биіктіктегі доғаның астынан еңбектеу 2.Биіктігі 25 см еңіс тақтай бойымен жүру. Қимылды ойын: «Тиіп кетпе»	1	
42	(негізгі қимылдар) 1. Биіктігі 25 см еңіс тақтай бойымен жүру 2.Орындық аяқтары арасымен еңбектеу Қимылды ойын: «Мысықпен тышқандар»	1	
43	(негізгі қимылдар) 1. Орындық аяқтары арасымен еңбектеу 2. Тура бағытта 5 м арақашықтықта заттар арасымен еңбектеу Қимылды ойын: «Тез өз орыныңа бар»	1	
44	(негізгі қимылдар) 1.Тура бағытта 5 м арақашықтықта заттар арасымен еңбектеу 2.Биіктігі 15 см заттан тереңдікке секіру Қимылды ойын«Шеңбердегі доп»	1	

45	(негізгі қимылдар) 1. Биіктігі 15 см заттан тереңдікке секіру 2. Көлденең нысанаға лақтыру Қимылды ойын: «Ойыншықты әкел»	1	
46	(негізгі қимылдар) 1. Көлденең нысанаға лақтыру	1	
47	Бір аяқтан бір аяққа секіру Қимылды ойын: «Бос орын» (негізгі қимылдар) 1. Бір аяқтан бір аяққа секіру 2. Биіктігі 30 см еңіс тақтай бойымен жүру Қимылды ойын: «Жоғары лақтыр»	1	
48	3. «Біз кішкентай спортшылармыз» - спорттық іс-шара	1	
Өтпелі тақырып «Табиғат әлемі» Қаңтар айы			
49	(негізгі қимылдар) 1. Биіктігі 30 см еңіс тақтай бойымен жүреді 2. Белгі бойынша тоқтап жүреді Қимылды ойын: «Көпірден еңбектеп өту»	1	
50	(негізгі қимылдар) 1. Белгі бойынша тоқтап жүреді 2. Орындықтан секіреді Қимылды ойын: Мысықтар мен балалар	1	
51	(негізгі қимылдар) 1. Орындықтан секіру (15 см биіктік) 2. Әр түрлі бағытта жүгіру. (10 м қашықтық) Қимылды ойын: «Гүлдерді жинайық»	1	
52	(негізгі қимылдар) 1. Әр түрлі бағытта жүгіру. (10 м қашықтық) 2. Үлкен допты екі қолмен арқаннан асыра лақтыру (1,5 м қашықтықта) Қимылды ойын: Аюдың апанында	1	
53	(негізгі қимылдар) 1. Үлкен допты екі қолмен арқаннан асыра лақтыру (1,5 м қашықтықта) 2. Жылдам қарқында жүгіру (10 метр) Қимылды ойын: Сұр қоян жуынады.	1	
54	(негізгі қимылдар) 1. Жылдам қарқында жүгіру (10 метр) 2. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу Қимылды ойын: Қойлар мен қойшы.	1	
55	(негізгі қимылдар) 1. Еденде тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу. 2. Екі аяқпен секіру (аяқтар бірге, аяқтар алшақ). Қимылды ойын: Ұшатын құстар	1	
56	(негізгі қимылдар)		

57	1. Екі аяқпен секіру (аяқтар бірге, аяқтар алшақ) 2. Тереңдікке секіру (15-20 см биіктіктен) Қимылды ойын: «Мысық пен торғай» (негізгі қимылдар)	1	
	1.Тереңдікке секіру (15-20 см биіктіктен) 2.Арқан бойымен жүру Қимылды ойын: «Қораздар шайқасы»	1	
58	(негізгі қимылдар) Арқан бойымен жүру Әр түрлі бағыттарда қарқынды жүгіру. (10-20м) Қимылды ойын: «Қар лақтыру»	1	
59	(негізгі қимылдар) 1.Әр түрлі бағыттарда қарқынды жүгіру. (10-20м) 2. Үлкен допты екі қолмен арқаннан лақтыру.(арақашықтық 1-1,5 м) Қимылды ойын: «Қар кесектерін жинайық»	1	өткізе
60	(негізгі қимылдар) 1.Үлкен допты екі қолмен арқаннан лақтыру.(арақашықтық 1-1,5 м) 2.Еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу. Қимылды ойын: «Өз үйіңді тап»	1	өткізе
Өтпелі тақырып «Бізді қоршаған әлем» Ақпан айы			
61	(негізгі қимылдар) 1.Еденге тігінен тұрған құрсаудан еңбектеу. 2. Нық қадаммен алға қарай жүру. (20 м қашықтыққа) Қимылды ойын: «Күн мен түн»	1	
62	(негізгі қимылдар) 1. Нық қадаммен алға қарай жүру. (20 м қашықтыққа) 2.Доганың астымен еңбектеу. (40 см биіктік) Қимылды ойын:«Көпірден еңбектеп өту»	1	
63	(негізгі қимылдар) 1. Доганың астымен еңбектеу. (40 см биіктік) Алысқа лақтыру 3. Бір аяқтан бір аяққа секіру. Қимылды ойын:«Адымдай жүр»	1	
64	(негізгі қимылдар) 1.Бір аяқтан бір аяққа секіру. 2.Қарқынды жүгіру (50 секунд)	1	
65	Қимылды ойын: «Дорбашаны кім алысқа лақтырады» (негізгі қимылдар) 1. Қарқынды жүгіру (50 секунд) 2.Допты 1,5 м арақашықтықта тордан өткізе лақтыру	1	
66	Қимылды ойын: Түрлі-түсті көліктер (негізгі қимылдар) 1. Допты 1,5 м арақашықтықта тордан өткізе лақтыру 2.Гимнастикалық қабырға бойымен өрмелеу Қимылды ойын:«Торғайлар мен автомобиль»	1	

67	(негізгі қимылдар) 1. Гимнастикалық қабырға бойымен өрмелеу 2. Нық кадаммен алға жүріп, 20 см биіктіктен секіріп түсу. Қимылды ойын: «Поезд»	1	
68	(негізгі қимылдар) 1. Нық кадаммен алға жүріп, 20 см биіктіктен секіріп түсу. 2. Баяу жүгіру (50 секунд) Қимылды ойын: «Тышқандар мен мысық»	1	
69	(негізгі қимылдар) 1. Баяу жүгіру (50 секунд) 2. Тақтай бойымен тепе-теңдік сақтап жүру. Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»	1	
70	(негізгі қимылдар) 1. Тақтай бойымен тепе-теңдік сақтап жүру. 2. Құм салынған қапшықты 2м арақашықтықта тура нысанаға лақтыру Қимылды ойын: «Ұшақтар»	1	
71	(негізгі қимылдар) 1. Құм салынған қапшықты 2м арақашықтықта тура нысанаға лақтыру 2. Гимнастикалық қабырға бойымен өрмелеу. Қимылды ойын: «Құрылысшылар»	1	
72	3. Эстафеталық ойын: «Біз спортшы боламыз!»	1	
Өтпелі тақырып «Салттар мен фольклор» Наурыз айы			
73	(негізгі қимылдар) 1. Гимнастикалық қабырға бойымен өрмелейді 2. Арқан бойымен тепе-теңдік сақтап жүре алады Қимылды ойын: «Тақия тастамақ»	1	
74	(негізгі қимылдар) 1. Арқан бойымен тепе-теңдік сақтап жүреді. 2. Қысқа секіртпемен секіреді Қимылды ойын: Аттар	1	
75	(негізгі қимылдар) 1. Қысқа секіртпемен секіреді 2. Үлкен допты екі қолмен лақтырады Қимылды ойын: «Байланған орамал»	1	
76	(негізгі қимылдар) 1. Үлкен допты екі қолмен лақтырады 2. Биікке сатылап көтерілу және түсу Қимылды ойын: Қаздар мен түлкі	1	
77	(негізгі қимылдар) 1. Биікке сатылап	1	

78	көтерілу және түсу 2. Құм салынған қалтаны бастан асыра екі қолмен алға, жоғары лақтыру. 3Қимылды ойын: «Аюлар мен аралар» (негізгі қимылдар) 1.Құм салынған қалтаны бастан асыра екі қолмен алға, жоғары лақтыру 2. 20 метр қашықтыққа әртүрлі бағытта қарқынды жүгіру Қимылды ойын: «Үйқыдағы түлкі»	1	
79	(негізгі қимылдар) 1. 20 метр қашықтыққа әртүрлі бағытта қарқынды жүгіру 2. Үлкен допты қос қолмен бастан асыра жіп арқылы лақтыру. Қимылды ойын: «Асық ату»	1	
80	(негізгі қимылдар) 1. Үлкен допты қос қолмен бастан асыра жіп арқылы лақтыру 2. Арқан бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру Қимылды ойын: «Теңге алу»	1	
81	(негізгі қимылдар) 1. Арқан бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру 2.Нық қадаммен алға және артқа жүру Қимылды ойын: «Арқан тарту»	1	
82	(негізгі қимылдар) 1. Нық қадаммен алға және артқа жүру 2. Допты тәрбиешіден 1-1.5м арақашықтықта лақтыру Қимылды ойын: «Аяғыңды сулап алма»	1	
83	(негізгі қимылдар) 1. Допты тәрбиешіден 1-1.5м арақашықтықта лақтыру 2.Еденге қойылған жалпақ шығыршық үстімен жүру; Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»	1	
84	3.Эстафеталық ойын: «Наурыз – жыл басы!»	1	
Өтпелі тақырып «Біз еңбекқор баламыз» Сәуір айы			
85	(Негізгі қимылдар) 1. Еденге қойылған жалпақ шығыршық үстімен жүру; 2. Орында тұрып қосарланып қос аяқпен секіру. Қимылды ойын«Саяжайға барамыз»	1	
86	(Негізгі қимылдар) 1 Орында тұрып қосарланып қос аяқпен секіру. 2.Аяқпен алма -кезек секіру; Қимылды ойын: “Кім көп таспа жинайды? ”	1	
87	(Негізгі қимылдар)		

	1. Аяқпен алма -кезек секіру; 2. Көлбеу тактай үстімен жүру.(бір шеті 20см биіктікке көтерілген); Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»	1	
88	(Негізгі қимылдар) 1. Көлбеу тактай үстімен жүру(бір шеті 20см биіктікке көтерілген); 2. Жүру мен жүгіруді алмастыру Қимылды ойын: «Күн мен түн»	1	
89	(Негізгі қимылдар) 1. Жүру мен жүгіруді алмастыру 2. Білте таяқтың астынан өту (40 см) Қимылды ойын: “Көңілді қошақандар”	1	
90	(Негізгі қимылдар) 1. Білте таяқтың астынан өту (40 см) 2. Адымдап жүріп,тізбекке тұру Қимылды ойын: «Қоймадағы тышқандар»	1	
91	(Негізгі қимылдар) 1.Адымдап жүріп, тізбекке тұру. 2. Алаңның бір шетінен екінші шетіне жүгіру(арақашықтығы 10м) Қимылды ойын:“Көбелектер бақалар”	1	
92	(Негізгі қимылдар) 1. Алаңның бір шетінен екінші шетіне жүгіру(арақашықтығы 10м) 2. Алға қарай жылжи отырып, қос аяқпен жеңіл секіру Қимылды ойын:«Мені қуып жетіндер»	1	
93	(негізгі қимылдар) 1. Алға қарай жылжи отырып, қос аяқпен жеңіл секіру (арақашықтығы 2м) 2. Көлбеу бөрене үстімен жүру. Қимылды ойын:«Тышқандар мен мысық»	1	
94	(негізгі қимылдар) 1. Көлбеу бөрене үстімен жүру. 2. Тапсырмаларды орындай жүгіру. Қимылды ойын: Ұшқыштар	1	
95	(Негізгі қимылдар) 1. Тапсырмаларды орындай жүгіру. 2. 2 метр ара қашықта лақтырған допты қағып алып, қайтадан допты лақтыру. Қимылды ойын:Өзіңе жұп тап	1	
96	3.Эстафеталық ойын: «Біз еңбекқор баламыз!»	1	
Өтпелі тақырып «Әрқашан күн сөнбесін!»Мамыр айы			
97	(Негізгі қимылдар) 1. 2 метр ара қашықта лақтырған допты қағып алып, қайтадан допты лақтыру.	1	

98	2.Орындық аяқтарының астынан еңбектеу. Қимылды ойын: «Допты көршіңе бер» (Негізгі қимылдар)	1	
99	1. Орындық аяқтарының астынан еңбектеу 2.Еденде жатқан шығыршықтан-шығыршыққа секіру. Қимылды ойын: «Кім мықты?» (Негізгі қимылдар)	1	
100	1.Еденде жатқан шығыршықтан-шығыршыққа секіру. 2.Көлбеу бөрене үстімен жүру. Қимылды ойын: Кегельдерді құлату (Негізгі қимылдар)	1	
101	1. Көлбеу бөрене үстімен жүру. 2. Гимнастикалық орындық үстімен қолға зат ұстап жүру (биіктігі 30см, ені 20см) Қимылды ойын: «Нысанаға тигіз» (Негізгі қимылдар)	1	
102	1.Гимнастикалық орындық үстімен қолға зат ұстап жүру (биіктігі 30см, ені 20см) 2.«Аттардың» қимылын бейнелей отырып, қолды еркін қалыпта ұстап жәй, шапшаң қарқынмен жүру, жүгіру; Қимылды ойын: «Лақтырып, қағып алу» (негізгі қимылдар)	1	
103	1.«Аттардың» қимылын Бейнелей отырып, қолды еркін қалыпта ұстап жәй, шапшаң қарқынмен жүру, жүгіру; 2.Оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп лақтыру Қимылды ойын: Аттар (негізгі қимылдар)	1	
104	1. Оң және сол қолмен тік нысанаға көздеп лақтыру 2. . Аяқты-аяққа тақай қойып, алға жылжи жүру. Қимылды ойын: “Көбелектер бақалар” (негізгі қимылдар)	1	
105	1.Аяқты-аяққа тақай қойып, алға жылжи жүру. 2. 20-30 см биіктіктен еденге салынған шеңберге секіріп түсу. Қимылды ойын: Тығылмақ (негізгі қимылдар)	1	
106	1.30 см биіктіктен еденге салынған шеңберге секіріп түсу. 2.Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу Қимылды ойын: Қояндар мен қасқыр (Негізгі қимылдар)	1	
107	1. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары өрмелеу және одан төмен түсу 2. 20-30 см биіктіктен еденге салынған шеңберге секіріп түсу. Қимылды ойын: «Мен спортшымын» (Негізгі қимылдар)	1	
	1.20-30 см биіктіктен еденге салынған шеңберге секіріп түсу.	1	

108	2. Қолды еденге тигізбей, доғаның астынан өту. Қимылды ойын: «Тунель арқылы өтейік»		
	3. Эстафеталық ойын: «Көңілді әуе шарлары»	1	

«Тексерілді»
Бобекжай әдіскері:

Тексерілді
№ «Өркен» бөбекжайы ЖБҚ МКҚК
әдіскері: Т.Рева Т.Рева
« ___ » _____ 2021ж

Бекітемін
№6 «Өркен» бөбекжайы ЖБҚ МКҚК
директоры: Т.Кенжебаева
« ___ » _____ 2021ж



2021-2022 оқу жылына арналған ересек тобының дене шынықтыру пәні бойынша ұйымдастырылған оқу қызметінің перспективалық жоспары

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Сексенбаева А

**Ересек топтарына арналған дене шынықтыру пәнінің перспективалық
жоспары (108 сағат)
Қыркүйек айы
Өтпелі тақырып « Балабақшада»**

Р/с	Мазмұны	Сағат саны	Күні
1	(Негізгі қимылдар) 1.Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен кезектестіру.Еденге қолымен сүйеніп, шығыршық ішінен өту. Тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүреді. Қимылды ойын: «Лақтырып, қағып алу»	1	
2	(Негізгі қимылдар) 2. Еденге қолымен сүйеніп, шығыршық ішінен өтеді. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру(2-3рет жүрумен кезектестіре отырып, 10 рет секіру).Заттар арасымен доптарды домалатады. Қимылды ойын: «Мені қуып жет»	1	
3	(Негізгі қимылдар) 3. Еденге қолымен сүйеніп, шығыршық ішінен өтеді. Тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүреді. 8м дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша тәртағандап еңбектейді. Қимылды ойын: «Кім жылдам»	1	
4	(Негізгі қимылдар) 1.Сапта бір-бірлеп жүру,қол мен аяқ қимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау. Заттардың арасымен құрсауларды домалатады. Сызықтар арасымен (15см ара қашықтықта),тепе-теңдікті сақтап жүреді. Қимылды ойын:«Доптарды қуу»	1	
5	(Негізгі қимылдар) 2. Заттардың арасымен құрсауларды домалату. 2-3м қашықтықта алға ұмтыла қос аяқпен секіру. Тақтай үстімен(8м) көлденең еңбектеу Қимылды ойын:«Допты алып кел»	1	
6	(Негізгі қимылдар) 3. Заттардың арасымен құрсауларды домалату. Сызықтар арасымен (15см ара қашықтықта),тепе-теңдікті сақтап жүру.Допты бір-біріне төменнен лақтыру және қағып алу(1,5м қашықтықтан). Қимылды ойын: «Досым, қағып ал!»	1	
7	(Негізгі қимылдар) 1.Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүгіру.Бір орында оңға, солға секіру. Допты екі қолмен бастан асыра кедергі арқылы лақтыру(2м.қаш.). Қимылды ойын: «Ойыншыққа тез жетейік»	1	
8	(Негізгі қимылдар)	1	

9	<p>2. Бір орында оңға, солға секіру. Арқан үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу.(2-3рет) Қимылды ойын: «Қолмен допты домалату» (Негізгі қимылдар)</p> <p>3. Бір орында оңға, солға секіру. Допты екі қолмен бастан асыра кедергі арқылы лақтыру(2м.қаш.). Гимнастикалық скамейка үстімен көлденеңінен еңбектеу. Қимылды ойын: «Ойыншыққа еңбектеп жетеміз»</p>	1	
10	<p>(Негізгі қимылдар) 1.Кіші және үлкен қадаммен, сапта бір-бірлеп жүгіру.Гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу.Тақтай үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Орындыққа кім бірінші жетеді?».</p>	1	
11	<p>(Негізгі қимылдар) 2. Гимнастикалық қабырғаға жоғар-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Алысқа дәлдеп лақтыру(3,5-6,5м.кем емес). Гимнастикалық скамейка үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын:«Орындықтан еңбектеп өтейік!»</p>	1	
12	<p>(Негізгі қимылдар) 3. Гимнастикалық қабырғаға жоғар-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Тақтай үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру.Баланың қолын көтергендегі биіктен жоғары ілінген нәрсені орнынан секіру арқылы затты жинап өту. Қимылды ойын:«Допты басқа ойыншыға жеткіз» ойыны.Эстафеталық сайыс: «Балабақшадағы көңілді эстафета»</p>	1	
Қазан айы Өтпелі тақырып «Менің отбасым»			
13	<p>(Негізгі қимылдар) 1.Түрлі бағытта жүгіру.1,5м қашықтықтан тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5м) нысанаға дәлдеп лақтырады. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру(2-3рет жүрумен кезектестіре отырып,10 рет секіру). Қимылды ойын: «Жалаушаны жеткіз!»</p>	1	
14	<p>(Негізгі қимылдар) 2. 1,5м қашықтықтан тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5м) нысанаға дәлдеп лақтырады. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіреді(2-3рет жүрумен кезектестіре отырып, 10 рет секіру).Заттар арасымен доптарды домалатады. Қимылды ойын: Доп шеңберде.</p>	1	
15	<p>(Негізгі қимылдар) 3. 1,5м қашықтықтан тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5м) нысанаға дәлдеп лақтыру. Тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p>	1	

	8м дейінгі қашықтықта заттар арасымен тура бағыт бойынша төртағандап еңбектейді. Қимылды ойын: «Сәбіз жинау»		
16	(Негізгі қимылдар) 1.Түрлі тапсырмалармен жүгіру:шапшаң және баяу қарқынмен., жетекшімен ауыса отырып жүгіру. Ені 20см, биіктігі 30см тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру, секіріп, қос аяқпен тұру. Қимылды ойын: «Торғайлар мен автомобиль»	1	
17	(Негізгі қимылдар) 2. Ені 20см, биіктігі 30см тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру, секіріп, қос аяқпен тұру. Тақтай үстімен(8м) көлденең еңбектеу. Қимылды ойын: Түрлі-түсті көліктер	1	
18	(Негізгі қимылдар) 3. Ені 20см, биіктігі 30см тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру, секіріп, қос аяқпен тұру. Доға астынан еңбектеп өту(биіктігі50см) Қимылды ойын: «Торғайлар мен автомобиль»	1	
19	(Негізгі қимылдар) 1.1-1,5минут ішінде баяу қарқынмен үздіксіз жүгіреді. Көлбеу тақтаймен(ені2см,биіктігі30-35см) жоғары және төмен жүру мен жүгіреді. Қапшықты нысанаға көздеп лақтыру (3м қаш.). Қимылды ойын: «Өрт сөндірушілер»	1	
20	(Негізгі қимылдар) 2. Көлбеу тақтаймен(ені2см,биіктігі30-35см) жоғары және төмен жүру мен жүгіру. Кегльдердің арасымен еңбектеп жүру. Гимнастикалық қабырғаға кез келген тәсілмен өрмелеу. Қимылды ойын: «Бағд іршам»	1	
21	Негізгі қимылдар: (Негізгі қимылдар) 3. Көлбеу тақтаймен(ені2см,биіктігі30-35см) жоғары және төмен жүру мен жүгіру. Қапшықты нысанаға көздеп лақтыру (3м қаш.). Гимнастикалық орындық үстінде еңбектеп жүру. Қимылды ойын: «Тик - так»	1	
22	(Негізгі қимылдар) 1.Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50метрге жүгіреді. Екі аяқпен бір орында тұрып, ұзындыққа секіреді.Гимнастикалық орындық үстінен етпетінен жатып, шаян сияқты ішпен тартылып, орындықтың екінші басына шығу. Қимылды ойын: «Жапырақтарды жинаймыз»	1	
23	(Негізгі қимылдар)		

24	2. Екі аяқпен бір орында тұрып, ұзындыққа секіру. 5-6м.қаш.доғаның астынан еңбектеп өту. Гимнастикалық орындық үстінде кедергілерден аттап жүру. Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр» (Негізгі қимылдар)	1	
	3. Екі аяқпен бір орында тұрып, ұзындыққа секіру. Гимнастикалық орындық үстінен етпетінен жатып, шаян сияқты ішпен тартылып, орындықтың екінші басына шығу. Құм салған қапшықты оң және сол қолмен алысқа лақтыру. Қимылды ойын: «Асқабақты домалатып жеткізейік» Спорттық ойын: «Мен және менің отбасым»	1	
Қараша айы Өтпелі тақырып «Дені саудың жаны сау»			
25	(Негізгі қимылдар) 1. Сапқа тұру, құрылымын өзгертіп, қайта тұрады. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіреді. (сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см). Қапшықты оң және сол қолымен көлденеңінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтырады. Қимылды ойын: «Кім мықты?».	1	
26	(Негізгі қимылдар) 2.4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіреді.(сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см). Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүреді. Табан мен алақағға сүйеніп, төрттағандап еңбектейді. Қимылды ойын: «Маған қарай жүгір».	1	
27	(Негізгі қимылдар) 3.4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіреді.(сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см). Оң және сол қолымен көлденеңінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру.Басқа қап киіп, заттарды аттап өту, бұрылу. Қимылды ойын: «Шортан мен табандар»	1	
28	(Негізгі қимылдар) 1. Қатарға бір-бірден сапқа тұрады.Қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұрады. 50см.жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіреді. 20-25см.биіктікке секіреді Қимылды ойын: «Көкөністерді жина»	1	
29	(Негізгі қимылдар) 2. Қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұру. 20-25см.биіктікке секіру. Құрсаудан еңбектеп өту. Қимылды ойын: «Қоянның сәбізі»	1	

30	<p>(Негізгі қимылдар) 3. Қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұру. 50см.жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Гимнастикалық қабырғамен аралықтан аралыққа, оңға-солға ауысу. Қимылды ойын: «Кім тезірек жалаушаға жүгіреді»</p>	1	
31	<p>(Негізгі қимылдар) 1. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша түзелу.Қолын беліне қойып, бір аяқпен тұру, екі жағына айналу. Гимнастикалық қабырғамен аралықтан аралыққа, оңға-солға ауысу. Қимылды ойын: «Саңырауқұлақтарды жинайық».</p>	1	
32	<p>(Негізгі қимылдар) 2. Қолын беліне қойып, бір аяқпен тұру, екі жағына айналу. Құрсаудан еңбектеп өту. Ойлы-қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Аңшы және қояндар»</p>	1	
33	<p>(Негізгі қимылдар) 3. 20-25см.биіктікке секіру.Оң және сол қолымен көлденеңінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру. Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын:«Түлкі тауық қорада»</p>	1	
34	<p>(Негізгі қимылдар) 1. 50см.жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру.(сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см). Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Кім мықты?».</p>	1	
35	<p>(Негізгі қимылдар) 2. 50см.жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Қапшықты оң және сол қолымен көлденеңінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру.(сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см). Қимылды ойын:«Дәл тигіз»</p>	1	
36	<p>(Негізгі қимылдар) 3. 50см.жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұру. 20-25см.биіктікке секіру. Қимылды ойын: «Допты тордан өткізіу» Эстафеталық жарыс: «Күштіміз! Ептіміз! Жылдамбыз!»</p> <p style="text-align: center;">Желтоқсан айы Өтпелі тақырып «Менің Қазақстаным»</p>	1	

