

Бекітемір  
№ 6 «Өркен» бобекжайы ЖБҚ МКҚҚ  
Директоры: Т. Кенджебаева



Тексерілді  
№ 6 «Өркен» бобекжайы ЖБҚ МКҚҚ  
Әдіскері: Риал Т.Реева

2022 -2023 оку жылына арналған ортаңғы тобының  
дене шынықтыру пәні бойынша ұйымдастырылған  
іс – әрекеттің перспективалық жоспары

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Сексенбаева.А

**2022 – 2023 оқу жылына арналған ортаңғы тобының  
үйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

**Қыркүйек айы 2022жыл**

<b>Үйымдастырылған іс әрекет</b>	<b>Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері</b>
<b>Дене шынықтыру</b>	<p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b> Көзбен бағдарлай отырып, ауызша нұсқаулармен ойын түріндегі жаттығуларды (жануарлардың қозгалысына еліктеу) педагогпен бірге орындауга үйрету. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Қолға және иық белдеуіне, денеге, аяқка арналған жаттығулар колдарын жоғарыға және жаңына көтеру, бір қолындағы затты алдына әкеліп, екінші қолына ауыстыру; колдарын шапалақтау. Допты бір-біріне беру, аяқты өзіне қарай тарту, калаш тәрізді дөнгелету, отырган, жатқан қалыпта екі аяқты созу, турегеліп тұрған қалыптан солға, онға, алға қарай енкею. Отырып, аяқтың ішкі қырымен құм салынған қашықты алу, екі аяғымен секіру.</p> <p><b>Негізгі қимылдар:</b> Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін журу және жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп журу Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың үшімен, кол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшак ұстаган қалпында допты домалату Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта, "жыланша еңбектеу Тепе-тендікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналаскан тақтай бойымен журу Сапка бір-бірден тұру.</p> <p><b>Кимылды ойындар</b> Кимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, кимылдарды үйлестіруге үйрету.</p> <p><b>Спортық жаттығулар:</b> Уш дөнгелекті велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары:</b> Тыныс алу жаттығуларын журғізу.</p>

**Қазан айы 2022жыл**

<b>Үйымдастырылған іс әрекет</b>	<b>Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері</b>
<b>Дене шынықтыру</b>	<p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b>  Көзбен бағдарлай отырып, ауызша нұсқаулармен ойын түріндегі жаттығуларды (жануарлардың қозғалысына еліктеу) педагогпен бірге орындауга үйрету. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Колга және иық белдеуіне, денеге, аяқка арналған жаттығулар-колдарын жогарыға және жанына көтеру, бір қолындағы затты алдына әкеліп, екінші қолына ауыстыру; колдарын шапалақтау. Допты бір-біріне беру, аяқты өзіне қарай тарту, дога тәрізді дөңгелектеп иу, Отырган, жаткан қалыпта екі аяқты созу, түрегеліп тұрган қалыптан солға, онға, алға қарай еңкею. Отырып, аяқтың ішкі кырымен құм салынған қашықты алу, екі аяғымен секіру.</p> <p><b>Негізгі қимылдар:</b>  Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін жүру және жүгіру дагдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тіzenі жогары көтеріп жүру, тіzenі жогары көтеріп жүру аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру.  Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру дагдыларын қалыптастыру: Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен, қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру, аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, шенбер бойлап жүгіру.  Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жогары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру, тұрган жерінен ұзындыққа секіру.  Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаган қалпында допты домалату, допты екі қолымен көкірек тұсынан кери, екі қолмен жогары, бастан асыра, жогарыға, еденге (жерге) қарай төмен лактыру.  Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта, "жыланша енбектеу, арасы алшақтанған заттар арасымен, еденге қойылған тақта бетімен енбектеу. Тепе-тендікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналаскан тақтай бойымен жүру, енгіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дагдыларын қалыптастыру;  Сапка бір-бірден тұру. шенберге шағын топтармен және барлық топпен кайта тұру дагдыларын қалыптастыру (тәрбиешінің көмегімен, бағдар бойынша).</p> <p><b>Қимылды ойындар</b>  Кимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауга, қимылдарды үйлестіруге үйрету.  <b>Спорттық жаттығулар:</b> Уш дөңгелекті велосипед тебу дагдыларын қалыптастыру Салауатты өмір салты дагдыларын қалыптастыру. Сезім мүшелерін ажыратуга және атауга (көз, құлак, мұрын, ауыз) үйрету, олардың ағзадагы рөлі және оларды қалай коргауга, күтуге болатыны туралы түсінік беру (ұсак заттарды құлакқа, мұрынға тықпау).  <b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары:</b> Тыныс алу жаттығуларын жүргізу.</p>

**Қараша айы 2022жыл**

<b>Үйымдастырылған іс әрекет</b>	<b>Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері</b>
<b>Дене шынықтыру</b>	<p><b>Жалпы дамытушы жаттыгулар</b> доптарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жогары көтеру; колдарын алдына немесе басынан жогары, артына апарып шапалақтау; допты бір-біріне басынан жогары (артқа және алға) беру, жан-жакқа (солға- онға) бұрылу; аяқтың үшінә көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жакқа, артқа қою;</p> <p><b>Негізгі кимылдар:</b> әртүрлі бағытта: тұра, шенбер бойымен тапсырмаларды орындаі отырып жүру аркан бойымен жүру, тұра жолмен жүру Бірқалыпты, аяқтың үшінен, сапта бір-бірден, аланның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тұра, шенбер бойымен жүгрү. 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, какпаға домалату edenge қойылған тактай бойымен, арқанын, дөғаның астымен (бінктігі 40 сантиметр) енбектеу құрсаудан құрсауга, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру, 15-20 сантиметр бінктікten секіру Бірнің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру</p> <p><b>Кимылды ойындар</b> Ккеңістікті бағдарлауға, «жұғір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет стүгс үйрету</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b> Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тұра, шенбер бойымен, онғажәне солға бұрылып тебу. Спорт залда</p>