37	(Негізгі қимылдар) 1. Бір аяқпен секіру(4-5рет, оң және сол аяқпен). Қапшықты оң және сол қолымен көлденеінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтырады. Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүреді. Қимылды ойын: «Фигура жаса»	1	
38	(Негізгі қимылдар) 2. Қысқа секіртемен секіру(демалу үзілістері бар 2-3реттен, 10рет секіру). Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектеу. Қимылды ойын: «Алысқа лақтыр»	1	
39	(Негізгі қимылдар) 3. Бір аяқпен секіру(4-5рет, оң және сол аяқпен). Оң және сол қолымен көлд ененінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру. Басқа қап киіп, заттарды аттап өту, бұрылу. Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар»	1	
40	(Негізгі қимылдар) 1. Қысқа секіртпемен секіру(демалу үзілістері бар 2-3реттен, 10рет секіру). 50см. жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Өз үйінді тап»	1	
41	(Негізгі қимылдар) 2. Еденнен 20-25см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өту. 20-25см. биіктікке секіру. Құрсаудан еңбектеп өту. Қимылды ойын: «Тақия тастамақ»	1	
42	(Негізгі қимылдар) 3. Қолдың түрлі қалпымен үрленген доптан (бір-бірінен қашық қойылған 5-6доп арқылы кезекпен) аттап өту. 50см. жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Гимнастикалық қабырғамен аралықтан аралыққа, оңға-солға ауысу. Қимылды ойын: «Өз орындарыңа барыңдар»	1	
43	(Негізгі қимылдар) 1. Еденнен 20-25см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өту. Гимнастикалық қабырғамен аралықтан аралыққа, оңға-солға ауысу. 20-25см. биіктікке секіру. Қимылды ойын: «Жалаушаны асыра лақтыр»	1	
44	(Негізгі қимылдар) 2. Қолдың түрлі қалпымен үрленген доптан (бір-бірінен қашық қойылған 5-6доп арқылы кезекпен) аттап өту. Құрсаудан еңбектеп өту.	1	

45	<p>Ойлы-қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Өз жалаушама қарай» (Негізігі қимылдар) 3. Еденнен 20-25см көтерілген баспалдақ тақтайдан аттап өту. Оң және сол қолымен көлденеңінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру. 20-25см. биіктікке секіру Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Түйілген шыт»</p>	1	
46	<p>(Негізігі қимылдар) 1. Гимнастикалық қабырға бойынша оңға-солға ауысып өрмелеу. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру. (сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см). Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Кім бірінші»</p>	1	
47	<p>(Негізігі қимылдар) 2. Қолдың түрлі қалпымен үрленген доптан (бір-бірінен қашық қойылған 5-6доп арқылы кезекпен) аттап өту. Қапшықты оң және сол қолымен көлденеңінен нысанаға (2-2,5м.қаш-н) дәлдеп лақтыру. 4-5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру. (сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см). Қимылды ойын: «Теңге алу»</p>	1	
48	<p>(Негізігі қимылдар) 3. Қолдың түрлі қалпымен үрленген доптан (бір-бірінен қашық қойылған 5-6доп арқылы кезекпен) аттап өту. Оң және сол қолымен көлденеңінен 2-2,5м қашықтықта дәлдеп лақтыру). 20-25см. биіктікке секіру. Қимылды ойын: «Кім жылдам <p style="text-align: center;">Эстафеталық жарыс: «Бақытты жанұялар»</p> <p style="text-align: center;">Қаңтар айы Өтпелі тақырып «Табиғат әлемі»</p> </p>	1	
49	<p>(Негізігі қимылдар) 1. Сапта бір бірден, екеуден аяқтың ұшымен, табанмен, өкшемен жүреді. Тізені жоғары көтеріп жүгіреді. Бөрене үстімен еңбектеп өтеді. Қимылды ойын: «Допты алып кел»</p>	1	
50	<p>(Негізігі қимылдар) 2. Жүруді жүгірумен, секірумен кезектестіріп бағытты, қарқынды өзгертіп жүреді. Тізені жоғары көтеріп жүгіреді. Бір орында тұрып екі аяқпен секіру. Алға ұмтыла секіру. Бір орында тұрып оңға солға бұрылып секіру.</p>	1	

<p>Қимылды ойын: «Гүлдер жинау» (Негізгі қимылдар) 3.Табанның ішкі жағымен тізені жоғары көтеріп, ұсақ және алшақ адымдап жүру. Аяқты бірге, алшақ қойып,біреуін алға екіншісін артқа қойып бір орында тұрып секіру. Доптарды домалату. Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар»</p>	1	
<p>(Негізгі қимылдар) 1.Қозғалысын бағытын өзгертіп жүру, жыланша ирелеңдеп жүру, бытырап, қосымша қадаммен алға, шет жағына жүру.Қалыпты, аяқтың ұшымен, жүгіру, шеңбер жасап жүгіру. Құрсауларды домалату. Қимылды ойын: «Қасқыр мен қояндар» (Негізгі қимылдар)</p>	1	
<p>2.Жүруді басқа қимылдармен кезектестіріп, белгі бойынша тоқтап жүру.Сапта бір бірден және жұппен,түрлі бағытта отырып жүгіру. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.(биіктігі 5-10см). Қимылды ойын: «Түлкі тауық қорада» (Негізгі қимылдар)</p>	1	
<p>3. Жетекшінің ауысуымен қарқынды жылдамдатып және ақырын жүгіру.Сызықтар арасымен(10см қаш-та) тепе-теңдікті сақтап жүру. Допты бір-біріне төменнен лақтыру. Қимылды ойын:«Қоян мен қасқыр»</p>	1	
<p>(Негізгі қимылдар) 1.Түрлі бағытта жүгіру. Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Басынан асыра лақтыру және оны қағып алу.</p>	1	
<p>Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар» (Негізгі қимылдар) 2. Допты қағып алып жүгіру. Биіктігі 5-10см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру.Сызықпен (диаметрі1,5см) тепе-теңдікті сақтап жүру.</p>	1	
<p>Қимылды ойын: «Қолмен допты домалату» (Негізгі қимылдар) 3. Жай қарқында үздіксіз жүгіру (50-60метр жүгіру). Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу. Қимылды ойын: «Аңшы және қояндар»</p>	1	
<p>(Негізгі қимылдар) 1.Ұсақ және алшақ адыммен сапта бір-бірден және жұппен түрлі бағытта бытырап жүгіру. 20-25 см биіктіктен секіру. Гимнастикалық орындықта қолдарымен тартылу арқылы ішімен еңбектеу. Қимылды ойын: «Кім жақсы секіреді»</p>	1	
<p>(Негізгі қимылдар) 2. 5метрден 3 рет жүгіру. Сапка тұру және сап құрылымын өзгертіп қайта тұру.Допты екі қолымен басынан асыра лақтыру. Қимылды ойын: «Қасқыр мен қояндар»</p>	1	

60	(Негізгі қимылдар) 3. Қатарға бір-бірден сапқа, шеңберге тұру. Бір орында тұрып ұзындыққа 4-6 сызықтың үстіне секіру.(сызықтардың ара қашығы 40-50см). Арқанмен (диаметрі 1,5см) тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Хоккей»	1	
Ақпан айы Өтпелі тақырып «Бізді қоршаған әлем»			
61	(Негізгі қимылдар) 1.Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша теңелу:оңға,солға айналу, бұрыл ястар,ажырату және жақындату. Допты бір қолымен кедергі арқылы лақтыру.(2м ара қашықтық). Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектейді. Қимылды ойын: «Қармен дәл тигіз»	1	
62	(Негізгі қимылдар) 2.Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша теңелу:оңға,солға айналу, бұрылыстар,ажырату және жақындату. Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектеу. Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5м) 1.5-2 м ара қашықтыққа лақтыру.. Қимылды ойын: «Қар кесектері»	1	
63	(Негізгі қимылдар) 3.Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша теңелу:оңға,солға айналу, бұрылыстар,ажырату және жақындату. Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5м) 1.5-2 м ара қашықтыққа лақтыру. Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: Шанамен жарысу.	1	
64	(Негізгі қимылдар) 1.Ұсақ және алшақ адыммен сапта бір-бірден және жұппен түрлі бағытта бытырап жүгіру.Затты көлденеңінен 2-2.5 ара қашықтықта оң және сол қолымен лақтыру. Арқанмен (диаметрі 1,5см) тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Торғайлар мен автомобиль»	1	
65	(Негізгі қимылдар) 2. Ұсақ және алшақ адыммен сапта бір-бірден және жұппен түрлі бағытта бытырап жүгіру. Арқанмен (диаметрі 1,5см) тепе-теңдікті сақтап жүру. Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу. Қимылды ойын: «Түрлі-түсті көліктер»	1	
66	(Негізгі қимылдар) 3.Ұсақ және алшақ адыммен сапта бір-бірден және жұппен түрлі бағытта бытырап жүгіру.Затты көлденеңінен 2-2.5 ара қашықтықта оң және сол қолымен лақтыру. Құрсауларды домалату. Қимылды ойын: «Автобус»	1	
67	(Негізгі қимылдар) 1.2 метр арақашықтықта допты бір біріне төменнен лақтыру.	1	

	Затты жанау аркылы орнынан жоғары секіру.(биіктігі 5-10см). Сызықтар арасымен(10см қаш-та) тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Өз үйіңді тап»		
68	(Негізгі қимылдар) 2. 2 метр арақашықтықта допты бір біріне төменнен лақтыру. Сызықтар арасымен(10см қаш-та) тепе-теңдікті сақтап жүру. Бір орында тұрып ұзындыққа 4-6 сызықтың үстіне секіру.(сызықтардың ара қаш-ғы 40-50см). Қимылды ойын: «Доп кімде»	1	
69	(Негізгі қимылдар) 3.2 метр арақашықтықта допты бір біріне төменнен лақтыру Затты жанау аркылы орнынан жоғары секіру.(биіктігі 5-10см). Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу. Қимылды ойын: «Үстап ал»	1	
70	(Негізгі қимылдар) 1.Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу. 50см. жоғары көтерілген арканның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру.Тақтай үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: Допты тордан өткізіу»	1	
71	(Негізгі қимылдар) 2.Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу. Тақтай үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. 50см. жоғары көтерілген доғаның астынанта оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру Қимылды ойын: «Өрт сөндірушілер»	1	
72	(Негізгі қимылдар) 3.Допты жоғары лақтырып, екі қолмен қағып алу. 50см. жоғары көтерілген арканның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Ұшқыштар» Спорттық ойын: «Көңілді ойындар еліне саяхат»	1	
Наурыз айы Өтпелі тақырып «Салттар мен фольклор»			
73	(Негізгі қимылдар) 1.Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу. Доптарды домалату. Қимылды ойын: «Ақ сүйек»	1	
74	(Негізгі қимылдар) 2.Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Доптарды домалату. Затты көлденеңінен 2-2.5 ара қашықтықта оң және сол қолымен лақтыру. Қимылды ойын: «Орамал тастамақ»	1	
75	(Негізгі қимылдар) 3.Гимнастикалық орындық үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Көлденең және көлбеу орындықта	1	

	<p>төрттағандап еңбектеу. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру. (биіктігі 5-10см). Қимылды ойын: «Асық ойындары»</p>		
76	<p>(Негізігі қимылдар) 1.Сызықтар арасымен (10см қаш-та) тепе-теңдікті сақтап жүру. Затты көлденеңінен 2-2.5 ара қашықтықта оң және сол қолымен лақтыру. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.(биік. 5-10см). Қимылды ойын: «Мысық пен торғайлар»</p>	1	
77	<p>(Негізігі қимылдар) 2.Сызықтар арасымен (10см қаш-та) тепе-теңдікті сақтап жүру. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.(биік. 5-10см). Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу. Қимылды ойын: «Аттар»</p>	1	
78	<p>(Негізігі қимылдар) 3.Сызықтар арасымен (10см қаш-та) тепе-теңдікті сақтап жүру. Затты көлденеңінен 2-2.5 ара қашықтықта оң және сол қолымен лақтыру. Доптарды домалату. Қимылды ойын: «Қуыспақ»</p>	1	
79	<p>м1.Допты бір қолымен кедергі арқылы лақтыру.(2м ара қашықтық). Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Биіктігі 5-10см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру Қимылды ойын: «Тақия тастамақ»</p>	1	
80	<p>(Негізігі қимылдар) 2.Допты бір қолымен кедергі арқылы лақтыру.(2м ара қашықтық). Биіктігі 5-10см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру. Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Қол күрес»</p>	1	
81	<p>(Негізігі қимылдар) 3.Допты бір қолымен кедергі арқылы лақтыру.(2м ара қашықтық). Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу. Қимылды ойын: «Орамал»</p>	1	
82	<p>(Негізігі қимылдар) 1.Допты басынан асыра лақтыру және оны қағып алу.Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6доп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту.Түрлі жағдайда тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Гүлдерді жинаймыз»</p>	1	
83	<p>(Негізігі қимылдар) 2.Допты басынан асыра лақтыру және оны қағып алу. Түрлі жағдайда тепе-теңдікті сақтап жүру. Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Қимылды ойын: «Күн, жаңбыр, жел»</p>	1	
84	<p>(Негізігі қимылдар)</p>		

	3.Допты басынан асыра лақтыру және оны қағып алу. Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6доп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту.20-25см биіктіктен секіру. Қимылды ойын: «Жерде қалма» Қазақтың ұлттық ойындар мерекесі: «Көкпар»	1	
Сәуір айы Өтпелі тақырып «Біз еңбекқор баламыз»			
85	(Негізгі қимылдар) 1.Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру(3,5-6,5м.кем емес). жоғары көтерілген таяқтың астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Гүлдерді жинау»	1	
86	(Негізгі қимылдар) 2.Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру(3,5-6,5м.кем емес). Қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру.Гимнастикалық қабырға бойынша оң аралықтан сол аралыққа ауысу. Қимылды ойын: «Теңіз толқиды»	1	
87	(Негізгі қимылдар) 3.Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру (3,5-6,5м.кем емес).Жоғары көтерілген таяқтың астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Көлбеу тақтайда жоғары-төмен жүру және жүгіру. Қимылды ойын: «Гүлдерді жина».	1	
88	(Негізгі қимылдар) 1.Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Бір орында тұрып, ұзындыққа 4-бсызықтың үстімен секіру(ара қаш-ы 40-50см).Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5м), (ара қаш-ы1,5-2м) лақтыру. Қимылды ойын: «Өз жалаушама қарай»	1	
89	(Негізгі қимылдар) 2.Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5м),(ара қаш-ы1,5-2м) лақтыру.Құрсауды домалату. Қимылды ойын: «Доптарды қуу»	1	
90	(Негізгі қимылдар) 3.Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу. Бір орында тұрып, ұзындыққа 4-бсызықтың үстімен секіру(ара қаш-ы 40-50см). Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Пойыз»	1	
91	(Негізгі қимылдар) 1.Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру. Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектеу.	1	

92	<p>Қимылды ойын: «Кім жылдам» (Негізгі қимылдар) 2.Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Табан мен алақанға сүйеніп, төрттағандап еңбектеу.Допты еденге ұру және екі қолымен қағып алу.</p>	1	
93	<p>Қимылды ойын: «Аю мен аралар» (Негізгі қимылдар) 3.Бөрене үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Бір орында тұрып, екі аяқпен секіру.Допты жерге ұру.</p>	1	
94	<p>Қимылды ойын: «Адымдай жүр» (Негізгі қимылдар) 1.Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу. Допты еденге ұру және екі қолымен қағып алу.Аяқты бірге, алшақ қойып, біреуін алға, екіншісін артқа қойып секіру.</p>	1	
95	<p>Қимылды ойын: «Қоймадағы тышқандар» (Негізгі қимылдар) 2.Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу. Допты жерге ұру.Гимнастикалық қабырға бойынша жоғары-төмен кезектескен қадаммен өрмелеу.</p>	1	
96	<p>Қимылды ойын: Көңілді қошақандар» (Негізгі қимылдар) 3.Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу.Аяқты бірге, алшақ қойып, біреуін алға, екіншісін артқа қойып секіру.Допты бір-біріне төменнен лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын: «Нысанаға дәл тигіз» Спорттық мереке: «Еңбек бәрін жеңбек»</p>	1	
Мамыр айы			
Өтпелі тақырып «Әрқашан күн сөнбесін!»			
97	<p>Қимылды ойын: «Тауықтар мен балапандар» (Негізгі қимылдар) 1.Жоғары көтерілген таяқтың астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру. Гимнастикалық қабырға бойынша оң аралықтан сол аралыққа ауысу.</p>	1	
98	<p>Қимылды ойын: «Аққу қаздар» (Негізгі қимылдар) 2.Жоғары көтерілген таяқтың астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру(3,5-6,5м.кем емес). Көлденең және көлбеу орындықта төрттағандап еңбектеу.</p>	1	
99	<p>Қимылды ойын: «Шығыршықтан өту» (Негізгі қимылдар) 3.Жоғары көтерілген таяқтың астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру. Эиіктігі 5-10см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру.</p>	1	
100	<p>Қимылды ойын: «Шығыршықтан өту» (Негізгі қимылдар) 1.Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-бдоп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту. Жоғары көтерілген таяқтың астынан оң</p>	1	

101	және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру(3,5-6,5м.кем емес). Қимылды ойын: «Адымдай жүр» (Негізгі қимылдар)		
102	2. Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-бдоп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту. Гимнастикалық қабырға бойынша оң аралықтан сол аралыққа ауысу.Допты екі қолымен басынан асыра лақтыру.(2м ара қаш-а) Қимылды ойын: «Тасымақ» (Негізгі қимылдар)	1	
	3. Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-бдоп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту. Допты екі қолымен басынан асыра лақтыру.(2м ара қаш-а).50см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп кіру. Қимылды ойын: «Нысанға дәл тигіз»	1	
103	(Негізгі қимылдар) 1.Қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру. 50см жоғары көтерілген доғаның астынан оң және сол бүйірімен алға еңбектеп өту. 20-25см биіктіктен секіру. Қимылды ойын: «Аққу қаздар»	1	
104	(Негізгі қимылдар) 2.Қырлы тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру. Бөрене арқылы еңбектеп өту. Заттарды алысқа дәлдеп лақтыру(3,5-6,5м кем емес). Қимылды ойын: «Қоңыздар»	1	
105	(Негізгі қимылдар) 3.Қырты тақтаймен тепе-теңдікті сақтап жүру. 5метрден 3 рет жүгіру. Допты кедергі арқылы лақтыру.(2м. ара қаш-а). Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»	1	
106	(Негізгі қимылдар) 1. Гимнастикалық қабырға бойынша оң аралықтан сол аралыққа ауысу. 50-60м.жүгіру. Сызықтар арасымен 10см. ара қаш-а тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Шеңбер ішіне дәлдеп лақтыр»	1	
107	(Негізгі қимылдар) 2. Гимнастикалық қабырға бойынша оң аралықтан сол аралыққа ауысу. Допты қағып алып жүгіру. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру(биіктігі5-10см) Қимылды ойын: «Кегельдерді құлату»	1	
108	(Негізгі қимылдар) 3. Гимнастикалық қабырға бойынша оң аралықтан сол аралыққа ауысу. Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-бдоп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту. Тақтай үстімен тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Туннельден өтеміз» Спорттық сайыс: «Көңілді мәре»	1	

«Тексерілді»
Балабақша әдіскері:

Тексерілді

№6 «Өркен» бабекжайы ЖБҚ МКҚК
әдіскер Т.Реева Т.Реева

Бекітілді

№6 «Өркен» бабекжайы ЖБҚ МКҚК
директор Т.А.Кенжебаева



2021-2022 оқу жылына арналған мектепалды
тобының дене шынықтыру пәні бойынша
ұйымдастырылған оқу қызметінің
перспективалық жоспары

Дайындаған дене нұсқаушысы: Сексенбаева А

**МАД топтарына арналған дене шынықтыру пәнінің перспективалық
жоспары (90 сағат)
Қыркүйек айы
Өпелі тақырып«Балабақшада»**

P/c	Мазмұны	Сағат саны	Күні
1	<p>(Негізгі қимылдар) 1) Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүру. 2)Сапта бір қатармен жүгіру. 3)Тізенің арасына қапшықты қысып,қос аяқтап секіру. Қимылды ойын:«Кім жақсы секіреді»</p>	1	
2	<p>(Негізгі қимылдар) 1)Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен журу. 2) Тізенің арасына қапшықты қысып,қос аяқтап секіру. 3)Биіктігі 40см жіптің астынан қолды еденге тигізбей еңбектеу. Қимылды ойын: «Кім жылдам?»</p>	1	
3	<p>(Негізгі қимылдар) 1)Тәрбиеші белгісі бойынша түрлі қарқында жүреді. 2)Биіктігі 40см жіптің астынан қолды еденге тигізбей еңбектейді. 3)Допты еденнен ыршытып жоғары лақтыру, қос қолмен қағып алады (4-5рет) Қимылды ойын:«Кім алысқа лақтырады»</p>	1	
4	<p>(Негізгі қимылдар) 1) Допты еденнен ыршытып жоғары лақтырып қағып алуды бекіту. 2)Шығыршықтан-шығыршыққа секіреді. 3)Доға астынан бір бүйірімен еңбектеу. Қимылды ойын: «Ұстап ал»</p>	1	
5	<p>(Негізгі қимылдар) 1)Шығыршықтан-шығыршыққа екі аяқпен секіруді бекіту. 2)Кубиктер арасымен «жыланша» ирелеңдеп жүгіру. 3) Допты қос қолмен лақтыру, кеудеге қыспай қағып алуды үйрету. Қимылды ойын: «Жұбынды тап»</p>	1	
6	<p>(Негізгі қимылдар) 1) Сапта бір қатармен жүру кезінде тәрбиеші белгісімен тоқтауға үйрету. 2) Допты қос қолмен лақтыру, кеудеге қыспай қағып алуды бекіту. 3) Еңкейтілген тақтайға өрмелеуді үйрету. Қимылды ойын: «Қолмен допты домалату»</p>	1	
7	<p>(Негізгі қимылдар)</p>	1	

8	<p>1) Жүру кезінде белгі бойынша тоқтау дағдыларын бекіту. 2)Еңкейтілген тақтайға өрмелеуді үйретуді бекіту. 3)Доганың астынан қолына допты ұстап еңбектеу (биіктігі 50 см). Қимылды ойын: «Допты ұстап ал» (Негізгі қимылдар)</p>		
	<p>1)Доганың астынан қолына допты ұстап еңбектеуді (биіктігі 50 см)бекіту. 2)Алға қарай 3-4 м қашықтыққа жылжу арқылы секіруді үйрету. 3)Сапқа екі қатармен тұру және сап құрылымын өзгертіп қайта тұруды үйрету. Қимылды ойын:«Кім тезірек жалаушаға жүгіреді»</p>	1	
9	<p>(Негізгі қимылдар) 1)Сапқа екі қатармен тұру және сап құрылымын өзгертіп қайта тұруды үйрету. 2)Алға қарай 3-4 м қашықтыққа жылжу арқылы секіруді үйрету. 3)Гимнастикалық орындық үстінде ішпен еңбектеуді үйрету. Қимылды ойын: «Орындыққа кім тез жетеді?»</p>	1	
		<p>(Негізгі қимылдар) 1)Гимнастикалық орындық үстінде ішпен еңбектеуді бекіту. 2) Алға қарай 3-4 м қашықтыққа жылжу арқылы секіруді бекіту. 3)Басқа дорбаша қойып, еденде созылып жатқан арқан үстімен жүру. Эстафеталық ойын: «Кім шапшаң?»</p>	1
<p>Өтпелі тақырып: «Менің отбасым» Қазан айы</p>			
11	<p>(Негізгі қимылдар) 1)Басқа дорбаша (қапшық) қойып, еденде созылып жатқан арқан үстімен жүруді бекіту. 2)Орыннан биіктікке секіруді үйрету. 3)Гимнастикалық орындық үстінде тепе-теңдік сақтап жүріп өту. Қимылды ойын: «Жапалақ»</p>	1	
12	<p>(Негізгі қимылдар) 1)Орыннан биіктікке секіруді үйрету («Қолыңды затқа жеткіз»). 2)Гимнастикалық орындық үстінде тепе-теңдік сақтап жүру және орта кезінде бұрылу. 3)Еңбектеу, биіктігі 40 см доға астынан еңбектеу. Қимылды ойын: «Допты тордан өткізіу»</p>	1	
13	<p>(Негізгі қимылдар) 1) Жүріп келіп сапқа үш қатармен тұру және сап құрылымын өзгертіп қайта тұруды үйрету.</p>	1	

	<p>2) Еңбектеу, биіктігі 40 см доға астынан еңбектеуді бекіту.</p> <p>3) Арқан үстімен бір бүйірімен адымдап жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Алысқа лақтыр»</p>		
14	<p>м1) Биіктігі 15-20см заттардан екі аяқпен тура секіруді бекіту.</p> <p>2) Доға астынан баспен допты итере жүріп еңбектеу дағдыларын қалыптастыру.</p> <p>3) Гимнастикалық қабырғаға түрлі тәсілдермен, сатыны атпалай өрмелеу.</p> <p>Қимылды ойын: «Түсті автокөліктер»</p>	1	
15	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Сапқа үш қатармен тұру, бір орнында оңға, солға бұрылуды үйрету.</p> <p>2) Гимнастикалық қабырғаға түрлі тәсілдермен, сатыны атпалай өрмелеуді бекіту.</p> <p>3) 3-4м арақашықтықтан дорбашаны лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын: «Автомобиль мен торғайлар»</p>	1	
16	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Сапқа үш қатармен тұру, бір орнында оңға, солға бұрылуды бекіту.</p> <p>2) 3-4м арақашықтықтан дорбашаны тік нысанаға нықтан асырып лақтыру.</p> <p>3) Арқаға құм қапшықты қойып, қарынменен еңбектеу.</p> <p>Қимылды ойын: «Кім жылдам?»</p>	1	
17	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Сапта қатарды бұзбай заттардан аттап жүруге үйрету.</p> <p>2) Арқаға құм қапшықты қойып, қарынменен еңбектеу.</p> <p>3) Гимнастикалық орындық үстімен доптардан аттап жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Кедергілерден аттап өт»</p>	1	
18	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Гимнастикалық орындық үстімен доптардан аттап жүру.</p> <p>2) Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату.</p> <p>3) Алға қарай отырып секіру</p> <p>Қимылды ойын: «Кім тезірек жалаушаға жүгіреді»</p>	1	
19	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Түрлі жылдамдықпен-баяу, жылдам жүгіру.</p> <p>2) Алға қарай жылжи отырып секіру.</p> <p>3) Арқан баспалдақпен бір тәсілмен өрмелеу.</p> <p>Қимылды ойын: «Көкіністерді жинаймыз»</p>	1	
20	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Зат арасымен түрлі жылдамдықпен-баяу, жылдам жүгіру.</p> <p>2) Арқан баспалдақпен бір тәсілмен өрмелеу.</p> <p>3) Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын допты қолдан қолға ауыстырып жүру.</p> <p>Эстафеталық ойын: «Кім епті?»</p>	1	
<p>Өтпелі тақырып «Дені саудың жаны сау» Қараша айы</p>			

21	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Зат арасымен түрлі жылдамдықпен-баяу, жылдам жүгіру.</p> <p>2) Арқан баспалдақпен бір тәсілмен өрмелеу.</p> <p>3) Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан қолға ауыстырып жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Үстап ал» ойыны</p>	1	
22	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Гимнастикалық орындық астынан еңбектеп өту.</p> <p>2) Гимнастикалық орындық үстімен әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан қолға ауыстырып жүру.</p> <p>3) Гимнастикалық қабырғаның басына дейін өрмелеу, келесі аралыққа ауысып төмен түсу.</p> <p>Қимылды ойын: «Мені қуып жет» .</p>	1	
23	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Заттар арасымен жүру.</p> <p>2) Гимнастикалық қабырғаның басына дейін өрмелеу, келесі аралыққа ауысып төмен түсу.</p> <p>3) Гимнастикалық орындық үстінде қойылған заттардан аттап жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Соқыр теке бақ-бақ, мені іздеп тап-тап».</p>	1	
24	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Гимнастикалық орындық үстінде қойылған заттардан аттап жүру.</p> <p>2) Орнынан биіктікке секіру.</p> <p>3) 2-2,5 м арақашықтыққа асықты дәлдеп лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын: «Жемістерді жинайық»</p>	1	
25	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Орнынан биіктікке секіру.</p> <p>2) 2-2,5 м арақашықтыққа асықты дәлдеп лақтыру.</p> <p>3) Гимнастикалық орындық үстінде етпетінен жатып, қолымен тартыла жылжу.</p> <p>Қимылды ойын: «Кім көкөністі көп жинайды?»</p>	1	
26	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Гимнастикалық орындық үстінде етпетінен жатып, қолымен тартыла жылжу.</p> <p>2) Допты бір-біріне қос қолымен бастан асыра лақтыру.</p> <p>3) Заттар арасымен оң және сол аяқтарымен кезектесіп секіру (арақашықтығы 3 м).</p> <p>Қимылды ойын: «Допты тордан бірге өткізейік»</p>	1	
27	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Допты бір-біріне қос қолымен бастан асыра лақтыру.</p>		

28	<p>2) За.тар арасымен оң және сол аяқтарымен кезектесіп секіру (арақашықтығы 3 м).</p> <p>3) Кубиктер арасынан допты басымен итеріп еңбектеу.</p> <p>Қимылды ойын: «Аңшы және қояндар» (Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Қос қолмен допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру.</p> <p>2) Кеглилер арасынан допты басымен итере еңбектеу.</p> <p>3) Орындық үстімен текшелерден аттап жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Арқан тарту»</p>	1	
		1	
29	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіру.</p> <p>2) Орындық үстімен текшелерден аттап жүру.</p> <p>3) Доға астымен еңбектеу (биіктігі 50см).</p> <p>Қимылды ойын: «Жалауға кім бірінші барады?»</p>	1	
30	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіру.</p> <p>2) Доға астымен еңбектеу (биіктігі 50см).</p> <p>3) А_қан бойымен тепе-теңдік сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру.</p> <p>Эстафеталық ойын: «Шыныққан шымыр болады»</p> <p style="text-align: center;">Өтпелі тақырып «Менің Қазақстаным» Желтоқсан айы</p>	1	
31	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Бір орнында және қимыл үстінде оңға, солға бұрылу.</p> <p>2) Шашырап жүгіру, белгі бойынша сапта бір қатармен жүру.</p> <p>3) Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын: «Біз чемпион боламыз»</p>	1	
32	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Бір орнында және қимыл үстінде оңға, солға бұрылу.</p> <p>2) Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.</p> <p>3) Құрсаудың шетіне тигізбей оң және сол жақ бүйірімен топталып құрсаудың ішінен өту.</p>	1	

33	<p>Қимылды ойын: «Тенге алу» (Негізгі қимылдар) 1) 2-2,5 м арақашық тықт иғы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтыру. 2) Күрсаудың шетіне тигізбей оң және сол жақ бүйірімен топталып күрсаудың ішінен өту. 3) Допты бір қатарға қойған заттар арасымен домалату. Қимылды ойын: «Допты көршіңе бер»</p>	1	
34	<p>(Негізгі қимылдар) 1) 2-2,5 м арақашық тықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтыру. 2) Бір орында және қимыл үстінде оңға, солға бұрылу. 3) Сызықтан аттап секіру. Қимылды ойын: «Мерген» ойыны.</p>	1	
35	<p>(Негізгі қимылдар) 1) Бір орында және қимыл үстінде оңға, солға бұрылу. 2) Сызықтан аттап секіру. 3) Қолды жерге тигізбей (50см) шығыршық ішінен тура және бір бүйірімен өту. Қимылды ойын: «Кім жылдам?»</p>	1	
36	<p>(Негізгі қимылдар) 1) Қолды жерге тигізбей (50см) шығыршық ішінен тура және бір бүйірімен өту. 2) Кедір-бұдыр тақтай үстімен жүру. 3) үш қатарға тұру. Қимылды ойын: «Нысанаға дәл тигіз»</p>	1	
37	<p>(Негізгі қимылдар) 1) Кедір-бұдыр тақтай үстімен жүру. 2) Оңға, солға бұрылу, тұрған орнында айналу. 3) Доға астынан қолына кубик ұстап еңбектеу. Қимылды ойын: «Қуыспақ»</p>	1	
38	<p>(Негізгі қимылдар) 1) Оңға, солға бұрылу, тұрған орнында айналу. 2) Кедергілер арасынан және қолды еденге тигізбей доға астынан еңбектеу. 3) Гимнастикалық орындық үстінде текшелерден аттап жүру. Қимылды ойын: «Үңгірден өту»</p>	1	
39	<p>(Негізгі қимылдар) 1) Кедергілер арасынан және қолды еденге тигізбей доға астынан еңбектеу. 2) Оң және сол аяғын кезектестіріп секіру. 3) Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу.</p>	1	

40	<p>Қимылды ойын: «Кім жылдам?» (Негізгі қимылдар) 1) Оң және сол аяғын кезектестіріп секіру. 2) Гимнастикалық қабырғаға өрмелеу. 3) Алға қарай жылжып, қос қолмен допты лақтырып, қайта қағып алу. Эстафеталық сайыс: «Тәуелсіз елдің бүлдіршіндері»</p>	1	
Өтпелі тақырып «Табиғат әлемі» Қаңтар айы			
41	<p>(Негізгі қимылдар) 1) Алға қарай жылжып, қос қолмен допты лақтырып, қайта қағып алу. 2) Қос аяқпен заттар арасымен (арақашықтығы 4м) секіру. 3) Гимнастикалық орындық үстінде басқа қапшық қойып, тепе-теңдік сақтап жүру. Қимылды ойын: «Шығыршықтан өту»</p>	1	
42	<p>(Негізгі қимылдар) 1) Қос аяқпен заттар арасымен (арақашықтығы 4м) секіру. 2) Гимнастикалық орындық үстінде басқа қапшық қойып, тепе-теңдік сақтап жүру. 3) Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату. Қимылды ойын: «Тиін құсап секір»</p>	1	
43	<p>(Негізгі қимылдар) 1) Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату. 2) Қос аяқпен заттар арасымен (арақашықтығы 4м) секіру. 3) Көлбеу басқышпен өрмелеп гимнастикалық қабырғаға өтіп, сатыдан ұстай отырып қайта түсу. Қимылды ойын: «Өз орындарыңа барыңдар»</p>	1	
44	<p>(Негізгі қимылдар) 1) Көлбеу басқышпен өрмелеп гимнастикалық қабырғаға өтіп, сатыдан ұстай отырып қайта түсу. 2) Сақинаны лақтырып, таяққа кигізу. 3) 20 см дейін биіктікке секіру. Қимылды ойын: «Апандағы аю».</p>	1	
45	<p>(Негізгі қимылдар) 1) Сақинаны лақтырып, таяққа кигізу. 2) Жүгіріп келіп, биіктікке секіру. 3) Шеңбер жасап тұру – оңғ, солға бұрылу, айналу. Қимылды ойын: «Аңшы мен қоян»</p>	1	

<p>Негізгі қимылдар 1) Жүгіріп келіп, биіктікке секіру. 2) Допты бір-біріне қос қолымен басынан асыра лақтыру. 3) Арқан үстімен бір бүйірімен адымдап жүру. Қимылды ойын: «Жапалақ» (Негізгі қимылдар) 1) Допты бір-біріне қос қолымен басынан асыра лақтыру. 2) Жүгіріп келіп, биіктікке секіру. 3) Гимнастикалық орындық үстімен арқаға дорбаны іліп алып, кері қолмен тартылып жылжу. Қимылды ойын: «Аққу -каздар» (Негізгі қимылдар) 1) Жүріп келіп сапқа үш қатармен тұру және сап құрылымын өзгертіп қайта тұруды бекіту. 2) Гимнастикалық орындық үстімен арқаға дорбаны іліп алып, кері қолмен тартылып жылжу. 3) Оң және сол аяқтарымен кезектесіп заттар арасымен (арақашықтығы 3м) секіру. Қимылды ойын: «Торғайлар ұшады, торғайлар...»</p>	1	
	1	
<p>(Негізгі қимылдар) 1) Көтеріңкі қойылған заттың үстімен жүру. 2) Гимнастикалық орындық үстінде тепе-теңдік сақтап жүру және орта кезінде бұрылу. 3) Екі аяқпен шахмат тәрізді қойылған, толтырылған доптар үстінен қос аяқпен секіру. Қимылды ойын: «Шанамен сырғанаймыз» (Негізгі қимылдар) 1) Екі аяқпен шахмат тәрізді қойылған, толтырылған доптар үстінен қос аяқпен секіру. 2) Гимнастикалық орындық үстінде тепе-теңдік сақтап жүру және орта кезінде бұрылу. 3) Музыка ырғағына сәйкес түрлі қимылдар жасау. Эстафеталық ойын: «Биіктен сырғанау»</p>	1	
	1	
Ақпан айы Өтпелі тақырып «Бізді қоршаған әлем»		
<p>Негізгі қимылдар 1) Жүгірумен жүруді алмастыру; бір қатар саптан бірнеше қатар сапқа тұру; қолды созу арқылы арақашықтықты сақтау. 2) Екі шеңбер бойы, аяқтың ұшымен бір-біріне қарама-қарсы жеңіл, кібіртіктеп жүгіру. 3) Допты қос қолдап алға қарай алып жүруді үйрету. Қимылды ойын: «Аққалаға кім бірінші жетеді?» (Негізгі қимылдар) 1) Жүгірумен жүруді алмастыру; бір қатар саптан бірнеше</p>	1	

53	қатар сапқа тұру; қолды созу арқылы арақашықтықты сақтау. 2) Екі шеңбер бойы, аяқтың ұшымен бір-біріне қарама-қарсы жеңіл, кібіртіктеп жүгіру. 3) Допты қос қолдап алға қарай алып жүруді үйрету. Қимылды ойын: «Үйқыдағы аю» (Негізгі қимылдар)		
	1) Жіпті қол ауыстыра ұстап үлкен адыммен жүру; бір қатар саптан бірнеше қатар сапқа тұру; қолды созу арқылы арақашықтықты сақтау. 2) Аяқты түзу алға сермей, кең адымдап жүгіру; жеңіл жүгіру; музыкаға сәйкес ритммен жүруге жаттықтыру. 3) Дене сымбаттылығын қалыптастыру мақсатында жұмыс жасау. Допты қос қолдап алға қарай алып жүру; арқан баспалдақпен түрлі тәсілдермен өрмелеуге үйрету. Қимылды ойын: «Өз үйіңді тап»	1	
		1	
54	(Негізгі қимылдар) 1) Жіпті қол ауыстыра ұстап үлкен адыммен жүру; бір қатар саптан бірнеше қатар сапқа тұру; қолды созу арқылы арақашықтықты сақтау. 2) Аяқты түзу алға сермей, кең адымдап жүгіру; жеңіл жүгіру; музыкаға сәйкес ритммен жүруге жаттықтыру. 3) Дене сымбаттылығын қалыптастыру мақсатында жұмыс жасау. Допты қос қолдап алға қарай алып жүру; арқан баспалдақпен түрлі тәсілдермен өрмелеуге үйрету. Қимылды ойын: Торғайлар мен автомобиль»	1	
55	(Негізгі қимылдар) 1) Педагогтың белгісі бойынша қолды түрлі қалыпта ұстап жүру. Басқа қимыл түрлерімен үйлестіре жүгіру/секіру, жүреден отыру, тоқтау. 2) Жүгіру барысында бір саптан үш сапқа тұру. Түрлі жануарлардың қимылын бейнелей білу дағдыларын дамыту. Арқан баспалдақпен түрлі тәсілдермен өрмелеуді бекіту. 3) Басқа дорбаша қойып гимнастикалық орындық үстімен жүруге; ұзын секіртпеден қос аяқтап секіруге үйрету. Қимылды ойын: «Көңілді поезд»	1	
56	(Негізгі қимылдар) 1) Педагогтың белгісі бойынша қолды түрлі қалыпта ұстап жүру. Басқа қимыл түрлерімен үйлестіре жүгіру / секіру, жүреден отыру, тоқтау. 2) Жүгіру барысында бір саптан үш сапқа тұру. Түрлі жануарлардың қимылын бейнелей білу дағдыларын дамыту.	1	

57	<p>Арқан баспалдақпен түрлі тәсілдермен өрмелеуді бекіту. 3) Басқа дорбаша қойып гимнастикалық орындық үстімен жүруге; ұзын секіртпеден қос аяқтап секіруге үйрету. Қимылды ойын: «Мені қуып жет» (Негізгі қимылдар) 1) Бастаушыны ауыстыра отырып, қарқынды өзгерте оңға, солға аяқты-аяққа таяп қойып жүгіру; бір қатардан екі қатарға тұру және қайта кері тұру.</p>	1	
58	<p>2) Өкшеден аяқтың ұшына ауыса, баяу белгі бойынша секіре бұрылып жүгіруге; би қимылдарын орындауға жаттықтыру. 3) Шахмат тәрізді қойылған кеспек ағаштардың үстінен қос аяқпен секіруді бекіту. Тізерлеп тұрып допты бір-біріне қос қолмен басынан асыра лақтыруды үйрету. Қимылды ойын: «Ұшты-ұшты» (Негізгі қимылдар) 1) Бастаушыны ауыстыра отырып, қарқынды өзгерте оңға, солға аяқты-аяққа таяп қойып жүгіру; бір қатардан екі қатарға тұру және қайта кері тұру. 2) Өкшеден аяқтың ұшына ауыса, баяу белгі бойынша секіре бұрылып жүгіруге; би қимылдарын орындауға жаттықтыру. 3) Шахмат тәрізді қойылған кеспек ағаштардың үстінен қос аяқпен секіруді бекіту. Тізерлеп тұрып допты бір-біріне қос қолмен басынан асыра лақтыруды үйрету. Қимылды ойын: «Мұқият бол»</p>	1	
59	<p>Дене шынықтыру Негізгі қимылдар 1) Бір қатар сапқа тұру, бірінші, екінші, үшіншіге есептеу, аяқты-аяққа тақап қойып түзелу / реттік сан бойынша /; 4 метр қашықтықты көзді жұмып өту. 2) Музыкалық белгі бойынша қимыл бағытын өзгерте жүгіру. Қос аяқтап алға қарай жылжи секіру. Түрлі жүрулерге: байсалды адымдап, аяқтан аяққа ауыса секіре, маршпен жүруге жаттықтыру. 3) Қос аяқтап оң жаққа 180 градусқа бұрылып, содан соң сол жаққа бұрылып секіруді; шығыршықты домалату және оның ішінен өтуді үйрету. Қимылды ойын: «Ұшқыштар»</p>	1	
60	<p>(Негізгі қимылдар) 1) Бір қатар сапқа тұру, бірінші, екінші, үшіншіге есептеу, аяқты-аяққа тақап қойып түзелу / реттік сан бойынша /; 4 метр қашықтықты көзді жұмып өту. 2) Музыкалық белгі бойынша қимыл бағытын өзгерте жүгіру. Қос аяқтап алға қарай жылжи секіру. Түрлі жүрулерге: байсалды адымдап, аяқтан аяққа ауыса секіре, маршпен жүруге жаттықтыру. 3) Қос аяқтап оң жаққа 180 градусқа бұрылып, содан соң сол жаққа бұрылып секіруді; шығыршықты домалату және оның ішінен өтуді үйрету. Эстафеталық ойын: «Біз спортшылармыз»</p>	1	

	<p align="center">Наурыз айы Өтпелі тақырып «Салттар мен фольклор»</p>		
1	<p>(Негізгі қимылдар) 1) Еңкейтілген бөрене үстімен дене тұлғасын түзу ұстап, тепе-теңдік сақтап жүру; 2) Шығыршықты домалатып және оның ішінен өту, қолды ауыстыра отырып, гимнастикалық орындық үстімен допты домалатуды үйрету. 3) Қолды шеңбердің жоғарғы шетіне тигізбей, оң және сол жақ бүйірмен, шығыршықтан өтуді бекіту. Қимылды ойын: «Арқан тарту»</p>	1	
2	<p>(Негізгі қимылдар) 1) Еңкейтілген бөрене үстімен дене тұлғасын түзу ұстап, тепе-теңдік сақтап жүру; 2) Шығыршықты домалатып және оның ішінен өту, қолды ауыстыра отырып, гимнастикалық орындық үстімен допты домалатуды үйрету. 3) Қолды шеңбердің жоғарғы шетіне тигізбей, оң және сол жақ бүйірмен, шығыршықтан өтуді бекіту. Қимылды ойын: «Ханталапай»</p>	1	
3	<p>(Негізгі қимылдар) 1) Тізбекте бір-бірден жүру. Өздігінен бір және екі шеңберге тұру. 2) Тізені бүге, жартылай отырып жүру. Тапсырмаларды орындай, «жыланша» ирелеңдеп заттардың арасымен жүгіру. Музыка ырғағына сәйкес өздігінен ұлттық билердің қарапайым қимылдарын орындауға жаттықтыру. 3) Шектеулі зат (тақтай, еңкейтілген бөрене) үстімен адымдап, аяқтың ұшымен жүру кезінде денені дұрыс ұстап, тепе-теңдік сақтап жүруді бекіту. Арқаннан ұстап тұрып, адымдап жүруді үйрету. Қимылды ойын: «Тақия тастамақ»</p>	1	
1	<p>Негізгі қимылдар 1) Тізбекте бір-бірден жүру. Өздігінен бір және екі шеңберге тұру. 2) Тізені бүге, жартылай отырып жүру. Тапсырмаларды орындай, «жыланша» ирелеңдеп заттардың арасымен жүгіру. Музыка ырғағына сәйкес өздігінен ұлттық билердің қарапайым қимылдарын орындауға жаттықтыру. 3) Шектеулі зат (тақтай, еңкейтілген бөрене) үстімен</p>	1	

65	<p>адымдап, аяқтың ұшымен жүру кезінде денені дұрыс ұстап, тепе-теңдік сақтап жүруді бекіту. Арқаннан ұстап тұрып, адымдап жүруді үйрету.</p> <p>Қимылды ойын: “Қоймадағы тышқандар”</p> <p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Жұптасып тұру және қайта сапқа тұру. Жай жүгіруден жүруге ауысу.</p> <p>2) Еңкейтілген тақтай үстімен қырыннан жүру кезінде денені дұрыс ұстап, тепе-теңдік сақтау. 320 метрге дейін қиылысқан жермен жүгіруді бекіту және жаттықтыру.</p> <p>3) Гимнастикалық шығыршықпен жұмыс: ілініп тұру, теңселу, ыршып түсу; допты қос қолмен жоғары лақтыру, алақанды шапалақтап, допты қағып алу.</p> <p>Қимыл-қозғалыс ойыны: «Ара мен аюлар»</p>		
66	<p>Негізгі қимылдар</p> <p>1) Жұптасып тұру және қайта сапқа тұру. Жай жүгіруден жүруге ауысу.</p> <p>2) Еңкейтілген тақтай үстімен қырыннан жүру кезінде денені дұрыс ұстап, тепе-теңдік сақтау. 320 метрге дейін қиылысқан жермен жүгіруді бекіту және жаттықтыру.</p> <p>3) Гимнастикалық шығыршықпен жұмыс: ілініп тұру, теңселу, ыршып түсу; допты қос қолмен жоғары лақтыру, алақанды шапалақтап, допты қағып алу.</p> <p>Қимылды ойын: «Алтын сақа»</p>	1	
67	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Тізені бүге, жартылай отырып жүру.</p> <p>2) Музыка ыргағына сәйкес өздігінен ұлттық билердің қарапайым қимылдарын орындауға жаттықтыру.</p> <p>3) Шектеулі зат (тақтай, еңкейтілген бөрене) үстімен адымдап, аяқтың ұшымен жүру кезінде денені дұрыс ұстап, тепе-теңдік сақтау.</p> <p>Қимылды ойын: «Қыз қуу»</p>	1	
68	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Тізені бүге, жартылай отырып жүру.</p> <p>2) Музыка ыргағына сәйкес өздігінен ұлттық билердің қарапайым қимылдарын орындауға жаттықтыру.</p> <p>3) Шектеулі зат (тақтай, еңкейтілген бөрене) үстімен адымдап, аяқтың ұшымен жүру кезінде денені дұрыс ұстап, тепе-теңдік сақтау.</p> <p>Қимылды ойын: «Аударыспақ»</p>	1	

69	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Тепе-теңдік сақтап, қолды желке тұсында ұстап жүру. Бір қатар саптан төрт қатарға тұру.</p> <p>2) Аралыққа жүгіруге жаттықтыру. Музыка ырғағына сәйкес өзіндік би қимылдарын ойлап табу және оны орындауға ынталандыру.</p> <p>3) Еңкейтілген тақтай үстімен денені түзу ұстап жүру. Қырыннан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту. Қатарынан қойылған таяқшалардан секіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Гүлдерді жинау»</p>	1	
70	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Тепе-теңдік сақтап, қолды желке тұсында ұстап жүру. Бір қатар саптан төрт қатарға тұру.</p> <p>2) Аралыққа жүгіруге жаттықтыру. Музыка ырғағына сәйкес өзіндік би қимылдарын ойлап табу және оны орындауға ынталандыру.</p> <p>3) Еңкейтілген тақтай үстімен денені түзу ұстап жүру. Қырыннан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту. Қатарынан қойылған таяқшалардан секіру.</p> <p>Эстафеталық ойын: «Әкем, анам және мен»</p>	1	
<p>Өтпелі тақырып «Біз еңбекқор баламыз» Сәуір айы</p>			
71	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Бағытты өзгерте заттардың арасымен жүру. Бір қатарға тұру, қатарда тұрып орында оңға, солға бұрылу. Ирелеңдеп (қайталап) жүгіру (3 рет 10 м-ге).</p> <p>2) Ұстау және жалтара жүгіру. Музыкаға сәйкес адымдап шапшақпен үйлестіре жүруге жаттықтыру.</p> <p>3) Екі жағынан қозғалтпай ұстап тұрған және теңселіп тұрған секіртпеден секіруді бекіту.</p> <p>«Қарлығаш» жаттығуын орындауды; арқаннан бастан жоғары ұстап, ілініп тұруды үйрету; кедергілерден еңбектеп өтіп және қолды еденге тигізбей доғаның астынан еңбектеп өтуді үйрету.</p> <p>Қимылды ойын: «Себетке гүл жинау»</p>	1	
72	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Бағытты өзгерте заттардың арасымен жүру. Бір қатарға</p>		

73	<p>тұру, қатарда тұрып орында оңға, солға бұрылу. Ирелеңдеп (қайталап) жүгіру (3 рет 10 м-ге).</p> <p>2) Ұстау және жалтара жүгіру. Музыкаға сәйкес адымдап шапалақпен үйлестіре жүруге жаттықтыру.</p> <p>3) Екі жағынан қозғалтпай ұстап тұрған және теңселіп тұрған секіртпеден секіруді бекіту.</p> <p>«Қарлығаш» жаттығуын орындауды; арқаннан бастан жоғары ұстап, ілініп тұруды үйрету; кедергілерден еңбектеп өтіп және қолды еденге тигізбей доғаның астынан еңбектеп өтуді үйрету.</p> <p>Қимылды ойын: «Жұбыңды тап»</p> <p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Балаларды бір тізбекпен жүруге, жүгіруге, табанның сыртымен жүруге, шашырап жүруге жаттықтыру.</p> <p>2) Жіп басқышпен өрмелету арқылы табан бұлшық еттерін дамыту.</p> <p>3) Гимнастикалық отырғыштың жіңішке сызығымен жүруді, допты тура бағытта домалатуды қайталау.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Шығыршықтан өту»</p>	1	
	1		
74	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Балаларды бір тізбекпен жүруге, жүгіруге, табанның сыртымен жүруге, шашырап жүруге жаттықтыру.</p> <p>2) Жіп басқышпен өрмелету арқылы табан бұлшық еттерін дамыту.</p> <p>3) Гимнастикалық отырғыштың жіңішке сызығымен жүруді, допты тура бағытта домалатуды қайталау.</p>	1	
75	<p>Қимылды ойын: «Теңіз толқиды»</p> <p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Балаларды әртүрлі бағытта бір тізбекпен жүруге, қолды әртүрлі қалыпта ұстап, доғадан еңкейіп жүруге жаттықтыру.</p> <p>2) Арқанға өрмелеуді, тізерлеп отырып домалауды үйрету.</p> <p>3) Жіп баспалдаққа өрмелеуді қайталау.</p> <p>Қимылды ойын: «Қасқыр мен қояндар»</p>	1	
	1		
76	Негізгі қимылдар:	1	