**Желтоқсан айы 2022жыл**

<b>Үйымдастырылған іс әрекет</b>	<b>Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері</b>
<b>Дене шынықтыру</b>	<p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар</b>          колды алға, жан-жакқа созу, алақандарын жогары карату, колды көтеру, түсіру, саусақтарды қозгалту, кол саусақтарын жұму және ашу. Солға, онға бұрылу (отырган қалыпта);аякты көтеру және түсіру, аяқтарды қозгалту (шалқасынан жаткан қалыпта);колдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмөн иіп, кезектен тізені бүтіп, аякты көтеру;</p> <p><b>Негізгі қимылдар:</b>          әртүрлі бағытта:«жыланша», шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру: кол ұстасып, арқаннан ұстап жүру          бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардын, қырлы тақтайдың бойымен терең тендік сактал жүру.          карқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), токтамай баяу карқынмен (50-60 секунд ішінде) жүтіру.          допты кеуде тұсынан лақтыру, он және сол қолмен тік нысанага (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыру          4-6 метр қашықтыққа тұра бағытта, заттарды айналыпқене заттардың арасымен енбектеу          сзықтан секіру, тұрган орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру.          Бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру</p> <p><b>Қимылды ойындар</b>          Кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету</p> <p><b>Спорттық жаттығулар:</b>          Шанамен сырғанай. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанай.</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары:</b>          Шынықтыру шараларын жүргізуде балалардың денсаулық жағдайын ескере отырып, жеке тәсілді жүзеге асыру. Шынықтыру шараларын жүргізу, жаттығулар мен массаж жасау.</p>

Үйымдастырылған іс әрекет	Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	<p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар</b>          Колды жогары, алға, жан-жакка котеру және түсіру (бірге немесе кезекпен);          Аякты бұғу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жаткан қалыптаңбұрылып, етпетінен жату және көрісінше; иықтарды жогары көтеріп, колды жан-жакка созып енкею (етпетінен жаткан қалыпта). Отырып құм салынған қапшақтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау, таяқтың, білікшениң (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен журу.</p> <p><b>Негізгі кимылдар:</b>          Токтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып журу          Тепе-тендікті сақтай отырып, аркан бойымен журу          Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: токтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру;          Допты жогары лактыру, тәмен - еденге (жерге) согу, қағып алу.          көлбеу модуль бойымен, туннельарқылы еңбектеу;          Тұрган орнында қос аякпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіру.          Бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру, шенберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша).</p> <p><b>Кимылды ойындар</b>          Кимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға курделі ережелерді енгізу. Кимылды ойындарды ойнату.</p> <p><b>Спорттық жаттығулар:</b>          Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау.</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шарапары:</b>          Балаларды үй-жайда женіл киіммен жүргуге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.</p>

Үйымдастырылған іс әрекет	Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
<p><b>Дене шыныктыру</b></p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттыгулар</b> қолды жогары, алға, жан-жакқа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); заттарды бір колынан екінші колына салу, алдына, артқа апару, басынан жогары көтеру; солға, онға бұрылу (отырган қалыпта); аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды козгалту (шалқасынан жаткан қалыпта); отырып құм салынған қашықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау, таяқтың, білікшениң (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен жүру.</p> <p><b>Негізгі қимылдар:</b> Еденге қойылған заттардан аттап журу, жан-жакқа баяу айналу. Бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) тепе-тендікті сақтап журу, шенбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; Заттарды он және сол қолмен қашықтықкалақтыру (2,5-5 метр қашықтық), еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, дөғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) құрсаудан құрсауға секіру Саптағы, шенбердегі өз орнын табуга үйрету.</p> <p><b>Қимылды ойындар</b> Қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату.</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b> Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау.</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шарапары:</b> Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзактығын қамтамасыз ету.</p>	

## Наурыз айы 2023жыл

Үйымдастырылган іс әрекет	Үйымдастырылган іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	<p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар</b> колдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау;</p> <p>колды алға, жан-жакқа созу, алакандарын жоғары қарату, колды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- онға) бұрылу; аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға карай кою, аяқты жан-жакқа, артқа кою;</p> <p><b>Негізгі қимылдар:</b> Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тіzenі жоғары көтеріп жүру Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, салта бір-бірден жүтіру. Төменин екі қолмен көлденең нысанага, он және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты домалату, лактыру, қағып алу. Едепге қойылған тактай бойымен енбектеу Заттарды айналып және заттардың арасымен секіру Саптағы, шенбердегі өз орнын табуға үйрету.</p> <p><b>Қимылды ойындар</b> Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сактауга, қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату.</p> <p><b>Спорттық жаттығулар:</b> Велосипед тебу. Ұш дөнгелекті велосипедті тұра, шенбер бойымен, онғажәне солға бұрылып тебу. Спорт залда</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шарапары:</b> Күн тәртібіне сәйкес балалардың күнделікті таза аудада болуын қамтамасыз ету.</p>