7	<p>1) Балаларды әртүрлі бағытта бір тізбекпен жүруге, қолды әртүрлі қалыпта ұстап, доғадан еңкейіп жүруге жаттықтыру.</p> <p>2) Арқанға өрмелеуді, тізерлеп отырып домалауды үйрету.</p> <p>3) Жіп баспалдаққа өрмелеуді қайталау.</p> <p>Қимылды ойын: Жалауға қарай жүгір (Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Көлбеу қойылған тақтайшамен жүрген кезде нық тепеңдікті сақтай білуге үйрету.</p> <p>2) Жіп баспалдағымен өрмелеуді қайталау.</p>		
	<p>Қимылды ойын: «Қарақұс пен балапандар» (Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Көлбеу қойылған тақтайшамен жүрген кезде нық тепеңдікті сақтай білуге үйрету.</p> <p>2) Жіп баспалдағымен өрмелеуді қайталау.</p> <p>Қимылды ойын: «Аю мен аралар»</p>	1	
78	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Көлбеу қойылған тақтайшамен жүрген кезде нық тепеңдікті сақтай білуге үйрету.</p> <p>2) Жіп баспалдағымен өрмелеуді қайталау.</p> <p>Қимылды ойын: «Аю мен аралар»</p>	1	
79	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Балаларды жүруге және екі-екіден жүгіруге, шашырап жүруге жаттықтыру.</p> <p>2) Допты қабырғаға соғуға және әртүрлі тәсілмен соғуға үйрету.</p> <p>3) Отырғыштан секіруді қайталау, көлбеу қойылған тақтаймен жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Кім күшті?»</p>	1	
80	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Балаларды жүруге және екі-екіден жүгіруге, шашырап жүруге жаттықтыру.</p> <p>2) Допты қабырғаға соғуға және әртүрлі тәсілмен соғуға үйрету.</p> <p>3) Отырғыштан секіруді қайталау, көлбеу қойылған тақтаймен жүру.</p> <p>Эстафеталық ойын: «Толағай»</p>	1	
Өтпелі тақырып «Әрқашан күн сөнбесін» Мамыр айы			
81	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Сапта тұрып допты төменнен екі қолмен бір біріне лақтыру.</p> <p>2) Ағ қасына қапшық қойып еңбектеу.</p> <p>3) Төбесіне қапшық қойып гимнастикалық орындық үстімен жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Ақ серек-көксерек»</p>	1	
82	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Сапта тұрып допты төменнен екі қолмен бір біріне лақтыру.</p> <p>2) Арқасына қапшық қойып еңбектеу.</p> <p>3) Төбесіне қапшық қойып гимнастикалық орындық үстімен жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Тығылмақ» (Прятки –орыс халқының ұлттық ойыны)</p>	1	
		1	

83	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Гимнастикалық рейка жібермей басына дейін өрмелеп шығу; текшелерді атай отырып гимнастикалық орындықтар үстімен жүру.</p> <p>2) Қапшықты тізесімен қысып қос аяқтап секіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Мысық пен тышқан» (Кошки- мышки орыс халқының ұлттық ойыны)</p>		
84	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Гимнастикалық рейка жібермей басына дейін өрмелеп шығу; текшелерді атай отырып гимнастикалық орындықтар үстімен жүру.</p> <p>2) Қапшықты тізесімен қысып қос аяқтап секіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Кім жылдам»</p>	1	
85	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Гимнастикалық орындық үстімен аюша қорбандап енбектеу.</p> <p>2) Гимнастикалық орындық үстімен қырындап жүріп ортасына келгенде кейін бұрылу.</p> <p>3) Құрсаудан құрсауға бір аяқпен және қос аяқтап секіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Өрт сөндірушілер»</p>	1	
86	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Гимнастикалық орындық үстімен аюша қорбандап енбектеу.</p> <p>2) Гимнастикалық орындық үстімен қырындап жүріп ортасына келгенде кейін бұрылу.</p> <p>3) Құрсаудан құрсауға бір аяқпен және қос аяқтап секіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Допты домалат»</p>	1	
87	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Сап түзеу және сапқа қайта тұрудың бұрын игерген әдістерін қайталау және жетілдіру.</p> <p>2) Музыка ырғағына сәйкес түрлі қарқынды қимылдар жасау.</p> <p>3) Жүрумен алмастыра отырып 100-120 м қашықтыққа жүгіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Көңілді қошақандар»</p>	1	
88	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Сап түзеу және сапқа қайта тұрудың бұрын игерген әдістерін қайталау және жетілдіру.</p> <p>2) Музыка ырғағына сәйкес түрлі қарқынды қимылдар жасау.</p> <p>3) Жүрумен алмастыра отырып 100-120 м қашықтыққа жүгіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Көбелектер бақалар»</p>	1	
89	<p>(Негізгі қимылдар)</p> <p>1) Жүрумен алмастыра отырып 100-120 м қашықтыққа жүгіру.</p> <p>2) Қимыл процесінде жұптасу және қайтадан бір қатарға тұру.</p> <p>3) Өздеріне таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсемде, ырғақты етіп орындау.</p>	1	

90	Қимылды ойын: «Мен күштімін» (Негізгі қимылдар) 1) Жүрумен алмастыра отырып 100-120 м қашықтыққа жүгіру. 2) Қимыл процесінде жұптасу және қайтадан бір қатарға тұру. 3) Өздеріне таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем де, ырғақты етіп орындау. Эстафеталық ойын: «Біз күштіміз, ептіміз»	1
----	---	---



2021-2022оқу жылындағы ересек, ортаңғы және мектепалды даярлық топтарының денешынықтыру пәні бойынша тәрбиелеу – білім беру процестірінің циклограмасы

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Сексенбаева.А

Циклограмма

Тексерген *Риса* Реева.Т

Дүйсенбі 08.21	Сейсенбі 08.21	Сәрсенбі 01.09.21	Бейсенбі 02.09.21	Жұма 03.09.21
		<p>МАД. № 4 ҚұлыншакМақсаты:Түрлі қарқында бір қатармен, қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жыланша» ирелендеп, кедергілер арасымен жүгіру. Тізенін арасына қапшықты қысып, қос аяқтап секіру. Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалатадыКүтілетін нәтиже:Қос аяқтап секіре алады және қойылған заттар арасымен домалай алады.</p> <p>Негізгі қимылдар:Түрлі қарқында бір қатармен, қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жыланша» ирелендеп, кедергілер арасымен жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:«Арынды арқан»</p> <p>Мақсаты:Балаларды ауызбіршілікке баулу,тез ұйымдасып ойнауға, топ болып екі командаға бөліну,ойын арқанмен ойналады</p>	<p>МАД №4 Құлыншак№ 5 Кобелек</p> <p>Мақсаты: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, шашырап, жұптасып жүгіру. Оң және сол аяқтарымен кезектесіп заттар арасымен секіру. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір- біріне лақтырады.Күтілетін нәтиже:Оң және сол аяқтарымен кезектесіп заттар арасымен секіреді допты кеуде тұсынан бір-іріне лақтырады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, шашырап, жұптасып жүгіру. Оң және сол аяқтарымен кезектесіп заттар арасымен секіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Арқан тартыс »</p> <p>Мақсаты:Балаларды екі топқа бөліп,арқанмен тартысады қай команда жеңсе сол команда жеңімпаз болады.Балалардың қимыл-қозғалыс,шапшандыққа ұйымшылдыққа үйрету.</p>	<p>№ 7 Ортаңғы топ Түймедік Мақсаты: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіру. Оң және сол қолымен көлдеңен нысанаға (2-2,5м қашықтықтан), дәлдеп лақтырады.Күтілетін нәтиже:Жетекшімен ауыса отырып жүгіреді және нысаңаға дәлдеп лақтырады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіредіҚимылды ойын: «Желкөбік ».</p> <p>Мақсаты:ойын шарты балаларға түсіндіріледі.Балаларды шапшандыққа әрі шыдамдылыққа ,ұйымшылдыққа үйрету.</p>

циклограмм

06.09-10.09

Тексерген: Реев Реева.Т

Дүйсенбі 06.09.21	Сейсенбі 07.09.21	Сәрсенбі 08.09.21	Бейсенбі 09.09.21	Жұма 10.09.21
<p>№4 мад топ</p> <p>Мақсаты .Шашырап жүру және жүгіру .Бір-біріне допты домалатады.Басына құм салынған қап қойып салмағы 400грам, салынған жіп бойыменжүреді.Күтілетін нәтиже . Бір- біріне допты домалатадыЖәне жіп бойымен жүреді Негізгі қимылдар</p> <p>Шашырап жүру және жүгіру. Бір- біріне допты домалатады.</p> <p>Қимылды ойын « Арқан тартыс »</p> <p>№7ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты:Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіреді. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Заттардың</p>	<p>№5 ересек тобы.</p> <p>Мақсаты: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді. Оң және сол қолымен көлденең нысанаға (2-2,5м қашықтықтан), дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Жетекшімен ауыса отырып жүгіреді және нысанаға дәлдеп лақтыра алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Желкөбік ».</p> <p>№5«Құлыншақ» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіру.Бір орыннан биіктікке секіреді. Гимнастикалық орындықтың үстінен еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Аяқтың ұшымен, өкшемен, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p>	<p>№4«Құлыншақ» МАД тобы.Мақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтырады.Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:«Жолаушыны әкел»</p> <p>№10 «Шұғыла» МАД тобы</p> <p>Мақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген</p>	<p>№10 «Шұғыла» Ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіреді. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Екі сызықтың арасымен жүреді, жүгіреді және қолдарын беліне қойып гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіредіҚимылды ойын: «Жолаушыны әкел».</p> <p>№7 ересек тобы</p> <p>Мақсаты:Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді. Гимнастикалық қабырғадан</p>	<p>№7Түймедақ ортаңғы</p> <p>Мақсаты:Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру.2-2,5 арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырадыКүтілетін нәтиже:Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру .Қимылды ойын: Күн мен жаңбыр».№5 №5«Кобелек МАД тобы.Мақсаты:Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді.2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға</p>

<p>лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасына жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді .</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр».</p>	<p>Негізгі қимылдар: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Желкөбік»</p>	<p>аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел» және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел»</p>	<p>кезектескен қадаммен өрмелеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Еркін қимылмен жеңіл және ырғақты жүгіреді</p> <p>Негізгі қимылдар: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»</p> <p>«Кұлыншақ» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру. Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел»</p>	<p>құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді. Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасына жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді. Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр».</p> <p>№10» ересек тобы Мақсаты: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіреді. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүру. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмелейді. Күтілетін нәтиже: Еркін қимылмен жеңіл және ырғақты жүгіреді. Негізгі қимылдар: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді. Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»</p>
---	---	---	---	---

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограммасы

Тексерген: Ришата Реева.Т

Дүйсенбі 13.09	Сейсенбі 14.09	Сәрсенбі 15.09	Бейсенбі 16.09	Жұма 17.09
<p>№4 Мад тобы Мақсаты: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүреді, шашырап, жұптасып жүгіреді. Оң және сол аяқтарымен кезектесіп заттар арасымен секіру. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Оң және сол аяқтарымен кезектесіп заттар арасымен секіреді допты кеуде тұсынан бір-іріне лақтырады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру,</p>	<p>«Кобелек» ересек тобы. Мақсаты: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіру. Оң және сол қолымен көлденең нысанаға (2-2,5м қашықтықтан), дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Жетекшімен ауыса отырып жүгіреді және нысанаға дәлдеп лақтырады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>Қу түлкі</p> <p>Мақсаты: Жүгіру, епті қимыл жасауды жетілдіру</p>	<p>«Кобелек» МАД тобы. Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.</p> <p>Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Қимылды ойын:</p> <p>«Кімнің тобы тез жинақталады?» Мақсаты: сапқа тұру, алаңмен әртүрлі бағытта жүру, жүгіру, секіру, белгі бойынша тоқау дағдыларын дамыту</p>	<p>«Шұғыла» Ересек тобы Мақсаты: Баяу қарқынмен үздіксіз жүгіреді. Гимнастикалық кабырғадан кезектескен қадаммен өрмелеу. Шеңбер түрінде салынған арқан бойымен тепе-теңдікті сақтап жүруге үйренеді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық кабырғада өрмелейді және тепе-теңдікті сақтап жүруді үйренеді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Баяу қарқынмен үздіксіз жүгіру. Гимнастикалық кабырғадан кезектескен қадаммен өрмелейді.</p> <p>Қимылды ойын: «Допты қуып жет».</p> <p>Мақсаты: секіртпемен</p>	<p>«Кобелек» МАД тобы. Мақсаты: Түрлі қарқынды бір қатармен, қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жыланша» ирелеңдеп, кедергілер арасымен жүгіру. Тізенің арасына қапшықты қысып, қос аяқтап секіру. Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалатады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Қос аяқтап секіре алады және қойылған заттар арасымен домалай алады.</p>

<p>шашырап, жұптасып жүгіру. Оң және сол аяқтарымен кезектесіп заттар арасымен секіреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Арқан тартыс»</p> <p>Максаты: жппен оиналатын ойын</p>			<p>алға жылжып секіру дағдысын дамыту.</p>	<p>Негізгі қимылдар: Түрлі қарқында бір қатармен, қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жыланша» ирелеңдеп, кедергілер арасымен жүгіреді.</p>
---	--	--	--	--

Дайындаған: Сексенбаева А

Дене шынықтырудың циклограммасы
2021-2022 жыл

Циклограммасы

Тексерген: *Риса* Реева.Т

Дүйсенбі 20.09	Сейсенбі 21.09	Сәрсенбі 22.09	Бейсенбі 23.09	Жұма 24.09
<p>№4,5 Мад тобы</p> <p>Мақсаты: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, шашырап, жұптасып жүгіру. Оң және сол аяқтарымен кезектесіп заттар арасымен секіру. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Оң және сол аяқтарымен кезектесіп заттар арасымен секіреді допты кеуде тұсынан бір-іріне лақтырады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, шашырап, жұптасып жүгіру. Оң және сол аяқтарымен кезектесіп заттар арасымен секіреді.</p>	<p>№4,5 Мад тобы.</p> <p>Мақсаты: Шашырап жүру және жүгіру. Бір-біріне допты домалатады. Басына құм салынған қап қойып (салмағы 400 грамм), тура салынған жіп бойымен жүреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Бір-біріне допты домалатады және жіп бойымен жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Шашырап жүру және жүгіру. Бір-біріне допты домалатады.</p> <p>Қимылды ойын: «Арқан тартыс».</p> <p>Мақсаты: жіппен ойнайтын ойын. ұйымшылдыққа баулу</p>	<p>«Құлынишақ» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.</p> <p>Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Жіптен секір</p>	<p>«Шұғыла» Ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Жүруді жүгіруге ауыстырады. Басына құм салынған қап қойып (салмағы 400 грамм), тура салынған жіп бойымен жүру. Допты жоғары қарай лақтыру және оны қос қолымен қағып алады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Допты жоғары қарай лақтыра алады және оны қос қолымен қағып алуды меңгереді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Допты жоғары қарай лақтыру және оны қос қолымен қағып алады.</p> <p>Қимылды ойын: Соқыр қойшы Мақсаты: Көз жұмып кеңестікті бағдарлау, зейінділігі мен қимыл ептілігін дамытуды жалғастыру</p>	<p>«Кобелек» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, 1,5- 2 мин тоқтаусыз жүгіру.</p> <p>2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Кедергілер арасынан еңбектейді. Күтілетін нәтиже: Құм салынған қапшықты лақтыра алады және еңбектеп жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, 1,5- 2 мин тоқтаусыз жүгіреді. Қимылды ойын: «Біз де». Мақсаты: көпшілік</p>

<p>Қимылды ойын: «Арқан тартыс»</p>		<p>Мақсаты:жуан жіпті екі қолмен ұстап айналдыру, жіп үстінен секіру дадысын дамыту</p>		<p>болып ойнау</p>
---	--	--	--	---------------------------

Дайындаған:Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерген: Рисал - Реева.Т

Дүйсенбі 27.09	Сейсенбі 28.09	Сәрсенбі 29.09	Бейсенбі 30.09	Жұма 1.10
<p>№4 мад топ</p> <p>Мақсаты .Шашырап жүру және жүгіру .Бір-біріне допты домалатады.Басына құм салынған қап қойып салмағы 400грам, салынған жіп бойымен жүреді.Күтілетін нәтиже . Бір- біріне допты домалатадыЖәне жіп бойымен жүреді Негізгі қимылдар</p> <p>Шашырап жүру және жүгіру. Бір- біріне допты домалатады.</p> <p>Қимылды ойын « Арқан тартыс »</p>	<p>№4 мал тобы.</p> <p>Мақсаты: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді. Оң және сол қолымен көлденең нысанаға (2-2,5м қашықтықтан), дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Жетекшімен ауыса отырып жүгіреді және нысанаға дәлдеп лақтыра алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Желкөбік».</p> <p>№5«Көбелек» МАД тобы.Мақсаты: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіру.Бір орыннан биіктікке секіреді. Гимнастикалық орындықтың</p>	<p>№4 МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтырады. Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді. Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.Қимылды ойын:«Жолаушыны әкел»</p> <p>№ 10 ересек тобыМақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.</p> <p>Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп</p>	<p>№10 Ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіреді. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Екі сызықтың арасымен жүреді, жүгіреді және қолдарын беліне қойып гимнастикалық орындық бойымен жүреді.Негізгі қимылдар: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіреді.Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел».</p> <p>№7 ересек тобы.Мақсаты:Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық</p>	<p>№7 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты:Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру.2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырадыКүтілетін нәтиже:Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру .Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр».</p> <p>№10 ортаңғы тобы.</p>

	<p>үстінен еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Аяқтың ұшымен, өкшемен, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Желкөбік»</p>	<p>секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел» және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p>	<p>бойымен жүреді. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен кадаммен өрмелеу. Күтілетін нәтиже: Еркін қимылмен жеңіл және ырғақты жүгіреді. Негізгі қимылдар: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр». Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру. Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді. Күтілетін нәтиже: Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді. Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p>	<p>Мақсаты: Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді. Қимылды ойын: үн мен жаңбыр».</p>
--	---	---	---	---

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма
Тексерген: *Pirel* Реева.Т

Дүйсенбі 04.10	Сейсенбі 05.10	Сәрсенбі 06.10	Бейсенбі 07.10	Жұма 08.10
<p>№4 мад топ</p> <p>Мақсаты .Шашырап жүру және жүгіру .Бір-біріне допты домалатады.Басына құм салынған қап қойып салмағы 400грам, салынған жіп бойымен жүреді.Күтілетін нәтиже . Бір- біріне допты домалатады.Және жіп бойымен жүреді Негізгі қимылдар Шашырап жүру және жүгіру. Бір- біріне допты домалатады.Қимылды ойын « Аркан тартыс » №7 ортаңғы тобы.Мақсаты:Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Аркан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-тендікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру.2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған</p>	<p>№4 Құлыншақ тобы.</p> <p>Мақсаты: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді. Оң және сол қолымен көлденең нысанаға (2-2,5м қашықтықтан), дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Жетекшімен ауыса отырып жүгіреді және нысанаға дәлдеп лақтыра алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Желкөбік ».</p> <p>№5«Көбелек » МАД тобы.Мақсаты: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіру.Бір орыннан биіктікке секіреді. Гимнастикалық орындықтың</p>	<p>№4«Құлыншақ » МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыралақтырады. Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:«Жолаушыны әкел»№10 ересек тобыМақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.</p>	<p>№10 Шағала Ересек тобыМақсаты: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіреді. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.Күтілетін нәтиже:Екі сызықтың арасымен жүреді, жүгіреді және қолдарын беліне қойып гимнастикалық орындық бойымен жүреді.Негізгі қимылдар: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіреді.Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел».</p> <p>№5 Көбелек » мад тобы.Мақсаты:Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді. Гимнастикалық</p>	<p>№7 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты:Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Аркан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-тендікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру.</p> <p>-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады</p> <p>Күтілетін нәтиже:Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-тендікті сақтап жүреді.Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Аркан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-тендікті сақтап жүру .Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр».№5«Көбелек »</p>

<p>капшықты дәлдеп лақтырады. Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді. Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр».</p>	<p>үстінен еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Аяқтың ұшымен, өкшемен, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Желкөбік»</p>	<p>Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел» және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Қимылды ойын:</p>	<p>кабырғадан кезектескен кадаммен өрмелеу. Күтілетін нәтиже: Еркін қимылмен жеңіл және ырғақты жүгіреді. Негізгі қимылдар: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді. Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»</p> <p>МАД тобы. Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру. Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді. Күтілетін нәтиже: Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді. Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел</p>	<p>МАД тобы. Мақсаты: Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді.</p> <p>2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді. Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр».</p> <p>«</p>
--	---	---	---	---

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерген: Рисел Реева.Т

Дүйсенбі 11.10	Сейсенбі 12.10	Сәрсенбі 13.10	Бейсенбі 14.10	Жұма 15.10
<p>№4 мад топ</p> <p>Мақсаты. Шашырап жүру және жүгіру. Бір-біріне допты домалатады. Басына құм салынған қап қойып салмағы 400грам, салынған жіп бойымен жүреді. Күтілетін нәтиже. Бір-біріне допты домалатады. Және жіп бойымен жүреді. Негізгі қимылдар Шашырап жүру және жүгіру. Бір-біріне допты домалатады. Қимылды ойын « Арқан тартыс »</p> <p>№7 ортаңғы тобы. Мақсаты: Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап</p>	<p>№4 Құлыншақ тобы.</p> <p>Мақсаты: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді. Оң және сол қолымен көлденең нысанаға (2-2,5м кашықтықтан), дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Жетекшімен ауыса отырып жүгіреді және нысанаға дәлдеп лақтыра алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Желкөбік». №5 «Көбелек» МАД тобы.</p>	<p>№4 «Құлыншақ» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтырады. Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді</p> <p>№10 Шағала тобы Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы</p>	<p>№10 Ересек тобы Мақсаты: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіреді. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді. Күтілетін нәтиже: Екі сызықтың арасымен жүреді, жүгіреді және қолдарын беліне қойып гимнастикалық орындық бойымен жүреді. Негізгі қимылдар: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіреді. Қимылды ойын: «Жолаушыны әке» Мақсаты: балаларды шапшаңдыққа үйрету</p>	<p>№7 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады. Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді. Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру.</p>

<p>тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру.-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады</p> <p>Күтілетін нәтиже:Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру</p>	<p>Мақсаты: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіру.Бір орыннан биіктікке секіреді. Гимнастикалық орындықтың үстінен еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Аяқтың ұшымен, өкшемен, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>Жерде тұрып қалма</p> <p>Мақсаты: екі аяғы мен тізесін бүгіп аласа биіктіктен жайлап қана жерге секіруді, қойылған құралдардан аулақ жүгіріп жүруді дамыту.</p>	<p>1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:«Жолаушыны әкел»және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді. Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел»</p>	<p>№7 ортаңғы тобы.Мақсаты:Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру.2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады</p> <p>Күтілетін нәтиже:Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру .</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр».</p>	<p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр».</p> <p>№5 МАД тобы.Мақсаты:Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді.</p> <p>2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады</p> <p>Күтілетін нәтиже:Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті</p>
---	---	---	---	---

Дайындаған: Сексенбанева А

Циклограмма

Тексерген: Риске Реева.Т

Дүйсенбі 18.10.21	Сейсенбі 19.10.21	Сәрсенбі 20.10.21	Бейсенбі 21.10.21	Жұма 22.10.21
<p>№4 мад топ</p> <p><i>Мақсаты .Шашырап жүру және жүгіру .Бір-біріне допты домалатады.Басына құм салынған қап қойып салмағы 400грам, салынған жіп бойымен жүреді.Күтілетін нәтиже . Бір- біріне допты домалатады</i></p> <p>Және жіп бойымен жүреді Негізгі қимылдар</p> <p>Шашырап жүру және жүгіру. Бір- біріне допты домалатады.</p> <p>Қимылды ойын « Арқан тартыс »</p>	<p>№4 мад тобы.</p> <p><i>Мақсаты:</i> Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді. Оң және сол қолымен көлденең нысанаға (2-2,5м қашықтықтан), дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Жетекшімен ауыса отырып жүгіреді және нысанаға дәлдеп лақтыра алады.Негізгі қимылдар: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Желкөбік</p>	<p>№4 Құлыншақ МАД тобы.</p> <p><i>Мақсаты:</i>Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтырады.</p> <p>Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.\\</p> <p>Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p>	<p>№10 Ересек тобы</p> <p><i>Мақсаты:</i> Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіреді. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Екі сызықтың арасымен жүреді, жүгіреді және қолдарын беліне қойып гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға</p>	<p>№7 Түймедақ тобы.Мақсаты:Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру.2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырадыКүтілетін нәтиже:Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен</p>

<p>№7 Түймедақ ересек тобы.</p> <p>Мақсаты:Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен кадаммен өрмелеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Еркін қимылмен жеңіл және ырғақты жүгіреді</p> <p>Негізгі қимылдар:Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»</p>	<p>№5 «Көбелек» МАД тобы.Мақсаты: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіру.Бір орыннан биіктікке секіреді. Гимнастикалық орындықтың үстінен еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Аяқтың ұшымен, өкшемен, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Желкөбік »</p>	<p>Қимылды ойын:«Жолаушыны әкел»</p> <p>09³⁰-09⁵⁵ №10 ересек тобы</p> <p>Мақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.</p> <p>Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел»және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p>	<p>еңбектеп кіреді.Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел».</p> <p>№7 ересек тобы.Мақсаты:Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен кадаммен өрмелеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Еркін қимылмен жеңіл және ырғақты жүгіреді</p> <p>Негізгі қимылдар:Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»</p>	<p>қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру «Күн мен жаңбыр».</p> <p>№10 ересек тобыМақсаты: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіреді. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүру. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен кадаммен өрмелейді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Еркін қимылмен жеңіл және ырғақты жүгіреді</p> <p>Негізгі қимылдар: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»</p>
---	--	--	--	--

		<p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел»</p>	<p>Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел» «<i>Ертөстік</i>» <i>МАД тобы.</i></p> <p>Мақсаты:Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіреді. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді.</p> <p>2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді. Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді .Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр».</p>	
--	--	--	---	--

Дайындаған:Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерген: *Ред.* Реева.Т

Дүйсенбі 25.10	Сейсенбі 26.10	Сәрсенбі 27.10	Бейсенбі 28.10	Жұма 29.10
<p>№7 түймедақ ортаңғы топ Мақсаты: Шашырап жүру және жүгіру. Бір-біріне допты домалатады. Басына құм салынған қап қойып салмағы 400грам, салынған жіп бойымен жүреді. Күтілетін нәтиже. Бір-біріне допты домалатады. Және жіп бойымен жүреді. Негізгі қимылдар</p> <p>№4 МАД тобы. Мақсаты: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіреді. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді.</p> <p>2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған</p>	<p>№4мад тобы.</p> <p>Мақсаты: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді. Оң және сол қолымен көлденең нысанаға (2-2,5м кашықтықтан), дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Жетекшімен ауыса отырып жүгіреді және нысанаға дәлдеп лақтыра алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Желкөбік». №5 «Кобелек» МАД тобы. Мақсаты: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар</p>	<p>№4 Құлыншақ МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтырады. Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел» №5 Кобелек МАД тобы Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары</p>	<p>№10 Ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіреді. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Екі сызықтың арасымен жүреді, жүгіреді және қолдарын беліне қойып гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел».</p>	<p>№7 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады. Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді. Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн</p>

		<p>жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел»</p>	<p>қолымен бір-біріне (аракашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру. Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді. Күтілетін нәтиже: Тіzedен бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді. Негізгі қимылдар: Тіzedен бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел»</p>	<p>теңдікті сақтап жүреді. Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр».</p> <p>№10ересек тобы Мақсаты: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіреді. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүру. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмелейді. Күтілетін нәтиже: Еркін қимылмен жеңіл және ырғақты жүгіреді. Негізгі қимылдар: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді. Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»</p>
--	--	---	---	---

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерген: *Риса* Реева.Т

<i>Дүйсенбі 01.11</i>	<i>Сейсенбі 02.11</i>	<i>Сәрсенбі 03.11</i>	<i>Бейсенбі 04.11</i>	<i>Жұма 05.11</i>
<p>№7 Тұймедақ ортанғы топ</p> <p>Мақсаты. Шашырап жүру және жүгіру. Бір-біріне допты домалатады. Басына құм салынған қап қойып салмағы 400грам, салынған жіп бойымен жүреді. Күтілетін нәтиже. Бір-біріне допты домалатады. Және жіп бойымен жүреді. Негізгі қимылдар Шашырап жүру және жүгіру. Бір-біріне допты</p> <p>№4 МАД тобы. Мақсаты: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіреді. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді.</p>	<p>№4 мад тобы.</p> <p>Мақсаты: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді. Оң және сол қолымен көлденең нысанаға (2-2,5м кашықтықтан), дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Жетекшімен ауыса отырып жүгіреді және нысанаға дәлдеп лақтыра алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді. Қимылды ойын: «Желкөбік».</p> <p>№5 «Кобелек» МАД тобы. Мақсаты: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар</p>	<p>№4 «Кулыншақ» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Тізден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтырады. Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Тізден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді. қимылдар: Тізден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Қимылды ойын: №5 МАД тобы Мақсаты: Тізден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра</p>	<p>№10 Ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіреді. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Екі сызықтың арасымен жүреді, жүгіреді және қолдарын беліне қойып гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіреді. Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел</p>	<p>№7 Тұймедақ тобы.</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді. Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру.</p>

<p>2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Аркан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді .</p> <p>Қимылды ойын:</p>	<p>арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіру. Бір орыннан биіктікке секіреді. Гимнастикалық орындықтың үстінен еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Аяқтың ұшымен, өкшемен, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>»</p>	<p>лақтыру. Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді. Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел» және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді. Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел»</p>		<p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр» №5 «Кобелек» МАД</p> <p>тобы. Мақсаты: Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Аркан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады. Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді. Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Аркан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді .</p>
--	--	--	--	--

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерген: Реева Т

Дүйсенбі 08.11.21	Сейсенбі 09.11.21	Сәрсенбі 10.11.21	Бейсенбі 11.11.21	Жұма 12.11.21
<p>№4 «Кұлыншақ» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіреді. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді.</p> <p>2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p>	<p>№4,5 « МАД топтары</p> <p>Мақсаты: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіру. Бір орыннан биіктікке секіреді. Гимнастикалық орындықтың үстінен еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Аяқтың ұшымен, өкшемен, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Желкөбік»</p>	<p>№4 «Кұлыншақ» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Тізден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтырады. Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Тізден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>№10 ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Тізден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.</p> <p>Алға қарай жылжу арқылы оң</p>	<p>№10 Ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіреді. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Екі сызықтың арасымен жүреді, жүгіреді және қолдарын беліне қойып гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіреді.</p> <p>Қимылды ойын: №7 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмелеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Еркін қимылмен жеңіл және ырғақты жүгіреді.</p> <p>Негізгі</p>	<p>№5 Кобелек» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді.</p> <p>2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p>

<p>Қимылды ойын:</p> <p>№7 ортаңғы топ</p> <p>Мақсаты .Шашырап жүру және жүгіру .Бір-біріне допты домалатады.Басына құм салынған қап қойып салмағы 400грам, салынған жіп бойымен жүреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже . Бір-біріне допты домалатады</p> <p>Және жіп бойымен жүреді</p> <p>Негізгі қимылдар</p> <p>Шашырап жүру және жүгіру. Бір- біріне допты домалатады.</p> <p>Қимылды ойын « Арқан тартыс »</p>		<p>және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді. Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:«Жолаушыны әкел»және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел»</p>	<p>қимылдар:Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»№7 ортаңғы тобы.Мақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді. Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел»</p>	<p>«Күн мен жаңбыр» №10 ересек тобыМақсаты: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіреді. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүру. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен кадаммен өрмелейді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Еркін қимылмен жеңіл және ырғақты жүгіреді</p> <p>Негізгі қимылдар: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»</p>
--	--	---	--	---

Дайындаған:Сексенбаева А

Циклограмма
Тексерген: *Рисел* Реева.Т

<i>Дүйсенбі 15.11</i>	<i>Сейсенбі 16.11</i>	<i>Сәрсенбі 17.11</i>	<i>Бейсенбі 18.11</i>	<i>Жұма 19.11</i>
<p>№4 МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіреді. Аркан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді.-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Аркан бойымен бір жақ</p>	<p>№4 мад тобы.</p> <p>Мақсаты: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді. Оң және сол қолымен көлденең нысанаға (2-2,5м қашықтықтан), дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Жетекшімен ауыса отырып жүгіреді және нысанаға дәлдеп лақтыра алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді.Қимылды ойын:</p> <p>«</p>	<p>№4құлыншақ » МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтырады.Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:«Жолаушыны әкел»</p> <p>№10 ересек тобыМақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап</p>	<p>№10» Ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіреді. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Екі сызықтың арасымен жүреді, жүгіреді және қолдарын беліне қойып гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіреді.Қимылды ойын: «№7 ересек тобы.Мақсаты:Қатардан шықпай қолдың еркін</p>	<p>№7ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты:Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Аркан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру.2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырадыКүтілетін нәтиже:Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Аркан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру .</p>

<p>жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді .</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p><i>№7 ортаңғы топ</i></p> <p>Мақсаты .Шашырап жүру және жүгіру .Бір-біріне допты домалатады.Басына құм салынған қап қойып салмағы 400грам, салынған жіп бойымен жүреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже . Бір-біріне допты домалатады</p> <p>Және жіп бойымен жүреді</p> <p>Негізгі қимылдар</p> <p>Шашырап жүру және жүгіру. Бір- біріне допты домалатады.</p> <p>Қимылды ойын « Аркан тартыс »</p>		<p>жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Жолаушыны әкел»және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p>	<p>қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Гимнастикалық қабырғадан кезектескен кадаммен өрмелеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Еркін қимылмен жеңіл және ырғақты жүгіреді</p> <p>Негізгі қимылдар:Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»</p>	<p>Қимылды ойын:</p> <p>«Күн мен жаңбыр».</p> <p><i>№5«Кобелек» МАД тобы.</i>Мақсаты:Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Аркан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді.2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады</p> <p>Күтілетін нәтиже:Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Аркан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті</p>
--	--	--	---	---

Циклограмма
Тексерген *Риса* Реева.Т

Дүйсенбі 22.11.21	Сейсенбі 23.11.21	Сәрсенбі 24.11.21	Бейсенбі 25.11.21	Жұма 26.11.21
<p>№4 құлыншақ МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіреді. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді.</p> <p>2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Күн мен жаңбыр».</p> <p>№7 ортаңғы топ</p> <p>Мақсаты . Шашырап жүру және жүгіру .Бір-біріне</p>	<p>№4 мад тобы.</p> <p>Мақсаты: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді. Оң және сол қолымен көлденең нысанаға (2-2,5м қашықтықтан), дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Жетекшімен ауыса отырып жүгіреді және нысанаға дәлдеп лақтыра алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді.</p> <p>Мақсаты: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіру. Бір орыннан биіктікке секіреді. Гимнастикалық орындықтың үстінен еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Аяқтың ұшымен, өкшемен, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап</p>	<p>№4,5 МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтырады. Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Жолаушыны әкел»</p> <p>№10 ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.</p> <p>Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p>	<p>№10 Шұғыла Ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіреді. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді. Күтілетін нәтиже: Екі сызықтың арасымен жүреді, жүгіреді және қолдарын беліне қойып гимнастикалық орындық бойымен жүреді. Негізгі қимылдар: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіреді. Қимылды ойын: №7 ересек тобы. Мақсаты: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен кадаммен өрмелеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Еркін қимылмен жеңіл және ырақты жүгіреді</p> <p>Негізгі қимылдар: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен</p>	<p>«Ертостік» МАД тобы. Мақсаты: Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады. Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді. Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр» №5» МАД тобы. Мақсаты: Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты</p>

<p>допты домалатады. Басына құм салынған қап қойып салмағы 400грам, салынған жіп бойымен жүреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже . Бір- біріне допты домалатады</p> <p>Және жіп бойымен жүреді</p> <p>Негізгі қимылдар</p> <p>Шашырап жүру және жүгіру. Бір- біріне допты домалатады.</p> <p>Қимылды ойын « Арқан тартыс »</p>	<p>жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Желқобік »</p>	<p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Жолаушыны әкел»әне сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Жолаушыны әкел»</p>	<p>жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»</p> <p>«Күншуақ» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.</p> <p>Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Жолаушыны әкел»</p> <p>«</p>	<p>дәлдеп лақтырады</p> <p>Күтілетін нәтиже:Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді .</p> <p>Қимылды №7ересек тобы.Мақсаты: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіреді. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүру. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен кадаммен өрмелейді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Еркін қимылмен жеңіл және ырғақты жүгіреді</p> <p>Негізгі қимылдар: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді. Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»</p>
--	---	---	--	---

Дайындаған:Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерген: *Prisel* Реева.Т

Дүйсенбі 06.12.21	Сейсенбі 07.12.21	Сәрсенбі 08.12.21	Бейсенбі 09.12.21	Жұма 10.12.21
<p>№4 МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіреді. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады. Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді. Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Күн мен жаңбыр»</p> <p>№7 ортаңғы топ Мақсаты .Шашырап жүру және жүгіру .Бір-біріне допты домалатады. Басына құм</p>	<p>№4 мад тобы.</p> <p>Мақсаты: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді. Оң және сол қолымен көлденең нысанаға (2-2,5м қашықтықтан), дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Жетекшімен ауыса отырып жүгіреді және нысанаға дәлдеп лақтыра алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді.</p> <p>Мақсаты: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіру. Бір орыннан биіктікке секіреді. Гимнастикалық орындықтың үстінен еңбектеу. Күтілетін нәтиже: Аяқтың ұшымен, өкшемен, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді. Негізгі қимылдар: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p>	<p>«Күншуақ» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтырады. Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Қимылды ойын: №10 ересек тобы Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру. Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және</p>	<p>№10 Ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіреді. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Екі сызықтың арасымен жүреді, жүгіреді және қолдарын беліне қойып гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіреді.</p> <p>№7 ересек тобы. Мақсаты: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді. Гимнастикалық қабырғадан</p>	<p>№7 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді. Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру. Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр». №5 «Кобелек» МАД тобы. Мақсаты: Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ</p>

<p>салынған қап қойып салмағы 400грам, салынған жіп бойымен жүреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже . Бір- біріне допты домалатады</p> <p>Және жіп бойымен жүреді</p> <p>Негізгі қимылдар Шашырап жүру және жүгіру. Бір- біріне допты домалатады.</p> <p>Қимылды ойын « Арқан тартыс »</p>	<p>Қимылды ойын: Қарлы шеңберМақсаты:қар түйірін жасау және оны нысанға дәлдеп лақтырып тигізу дағдысын дамыту</p>	<p>сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.Қимылды ойын:«Жолаушыны әкел»және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p>	<p>кезектескен қадаммен өрмелеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Еркін қимылмен жеңіл және ырғақты жүгіреді</p> <p>Негізгі қимылдар:Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Қимылды ойын: «</p> <p>КеглиМақсаты: кеглиді соғу, күшпен шарды домалатуды үйрету</p>	<p>ұшын еденге) жүреді.</p> <p>2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырадыКүтілетін нәтиже:Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді .</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Күн мен жаңбыр».</p>
--	---	---	--	---

Дайындаған :Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерген: *Реева Т* Реева.Т

<i>Дүйсенбі 13.12</i>	<i>Сейсенбі 14.12</i>	<i>Сәрсенбі 15.12</i>	<i>Бейсенбі 16.12</i>	<i>Жұма 17.12</i>
<p>«Аққу» ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіреді. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүру. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен кадаммен өрмелейді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Еркін қимылмен жеңіл және ырғақты жүгіреді</p> <p>Негізгі қимылдар: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн</p>	<p>«Аққу» ересек тобы.</p> <p>Мақсаты: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді. Оң және сол қолымен көлденең нысанаға (2-2,5м қашықтықтан), дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Жетекшімен ауыса отырып жүгіреді және нысанаға дәлдеп лақтыра алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді.</p> <p>Мақсаты: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды</p>	<p>«Күншуақ» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтырады. Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел»</p> <p>№10 ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру,</p>		<p>№7 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру.</p>

<p>мен жаңбыр»</p> <p>№7 ортаңғы топ</p> <p>Мақсаты .Шашырап жүру және жүгіру .Бір-біріне допты домалатады.Басына құм салынған қап қойып салмағы 400грам, салынған жіп бойымен жүреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже . Бір-біріне допты домалатады</p> <p>Және жіп бойымен жүреді</p> <p>Негізгі қимылдар</p> <p>Шашырап жүру және жүгіру. Бір- біріне допты домалатады.</p> <p>Қимылды ойын « Аркан тартыс »</p>	<p>аттап жүгіру.Бір орыннан биіктікке секіреді.</p> <p>Гимнастикалық орындықтың үстінен еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Аяқтың ұшымен, өкшемен, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p>	<p>шашырап жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.</p> <p>Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.Қимылды ойын:«Жолаушыны әкел»және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p>	<p>Қимылды ойын:</p> <p>«Күн мен жаңбыр»№5 МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді.2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырадыКүтілетін нәтиже:Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді .</p>
---	--	--	---

Циклограмма
Тексерген: Р.И.Реева.Т

<i>Дүйсенбі 20.12</i>	<i>Сейсенбі 21.12</i>	<i>Сәрсенбі 22.12</i>	<i>Бейсенбі 23.12</i>	<i>Жұма 24.12</i>
<p>№4 мад тобы.</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру.</p> <p>2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған капшықты дәлдеп лақтырады</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ</p>	<p>№4 мад тобы.</p> <p>Мақсаты: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді. Оң және сол қолымен көлденең нысанаға (2-2,5 м кашықтықтан), дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Жетекшімен ауыса отырып жүгіреді және нысанаға дәлдеп лақтыра алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді.</p>	<p>№4,5 «Күлынишақ» МАД тобы. Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтырады. Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел»</p> <p>№10 ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Тізеден бүгілген</p>	<p>№10 ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіреді. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Екі сызықтың арасымен жүреді, жүгіреді және қолдарын беліне қойып гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіреді.</p> <p>№«7» ересек тобы. Мақсаты: Қатардан шықпай қолдың еркін</p>	<p>№7 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған капшықты дәлдеп лақтырады</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді. Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру .</p>

<p>жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру .</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Күн мен жаңбыр».</p> <p>№7 ортаңғы топ</p> <p>Мақсаты .Шашырап жүру және жүгіру .Бір-біріне допты домалатады.Басына құм салынған қап қойып салмағы 400грам, салынған жіп бойымен жүреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже . Бір-біріне допты домалатады</p> <p>Және жіп бойымен жүреді</p> <p>Негізгі қимылдар</p> <p>Шашырап жүру және жүгіру. Бір- біріне допты домалатады.</p> <p>Қимылды ойын « Аркан тартыс »</p>		<p>аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.</p> <p>Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Жолаушыны әкел»</p>	<p>қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмелеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Еркін қимылмен жеңіл және ырғақты жүгіреді</p> <p>Негізгі қимылдар:Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»</p> <p>«</p>	<p>Қимылды ойын:</p> <p>«Күн мен жаңбыр».</p> <p>№5 «Көбелек » МАД тобы.Мақсаты:Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Аркан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді.</p> <p>2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады</p> <p>Күтілетін нәтиже:Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Аркан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді .</p> <p>Қимылды ойын:</p>
---	--	--	--	--

				<p>«Күн мен жанбыр» <i>Мәі Доресек тобы</i> Мақсаты: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіреді.</p> <p>Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүру.</p> <p>Гимнастикалық қабырғадан кезектескен кадаммен өрмелейді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Еркін қимылмен жеңіл және ырғақты жүгіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жанбыр»</p>
--	--	--	--	---

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерген: Рисел Реева.Т

<i>Дүйсенбі 27.12.21</i>	<i>Сейсенбі 28.12.21</i>	<i>Сәрсенбі 29.12.21</i>	<i>Бейсенбі 30.12.21</i>	<i>Жұма 31.12.21</i>
<p>№4Кұлынишақ МАД тобы.Мақсаты: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіру.Бір орыннан биіктікке секіреді. Гимнастикалық орындықтың үстінен еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Аяқтың ұшымен, өкшемен, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Желкөбік»</p> <p>№7Түймедақортаңғы</p>	<p>№4мад тобы.Мақсаты: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді. Оң және сол қолымен көлденең нысанаға (2-2,5м қашықтықтан), дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Жетекшімен ауыса отырып жүгіреді және нысанаға дәлдеп лақтыра алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі тапсырмалармен шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіреді.</p> <p>№5«Көбелек» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіру.Бір орыннан</p>	<p>№4«Кұлынишақ МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтырады.Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Жолаушыны әкел»</p>	<p>№10 Шұғыла тобы</p> <p>Мақсаты: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіреді. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Екі сызықтың арасымен жүреді, жүгіреді және қолдарын беліне қойып гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Екі сызықтың арасымен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіреді.Қимылды ойын: «Жолаушыны әке</p>	<p>№7ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты:Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру.2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады</p> <p>Күтілетін нәтиже:Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті</p>

<p>топ</p> <p>Мақсаты .Шашырап жүру және жүгіру .Бір-біріне допты домалатады.Басына құм салынған қап қойып салмағы 400грам, салынған жіп бойымен жүреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже . Бір-біріне допты домалатады</p> <p>Және жіп бойымен жүреді</p> <p>Негізгі қимылдар</p> <p>Шашырап жүру және жүгіру. Бір- біріне допты домалатады.</p> <p>Қимылды ойын « Арқан тартыс »</p>	<p>биіктікке секіреді.</p> <p>Гимнастикалық орындықтың үстінен еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Аяқтың ұшымен, өкшемен, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Аяқтың ұшымен, өкшемен, заттар арасымен жүру, жұптасып, заттарды аттап жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Желкөбік »</p>	<p>№10 ересек тобы</p> <p>Мақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіру. Допты екі қолымен бір-біріне (аракашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.</p> <p>Алға қарай жылжу арқылы оң және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, шашырап жүгіреді.Қимылды ойын:</p> <p>«Жолаушыны әкел»және сол аяқтарын кезектестіріп секіреді.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Тізеден бүгілген аяқты көтеріп жүреді және оң және сол аяқпен кезектесе секіреді.</p>	<p>№7» ересек тобы.Мақсаты:Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Гимнастикалық қабырғадан кезектескен кадаммен өрмелеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Еркін қимылмен жеңіл және ырғақты жүгіреді</p> <p>Негізгі қимылдар:Қатардан шықпай қолдың еркін қимылымен жеңіл және ырғақты жүгіру. Қолдарын белдеріне қойып, гимнастикалық орындық бойымен жүреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»</p>	<p>сақтап жүру №5 «Көбелек» МАД тобы.Мақсаты:Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді.2-2,5 м аракашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырадыКүтілетін нәтиже:Заттардың арасымен жүгіреді және тепе-теңдікті сақтап жүреді.Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді .Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр».</p> <p>№7 ересек тобыМақсаты: Қатардан</p>
---	--	--	--	--

Циклограмма

Тексерген: Реева.Т

<i>Дүйсенбі 03.01</i>	<i>Сейсенбі 04.01</i>	<i>Сәрсенбі 05.01</i>	<i>Бейсенбі 06.01</i>	<i>Жұма 07.01</i>
		<p>№12 «Шұғыла» ересек тобы. Мақсаты: Жүруді жүгіруге ауыстыру. Басына құм салынған қап қойып (салмағы 400 грамм), тура салынған жіп бойымен жүру. Допты жоғары қарай лақтыру және оны қос қолымен қағып алады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Допты жоғары қарай лақтыра алады және оны қос қолымен қағып алуды меңгереді. Негізгі қимылдар: Допты жоғары қарай лақтыру және оны қос қолымен қағып алады.</p> <p>№4,5 МАД тобы. Мақсаты: Сапта бір қатармен жүру, шашырап жүгіру. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне</p>	<p>№10 ересек тобы. Мақсаты: Түрлі қарқында жүреді және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіреді. Допты басымен итеріп еңбектейді. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтырады. Күтілетін нәтиже: Түрлі қарқынмен жүреді және жыланша ирелендеп жүгіре алады. Негізгі қимылдар: Түрлі қарқында жүру жыланша ирелендеп жүру, допты қос қолдап лақтырады. №7 ортаңғы тобы. Мақсаты: Түрлі қарқында жүреді және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіреді. Допты басымен</p>	

		<p>лақтыру. Доғаның астымен төрт тағандап еңбектейді. Күтілетін нәтиже: Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтырады. Доғаның астымен төрт тағандап еңбектейді. Негізгі қимылдар:Сапта бір катармен жүру, шашырап жүгіру. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтырады.</p> <p>Қимылды ойын: «Аңшылар»</p>	<p>итеріп еңбектейді. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтырады. Күтілетін нәтиже:Түрлі қарқынмен жүреді және жыланша ирелендеп жүгіре аладыНегізгі қимылдар: Түрлі қарқында жүру жыланша ирелендеп жүру, допты қос қолдап лақтырады. Қимылды ойын: «Орнына бар»Мақсаты: Бірінің артынан бірі кедергілерден аттап жүреді. Допты бір-біріне төменнен лақтырады, басынан асыра лақтырады және оны қағып алады. Балаларды төбешіктен сырғанады, бір-бірін сырғанатадыКүтілетін нәтиже: Кедергілерден аттап жүреді. Допты</p>	
--	--	---	--	--

Дайындаған:Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерген: Р. Реева Реева.Т

Дүйсенбі 10.01.22	Сейсенбі 11.01.22	Сәрсенбі 12.01.22	Бейсенбі 13.01.22	Жұма 14.01.22
<p>№4 МАД тобы Мақсаты: Белгі бойынша бір қатармен бір-бірлеп жүру және заттарды аттап өтіп жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру. 4 м арақашықтықтан қапшықты тік нысанаға нықтан асырып, оң және сол қолмен лақтырады. Күтілетін нәтиже: Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіреді және қапшықты нысанаға лақтырады. Негізгі қимылдар: Белгі бойынша бір қатармен бір-бірлеп жүру және заттарды аттап өтіп жүгіру. Қимылды ойын:</p>	<p>№4 мад тобы. Мақсаты: Тақтай бойымен жүру және жүгіру. Балаларды төбешіктен сырғанау, бір-бірін сырғанату. Қимылының бағытын сақтап, 6 метр арақашықтықта төрт тағандап еңбектейді. Күтілетін нәтиже: Тақтай бойымен жүреді және жүгіреді. Негізгі қимылдар: Тақтай бойымен жүру және жүгіру. Балаларды төбешіктен сырғанау, бір-бірін сырғанатады. Мақсаты: Белгі бойынша бір қатармен бір-бірлеп жүру және заттарды аттап өтіп жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру. 4 м арақашықтықтан қапшықты тік нысанаға нықтан асырып, оң және сол</p>	<p>№10 ересек тобы. Мақсаты: Түрлі қарқында жүру және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіру. Допты басымен итеріп еңбектеу. 3-4 доғаның астынан еңбектеп өтеді. Күтілетін нәтиже: сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіреді. Допты басымен итеріп еңбектеуді меңгереді Негізгі қимылдар: Түрлі қарқында жүру және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіреді. Қимылды ойын:</p>	<p>№1 «Балапан» Ересек тобы. Мақсаты: Тапсырманы орындай отырып, жүру және жүгіру. Қимылының бағытын сақтап, 6 метр арақашықтықта төрт тағандап еңбектеу. Басына қап қойып, тепе-теңдікті сақтай отырып, жіптің бойымен жүреді Күтілетін нәтиже: Төрт тағандап еңбектенуді меңгереді. Негізгі қимылдар: Тапсырманы орындай отырып, жүру және жүгіру. Қимылының бағытын сақтап, 6 метр арақашықтықта төрт тағандап еңбектейді. Қимылды ойын: «Соқыртеке».</p>	<p>№5 Көбелек МАД тобы. Мақсаты: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады. Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіреді. Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің</p>

<p>«Көрші».</p> <p>№5 МАД тобы</p> <p>Мақсаты: Белгі бойынша бір қатармен бір-бірлеп жүру және заттарды аттап өтіп жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру. 4 м арақашықтықтан қапшықты тік нысанаға нықтан асырып, оң және сол қолмен лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіреді және қапшықты нысанаға лақтырады..</p> <p>Негізгі қимылдар: Белгі бойынша бір қатармен бір-бірлеп жүру және заттарды аттап өтіп жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Көрші».</p> <p>№5 МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Белгі бойынша бір қатармен бір-бірлеп жүру және заттарды аттап өтіп жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру. 4 м арақашықтықтан қапшықты тік нысанаға нықтан асырып, оң және сол</p> <p>Қимылды ойын:</p>	<p>қолмен лақтырады..</p> <p>Күтілетін нәтиже: Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіреді және қапшықты нысанаға лақтырады..</p> <p>Негізгі қимылдар: Белгі бойынша бір қатармен бір-бірлеп жүру және заттарды аттап өтіп жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Көрші».</p> <p>№5 МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Белгі бойынша бір қатармен бір-бірлеп жүру және заттарды аттап өтіп жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру. 4 м арақашықтықтан қапшықты тік нысанаға нықтан асырып, оң және сол</p>	<p>«Соқыртеке»³ №4 МАД тобы</p> <p>Мақсаты: Түрлі қарқында жүру және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіру. Допты басымен итеріп еңбектеу. 3-4 доғаның астынан еңбектеп өтеді.</p> <p>Күтілетін нәтиже: сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіреді. Допты басымен итеріп еңбектеуді меңгереді</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі қарқында жүру және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Соқыртеке»</p> <p>№5 МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Түрлі қарқында жүру және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіру.</p>	<p>№7 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты: Бір минут баяу қарқында жүгіру. Басына қап қойып, тепе-теңдікті сақтай отырып, жіптің бойымен жүру. Мұзды жолдармен өздігінен сырғанады</p> <p>Күтілетін нәтиже: Мұздың бойымен өздігінен сырғануды меңгереді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Бір минут баяу қарқында жүгіру. Басына қап қойып, тепе-теңдікті сақтай отырып, жіптің бойымен жүреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Сымсыз телефон»</p>	<p>арасынан жүгіреді.</p> <p>Қимылды ойын: «Сымсыз телефон».</p> <p>№10 ересек тобы.</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүреді.</p> <p>2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен жүреді, кедергілердің арасынан жүгіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің</p>
---	---	---	--	--