Сәуір айы 2023 жыл

Үйымдастырылған іс әрекет	Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	<p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар</b> Қолды алға, жан-жакқа созу, алакандарын жогары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусактарды қозгалту, кол саусактарын жұму және ашу. Солға, онға бұрылу (отырган қалыпта); аяқты бұғу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптанбұрылып, етпептінен жату және керісінше; иықтарды жогары көтеріп, қолды жан-жакқа созып еңкею (етпептінен жатқан қалыпта) Қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты тәмен ніп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру;</p> <p><b>Негізгі қимылдар:</b> сапта бір-бірден, екіншін (жұлпен) жүру; алаңының бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тұра жүгіру. аяктарын алшак қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалату доганың астымен (биіктігі 40 сантиметр) енбектеу. 15-20 сантиметр биіктікten секіру саптагы, шенбердегі өз орнын табуга үрету.</p> <p><b>Кимылды ойындар</b> Кимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сактауга, кимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Кимылды ойындарды ойнату.</p> <p><b>Спорттық жаттығулар:</b> Велосипед тебу. Ұш дөңгелекті велосипедті тұра, шенбер бойымен, онғажәне солға бұрылып тебу.</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шарапалары:</b> Ересектің комегімен шынықтыру тәсілдерін орындау дағдыларын қалыптастыру. Тыныс алу жаттығуларын жасау.</p>

**Мамыр айы 2023жыл**

Үйымдастырылған іс әрекет	Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
<b>Дене шынықтыру</b>	<p><b>Жалпы дамытушы жаттыгулар</b> доптарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артка апару, басынан жогары көтеру; колдарын алдына немесе басынан жогары, артына апарып шапалактау; допты бір-біріне басынан жогары (артка және алға) беру, жан-жакқа (солга- онға) бұрылу; аяқтың үшінә көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жакқа, артка қою;</p> <p><b>Негізгі кимылдар:</b> Шенбер бойымен тапсырмаларды орындаі отырып жүру арқан бойымен жүру, тура жолмен жүру. Бірқалыпты, аяқтың үшімен, сапта бір-бірден, аланың бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шенбер бойымен жүгіру. 1,5–2 метр кашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, каклаға домалату Еденге қойылған тақтай бойымен, арканның, доданың астымен (білктігі 40 сантиметр) сибектеу Саты бойымен өрмелу, гимнастикалық қабыргага өрмелу Ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жогары секіру Сапка тұру, кайта сапка тұру.</p> <p><b>Кимылды ойындар</b> Кимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауга, кимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауга, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету, кимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату.</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b> Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шенбер бойымен, онғажәне солға бұрылып тебу. Балабақша ауласында</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары:</b> Балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиги факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру.</p>

Бекітешмін  
№ 6 «Әркөң» бобекжайы ЖБҚ МКҚҚ  
Директіры:   
Т. Кенджебаева

Тексерілді  
№ 6 «Әркөң» бобекжайы ЖБҚ МКҚҚ  
Әдіскері:   
T.Реева

2022 -2023 оку жылына арналған ересек тобының  
дene шынықтыру пәні бойынша ұйымдастырылған  
іс – әрекеттің перспективалық жоспары

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Сексенбаева.А

**2022 – 2023 оку жылына ариалған ересек тобының  
үйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

**Қыркүйек айы 2022жыл**

Үйымдастырылған іс әрекет	Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	<p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар:</b> Колды алға, екі жаққа, жогары көтеру, тұрган қалыпта қолдарын аркасына апару; саусақтарын бүгіп, қолдарын айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылғанда екі қолды екі жаққа жіберу. Онға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею, қолдың ұшын аяқтың ұшына жеткізу. Екі қолды белге қойып, екі жаққа иілу. Аяқтың ұшымен көтерілу; екі аяқты кезекпен алға өкшемен, содан кейін ұшымен қою, топылдату.</p> <p><b>Негізгі қимылдар:</b> өкшемен жүру аяқтың ұшымен жүргіру 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тұра багыт бойынша төрттагандап енбектеу;</p> <p>бір орында тұрып, қос аяқпен секіру</p> <p>заттардың арасымен доптарды бір-біріне домалату;</p> <p>сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру,</p> <p>бір-бірден сапқа тұру</p> <p><b>Ыргактық жаттығулар.</b> Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау</p> <p><b>Спорттық жаттығулар:</b> Велосипед тебу: екі немесе уш дөңгелекті велосипед тебу; онға, солға бұрылу.</p> <p><b>Қимылды ойындар.</b> Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Таныс ойындарды үйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту.</p> <p><b>Дербес қимыл белсенділігі:</b> Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадагы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары:</b> Шынықтырудың барлық тұрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін тұрлі жолдармен жалаң аяқ жүру. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.</p>