Циклограмма

Тексерген: Рисел Реева.Т

<i>Дүйсенбі 17.01</i>	<i>Сейсенбі 18.01</i>	<i>Сәрсенбі 19.01</i>	<i>Бейсенбі 20.01</i>	<i>Жұма 21.01</i>
<p>№4 Құлыншақ МАД тобы</p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқында бір қатармен, қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жыланша» ирелендеп, кедергілер арасымен жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру.Қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже:«жыланша» ирелендеп, кедергілер арасымен жүгіреді. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап</p>	<p>№4 Құлыншақ мад тобы.</p> <p>Мақсаты: Түрлі қимылдарды түрлі қарқында музыкалық сүйемелдеу: ырғақты жүру, жеңіл жүгіру. Мұзды жолдармен өздігінен сырғанау. Екі аяқтың ұшымен итеріліп, орташа биіктікке секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:. Мұзды жолдармен өздігінен сырғанайды. Екі аяқтың ұшымен итеріліп, орташа биіктікке секіруді меңгереді..</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі қимылдарды түрлі қарқында музыкалық сүйемелдеу: ырғақты жүру, жеңіл жүгіру. Мұзды жолдармен өздігінен сырғанау.</p>	<p>№10Шұғыла ересек тобы</p> <p>Мақсаты:Тапсырманы орындай отырып, жүру және жүгіру. Қимылының бағытын жүгіру. Қимылының бағытын дісақтап, 6 метр арақашықтықта төрт тағандап еңбектеу. Басына қап қойып, тепе-теңдікті сақтай отырып, жіптің бойымен жүру</p> <p>Күтілетін нәтиже:Төрт тағандап еңбектенуді меңгереді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Тапсырманы орындай отырып, жүру және жүгіру. Қимылының бағытын сақтап, 6 метр арақашықтықта</p>	<p>№10» Ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Шашырап жүру және жүгіру. Екі аяқтың ұшымен итеріліп, орташа биіктікке секіру. Алақан мен табанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Алақан мен табанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеуді меңгереді.</p> <p>Негізгі қимылдар: . Екі аяқтың ұшымен итеріліп, орташа биіктікке секіру. Алақан мен табанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу.Қимылды ойын:</p> <p>«Шалма».</p>	<p>№7 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты:Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіру. Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Түрлі жылдамдықпен жүгіреді. Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалатуды меңгереді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіру.</p> <p>Қимылды ойын:</p>

<p>секіру.Қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өтуҚимылды ойын:</p> <p>«Тасымақ».</p> <p>№5 Көбелек МАД тобы</p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқында бір қатармен, қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жыланша» ирелдеп, кедергілер арасымен жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру.Қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже:«жыланша» ирелдеп, кедергілер арасымен жүгіреді. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру.Қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өту Қимылды ойын:</p> <p>«Тасымақ».</p>	<p>Қимылды ойын: Тасымақ.</p> <p>№5 МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқында бір қатармен, қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жыланша» ирелдеп, кедергілер арасымен жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру.Қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже:«жыланша» ирелдеп, кедергілер арасымен жүгіреді.Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру.Қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өту Қимылды ойын:</p> <p>«Тасымақ».</p>	<p>төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Соқыртеке».</p> <p>№5 мад тобы.</p> <p>Мақсаты: Түрлі қарқында жүру және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелдеп жүгіру. Допты басымен итеріп еңбектеу.3-4 доғаның астынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже:сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелдеп жүгіреді. Допты басымен итеріп еңбектеуді меңгере</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі қарқында жүру және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелдеп жүгіру.</p>	<p>№7 ортаңғы тобы</p> <p>Мақсаты:Орта жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру. Алақан мен табанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу. 2 метр арақашықтықта допты бір-біріне төменнен лақтыру</p> <p>Күтілетін нәтиже: Алақан мен табанға сүйеніп төрт тағандап еңбектейді</p> <p>Негізгі қимылдар: Алақан мен табанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу. 2 метр арақашықтықта допты бір-біріне төменнен лақтыру</p> <p>Қимылды ойын: «Шертпек»</p> <p>№4» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқында бір қатармен, қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жыланша» ирелдеп, кедергілер арасымен жүгіру. Ұзын және қысқа</p>	<p>«Шалма»</p> <p>№5» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіру. Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Түрлі жылдамдықпен жүгіреді. Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалатуды меңгереді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Шалма»</p>
---	--	--	---	---

Циклограмма

Тексерген: *Рисел* Реева.Т

Дүйсенбі 24.01.22	Сейсенбі 25.01.22	Сәрсенбі 26.01.22	Бейсенбі 27.01.22	Жұма 28.01.22
<p>№4 Құлыншақ МАД тобы</p> <p>Мақсаты: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, Түрлі қарқында бір қатармен жүгіру</p> <p>Күтілетін нәтиже: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүреді, Түрлі қарқында бір қатармен жүгіреді</p> <p>Негізгі қимылдар: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, Түрлі қарқында бір қатармен жүгіру</p> <p>Қимылды ойын: «Қарамырза».</p> <p>№5 Кобелек МАД тобы</p> <p>Мақсаты: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, Түрлі қарқында бір қатармен</p>	<p>№4 Құлыншақ тобы.</p> <p>Мақсаты: Қозғалыс бағытын «жыланша» ирелендеп өзгертіп жүру. 2 метр арақашықтықта допты бір-біріне төменнен лақтыру. Доғаның астынан еңбектеу (биіктігі 40 см). Күтілетін нәтиже: Доғаның астынан еңбектеуді меңгереді. Негізгі қимылдар: Қозғалыс бағытын «жыланша» ирелендеп өзгертіп жүру. 2 метр арақашықтықта допты бір-біріне төменнен лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын: «Қарамырза».</p> <p>№5 «Кобелек» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, Түрлі қарқында бір қатармен</p>	<p>№4 Құлыншақ МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Сапта бір қатармен жүру, шашырап жүгіру. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Екпінмен ұзындыққа секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтырады. Екпінмен ұзындыққа секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Екпінмен ұзындыққа секіру. №5 Кобелек МАД тобы</p> <p>Мақсаты: Сапта бір қатармен жүру, шашырап жүгіру. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Екпінмен ұзындыққа секіру.</p>	<p>№10 Шұғыла » Ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүру және бірқалыпты жүгіру. Доғаның астынан еңбектеу (биіктігі 40 см). Биіктігі 5-10 см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру.</p> <p>№7 тобы. Мақсаты: Жетекшінің ауысуымен, қарқынды жылдамдатып және ақырын жүгіру. Биіктігі 5-10 см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру. Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолымен қағып алу</p> <p>Күтілетін нәтиже: Допты жоғары лақтырады, еденге ұруды және оны екі қолымен қағып алуды меңгереді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолымен қағып</p>	<p>№7 ортаңғы тобы. Мақсаты: Тізден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, 1,5- 2 мин тоқтаусыз жүгіру. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Доғаның астымен төрт тағандап еңбектеу</p> <p>Күтілетін нәтиже: Доғаның астымен төрт тағандап еңбектеуді меңгеру. Негізгі қимылдар: 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Доғаның астымен төрт тағандап еңбектеу</p> <p>Қимылды ойын: «Айгөлек».</p> <p>еңбектеуді меңгеру. Негізгі</p>

<p>Түрлі қарқында бір қатармен жүгіру</p> <p>Күтілетін нәтиже: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүреді, Түрлі қарқында бір қатармен жүгіреді</p> <p>Негізгі қимылдар:: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, Түрлі қарқында бір қатармен жүгіру</p>	<p>жүгіру</p> <p>Күтілетін нәтиже: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүреді, Түрлі қарқында бір қатармен жүгіреді</p> <p>Негізгі қимылдар:: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, Түрлі қарқында бір қатармен жүгіру</p>	<p>Күтілетін нәтиже: Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтырады. Екпінмен ұзындыққа секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Екпінмен ұзындыққа секіру.</p>	<p>алу</p> <p>Қимылды ойын: «Айгөлек» №5 МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Сапта бір қатармен жүру, шашырап жүгіру. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Екпінмен ұзындыққа секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтырады. Екпінмен ұзындыққа секіреді. Негізгі қимылдар: Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Екпінмен ұзындыққа секіру.</p> <p>Қимылды ойын: Айгөлек».</p>	<p>қимылдар: 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Доганың астымен төрт тағандап еңбектеу</p> <p>«Түймедақ» ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Жетекшінің ауысуымен, қарқынды жылдамдатып және ақырын жүгіру. Биіктігі 5-10 см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру. Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолымен қағып алу</p> <p>Күтілетін нәтиже: Допты жоғары лақтырады, еде</p>
--	--	---	--	---

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма
Тексерген: _____ Реева.Т

<i>Дүйсенбі 31.01</i>	<i>Сейсенбі 01.02</i>	<i>Сәрсенбі 02.02</i>	<i>Бейсенбі 03.02</i>	<i>Жұма 04.02</i>
<p>№4 Құлыншақ » МАД тобы</p> <p>Мақсаты: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, Түрлі қарқында бір қатармен жүгіру</p> <p>Күтілетін нәтиже: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүреді, Түрлі қарқында бір қатармен жүгіреді</p> <p>Негізгі қимылдар: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, Түрлі қарқында бір қатармен жүгіру</p> <p>Қимылды ойын: «Қарамырза».</p> <p>№5 Көбелек » МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Сапта бір қатармен жүру, шашырап жүгіру. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Екпінмен ұзындыққа секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Кеуде</p>	<p>№4 Құлыншақ тобы.</p> <p>Мақсаты: Қозғалыс бағытын «жыланша» ирелендеп өзгертіп жүру. 2 метр арақашықтықта допты бір-біріне төменнен лақтыру. Доғаның астынан еңбектеу (биіктігі 40 см).</p> <p>Күтілетін нәтиже: Доғаның астынан еңбектеуді меңгереді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Қозғалыс бағытын «жыланша» ирелендеп өзгертіп жүру. 2 метр арақашықтықта допты бір-біріне төменнен лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын: «Қарамырза».</p> <p>№4 МАД тобы</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіру. Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Түрлі</p>	<p>№10 шұғыла орта тобы</p> <p>Мақсаты: Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүру және бірқалыпты жүгіру. Доғаның астынан еңбектеу (биіктігі 40 см). Биіктігі 5-10 см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүреді және бірқалыпты жүгіреді. Доғаның астынан еңбектеуді меңгереді</p> <p>Негізгі қимылдар: Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүру және бірқалыпты жүгіру. Доғаның астынан еңбектеу</p> <p>Қимылды ойын: «сұшты ұшты».</p> <p>№4 Құлыншақ МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Сапта бір қатармен жүру, шашырап жүгіру. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Екпінмен</p>	<p>№10 шұғыла Ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүру және бірқалыпты жүгіру. Доғаның астынан еңбектеу (биіктігі 40 см). Биіктігі 5-10 см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүреді және бірқалыпты жүгіреді. Доғаның астынан еңбектеуді меңгереді</p> <p>Негізгі қимылдар: Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүру және бірқалыпты жүгіру. Доғаның астынан еңбектеу</p> <p>Қимылды ойын: «сұшты ұшты».</p> <p>№7 Тұймедақ ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты: Сапта бір қатармен жүру, шашырап жүгіру. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Екпінмен</p>	<p>№9 «Күпшуақ» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, 1,5- 2 мин тоқтаусыз жүгіру. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Доғаның астымен төрт тағандап еңбектеу</p> <p>Күтілетін нәтиже: Доғаның астымен төрт тағандап еңбектеуді меңгеру.</p> <p>Негізгі қимылдар: 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Доғаның астымен төрт тағандап еңбектеу</p> <p>Қимылды ойын: «Айгөлек»</p> <p>№5 Көбелек МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, Түрлі қарқында бір қатармен жүгіру</p> <p>Күтілетін нәтиже: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүреді, Түрлі</p>

Циклограмма
Тексерген: *Рисел* Реева.Т

<i>Дүйсенбі 31.01</i>	<i>Сейсенбі 01.02</i>	<i>Сәрсенбі 02.02</i>	<i>Бейсенбі 03.02</i>	<i>Жұма 04.02</i>
<p>№4 Құлыншақ » МАД тобы</p> <p>Мақсаты: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру. Түрлі қарқында бір қатармен жүгіру</p> <p>Күтілетін нәтиже: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүреді, Түрлі қарқында бір қатармен жүгіреді</p> <p>Негізгі қимылдар: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, Түрлі қарқында бір қатармен жүгіру</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Қарамырза».</p> <p>№5 Кобелек » МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Сапта бір қатармен жүру, шашырап жүгіру. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Екпінмен ұзындыққа секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Кеуде</p>	<p>№4 Құлыншақ тобы.</p> <p>Мақсаты: Қозғалыс бағытын «жыланша» ирелендеп өзгертіп жүру. 2 метр арақашықтықта допты бір-біріне төменнен лақтыру. Доғаның астынан еңбектеу (биіктігі 40 см).</p> <p>Күтілетін нәтиже: Доғаның астынан еңбектеуді меңгереді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Қозғалыс бағытын «жыланша» ирелендеп өзгертіп жүру. 2 метр арақашықтықта допты бір-біріне төменнен лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Қарамырза».</p> <p>№4 МАД тобы</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіру. Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Түрлі</p>	<p>№10 шұғыла орта тобы</p> <p>Мақсаты: Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүру және бірқалыпты жүгіру. Доғаның астынан еңбектеу (биіктігі 40 см). Биіктігі 5-10 см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүреді және бірқалыпты жүгіреді. Доғаның астынан еңбектеуді меңгереді</p> <p>Негізгі қимылдар: Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүру және бірқалыпты жүгіру. Доғаның астынан еңбектеу</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«ұшты ұшты».</p> <p>№4 Құлыншақ МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Сапта бір қатармен жүру, шашырап жүгіру. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Екпінмен</p>	<p>№10 шұғыла Ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүру және бірқалыпты жүгіру. Доғаның астынан еңбектеу (биіктігі 40 см). Биіктігі 5-10 см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүреді және бірқалыпты жүгіреді. Доғаның астынан еңбектеуді меңгереді</p> <p>Негізгі қимылдар: Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүру және бірқалыпты жүгіру. Доғаның астынан еңбектеу</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«ұшты ұшты».</p> <p>№7 Тұймедақ ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты: Сапта бір қатармен жүру, шашырап жүгіру. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Екпінмен</p>	<p>№9 «Күншуақ» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, 1,5- 2 мин тоқтаусыз жүгіру.</p> <p>2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Доғаның астымен төрт тағандап еңбектеу</p> <p>Күтілетін нәтиже: Доғаның астымен төрт тағандап еңбектеуді меңгеру.</p> <p>Негізгі қимылдар: 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Доғаның астымен төрт тағандап еңбектеу</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Айгөлек».</p> <p>№5 Кобелек МАД тобы.</p>

<p>тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтырады. Екпінмен ұзындыққа секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Екпінмен ұзындыққа секіру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Ұшты ұшты»</p>	<p>жылдамдықпен жүгіреді. Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалатуды меңгереді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Шалма»</p>	<p>ұзындыққа секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтырады. Екпінмен ұзындыққа секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Екпінмен ұзындыққа секіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Ұшты ұшты» №5 МАД тобы. Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, 1,5-2 мин тоқтаусыз жүгіру. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Доганың астымен төрт тағандап еңбектеу Күтілетін нәтиже: Доганың астымен төрт тағандап еңбектеуді меңгеру. Негізгі қимылдар: 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Доганың астымен төрт тағандап еңбектеу Қимылды ойын: «Айгөлек».</p>	<p>ұзындыққа секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтырады. Екпінмен ұзындыққа секіреді. Негізгі қимылдар: Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Екпінмен ұзындыққа секіру. Қимылды ойын:</p> <p>«Ұшты ұшты»</p>	<p>қарқында бір қатармен жүгіреді Негізгі қимылдар: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, Түрлі қарқында бір қатармен жүгіру Қимылды ойын: №10» <i>Ересек тобы</i> Мақсаты: Қозғалыс бағытын «жыланша» ирелендеп өзгертіп жүру. 2 метр арақашықтықта допты бір-біріне төменнен лақтыру. Доганың астынан еңбектеу (биіктігі 40 см).</p> <p>Күтілетін нәтиже: Доганың астынан еңбектеуді меңгереді. Негізгі қимылдар: . Қозғалыс бағытын «жыланша» ирелендеп өзгертіп жүру. 2 метр арақашықтықта допты бір-біріне төменнен лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Қарамырза». арамырза»</p>
---	---	---	---	--

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма
Тексерген: *Риса* Реева.Т

<i>Дүйсенбі 07.02</i>	<i>Сейсенбі 08.02</i>	<i>Сәрсенбі 09.02</i>	<i>Бейсенбі 10.02</i>	<i>Жума 11.02</i>
<p>№4 Құлыншақ МАД тобы</p> <p>Мақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру және шашырап, жұптасып жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіреді. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдікті сақтап жүре алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру және шашырап, жұптасып жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап</p>	<p>№4 мад тобы.</p> <p>Мақсаты: Шашырап жүру және жүгіру. Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолымен қағып алу. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмелеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмелейді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Шашырап жүру және жүгіру. Допты жоғары лақтыру, еденге ұру және оны екі қолымен қағып алу.</p> <p>№5 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру және шашырап, жұптасып жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап</p>	<p>№10 ересек тобы.</p> <p>Мақсаты:Сапта бір қатармен жүру, шашырап жүгіру. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір- біріне лақтыру. Екпінмен ұзындыққа секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір- біріне лақтырады. Екпінмен ұзындыққа секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір- біріне лақтыру. Екпінмен ұзындыққа секіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Ұшты ұшты»№5 Көбелек МАД тобы</p> <p>Мақсаты: .Сапта бір қатармен жүру, шашырап жүгіру. Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір- біріне</p>	<p>№10 Шұғыла Ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Қалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүгіру. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмелеу. Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 доп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже: . Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 доп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өтеді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Қалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүгіру. Гимнастикалық қабырғадан кезектескен қадаммен өрмелеу.</p>	<p>№7 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру және шашырап, жұптасып жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіреді. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдікті сақтап жүре алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру және шашырап, жұптасып жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап</p>

<p>секіртпемен қос аяқтап секіру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Тенге алу».</p> <p>№5 Көбелек МАД тобы</p> <p>Мақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру және шашырап, жұптасып жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-тендікті сақтап жүру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіреді. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-тендікті сақтап жүре алады.Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру және шашырап, жұптасып жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Тенге алу».</p>	<p>Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-тендікті сақтап жүру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіреді. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-тендікті сақтап жүре алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру және шашырап, жұптасып жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Тенге алу».</p>	<p>лақтыру. Екпінмен ұзындыққа секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтырады. Екпінмен ұзындыққа секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Кеуде тұсынан қос қолмен допты бір-біріне лақтыру. Екпінмен ұзындыққа секіру.</p> <p>Қимылды ойын:«Ұшты ұшты»№10 ересек тобыМақсаты:Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүру және бірқалыпты жүгіру. Доғаның астынан еңбектеу (биіктігі 40 см). Биіктігі 5-10 см 2-3 заттың үстінен кезектесе секіру.Күтілетін нәтиже:Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүреді және бірқалыпты жүгіреді. Доғаның астынан еңбектеуді меңгереді</p> <p>Негізгі қимылдар:Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүру және бірқалыпты жүгіру.</p>	<p>тапсырманы орындай отырып, жүру және жүгіру. Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 доп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту. Берілген бағытта допты домалату, допты қақпаға домалату.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Берілген бағытта допты домалатады, допты қақпаға домалатады.</p> <p>Негізгі қимылдар:Бір-бірінен қашық қойылған үрленген 5-6 доп арқылы кезекпен, қолдың түрлі қалпымен аттап өту.</p> <p>Қимылды ойын: «Шертпек»</p> <p>№11 «Ертөстік» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру және шашырап, жұптасып жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-тендікті сақтап жүру.Күтілетін нәтиже:Ұзын</p>	<p>секіру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Оқтау тартыс».</p> <p>№5 Көбелек МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру және шашырап, жұптасып жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-тендікті сақтап жүру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіреді. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-тендікті сақтап жүре алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру және шашырап, жұптасып жүгіру. Ұзын және қысқа</p>
---	---	--	--	---

Циклограмма
Тексерген: *Рис* Реева.Т

<i>Дүйсенбі 14.02</i>	<i>Сейсенбі 15.02</i>	<i>Сәрсенбі 16.02</i>	<i>Бейсенбі 17.02</i>	<i>Жума 18.02</i>
<p>№4 Құлыншақ МАД тобы</p> <p>Мақсаты: 40 см қашықтықта қойылған жіптерден оң және сол аяқты алмастырып, аттап жүру, 2 мин дейін заттардың арасымен үздіксіз жүгіру. Бір орында және 6-8 м қашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру. Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектейді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Бір орында және 6-8 м қашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру. Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу.</p>	<p>№4 мад тобы.</p> <p>Мақсаты: Бағытты өзгерте отырып жүру және жүруден жүгіруге ауысу. Берілген бағытта допты домалату, допты қақпаға домалату. Басына қап қойып, жіптің бойымен жүру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: . Басына қап қойып, жіптің бойымен жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Бағытты өзгерте отырып жүру және жүруден жүгіруге ауысу. Берілген бағытта допты домалату</p> <p>Қимылды ойын: «Аттамақ» №5 МАД тобы. Мақсаты: 40 см қашықтықта қойылған жіптерден оң және сол аяқты алмастырып, аттап жүру, 2 мин дейін заттардың арасымен үздіксіз жүгіру. Бір орында</p>	<p>№4 мад тобы</p> <p>Мақсаты: Сапта белгі бойынша тоқтап, біреуден жүру және жүгіру. Басына қап қойып, жіптің бойымен жүру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құруды үйренеді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Сапта белгі бойынша тоқтап, біреуден жүру және жүгіру. Басына қап қойып, жіптің бойымен жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Жануарлар кеңесі»</p> <p>№10 Шұғыла Ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Сапта белгі бойынша тоқтап, біреуден</p>	<p>№10» Ересек тобы</p> <p>Мақсаты: Сапта белгі бойынша тоқтап, біреуден жүру және жүгіру. Басына қап қойып, жіптің бойымен жүру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құруды үйренеді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Сапта белгі бойынша тоқтап, біреуден жүру және жүгіру. Басына қап қойып, жіптің бойымен жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Жануарлар кеңесі».</p> <p>№7 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты: Баяу қарқынмен жүру және жүгіру. Қатарға</p>	<p>№7 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: : Заттардың арасымен жүреді және кедергілердің арасынан жүгіреді</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Қимылды ойын: «Жануарлар кеңесі» №5 МАД тобы. Мақсаты:</p>

:Қимылды ойын:

«Аттамақ» №5 Көбелек
Мад тобы» Мақсаты: 40 см кашықтықта қойылған жіптерден оң және сол аяқты алмастырып, аттап жүру, 2 мин дейін заттардың арасымен үздіксіз жүгіру. Бір орында және 6-8 м кашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру. Арқаға капшық қойып төрт тағандап еңбектеу.

Күтілетін нәтиже: Арқаға капшық қойып төрт тағандап еңбектейді.

Негізгі қимылдар: . Бір орында және 6-8 м кашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру. Арқаға капшық қойып төрт тағандап еңбектеу.

және 6-8 м кашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру. Арқаға капшық қойып төрт тағандап еңбектеу.

Күтілетін нәтиже: Арқаға капшық қойып төрт тағандап еңбектейді.

Негізгі қимылдар: . Бір орында және 6-8 м кашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру. Арқаға капшық қойып төрт тағандап еңбектеу. :

жүру және жүгіру. Басына кап қойып, жіптің бойымен жүру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру.

Күтілетін нәтиже: Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құруды үйренеді.

Негізгі қимылдар: Сапта белгі бойынша тоқтап, біреуден жүру және жүгіру. Басына кап қойып, жіптің бойымен жүру.

екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру. Еденге салған тактай бойымен қос аяқпен секіру.

Күтілетін нәтиже: Еденге салған тактай бойымен қос аяқпен секіреді. **Негізгі қимылдар:** Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру. Еденге салған тактай бойымен қос аяқпен секіру.

Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-тендікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру.-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған капшықты дәлдеп лақтыру. **Күтілетін нәтиже:** : Заттардың арасымен жүреді және кедергілердің арасынан жүгіреді. **Негізгі қимылдар:** Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. **Қимылды ойын:** «Жануарлар кеңесі».

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерген: *Рисет* Реева.Т

<i>Дүйсенбі 21.02</i>	<i>Сейсенбі 22.02</i>	<i>Сәрсенбі 23.02</i>	<i>Бейсенбі 24.02</i>	<i>Жұма 25.02</i>
<p>№4 Құлыншақ МАД тобыМақсаты:Түрлі қарқында бір қатармен, қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жыланша» ирелеңдеп, кедергілер арасымен жүгіру. Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіру.Қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өтеді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі қарқында бір қатармен, қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жыланша»</p>	<p>№4 Мад тобы.</p> <p>Мақсаты: . Орташа қарқынмен жүру және жүгіру. Еденге салған тактай бойымен қос аяқпен секіру. Бастапқы калыпта тұрып, түрлі бағытта қойылған доптарды лақтыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: түрлі бағытта қойылған доптарды лақтырады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Орташа қарқынмен жүру және жүгіру. Еденге салған тактай бойымен қос аяқпен секіру.№5 МАД тобы.Мақсаты:Түрлі қарқында бір қатармен, қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жыланша» ирелеңдеп, кедергілер арасымен жүгіру. Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіру.Қырынан қойылған</p>	<p>№10 Ересек тобы.</p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқында жүру және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелеңдеп жүгіру. Екпінмен ұзындыққа секіру.Допты жоғары лақтырып, қағып алу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Екпінмен ұзындыққа секіреді.Допты жоғары лақтырып, қағып алады.</p> <p>Негізгі қимылдар:Түрлі қарқында жүру және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелеңдеп жүгіру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Жануарлар кеңесі»</p> <p>№4,5 Мад тобы.</p>	<p>№10 Ересек тобы</p> <p>Мақсаты: . Қарқынды өзгерте отырып жүру және жүгіру. Бастапқы калыпта тұрып, түрлі бағытта қойылған доптарды лақтыру. Сапқа тұру барысында бағдар бойынша теңелу; оңға, солға айналу, бұрылыстар жасау.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Сапқа тұру барысында бағдар бойынша теңелуді үйренеді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Бастапқы калыпта тұрып, түрлі бағытта қойылған доптарды лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Құрылысшы».</p> <p>№7 Ортаңғы тобы</p> <p>Мақсаты:Кедергілерден аттап жүру және жүгіру.</p>	<p>№7 ересек тобы</p> <p>Мақсаты:Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіру.Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату.</p> <p>Негізгі қимылдар:Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіру.Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Құрылысшы»</p>

<p>ирелеңдеп, кедергілер арасымен жүгіру..</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Кім жылдам».</p> <p>№7 түймедақ Ересек тобы.Мақсаты: . Карқынды өзгерте отырып жүру және жүгіру. Бастапқы калыпта тұрып, түрлі бағытта қойылған доптарды лақтыру. Сапка тұру барысында бағдар бойынша теңелу; оңға, солға айналу, бұрылыстар жасау. Күтілетін нәтиже: Сапка тұру барысында бағдар бойынша теңелуді үйренеді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Бастапқы калыпта тұрып, түрлі бағытта қойылған доптарды лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Құрылысшы».</p>	<p>сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту.</p>	<p>Мақсаты: Түрлі карқында жүру және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелеңдеп жүгіру. Екпінмен ұзындыққа секіру.Допты жоғары лақтырып, қағып алу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Екпінмен ұзындыққа секіреді.Допты жоғары лақтырып, қағып алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі карқында жүру және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелеңдеп жүгіру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Жануарлар кенесі»</p>	<p>Сапка тұру барысында бағдар бойынша теңелу; оңға, солға айналу, бұрылыстар жасау. Қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіріп, қырындап адымдау.Күтілетін нәтиже:Қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіріп, қырындап адымдайды.Негізгі қимылдар:Сапка тұру барысында бағдар бойынша теңелу; оңға, солға айналу, бұрылыстар жасау.</p> <p>Қимылды ойын: «Кішкене өзен»</p>	<p>№5 МАД тобы.Мақсаты:Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіру.Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтыру. Күтілетін нәтиже: Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату.</p> <p>Негізгі қимылдар:Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіру.Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Құрылысшы»</p>
--	--	--	---	--

Дайындаған:Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерген: *Рисел* Реева.

Дүйсенбі 28.02	Сейсенбі 01.03	Сәрсенбі 02.03	Бейсенбі 03.03	Жұма 04.03
<p>№4 Құлыншақ МАД тобы</p> <p>Мақсаты: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, тізені жоғары көтере отырып жүгіреді. Бір орыннан ұзындыққа секіру. Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өтеді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Бір орыннан ұзындыққа секіру. Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту.</p> <p>Қимылды ойын: «Желкөбік».</p>	<p>№4 Мад тобы.</p> <p>Мақсаты: Сызықтар арасымен (10 см арақашықтық) жүру. Қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіріп, қырындап адымдау.</p> <p>50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: . Қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіріп, қырындап адымдауды меңгереді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіріп, қырындап адымдау.</p> <p>Қимылды ойын: «Желкөбік». №5 мад тобы. Мақсаты: Түрлі қарқында бір қатармен,</p>	<p>№10 Шұғыла » тобы.</p> <p>Мақсаты:Көлбеу тақтайда жоғары-төмен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеу. Допты бір-біріне лақтырып, оны екі жағынан бірдей еркін қол қимылдарымен қағып алу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Допты бір-біріне лақтырып, оны екі жағынан бірдей еркін қол қимылдарымен қағып алуды үйренеді.</p> <p>Негізгі қимылдар Допты бір-біріне лақтырып, оны екі жағынан бірдей еркін қол қимылдарымен қағып алу.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жа</p>	<p>№10 Ересек тобы</p> <p>Мақсаты:Көлбеу тақтайда жоғары-төмен жүру және жүгіру. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеу. Допты бір-біріне лақтырып, оны екі жағынан бірдей еркін қол қимылдарымен қағып алу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Допты бір-біріне лақтырып, оны екі жағынан бірдей еркін қол қимылдарымен қағып алуды үйренеді.</p> <p>Негізгі қимылдар Допты бір-біріне лақтырып, оны екі жағынан бірдей еркін қол қимылдарымен қағып алу.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр».</p> <p>№7 ортаңғы тобы</p>	<p>№7 ортаңғы тобы</p> <p>Мақсаты: Тіzedен бүтiлген аяқты жоғары көтеріп жүру, 1,5- 2 мин тоқтаусыз жүгіру.</p> <p>2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Доганың астымен төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Доганың астымен төрт тағандап еңбектейді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Доганың астымен төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>Қимылды ойын: «Күн шұғыласы</p> <p>№5 МАД тобы</p> <p>Мақсаты: Тіzedен бүтiлген аяқты жоғары көтеріп жүру,</p>

<p>№5 мад тобы. Мақсаты: Қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, тізені жоғары көтере отырып жүгіру. Бір орыннан ұзындыққа секіру. Қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өтеді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Бір орыннан ұзындыққа секіру. Қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өту.</p> <p>».</p>	<p>қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жыланша» ирелендеп, кедергілер арасымен жүгіру. Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіру. Қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Қырынан қойылған сатының тактайшалары арасынан еңбектеп өтеді. Негізгі қимылдар: Түрлі қарқында бір қатармен, қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жыланша» ирелендеп, кедергілер арасымен жүгіру..</p>	<p>№4,5 МАД тобы</p> <p>Мақсаты: Тізеден бүгілген аяқты жоғары көтеріп жүру, 1,5- 2 мин тоқтаусыз жүгіру.</p> <p>2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Доғаның астымен төрт тағандап еңбектеу</p> <p>Күтілетін нәтиже: Доғаның астымен төрт тағандап еңбектейд</p> <p>Негізгі қимылдар: Доғаның астымен төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>».</p>	<p>Мақсаты: Белгілі арақашықтықта жүру және жүгіру. Допты бір-біріне лақтырып, оны екі жағынан бірдей еркін қол қимылдарымен қағып алу. Затты тігінен (нысана ортасының биіктігі 1,5 м) 1,5–2 м арақашықтықтан және көлденеңінен (2–2,5 м арақашықтықта) оң, сол қолмен лақтыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Допты бір-біріне лақтырып, оны екі жағынан бірдей еркін қол қимылдарымен қағып алу. Негізгі қимылдар: Допты бір-біріне лақтырып, оны екі жағынан бірдей еркін қол қимылдарымен қағып алу.</p>	<p>1,5- 2 мин тоқтаусыз жүгіру.</p> <p>2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру. Доғаның астымен төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Доғаның астымен төрт тағандап еңбектейді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Доғаның астымен төрт тағандап еңбектеу.</p>
--	---	---	--	--

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерген: *Реева.Т* Реева.Т

Дүйсенбі 07.03	Сейсенбі 08.03	Сәрсенбі 09.03	Бейсенбі 10.03	Жұма 11.03
		<p>№10 ересек тобы</p> <p>Мақсаты:Жай қарқында үздіксіз жүгіру. Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, орындықтың шетінен ұстап, қолмен тартылып еңбектеу. Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтап, көз мөлшерін дамыту.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, орындықтың шетінен ұстап, қолмен тартылып еңбектейді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтап, көз мөлшерін дамыту.</p> <p>Қимылды ойын: «Құрылысшы».</p>	<p>№7 ортаңғы тобы</p> <p>Мақсаты:Жай қарқында үздіксіз жүгіру. Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, орындықтың шетінен ұстап, қолмен тартылып еңбектеу. Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтап, көз мөлшерін дамыту.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Гимнастикалық орындық бойымен ішпен, орындықтың шетінен ұстап, қолмен тартылып еңбектейді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтап, көз мөлшерін дамыту.</p> <p>Қимылды ойын: «Құрылысшы».</p>	<p>№7 ортаңғы тобыМақсаты:Заттарды аттап, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, шашырап, жұптасып, бір сызыққа қойылған заттар арасымен жүгіру. Тізенің арасына қапшықты қысып, қос аяқтап секіру. Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалатады.</p> <p>Негізгі қимылдар:Заттарды аттап, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, шашырап, жұптасып жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Құрылысшы»№5 МАД тобыМақсаты:Заттарды аттап, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, шашырап, жұптасып, бір сызыққа қойылған заттар арасымен жүгіру. Тізенің арасына</p>

			<p>№10 ересек тобы</p> <p>Мақсаты:Тепе-теңдікті сақтап бөрене үстімен жүру.Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтап, көз мөлшерін дамыту. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Кішкене өзен»</p>	<p>қапшықты қысып, қос аяқтап секіру. Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалатады.</p> <p>Негізгі қимылдар:Заттарды аттап, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, шашырап, жұптасып жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Құрылысшы»№10 ересек тобы</p> <p>Мақсаты:Тепе-теңдікті сақтап бөрене үстімен жүру.Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтап, көз мөлшерін дамыту. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіреді.</p>
--	--	--	--	--

Дайындаған:Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерген: *Рисел* Реева.Т

<i>Дүйсенбі 14.03</i>	<i>Сейсенбі 15.03</i>	<i>Сәрсенбі 16.03</i>	<i>Бейсенбі 17.03</i>	<i>Жұма 18.03</i>
<p>№4 Құлыншақ МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқында жүру және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіру. Екпінмен ұзындыққа секіру. Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Екпінмен ұзындыққа секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Екпінмен ұзындыққа секіру. Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>Қимылды ойын: «Жануарлар кеңесі»</p> <p>№7 ортаңғы тобы.</p>	<p>№4 мад тобы.</p> <p>Мақсаты:Топпен бірқалыпты жүру және жүгіру. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру. Жоғары тіреуіште жүруде тепе-теңдікті сақтап және денені тік ұстап, заттардың үстінен аттау.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Аттамақ».</p> <p>№5 МАД тобы Мақсаты:40 см қашықтықта қойылған жіптерден оң және сол аяқты алмастырып, аттап жүру, 2 мин дейін заттардың арасымен</p>	<p>№4 Құлыншақ МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқында жүру және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіру. Екпінмен ұзындыққа секіру. Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Екпінмен ұзындыққа секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Екпінмен ұзындыққа секіру. Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>Қимылды ойын: «Жануарлар кеңесі»</p> <p>№10 шұғыла ересек тобы.</p> <p>Мақсаты:40 см қашықтықта қойылған жіптерден оң және сол аяқты алмастырып, аттап жүру, 2 мин дейін заттардың</p>	<p>№7» Ересек тобы</p> <p>Мақсаты:Топпен бірқалыпты жүру және жүгіру. Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру. Жоғары тіреуіште жүруде тепе-теңдікті сақтап және денені тік ұстап, заттардың үстінен аттау.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Затты жанау арқылы орнынан жоғары секіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Аттамақ» №10«Шұғыла» Ересек тобы.</p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқында Мақсаты:Қолдарын беліне ұстап бірқалыпты жүру, жүгіру. Допты бір-біріне</p>	<p>№7«Ертөстік» Ересек тобы.</p> <p>Мақсаты:. Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтыру. Күтілетін нәтиже:Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді. Негізгі қимылдар: Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Жануарлар</p>

<p>Мақсаты:Түрлі қарқында жүру және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелеңдеп жүтіру. Екпінмен ұзындыққа секіру. Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Екпінмен ұзындыққа секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Екпінмен ұзындыққа секіру. Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>Қимылды ойын: «Жануарлар кеңесі»</p>	<p>үздіксіз жүгіру. Бір орында және 6-8 м қашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру. Допты жоғары лақтырып, қағып алу.Күтілетін нәтиже:Допты жоғары лақтырып, қағып алады.Негізгі қимылдар: . Допты жоғары лақтырып, қағып алу:Қимылды ойын: «Аттамақ».</p>	<p>арасымен үздіксіз жүгіру. Бір орында және 6-8 м қашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру. Допты жоғары лақтырып, қағып алу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Допты жоғары лақтырып, қағып алады.Негізгі қимылдар: . Допты жоғары лақтырып, қағып алу:№5«Күңшуақ» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқында Мақсаты:Түзу бағытта біркелкі кадаммен жүру және біркәлыпты жүгіру. Жоғары тіреуіште жүруде тепе-теңдікті сақтап және денені тік ұстап, заттардың үстінен аттау. Допты бір-біріне лақтыру және оны қос қолымен қағып алу.Күтілетін нәтиже: Допты бір-біріне лақтыру және оны қос қолымен қағып алады.Негізгі қимылдар: Допты бір-біріне лақтыру және он</p>	<p>лақтыру және оны қос қолымен қағып алу. Еденге салған тақтай бойымен қос аяқпен секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Еденге салған тақтай бойымен қос аяқпен секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Еденге салған тақтай бойымен қос аяқпен секіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Айгөлею»</p>	<p>кеңесі»№10«Күңшуақ» МАД тобы.Мақсаты:. Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру.2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтыру.Күтілетін нәтиже:Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүреді.Негізгі қимылдар: Арқан бойымен біжақжанымен қырындап</p>
---	--	--	---	--

Дайындаған:Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерген: Р. И. И. Реева.Т

Дүйсенбі 21.03	Сейсенбі 22.03	Сәрсенбі 23.03	Бейсенбі 24.03	Жұма 25.03
			<p>№10 «Аққу» МАД тобы</p> <p>Мақсаты: Аяқтың ұшымен жүру, жүгіру. Допты жоғары қарай лақтырып, оны қос қолымен қағып алу. Қос аяқпен бір құрсаудан екінші құрсауға секіруді, қолдың төмен-алға қарай қимылын аяқтың екпінді итерілуімен үйлестіру, бүгілген аяқтың ұшымен жеңіл жерге түсу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Допты жоғары қарай лақтырып, оны қос қолымен қағып алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Допты жоғары қарай лақтырып, оны қос қолымен қағып алу.</p> <p>Қимылды ойын: «Құрылысшы».</p> <p>№7 ересек тобы.</p> <p>Мақсаты: Жылдам жүгіруде</p>	<p>№7 «Күңшуақ» Ересек тобы. Мақсаты: Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіру. Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Құрылысшы» №10 «Күңшуақ» МАД тобы.</p>

			<p>денесін дұрыс ұстау: кимылдауға байланысты денені аздап еңкейту, иықтарын босаңдау ұстау, алға қарау, жүгіру мен жүруді кезектестіру. Қос аяқпен бір құрсаудан екінші құрсауға секіруді, қолдың төмен-алға қарай қимылын аяқтың екпінді итерілуімен үйлестіру, бүгілген аяқтың ұшымен жеңіл жерге түсу. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша түзелу. Күтілетін нәтиже: Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша түзеледі. Негізгі кимылдар: Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша түзелу. Қимылды ойын: «Кішкене өзен»</p>	<p>Максаты: Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіру. Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіреді. Негізгі кимылдар: Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіру. Қимылды ойын: «Құрылысшы»</p>
--	--	--	--	---

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма
Тексерген: Р. И. Реева.Т

<i>Дүйсенбі 28.03</i>	<i>Сейсенбі 29.03</i>	<i>Сәрсенбі 30.03</i>	<i>Бейсенбі 31.03</i>	<i>Жұма 01.04</i>
<p>№11 «Ертөстік» МАД тобы</p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқында бір қатармен, қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жыланша» ирелендеп, кедергілер арасымен жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру. Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже:«жыланша» ирелендеп, кедергілер арасымен жүгіреді. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру. Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Тасымақ».</p> <p>№9 « Күншуақ » МАД тобы</p>	<p>№12«Аққу» ересек тобы.</p> <p>Мақсаты: Түрлі қимылдарды түрлі қарқында музыкалық сүйемелдеу: ығрақты жүру, жеңіл жүгіру. Мұзды жолдармен өздігінен сырғанау. Екі аяқтың ұшымен итеріліп, орташа биіктікке секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Мұзды жолдармен өздігінен сырғанайды. Екі аяқтың ұшымен итеріліп, орташа биіктікке секіруді меңгереді..</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі қимылдарды түрлі қарқында музыкалық сүйемелдеу: ығрақты жүру, жеңіл жүгіру. Мұзды жолдармен өздігінен сырғанау.</p> <p>Қимылды ойын: Тасымақ.</p> <p>№11«Ертөстік» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқында бір қатармен, қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру, «жыланша» ирелендеп, кедергілер</p>	<p>№1 «Балапан» орта тобы</p> <p>Мақсаты:Тапсырманы орындай отырып, жүру және жүгіру. Қимылының бағытын жүгіру. Қимылының бағытын дісақтап, 6 метр арақашықтықта төрт тағандап еңбектеу. Басына қап қойып, тепе-теңдікті сақтай отырып, жіптің бойымен жүру</p> <p>Күтілетін нәтиже:Төрт тағандап еңбектенуді меңгереді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Тапсырманы орындай отырып, жүру және жүгіру. Қимылының бағытын сақтап, 6 метр арақашықтықта төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Соқыртеке».</p> <p>№12 «Аққу» ересек тобы.</p> <p>Мақсаты: Түрлі қарқында жүру және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіру. Допты басымен итеріп</p>	<p>№12«Аққу» ересек тобы.</p> <p>Ересек тобы</p> <p>Мақсаты:Сызықтар арасымен (10 см арақашықтық) жүру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша түзелу. Допты алысқа лақтыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:бағдар бойынша түзеледі. Допты алысқа лақтырады..</p> <p>Негізгі қимылдар:бағдар бойынша түзелу. Допты алысқа лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Аттамақ».</p> <p>№11«Ертөстік» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Сызықтар арасымен (10 см арақашықтық) жүру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша түзелу. Допты алысқа лақтыру.</p>	<p>№9 «Күншуақ» МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқынмен жүру және жүгіру. Орындық үстімен текшелерден аттап жүру. Допты қабырғаға ұрып және еденнен ыршытып, қос қолмен қағып алу. Қос аяқтап заттар арасымен секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Қос аяқтап заттар арасымен секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Қос аяқтап заттар арасымен секіру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Жолмен».</p> <p>№9 « Күншуақ » МАД тобы</p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқынмен жүру және жүгіру. Орындық үстімен текшелерден аттап жүру. Допты қабырғаға ұрып және еденнен ыршытып, қос қолмен қағып алу. Қос аяқтап</p>

<p>Мақсаты:Түрлі қарқында бір қатармен, қозғалыс бағытын өзгертіп, заттар арасымен жүру. «жыланша» ирелендеп, кедергілер арасымен жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру.Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже:«жыланша» ирелендеп, кедергілер арасымен жүгіреді. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру.Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Тасымақ».</p>	<p>арасымен жүгіру. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру.Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже:«жыланша» ирелендеп, кедергілер арасымен жүгіреді. Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Ұзын және қысқа секіртпемен қос аяқтап секіру.Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Тасымақ».</p>	<p>еңбектеу.3-4 доғаның астынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже:сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіреді. Допты басымен итеріп еңбектеуді меңгере</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі қарқында жүру және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Соқыртеке»</p>	<p>Күтілетін нәтиже: бағдар бойынша түзеледі. Допты алысқа лақтырады..</p> <p>Негізгі қимылдар:бағдар бойынша түзелу. Допты алысқа лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Аттамақ».</p> <p><i>№11 «Ертөстік» МАД тобы</i></p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқынмен жүру және жүгіру. Орындық үстімен текшелерден аттап жүру. Допты қабырғаға ұрып және еденнен ыршытып, қос қолмен қағып алу.Қос аяқтап заттар арасымен секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Қос аяқтап заттар арасымен секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Қос аяқтап заттар арасымен секіру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Жолмен».</p>	<p>заттар арасымен секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Қос аяқтап заттар арасымен секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Қос аяқтап заттар арасымен секіру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Жолмен».</p>
--	---	--	---	---

Дайындаған:Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерген: Рисал Реева.Т

Дүйсенбі 04.04	Сейсенбі 05.04	06.04	07.04	08.04
<p>№4 мад тобы</p> <p>Мақсаты: Тапсырманы орындай отырып, жүру және жүгіру. Қимылының бағыты жүгіру. Қимылының бағытын дісақтап, 6 метр арақашықтықта төрт тағандап еңбектеу. Басына кап қойып, тепе-теңдікті сақтай отырып, жіптің бойымен жүру</p> <p>Күтілетін нәтиже: Төрт тағандап еңбектенуді меңгереді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Тапсырманы орындай отырып, жүру және жүгіру. Қимылының бағытын сақтап, 6 метр арақашықтықта төрт тағандап еңбектеу.</p>	<p>№4 мад тобы.Мақсаты: Сызықтар арасымен (10 см арақашықтық) жүру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша түзелу. Допты алысқа лақтыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: бағдар бойынша түзеледі. Допты алысқа лақтырады..</p> <p>Негізгі қимылдар: бағдар бойынша түзелу. Допты алысқа лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын: «Аттамақ».</p> <p>№5 МАД тобы.Мақсаты: Сызықтар арасымен (10 см арақашықтық) жүру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру, бағдар бойынша түзелу. Допты</p>			

<p>Қимылды ойын:</p> <p>«Соқыртеке» №7ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты: Түрлі карқында жүру және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіру. Допты басымен итеріп еңбектеу.3-4 доғаның астынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже:сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіреді. Допты басымен итеріп еңбектеуді меңгере</p> <p>Негізгі қимылдар: Түрлі карқында жүру және бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелендеп жүгіру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Соқыртеке»</p>	<p>алысқа лақтыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: бағдар бойынша түзеледі. Допты алысқа лақтырады..</p> <p>Негізгі қимылдар:бағдар бойынша түзелу. Допты алысқа лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Аттамақ».</p>			
--	---	--	--	--

Дайындаған:Сексенбаева А

Циклограмма
Тексерген: *Р. А. Реева. Т*

11.04.22	12.04.22	Сәрсенбі 13.04.22	Бейсенбі 14.04.22	Жұма 15.04.22
<p>№4 Құлыншақ МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Топпен бірқалыпты жүру және жүгіру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары және төмен кезектестірілген адыммен өрмелеу. Отыру калпында допты бастан асыра алысқа лақтыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Отыру калпында допты бастан асыра алысқа лақтырады.</p> <p>Негізгі қимылдар:Отыру калпында допты бастан асыра алысқа лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын: «Пойыз».</p> <p>№7 ортаңғы тобыМақсаты:Еденге салынған тақтай бойымен тапсырманы орындай жүру — тақтайдың екі басынан бастап жүріп келе жатып, ортасына келгенде бұрылып кейін жүру.</p>	<p>№ 4мад тобы</p> <p>Мақсаты: .Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүруге, шашырап, жұптасып жүгіруге үйрету. Бір орыннан ұзындыққа секіру. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдік сақтап жүру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдік сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Бір орыннан ұзындыққа секіру. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдік сақтап жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Пойыз».</p> <p align="center">№5 Көбелек МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: .Сапта бір</p>	<p>№ 10 ересек тобымақсаты:Топпен бірқалыпты жүру және жүгіру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары және төмен кезектестірілген адыммен өрмелеу. Отыру калпында допты бастан асыра алысқа лақтыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Отыру калпында допты бастан асыра алысқа лақтырады.</p> <p>Негізгі қимылдар:Отыру калпында допты бастан асыра алысқа лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын: «Пойыз»№4,5 МАД тобы.Мақсаты: .Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүруге, шашырап, жұптасып жүгіруге үйрету. Бір орыннан ұзындыққа секіру. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдік</p>	<p>№7 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты:Топпен бірқалыпты жүру және жүгіру. Гимнастикалық қабырға бойымен жоғары және төмен кезектестірілген адыммен өрмелеу. Отыру калпында допты бастан асыра алысқа лақтыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Отыру калпында допты бастан асыра алысқа лақтырады.</p> <p>Негізгі қимылдар:Отыру калпында допты бастан асыра алысқа лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын: «Пойыз».</p> <p>№ 10 Шұғыла ересек тобыМақсаты:Еденге салынған тақтай бойымен тапсырманы орындай жүру — тақтайдың екі басынан</p>	<p>№7 ортаңғы тобыМақсаты: .Сапта бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүруге, шашырап, жұптасып жүгіруге үйрету. Бір орыннан ұзындыққа секіру. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдік сақтап жүру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдік сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Бір орыннан ұзындыққа секіру. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдік сақтап жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Пойыз»№5 МАД тобы.Мақсаты: .Сапта</p>

<p>Отыру қалпында допты бастан асыра алысқа лақтыру. Көлбеу тақтай бойымен жоғары қарай еңбектеуде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіру. Күтілетін нәтиже: . Көлбеу тақтай бойымен жоғары қарай еңбектеуде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіреді. Негізгі қимылдар: Көлбеу тақтай бойымен жоғары қарай еңбектеуде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Жалаушаны әкел»</p>	<p>қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүруге, шашырап, жұптасып жүгіруге үйрету. Бір орыннан ұзындыққа секіру. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдік сақтап жүру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдік сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Бір орыннан ұзындыққа секіру. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдік сақтап жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Пойыз».</p>	<p>сақтап жүру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдік сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Бір орыннан ұзындыққа секіру. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдік сақтап жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Пойыз».</p>	<p>бастап жүріп келе жатып, ортасына келгенде бұрылып кейін жүру. Отыру қалпында допты бастан асыра алысқа лақтыру. Көлбеу тақтай бойымен жоғары қарай еңбектеуде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: . Көлбеу тақтай бойымен жоғары қарай еңбектеуде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіреді. Негізгі қимылдар: Көлбеу тақтай бойымен жоғары қарай еңбектеуде қол мен аяқтың қимылдарын үйлестіру.</p> <p>Қимылды ойын: «Жалаушаны әкел»</p>	<p>бір қатармен, аяқтың ұшымен, өкшемен жүруге, шашырап, жұптасып жүгіруге үйрету. Бір орыннан ұзындыққа секіру. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдік сақтап жүру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдік сақтап жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Бір орыннан ұзындыққа секіру. Көлденең және көлбеу бөрене бойымен тепе-теңдік сақтап жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Пойыз».</p>
--	--	--	--	--