Ұйымдастырылған іс-әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
	<p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар:</b>      Колды алға, екі жакка, жогары көтеріп тұрған қалыпта алға еңкейіп қолдарын арқасына апару; саусактарын бүгіп, қолдарын айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жакка бұрылғанда екі қолды екі жаққа жайып жіберу. Екі қол белде онға, солға иілу, енкею, шалқау; алға енкею, қолдың ұшын аяқтың ұшына жеткізу. Отырган және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі тұска көтеріп, қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру; Отырып аяқтың ұшын созу, табанды бұгу</p> <p><b>Негізгі қимылдар:</b>      Салта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен, секірумен, басқа қимылдармен кезектестіру, кол мен аяқ қимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау;</p> <p>Тұрлі тапсырмалармен жүтіру: шапшаң және баяу каркынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіру. 1–1,5 минут ішінде баяу және каркынмен үздіксіз жүтіру;</p> <p>Бір орында онға, солға бұрылып секіру, баланың қолын көтергендеңі биіктікten жогары ілінген нәрсеге орнынан секіру арқылы затты жинап өту, 20–25 см биіктікке секіру;</p> <p>4–5 сызық арқылы орнынан ұзындықка секіру (сызыктардың аракашықтығы 40–50 см)</p> <p>Допты жогары лақтыру және екі қолымен қағып алу (катарынан 3–4 рет). Алысқа дәлдеп лақтыру (3,5–6,5 м кем емес).</p> <p>Табан мен алақанға сүйеніп төрт тағандап енбектеу. 50 см жоғары көтерілген арқаның астынан он және сол бүйірмен алға енбектеп кіру, құрсаудан енбектеп өту;</p> <p>Басқа қапшық қойып, заттарды аттап өту, бұрылу. Тепе-тендікті сақтау: қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұру; қолын беліне қойып, бір аяқпен тұру; қолын беліне қойып, екі жаққа кезегімен айналу.</p> <p>Қатарға бір- бірден сапқа тұру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, салты қайтадан құру.</p> <p><b>Музыкалық-ырғактық жаттығулар:</b>      Музыкалық сүйемелдеуге сәйкес тұрлі каркында таныс дene жаттығуларын орындау.</p> <p><b>Спорттық жаттығулар:</b>      Уш дөңгелекті және екі дөңгелекті велосипед тебу. Онға, солға бұрылыстарды орындау;</p> <p><b>Спорттық ойын элементтері:</b>      Футбол. Берілген бағытта допты домалату. Допты аяқтарымен бір-біріне домалату;</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары:</b>      Тыныс алу жолдарын шынықтыру, жалан аяқ жүру.</p>

**Қараша айы 2022жыл**

<b>Үйымдастырылған іс әрекет</b>	<b>Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері</b>
<b>Дене шыныктыру</b>	<p><b>Жалпы дамытушы жаттыгулар:</b>          Қолды алға созып, саусактарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Қолды алға созып, саусактарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру.          Бір аякты жогары көтеріп, жогары көтерілген аяқтың астынан затты бір колдан екінші колга беру. Аяқтың үшін созу, өкшени айналдыру. Аяқтың бакайларымен жілті жинау, құм салынған капшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынга қою.</p> <p><b>Негізгі қимылдар:</b>          адымдал жүру          адымдал жүгіру жүргіру          етпестімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға карай енбектеу;          бір орында тұрып, онға, солға бұрылып секіру;          заттарды қашықтықка лактыру (3,5–6,5 метрден кем емес),          тактайдың бойымен тепе-тәндікті сактап бойымен жүру          бір-бірінің жанына сапқа және шенберге тұру.</p> <p><b>Ыргақтық жаттыгулар.</b>          Таныс, бұрын үйренген жаттыгуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b>          Велосипед тебу: екі немесе үш дөнгелекті велосипед тебу; онға, солға бұрылу. Спорт залда</p> <p><b>Қимылды ойындар.</b>          Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Таныс ойындарды үйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту.</p> <p><b>Сауықтыру-шыныктыру шаралары:</b>          Шыныктырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамактанғаннан кейін аудызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүру. Тыныс алу жолдарын шыныктыру.</p>

## Желтоқсан айы 2022жыл

Үйымдастырылған іс әрекет	Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
<b>Дене шыныктыру</b> <p><b>Жалпы дамытушы жаттыгулар:</b> Колды кеуденін алдына қою, желкеге қою, иңкіларды түзеп, екі жакка бұрылу. Жаттыгуларды заттармен және заттарсыз орындау. Отырганкалыпта екі аяқты жогары кетеру, бұту және жазу, темен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Аяқтың үшін созу, өкшени айналдыру. Аяқтың бакайларымен жіпті жинау, күм салынған калшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынга қою. Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүзу. Түрекеліп тұрып, аяқтың бакайларымен орамалдарды, тағы басқаңсақ заттарды іліп алып, басқа орынга ауыстыру.</p> <p><b>Негізгі кимылдар:</b> жан-жакка косалқы қадаммен (онға және солға) жүзу салта бір-бірден, шенбер бойымен жүргіру табан мен алаканға сүйеніп, төрт тағандап енбектеу, аяқты бірге, алшақ койып, бір аяқпен (он және сол аяқты алмастыру) секіру, он және сол колымен көлденең койылған нысанага (2-2,5 метр кашықтықтан) лактыру гимнастикалық скамейканың бойымен төле-тендікті сақтап жүзу екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру</p> <p><b>Іргактық жаттыгулар.</b> Таныс, бұрын үйренген жаттыгуларды және кимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b> Шанамен сырғанау: төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке кетерілу, төбешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен ез бетінше сырғанау.</p> <p><b>Кимылды ойындар.</b> Кимылды ойындарға қызыгушылықты дамыту. Таныс ойындарды үйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту.</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары:</b> Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамактанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүзу. Қимылдауга ынгайлы, жenіл киіммен желдетілген болмdede дене жаттыгуларын орындау. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.</p>	

**Қаңтар айы 2023 жыл**

<b>Үйымдастырылған іс әрекет</b>	<b>Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері</b>
<b>Дене шынықтыру</b>	<p><b>Жалпы дамытушы жаттыгулар:</b> Колды алға, екі жакқа, жогары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру, колдарын арқасына апару: колдарды төмен түсіру; белгे қою, кеуде тұсына қою; колдарын алға-артқа сермеу, Тізерлеп тұрып, алға енкею және артқа шалқашау, екі аяқты кезек бүту және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, колды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату.</p> <p><b>Негізгі қимылдар:</b> салта бір-бірден жүру «жыланша», шашырап жүтіру; 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан енбектеу; 4-5сызықтан аттап (сызықтардың аракашықтығы 40-50 сантиметр) секіру, 1,5 метр қашықтықта тігінен койылған (нысана оргасының биіктігі 1,5 метр) нысанага лақтыру; боренениң бойымен тепе-тендікті сактап жүру бағыт бойынша түзелу</p> <p><b>Ыргақтық жаттыгулар.</b> Таныс, бұрын үйрениген жаттыгуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b> Шанғымен жүру: шанғымен бірінің артынан бірі жүру; ересектердің көмегімен шанғыны киіп, шешу.</p> <p><b>Қимылды ойындар.</b> Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауга үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сактауга баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту.</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары:</b> Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамактанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүру. Қимылдауга ынгайлы, женіл киіммен жедетілген бөлмеде дене жаттыгуларын орындау. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.</p>

**Ақпан айы 2023 жыл**

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
<b>Дене шынықтыру</b>	<p><b>Жалпы дамытушы жаттыгулар:</b> Қолдарын алға-артқа сермеу; қолды иыкка койып, шынтақтарын бүгіп, қолдарын айналдыру. Қолды алға созып, саусактарды жұму және ашу. Етпетінен жаткан қалыпта иыктарын, басын, қолдарын алға созып көтеру. Қатарынан 4-5 рет жартылайтыру. Екі қолды белге койып, екі жакқа созып, отыру. Тізені бұту, алға созу, кайтадан бұту және түсіру.</p> <p><b>Негізгі қимылдар:</b> жүруді жүргірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындаі отырып: шашаң және бағу карқынмен жүргіру курсаудан енбектеп ету. 4-5сызыктан аттап (сызыктардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру, допты бір-біріне төменин және бастан асыра лактыру (1,5 метр кашықтықта), қагып алу; қолды екі жакқа созып, басқа капшық койып, заттардан аттап ету, бұрылу; онга, солға бұрылу</p> <p><b>Ыргактық жаттыгулар.</b> Таныс, бұрын үйренген жаттыгуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b> Шанамен сырғанау: төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен ез бетінше сырғанау.</p> <p><b>Қимылды ойындар.</b> Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауга үйрету, ойын ережелерінсаналы түрде сактауга баулу. Доптармен, секіргіштермен, курсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту.</p> <p><b>Салауатты өмір салтын қалыптастыру.</b> Дене белсенділігі (танертенгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен үйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті көңейту.</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары:</b> Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүру. Қимылдауга ынгайлы, женіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттыгуларын орындау. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.</p>

## Наурыз айы 2023 жыл

Үйымдастырылған іс әрекет	Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шыныктыру	<p><b>Жалпы дамытушы жаттыгулар:</b> Колды алға созып, саусактарды жұму және ашу, колдың білектерін айналдыру. Колды кеуденің алдына кою, желкеге кою, иыктарды түзеп, екі жакқа бұрылу. Екі колды белгे койып, онга-солға бұрылу (жылдам және бір калыпты). Онга, солға енкею, шалкаю. Түрекеліп тұрып, аяқтың бакайларымен орамалдарды, тагы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынга ауыстыру. Тізені бүтіп, екі аяқты кезек кетеру.</p> <p><b>Негізгі кимылдар:</b> жүруді секірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындаі отырып: жетекшіні ауыстырып жүгіру гимнастикалық қабырга жогары-томен ауыспалы қадаммен өрмелуе, 20-25 сантиметр биіктікten секіру, допты кедергілер арқылы бастаң асыра екі колымен және бір колымен лактыру (2 метр қашықтықтан); қырлы, көлбей тақтай бойымен (ең 2сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүру; орында айналу;</p> <p><b>Ыргақтық жаттыгулар.</b> Таныс, бұрын үйренген жаттыгуларды және кимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b> Велосипед тебу: екі немесе үш дөнгелекті велосипед тебу; онга, солға бұрылу.</p> <p><b>Кимылды ойындар.</b> Кимылды ойындарда жетекші релді орындауга үйрету, ойын ережелерінсаналы түрде сактауга баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту.</p> <p><b>Салауатты өмір салтын қалыптастыру.</b> Құлап қалған кезде өзіне қаралайым көмек көрсетуге, науқастанған кезде ересектерге жүгінуге баулу.</p> <p><b>Сауыктыру-шыныктыру шаралары:</b> Шыныктырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаюды. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүруді. Тыныс алу жолдарын шыныктыруды дамыту</p>

<b>Ұйымдастырылған іс әрекет</b>	<b>Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері</b>
<b>Дене шынықтыру</b>	<p><b>Жалпы дамытушы жаттыгулар:</b>          Қолды алға, екі жакқа, жогары котеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру, колларын арқасына апару: қолдарды төмен түсіру; белге қою, кеуде тұсына қою; қолдарын алға-артка сермеу. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. Бір аяқты жогары көтеріп, жогары көтерілген аяқтың астынан затты бір колдан екінші колға беру. Екі аяқты кезекпен алға қою, алдымен оқшени, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсылату. Қатарынан 4-5 рет жартылайтыру. Екі қолды белге койып, екі жакқа созып, отыру.</p> <p><b>Негізгі қимылдар:</b>          бағытты және карқынды өзгерітіп жүру          1–1,5 минут ішінде баяу карқынмен жүгіру          Беренеден аттап өту          орнынан ұзындықка (шамамен 70 сантиметр), кысқа секіргішпен секіру.          допты жогары лақтыру          қолдарды әртүрлі калыпта ұстап, еденинен 20 – 25 сантиметр жогары койылған сатының таяқшаларынан аттап өту,          араларын алшак ұстau және жақын тұру.</p> <p><b>Ыргактық жаттыгулар.</b>          Тыныс, бұрын үйренген жаттыгуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b>          Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; онға, солға бұрылу.</p> <p><b>Қимылды ойындар.</b>          Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауга үрету, ойын ережелерінсаналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, кұрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту.</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шарапары:</b>          Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шарапарын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаюды. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүруді. Тыныс алу жолдарын шынықтыруды жасату</p>