Дайындаған: Сөксенбаева А

Циклограмма
Тексерген: *Реева.Т*

Дүйсенбі 18.04.22	Сейсенбі 19.04.22	Сәрсенбі 20.04.22	Бейсенбі 21.04.22	Жұма 22.04.22
<p>№4 МАД тобы</p> <p>Мақсаты:40 см қашықтықта қойылған жіптерден оң және сол аяқты алмастырып, аттап жүру, бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелеңдеп жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру.Допты жоғары лақтырып, қағып алу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Допты жоғары лақтырып, қағып алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру.Допты жоғары лақтырып, қағып алу.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Күн мен жанбыр».</p> <p>№7 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты:40 см қашықтықта қойылған жіптерден оң және</p>	<p>№4 МАД тобы</p> <p>Мақсаты:Аяқтың ұшымен жүру, жүгіру. Бір шеңберден екінші шеңберге екі аяғымен бірізгілікте екпінмен итеріліп біртіндеп секіру және ақырындап бүгілген аяқпен жерге түсу. Ұсақ заттарды бір қолымен алысқа лақтыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Ұсақ заттарды бір қолымен алысқа лақтырады</p> <p>Негізгі қимылдар:Ұсақ заттарды бір қолымен алысқа лақтыру</p> <p>№5 «Күншуақ» МАД тобы.Мақсаты:40 см қашықтықта қойылған жіптерден оң және сол аяқты алмастырып, аттап жүру, бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелеңдеп жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру.Допты жоғары лақтырып, қағып алу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Допты жоғары лақтырып, қағып алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Арқан</p>	<p>№4 МАД тобы.</p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқында жүру және 2 мин дейін заттардың арасымен үздіксіз жүгіру. Екпінмен ұзындыққа секіру. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады.</p> <p>Негізгі қимылдар:нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтыру.</p> <p>№10 орта тобы</p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқында жүру және 2 мин дейін заттардың арасымен үздіксіз жүгіру. Екпінмен ұзындыққа секіру. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтырады.</p> <p>Негізгі қимылдар:нысанаға құм</p>	<p>№10 орта тобы</p> <p>Мақсаты:Заттардың арасымен жүру және жүгіру. Ұсақ заттарды бір қолымен алысқа лақтыру. Қысқа секіртпемен секіру (демалу үзілістері бар 2-3 реттен 10 секіру).</p> <p>Күтілетін нәтиже:Ұсақ заттарды бір қолымен алысқа лақтыру.</p> <p>Негізгі қимылдар: Заттардың арасымен жүру және жүгіру. Ұсақ заттарды бір қолымен алысқа лақтыру.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Арынды арқан».№7 ересек тобы.</p> <p>Мақсаты:Аяқтың ұшымен белгі бойынша жүру, жүгіру. Қысқа секіртпемен секіру (демалу үзілістері бар 2-3 реттен 10 секіру). Аяғын бірге, аяғын алшақ қойып ырғақты секіріп, басынан асыра қол шапалақтау.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Аяғын бірге, аяғын алшақ қойып ырғақты секіріп, басынан асыра қол шапалақтайды.</p> <p>Негізгі қимылдар:Аяғын бірге,</p>	<p>№7 ересек тобы</p> <p>Мақсаты:Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Бір орында және 6-8 м қашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру. Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектейді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Арқан тартыс».№10 орта тобы</p> <p>Мақсаты:Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Бір орында және 6-8 м қашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру. Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу.</p>

<p>сол аяқты алмастырып, аттап жүру, бір сызыққа қойылған заттар арасымен «жыланша» ирелеңдеп жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еленге) жүру. Допты жоғары лақтырып, қағып алу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Допты жоғары лақтырып, қағып алады.</p> <p>Негізгі қимылдар: Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру. Допты жоғары лақтырып, қағып алу.</p> <p>Қимылды ойын: Масаны ұстап ал. Мақсаты: Секіру және қағып алуда жылдам дене қимылын жасау дағдысын дамыту</p>	<p>бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап жүру. Допты жоғары лақтырып, қағып алу.</p> <p>Қимылды ойын: Тегіс жолмен</p> <p>Мақсаты: жай адымдап жүруді, алға қарай жылжып секіруді, жүрелерінен отыруды, жүгіруді дамыту</p>	<p>салынған қапшықты дәлдеп лақтыру.</p> <p>«Арынды арқан».</p> <p>№5 «Күншуақ» МАД тобы. Мақсаты: Түрлі қарқында жүру және 2 мин дейін заттардың арасымен үздіксіз жүгіру. Екпінмен ұзындыққа секіру. 2-2,5 м арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты дәлдеп лақтыру.</p>	<p>аяғын алшақ қойып ырғақты секіріп, басынан асыра қол шапалақтау.</p> <p>Қимылды ойын: Торғайлар мен мысық. Мақсаты: Скамейкаға еркін шығу, секіріп түсу, бығырап қақтығыспай жүгіру, епшіл болуды үйрету</p>	<p>Күтілетін нәтиже: Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектейді. Негізгі қимылдар: Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу.</p> <p>№5 МАД тобы. Мақсаты: Аяқтың ұшымен белгі бойынша жүру, жүгіру. Қысқа секіртпемен секіру (демалу үзілістері бар 2–3 реттен 10 секіру). Аяғын бірге, аяғын алшақ қойып ырғақты секіріп, басынан асыра қол шапалақтау. Күтілетін нәтиже: Аяғын бірге, аяғын алшақ қойып ырғақты секіріп, басынан асыра қол шапалақтайды. Негізгі қимылдар: Аяғын бірге, аяғын алшақ қойып ырғақты секіріп, басынан асыра қол шапалақтау. Қимылды ойын: «Арқан тартыс»</p>
--	---	---	---	--

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма
Тексерген: Рисель Реева.Т

Дүйсенбі 25.04.23	Сейсенбі 26.04.23	Сәрсенбі 27.04.23	Бейсенбі 28.04.23	Жұма 29.04.23
<p>№4Құлыншақ МАД тобы</p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқында бір қатармен жүру,шашырап, жұптасып жүгіру. Бірорыннан биіктікке секіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыралақтыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Допты екі қолымен бір-біріне басынан асыра лақтырады.</p> <p>Негізгі қимылдар:Допты екі қолымен бір-біріне басынан асыра лақтыру</p>	<p>№4 мад тобы.</p> <p>Мақсаты:Қимыл бағытын сақтап, саптізбекте бір бірден жүгіру. Аяғын бірге, аяғын алшак қойып ырақты секіріп, басынан асыра қол шапалақтау. Допты екпінмен итеру және доп қимылының бағытын сақтау.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Допты екпінмен итереді және доп қимылының бағытын сақтайды.</p> <p>Негізгі қимылдар:Допты екпінмен итеру және доп қимылының бағытын сақтау.</p> <p>Қимылды ойын: ҚояндарМақсаты: жүрелеп отыру, енбектеу, жүгіріп, секіру қимылдарын өз еріктерімен жасауын</p>	<p>№10 ересек тобы.</p> <p>Мақсаты:Баяу қарқынмен жүру және жүгіру. Допты екпінмен итеру және доп қимылының бағытын сақтау. Секіруде аяқты қою күйін біртіндеп ауыстыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Секіруде аяқты қою күйін біртіндеп ауыстырады</p> <p>Негізгі қимылдар:Секіруде аяқты қою күйін біртіндеп ауыстыру</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>Қоймадағы тышқандарМақсаты: Жүру, жүгіру, жіп астынан енкейіп өту дадыларын жетілдіру</p>	<p>№10 ересек тобы</p> <p>Мақсаты:Баяу қарқынмен жүру және жүгіру. Допты екпінмен итеру және доп қимылының бағытын сақтау. Секіруде аяқты қою күйін біртіндеп ауыстыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Секіруде аяқты қою күйін біртіндеп ауыстырады</p> <p>Негізгі қимылдар:Секіруде аяқты қою күйін біртіндеп ауыстыруҚимылды ойын: Тауықпен мен балапандар.Мақсаты:Енбектеу, жалдам қақтығыспай белгігі нысанға қарай жүгіріп,жиналу</p>	<p>№7 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты:Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіру.Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалатады.Негізгі қимылдар:Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату.»</p>

Дайындаған:Сексенбаева

Циклограмма

Тексерген: Рисел Реева.Т

Дүйсенбі 02.05	Сейсенбі 03.05	Сәрсенбі 04.05	Бейсенбі 06.05	Жұма 07.05
<p>№4 Құлыншақ МАД тобы</p> <p>Мақсаты Кегльдер арасымен жүре отырып, 40 см қашықтықта қойылған жіптерден оң және сол аяқты алмастыра отырып, аттап жүру, қырлы бөренелерден аттау арқылы орташа қарқынмен бір-бірлеп бір қатарда жүгіру. Бір орында және 6-8 м қашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру. Құрсауларды айналдырып, олардың ішінен өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Құрсауларды айналдырып, олардың ішінен өтеді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Құрсауларды айналдырып, олардың ішінен өту.</p> <p>Қимылды ойын:</p>	<p>№4 мад тобы.</p> <p>Мақсаты:Иректеп қойылған жіптің үстімен еркін жүру. Арқанның астынан оған басын тигізіп алмай төрт тағандап еңбектеу. Оңға және солға бұрылып екпінмен секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Оңға және солға бұрылып екпінмен секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Оңға және солға бұрылып екпінмен секіру.</p> <p>№5 мад тобы Мақсаты Кегльдер арасымен жүре отырып, 40 см қашықтықта қойылған жіптерден оң және сол аяқты алмастыра отырып, аттап жүру, қырлы бөренелерден аттау арқылы орташа қарқынмен бір-бірлеп бір қатарда жүгіру. Бір орында және 6-8 м қашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру. Құрсауларды айналдырып, олардың ішінен</p>	<p>№4 мад тобы.</p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқында жүру және 2 мин дейін заттардың арасымен үздіксіз жүгіру. Бір орыннан биіктікке секіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Допты екі қолымен бір-біріне басынан асыра лақтырады.</p> <p>Негізгі қимылдар:Допты екі қолымен бір-біріне басынан асыра лақтыру.Қимылды ойын:</p> <p>«№10 ересек тобы</p> <p>Мақсаты:Түрлі қарқында жүру және 2 мин дейін заттардың арасымен үздіксіз жүгіру. Бір орыннан биіктікке секіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.Күтілетін нәтиже:Допты екі қолымен бір-</p>	<p>№10 Ересек тобы</p> <p>Мақсаты. Сапта екеуден қол ұстасып жүру және жүгіру. Оңға және солға бұрылып екпінмен секіру. Допты екпінмен итеру және доптың қозғалу бағытын сақтау.Күтілетін нәтиже:Допты екпінмен итереді және доптың қозғалу бағытын сақтайды.</p> <p>Негізгі қимылдар:Допты екпінмен итеру және доптың қозғалу бағытын сақтау.</p> <p>№7» ересек тобы</p> <p>Мақсаты:Заттардың арасымен жүру және жүгіру. Допты екпінмен итеру және доптың қозғалу бағытын сақтау. Басына қап қойып, бастың дұрыс қалпын сақтап, жіп бойымен жүру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Басына қап қойып, бастың дұрыс қалпын сақтап, жіп бойымен жүреді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Басына қап қойып, бастың дұрыс қалпын</p>	

<p>«Көрші».</p> <p>№7 ортаңғы тобы Мақсаты Кегльдер арасымен жүре отырып, 40 см қашықтықта қойылған жіптерден оң және сол аяқты алмастыра отырып, аттап жүру, қырлы бөренелерден аттау арқылы орташа қарқынмен бір-бірлеп бір катарда жүгіру. Бір орында және 6-8 м қашықтыққа алға қарай жылжу арқылы секіру. Құрсауларды айналдырып, олардың ішінен өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Құрсауларды айналдырып, олардың ішінен өтеді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Құрсауларды айналдырып, олардың ішінен өту</p>	<p>өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Құрсауларды айналдырып, олардың ішінен өтеді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Құрсауларды айналдырып, олардың ішінен өту.</p> <p>Қимылды ойын: ПоездМақсаты: Қолоннада бір-бірімен қолдаспай баяу, жылдам, жылдамырақ және жүгіреді жетілдіру. Шашырап және қайта қолонаға бір-бірден тұрады үйрету</p>	<p>біріне басынан асыра лақтырады.</p> <p>Негізгі қимылдар:Допты екі қолымен бір-біріне басынан асыра лақтыру.Қимылды ойын: Монданақ</p> <p>№5 МАД тобы Мақсаты. Сапта екеуден қол ұстасып жүру және жүгіру. Оңға және солға бұрылып екпінмен секіру. Допты екпінмен итеру және доптың қозғалу бағытын сақтау.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Допты екпінмен итереді және доптың қозғалу бағытын сақтайды.</p> <p>Негізгі қимылдар:Допты екпінмен итеру және доптың қозғалу бағытын сақтау.</p> <p>Қимылды ойын: Допты дәлдеп лақтыр»Мақсаты:Допты қашықтықта белгіленген орынға (дөңгелекке) лақтыруды үйрету. Дәлдеп лақтыру қимылын дамыту</p>	<p>сақтап, жіп бойымен жүру.</p> <p>Қимылды ойын: «Сымсыз телефон»</p> <p>№7 ортаңғы тобы Мақсаты:Түрлі қарқында жүру және 2 мин дейін заттардың арасымен үздіксіз жүгіру. Бір орыннан биіктікке секіру. Допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5-2 м) басынан асыра лақтыру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Допты екі қолымен бір-біріне басынан асыра лақтырады.</p> <p>Негізгі қимылдар:Допты екі қолымен бір-біріне басынан асыра лақтыру.Қимылдойын:«Күміс алу»</p> <p>Мақсаты:Жылдам қимылдау мен ептілігін дамыту,бір бірімен қақтығыспауды қалыптастыру</p>	
--	---	--	--	--

Дайындаған: Сексенбаева

Циклограмма
Тексерген: Р. И. Реева.Т

<i>Дүйсенбі 09.05</i>	<i>Сейсенбі 10.05</i>	<i>Сәрсенбі 11.05</i>	<i>Бейсенбі 12.05</i>	<i>Жұма 13.05</i>
		<p><i>№4 МАД тобы.</i></p> <p>Мақсаты:Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру. Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өтеді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп</p> <p><i>№10 Ересек тобы</i>Мақсаты:Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру. Қырынан қойылған сатының</p>	<p><i>№10 Ересек тобы</i></p> <p>Мақсаты:Басына қап қойып, бастың дұрыс қалпын сақтап, жіп бойымен жүру. Заттардың арасынан бағытты өзгерте отырып және заттарға тиіп кетпей еңбектеу. 4 адымдап қос аяқпен жоғарыға секіруде итерілуді орындауда қол мен аяқтың жұмысын үйлестіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже:қол мен аяқтың жұмысын үйлестіреді</p> <p>Негізгі қимылдар:қол мен аяқтың жұмысын үйлестіру.</p> <p><i>№7 ортаңғы тобы.</i>Мақсаты:Түрлі қимылдарды түрлі қарқында музыкалық сүйемелдеуге сәйкес ырғақты жүру, қолдарын еркін ұстап алдыға және артқа жеңіл жүгіру. 4 адымдап қос аяқпен жоғарыға секіруде итерілуді орындауда қол мен аяқтың жұмысын үйлестіру. Заттардың арасынан алақан және табанмен</p>	<p><i>№7 ортаңғы тобы.</i></p> <p>Мақсаты:Заттарды аттап, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, шашырап, жұптасып, бір сызыққа қойылған заттар арасымен жүгіру. Бір орыннан биіктікке секіру. Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу. Күтілетін нәтиже:Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектейді. Негізгі қимылдар:Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу.</p> <p><i>№10 тобы.</i>Мақсаты:Заттарды аттап, қозғалыс бағытын өзгертіп жүру, шашырап, жұптасып, бір сызыққа қойылған заттар арасымен жүгіру. Бір орыннан биіктікке секіру. Арқаға қапшық қойып төрт тағандап еңбектеу. Күтілетін нәтиже:Арқаға</p>

		<p>тақтайшалары арасынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже:Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өтеді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту</p> <p>Қимылды ойын: Өз үйінді тап</p> <p>Мақсаты: түрлі қозғалыс қимылын (секіру, жүгіруі, бытырап жүру әр бағытта) орындауды қалыптастырып, белгі бойынша орынды тауып отыруды үйрету</p>	<p>еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттардың арасынан алақан және табанмен еңбектейді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Заттардың арасынан алақан және табанмен еңбектеу.</p> <p>Қимылды ойын: Құстарды ұшып келуі</p> <p>Мақсаты:Берілген белгі бойынша қол сермеп еркін қимыл жасап бытырап жүруді дамыту</p>	<p>қапшық қойып төрт тағанда еңбектейді.</p> <p>Негізгі қимылдар:Арқаға қапшық қойып төрт тағанда еңбектеу.</p> <p><i>№5 мад тобы</i> Мақсаты:Түрлі қимылдарды түрлі қарқында музыкалық сүйемелдеуге сәйкес ырғақты жүру, қолдарын еркін ұстап алдыға және артқа жеңіл жүгіру. 4 адымдап қос аяқпен жоғарыға секіруде итерілуді орындауда қол мен аяқтың жұмысын үйлестіру. Заттардың арасынан алақан және табанмен еңбектеу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Заттардың арасынан алақан және табанмен еңбектейді.</p>
--	--	--	---	---

Дайындаған:Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерген: Риел Реева.Т

Дүйсенбі 23.05	Сейсенбі 24.05	Сәрсенбі 26.05	Бейсенбі 27.05	Жұма 28.05
<p>№4 МАД тобы</p> <p>Мақсаты: Белгі бойынша бір қатармен бір-бірлеп, екінші жаққа бұрылу арқылы жүру, белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (20м) жүгіру. Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіру. 3-4 доғаның астынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіру</p> <p>№7 ортаңғы тобы.</p> <p>МАД тобы</p> <p>Мақсаты: Белгі бойынша бір</p>	<p>№4 мад тобы.</p> <p>Мақсаты . Иректелп қойылған жіптің үстімен еркін жүру. Заттардың арасынан алақан және табанмен еңбектеу. Саптізбекте бір-бірден сапка тұру, шашыраңқы жүргенде кеңістікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам табу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: саптізбекте өзінің орнын жылдам табады.</p> <p>Негізгі қимылдар: шашыраңқы жүргенде кеңістікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам табу.</p> <p>№5 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты: Белгі бойынша бір қатармен бір-бірлеп, екінші жаққа бұрылу арқылы жүру, белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (20м) жүгіру. Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіру. 3-4 доғаның астынан</p>	<p>№4,10 МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге) жүру. Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өтеді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту</p> <p>Қимылды ойын: «Сыйқырлы таяқ»</p> <p>№5 Ересек тобы.</p> <p>Мақсаты . Иректелп қойылған жіптің үстімен еркін жүру. Заттардың арасынан алақан және табанмен еңбектеу. Саптізбекте бір-</p>	<p>№10 мад топ</p> <p>Мақсаты: Заттарды аттап жүру және жүгіру. Саптізбекте бір-бірден сапка тұру, шашыраңқы жүргенде кеңістікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам табу. Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтау.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Допты екпінмен лақтырады және доп қимылының бағытын сақтайды. Негізгі қимылдар: Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтау. №7 ортаңғы топ</p> <p>Мақсаты: Баяу қарқынмен жүру және жүгіру. Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтау. Орнында тұрып ұзындыққа секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Орнында тұрып ұзындыққа секіреді.</p> <p>Шарды ұста Мақсаты: Дербес қимылын дамытып, шапшаң қимылдап тапсырманы нақты</p>	<p>№7 ортаңғы тобы</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіру. Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату. Гимнастикалық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай бір және бірнеше тәсілмен өрмелеп, басқа аралыққа ауысып төменге түсу. Күтілетін нәтиже: бірнеше тәсілмен өрмелеп, басқа аралыққа ауысып төменге түседі. Негізгі қимылдар: бірнеше тәсілмен өрмелеп, басқа аралыққа ауысып төменге түсу</p> <p>№10 мад тобы. Мақсаты . Иректелп қойылған жіптің үстімен еркін жүру. Заттардың арасынан алақан және табанмен еңбектеу. Саптізбекте бір-бірден сапка тұру, шашыраңқы жүргенде кеңістікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын</p>

<p>қатармен бір-бірілеп, екінші жаққа бұрылу арқылы жүру, белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (20м) жүгіру. Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіру. 3-4 доғаның астынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіру</p>	<p>еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіру</p> <p>Қимылды ойын: Құстың қауырсыны кімге барады.</p> <p>Мақсаты: Еркін қимылын жетілдіріп, жүгіру, бұрылу, бір бірімен қақтығыспау әрекетін қалыптастырып, жылдам қимылдауға дағдыландыру</p>	<p>бірден сапқа тұру, шашыраңқы жүргенде кеңістікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам табу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: саптізбекте өзінің орнын жылдам табады.</p> <p>Негізгі қимылдар: шашыраңқы жүргенде кеңістікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам табу.</p>	<p>орындауды қалыптастыру</p> <p>ҰшақтарМақсаты: Еліктеп көрсетілген қимылды дұрыс орындауды дамыту</p>	<p>жылдам табу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: саптізбекте өзінің орнын жылдам табады.</p> <p>Негізгі қимылдар: шашыраңқы жүргенде кеңістікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам табу.</p> <p>Қимылды ойын: Күн межаңбыр</p> <p>Мақсаты: Балалардың денесінің қимыл шамасын жетілдіріп, белгі бойынша бір бірімен қақтығыспай кеңістікті бағдарлап үйшіктерге жайғасуды үйрету</p>
--	--	---	--	--

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерген: Риске Реева.Т

16.05.22	17.05.22	18.05.22	19.05.22	20.05.22
<p>№4 МАД тобы</p> <p>Мақсаты: Белгі бойынша бір қатармен бір-бірлеп, екінші жаққа бұрылу арқылы жүру, белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (20м) жүгіру. Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіру. 3-4 доғаның астынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіру</p> <p>№7 ортаңғы тобы.</p> <p>МАД тобы</p> <p>Мақсаты: Белгі бойынша бір</p>	<p>№4 мад тобы.</p> <p>Мақсаты . Иректеп қойылған жіптің үстімен еркін жүру. Заттардың арасынан алақан және табанмен еңбектеу. Саптізбекте бір-бірден сапка тұру, шашыраңқы жүргенде кеңістікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам табу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: саптізбекте өзінің орнын жылдам табады.</p> <p>Негізгі қимылдар: шашыраңқы жүргенде кеңістікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам табу.</p> <p>№5 ортаңғы тобы.</p> <p>Мақсаты: Белгі бойынша бір қатармен бір-бірлеп, екінші жаққа бұрылу арқылы жүру, белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (20м) жүгіру.</p> <p>Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіру. 3-4 доғаның астынан</p>	<p>№4,10 МАД тобы.</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен жүру, кедергілердің арасынан жүгіру. Арқан бойымен бір жақ жанымен қырындап тепе-теңдікті сақтап (өкшені арқанға, аяқ ұшымен еденге) жүру.</p> <p>Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өтеді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Қырынан қойылған сатының тақтайшалары арасынан еңбектеп өту</p> <p>Қимылды ойын:</p> <p>«Сыйқырлы таяқ»</p> <p>№5 Ересек тобы.</p> <p>Мақсаты . Иректеп қойылған жіптің үстімен еркін жүру. Заттардың арасынан алақан және табанмен еңбектеу. Саптізбекте бір-</p>	<p>№10 мад топ</p> <p>Мақсаты: Заттарды аттап жүру және жүгіру. Саптізбекте бір-бірден сапка тұру, шашыраңқы жүргенде кеңістікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам табу. Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтау.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Допты екпінмен лақтырады және доп қимылының бағытын сақтайды. Негізгі қимылдар: Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтау. №7 ортаңғы топ</p> <p>Мақсаты: Баяу қарқынмен жүру және жүгіру. Допты екпінмен лақтыру және доп қимылының бағытын сақтау. Орнында тұрып ұзындыққа секіру.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Орнында тұрып ұзындыққа секіреді.</p> <p>Шарды ұста Мақсаты: Дербес қимылын дамытып, шапшаң қимылдап тапсырманы нақты</p>	<p>№7 ортаңғы тобы</p> <p>Мақсаты: Заттардың арасымен, аяқтың ұшымен жүру, түрлі жылдамдықпен жүгіру. Допты бір қатарға қойылған заттар арасымен домалату. Гимнастикалық қабырғаның басына дейін сатыдан аттамай бір және бірнеше тәсілмен өрмелеп, басқа аралыққа ауысып төменге түсу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: бірнеше тәсілмен өрмелеп, басқа аралыққа ауысып төменге түседі. Негізгі қимылдар: бірнеше тәсілмен өрмелеп, басқа аралыққа ауысып төменге түсу</p> <p>№10 мад тобы. Мақсаты . Иректеп қойылған жіптің үстімен еркін жүру. Заттардың арасынан алақан және табанмен еңбектеу. Саптізбекте бір-бірден сапка тұру, шашыраңқы жүргенде кеңістікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын</p>

<p>қатармен бір-бірілеп, екінші жаққа бұрылу арқылы жүру, белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (20м) жүгіру. Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіру. 3-4 доғаның астынан еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіру</p>	<p>еңбектеп өту.</p> <p>Күтілетін нәтиже: Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіреді.</p> <p>Негізгі қимылдар: Арақашықтығы 40 см құрсаудан келесі құрсауға бір аяқпен және қос аяқпен секіру</p> <p>Қимылды ойын: Құстың қауырсыны кімге барады.</p> <p>Мақсаты: Еркін қимылын жетілдіріп, жүгіру, бұрылу, бір бірімен қақтығыспау әрекетін қалыптастырып, жылдам қимылдауға дағдыландыру</p>	<p>бірден сапқа тұру, шашыраңқы жүргенде кеңістікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам табу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: саптізбекте өзінің орнын жылдам табады.</p> <p>Негізгі қимылдар: шашыраңқы жүргенде кеңістікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам табу.</p>	<p>орындауды қалыптастыру</p> <p>Ұшақтар Мақсаты: Еліктеп көрсетілген қимылды дұрыс орындауды дамыту</p>	<p>жылдам табу.</p> <p>Күтілетін нәтиже: саптізбекте өзінің орнын жылдам табады.</p> <p>Негізгі қимылдар: шашыраңқы жүргенде кеңістікке бағдарлау және саптізбекте өзінің орнын жылдам табу.</p> <p>Қимылды ойын: Күн межаңбыр</p> <p>Мақсаты: Балалардың денесінің қимыл шамасын жетілдіріп, белгі бойынша бір бірімен қақтығыспай кеңістікті бағдарлап үйшіктерге жайғасуды үйрету</p>
--	--	---	--	--

Дайындаған: Сексенбаева А