**Мамыр айы 2023 жыл**

Үйымдастырылған іс-әрекет	Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	<p><b>Жалпы дамытушы жаттыгулар:</b>          Қолды қеуденің алдына кою, желкеге кою, ныктарды түзеп, екі жакка бұрылу. Жаттыгуларды заттармен және заттарсыз орындау. Отырган қалыпта екі аякты жогары котеру, бұту және жазу, төмен түсіру. Екі аякты айқастырып, отыру және тұру. Өкшемен таяқтын, арканның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бакайларымен орамалдарды, тағы басқаңсақ заттарды іліп алып, басқа орынга ауыстыру.</p> <p><b>Негізгі қимылдар:</b>          қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру.          орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүтіру          гимнастикалық скамейкадан аттап өту          орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр) секіру.          допты жогары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет).          қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап үрленген донптардан (бір-бірінен қашық қойылған 5–6 доп арқылы кезеклен) аттап өту.          онға, солға бұрылу орнында айналу;</p> <p><b>Ыргактық жаттыгулар.</b>          Таныс, бұрын үйренген жаттыгуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b>          Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; онға, солға бұрылу.</p> <p><b>Қимылды ойындар.</b>          Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерінсаналы турде сактауга баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту.</p> <p><b>Салауатты өмір салтын қалыптастыру.</b>          Тамактану тәртібін сактаудың және көгөністер мен жемістердің, дәрумендердің адам ағзасына пайдасы туралы түсініктерін жетілдіру.</p> <p><b>Сауықтыру-шынықтыру шаралары:</b>          Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: аяктарды, денені шаю, әрбір тамактанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен, жылы күндері шөптің, құмның үстімен жалаң аяқ жүруді.          Тыныс алу жолдарын шынықтыруды жетілдіру.</p>

Бекітемін  
№ 6 «Өркөң» бобекжайы ЖБҚ МКҚК  
Директоры



Тексерілді  
№ 6 «Өркөң» бобекжайы ЖБҚ МКҚК  
Әдіскері: Риал Т.Реева

2022 -2023 оқу жылына арналған мектепалды тобының  
дене шынықтыру пәні бойынша ұйымдастырылған  
іс – әрекеттің перспективалық жоспары

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Сексенбаева.А

**2022 – 2023 оку жылына арналған мектепалды тобының  
үйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

**Қыркүйек айы 2022жыл**

Үйымдастырылған іс әрекет	Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	<p><b>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</b></p> <p>Көл және нық белдеуіне арналған жаттыгулар: Колды кеуде тұсына қою, екі жакқа созу; колды жогары көтеру және екі жакқа созу</p> <p>Кеудеге арналған жаттыгулар: Допты жогарыдан (алға және артқа) бір- біріне беру.</p> <p>Колдың күшін жетілдіруге арналған жаттыгулар: 3-5 метр қашықтықта екіқолын жерге қойып, жүру (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды).</p> <p>Арқага арналған жаттыгулар: отырып алға, артқа енкею (5-6 рет)</p> <p>Аяққа арналған жаттыгулар: аяқтың ұшына көтерілу, колды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет);</p> <p><b>Негізгі кимылдар:</b> сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру; шаширап, жүпіпен, жүру мен жүгіруді алмастырып, заттардың арасымен «қыланша» тәрттагандап еңбектеу бір орында тұрып, алға қарай 3–4 метр қашықтыққа жылжу арқылы секіру, допты жогары, жіптің үстінен лақтыру жәнеекі қолымен, бір қолымен (он және сол қолын алмастыру) қағып алу; заттардан аттап тепе-тендікті сақтап жүру сапка бір, екі, үш катармен тұру.</p> <p><b>Музыкалық-ыргақтық кимылдар.</b></p> <p>Таныс дene жаттыгуларын музыка әуенімен әсем және ыргакты орындау. Кимылдардың ыргагын музыкалық сүйемелдеумен үйлестіру. Спорттық жаттыгулар:</p> <p>Велосипед, самокат тебу. Шенбер бойымен және тұра жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Онга және солға бұрылу.</p> <p><b>Спорттық ойын элементтері:</b></p> <p>Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты он және сол қолмен алып жүргуге жаттықтыру.</p> <p>Кимылды ойындар.</p> <p>Ынта мен шыгармашылық таныта отырып, таныс кимылды ойындарды өзбетінше үйымдастыруға мүмкіндік беру. Ұлттық кимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға катысуга баулу.</p> <p>Дербес кимыл белсенділігі.</p> <p>Кимылды ойынның дамытуна ықпал ететін әртүрлі құралдар мен спорттық жабдықтары бар ортаны құру.</p>

Үйымдастырылған іс әрекет	Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	<p><b>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</b></p> <p>Кол және нық белдеуіне арналған жаттыгулар: Колды кеуде түсіна кою, екі жаққа созу, колды жогары көтеру және екі жакқа созу</p> <p>Кеудеге арналған жаттыгулар: Колды алға көтеріп онға, солға бұрылу штін бұлшық еттеріне арналған жаттыгулар: екі бала жұптасып жасайды бірінші бала колын желкесіне койып, шалқасынан жатып, денесін көтереді, екінші бала оның аяғына отырады (5-6 рет);</p> <p>Арқага арналған жаттыгулар: отырып алға, артқа енкею (5-6 рет)</p> <p>Аяқка арналған жаттыгулар: аяқтың ұшына көтерілу, колды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет);</p> <p><b>Негізгі кимылдар:</b> аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру, катармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жогары көтеріп жүтіру; кедергілер арасынан енбектеу; екі тізенің арасына қашықты қысып алғып, тұзу бағытта (арақашықтығыб метр) кос аяқпен секіру; допты бір катарға қойылған заттардың арасымен домалату; шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен тепе-тендікті сақтап журу; сапқа бір, екі, үш катармен тұру;</p> <p><b>Музыкалық-ыргақтық кимылдар.</b></p> <p>Таныс дene жаттыгуларын музыка әуенімен әсем және ыргақты орындау. Кимылдардың ыргағын музыкалық сүйемелдеумен үйлестіру.</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b></p> <p>Велосипед, самокат тебу. Шенбер бойымен және тұра жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Онға және солға бұрылу.</p> <p><b>Спорттық ойын элементтері:</b></p> <p>Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып қағып лақтыру;</p> <p>Футбол. Берілген бағытқа допты он және сол аяқпен домалату. Доппен затты айналдыра журу. Допты шұңқырга, каклаға домалату. Допты қатарынан бірнеше рет қабыргаға согу;</p> <p><b>Кимылды ойындар.</b> Інта мен шыгармашылық таныта отырып, таныс кимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Ұлттық кимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға қатысуга баулу.</p> <p><b>Дербес кимыл белсенділігі.</b></p> <p>Кимылды ойынның дамуына ықпал ететін әртүрлі құралдар мен спорттықабдықтары бар органы құру. Балалардың құрдастарымен кимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруына жағдай жасау, олардың жарыстар ұйымдастыруға деген белсенділігін қолдау.</p>

**Қараша айы 2022жыл**

<b>Үйымдастырылған іс әрекет</b>	<b>Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері</b>
<b>Дене шынықтыру</b>	<p><b>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</b></p> <p>Көл және нық белдеуіне арналған жаттыгулар: Колды кеуде тұсына кою, екі жакка созу, колды жоғары кетеру және екі жакка созу</p> <p>Кеудеге арналған жаттыгулар: Гимнастикалық қабыргаға қарап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны үстап, алға енкею</p> <p>Колдың күшін жетілдіруге арналған жаттыгулар: 3-5 метр кашықтықта екіқолын жерге қойып, журу (бір бала екінші баланы аяғынан үстайды).</p> <p>Арқага арналған жаттыгулар: отырып алға, артқа енкею (5-6 рет)</p> <p>Аяққа арналған жаттыгулар: аяқтын ұшына кетерілу, колды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет);</p> <p><b>Негізгі қимылдар:</b> тізені жоғары кетеріп журу;</p> <p>бір сзызыққа қойылған заттардың арасымен «қыланша» жүтіру; допты басымен итеріп, төрттагандап еңбектеу (арақашықтығы 3-4 метр);</p> <p>кос аяқпен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) секіру</p> <p>допты қабыргаға лақтыру жәнеекі қолымен қағып алу;</p> <p>скамейканың үстіне қойылғантекшелерден аттап тепе-тендікті сақтап журу;</p> <p>бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру.</p> <p><b>Музыкалық-ыргактық қимылдар.</b></p> <p>Таныс дене жаттыгуларын музыка зуенімен әсем және ыргакты орындау. Қимылдардың ыргагын музыкалық сүйемелдеумен үйлестіру.</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b></p> <p>Дене шынықтыру мен спортқа қызыгушылықты ояту және дене шынықтырумен, спортпен айналысуга баулу. Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауга баулу.</p> <p><b>Спорттық ойын элементтері:</b></p> <p>Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты он және сол аяқпен тебу.</p> <p>Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қакпага тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабыргаға тебу.</p> <p><b>Қимылды ойындар.</b></p> <p>Ынта мен шыгармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өзбетінше үйымдастыруга мүмкіндік беру. Ұлттық қимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға катысуга баулу.</p>

**Желтоқсан айы 2022жыл**

<b>Үйымдастырылған іс әрекет</b>	<b>Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері</b>
<b>Дене шыныктыру</b>	<p><b>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</b></p> <p>Кол және нық белдеуіне арналған жаттыгулар: Колды кеуде тұсына қою, екі жакқа созу; колды жогары көтеру және екі жакқа созу</p> <p>Кеудеге арналған жаттыгулар: Гимнастикалықкабыргага аркасымен сүйеніп тұрып, белінің денгейіндегі рейкадан ұстап, аяқтыкезектестіре бүгү және тік көтеру.</p> <p>Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттыгулар: екі бала жұптасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді, екінші бала онын аяғына отырады (5-6 рет);</p> <p>Арқага арналған жаттыгулар: стретчинг элементтері бар жаттыгуларды орындау</p> <p>Аяққа арналған жаттыгулар: колды тізеге қойып отырып-тұру</p> <p><b>Негізгі кимылдар:</b></p> <p>заттардан бір қырымен аттап жүру; кедергілердің арасымен ету арқылы «жыланша» жүгіру, гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу; он және сол аяқты алмастырып, заттардың арасымен (аракашықтығы 3 метр) секіру; 2-2,5 метр аракашықтыға нысанага асықты лактыру; аркан бойымен бір қырымен, қосалқы қадаммен (өкшені арканға, аяқ ұшын еденге қою) тепе-тендікті сақтап жүру ; бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапка тұру.</p> <p><b>Музыкалық-ыргактық кимылдар.</b></p> <p>Таныс дene жаттыгуларын музыка ауенімен әсем және ыргакты орындауды үйрету. Кимылдардың ыргагын музыкалық сүйемелдеумен үйлестіру.</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b></p> <p>Сырганау. Өз бетінше мұзды жолмен сырғанауды, жүгіріп келіп сырғанауды үйрету.</p> <p><b>Спорттық ойын элементтері:</b></p> <p>Хоккей элементтері. Берілген бағытта қақпага хоккей таякпен шайбаны сырғанатуды, оны қақпага кіргізуі үйрету.</p> <p><b>Кимылды ойындар.</b></p> <p>Ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өзбетінше үйымдастыруга мүмкіндік беру. Ұлттық қимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға катысуга баулу.</p>

**Қаңтар айы 2023жыл**

Үйымдастырылған іс әрекет	Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
<b>Дене шынықтыру</b>	<p><b>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</b></p> <p>Кол және иык белдеуіне арналған жаттыгулар: колды желкеге қою. Саусақтарды айқастырып, алға-жогары көтеру (колды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Колды кезек жогары-артқа көтеру. Кеудеге арналған жаттыгулар: Алға енкейіп, алаканын еденге тиғізу. Колдарын айқастырып желкеге қою, колды жазып, екі жакка созу</p> <p>Колдың күшін жетілдіруге арналған жаттыгулар: 3-5 метр қашықтықта екіколын жерге қойып, жүру (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды).</p> <p>Арқага арналған жаттыгулар: стретчинг элементтері бар жаттыгуларды орындау</p> <p>Аяққа арналған жаттыгулар: колды тізеге қойып отырып-тұру</p> <p><b>Негізгі қимылдар:</b></p> <p>белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру, алғақарай жүру; кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен – баяу карқынмен 1,5–2 минуттөктамай жүгіру;</p> <p>бірнеше заттардан енбектеп өту;</p> <p>бір орында тұрып биіктікке секіру (6-8 метр);</p> <p>2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанага құм салынған қапшықты лақтыру;</p> <p>әр кадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып, кедір-бұдыр тақтай бойымен тепе-тәндікті сақтап жүру;</p> <p>орнында айналу</p> <p><b>Музыкалық-ыргактық қимылдар.</b></p> <p>Тұзу бағытта адымдал жүру. Жұбымен шенбер бойымен жүруді үйрету.</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b></p> <p>Шанамен сырғанау. Бір-бірін шанамен сырғанату, тәбешіктен бір-бірлеп және екі-екіден шанамен сырғанауды менгерту.</p> <p><b>Спорттық ойын элементтері:</b></p> <p>Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып</p> <p>Лактыруды үйрету.</p> <p><b>Кимылды ойындар.</b> Інта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өзбетінше үйымдастыруға мүмкіндік беру.</p> <p>Ұлттық қимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға қатысуга баулу.</p>

Үйымдастырылған іс әрекет	Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	<p><b>Жалпы дамытуши жаттыгулар.</b></p> <p>Кол және иық белдеуіне арналған жаттыгулар: қолды желкеге қою. Саусақтарды айқастырып, алга-жогары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке карай бұру). Қолды кезек жогары-артқа көтеру. Қеудеге арналған жаттыгулар: Алға карай енкейіп, алаканды еденге тигізу;</p> <p>Іштің бұлышқ еттеріне арналған жаттыгулар: екі бала жүлтасып жасайды: бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді, екінші бала оның аягына отырады (5-6 рет);</p> <p>Арқага арналған жаттыгулар: стретчинг элементтері бар жаттыгуларды орындау</p> <p>Аяққа арналған жаттыгулар: қолды тізеге қойып отырып-тұру</p> <p><b>Негізгі қимылдар:</b></p> <p>қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып, әртурлі қарқында секіргіштен аттап журу;</p> <p>кедергілерден өту арқылы әртурлі жылдамдықпен жылдам, оргаша қарқынмен 1,5–2 минуттоқтамай жүгіру;</p> <p>әртурлі тәсілдермен құрсаудың ішіне енбектеп өту;</p> <p>бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауга секіру</p> <p>арақашықтығы 40 сантиметр;</p> <p>допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 метр) басынан асыра лақтыру;</p> <p>әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып, гимнастикалық скамейка бойымен тепе-тәндікті сақтап журу;</p> <p>онға, солға бұрылу.</p> <p><b>Музыкалық-ыргақтық қимылдар.</b></p> <p>Тұзу бағытта адымдал жүруді. Жұбымен шенбер бойымен жүруді пысықтау.</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b></p> <p>Шаңғымен журу. Бірінің артынан бірі ауыспалы қадаммен алға жылжу, онжәне сол аяқтарымен сырғанауды. Бір орнында тұрып онға, солға бұрылу, айналуды үйрету.</p> <p><b>Спорттық ойын элементтері:</b></p> <p>Баскетбол элементтерін үйрету. Қеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты он және сол қолмен алғып жүруге жаттықтыру.</p> <p><b>Қимылды ойындар.</b></p> <p>Ынта мен шығармашылық танытта отырып, таныс қимылды ойындарды өзбетінше үйымдастыруға мүмкіндік беру. Ұлттық қимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға катысуга баулу.</p>

## Наурыз айы 2023жыл

<b>Үйымдастырылган іс әрекет</b>	<b>Үйымдастырылган іс-әрекеттің міндеттері</b>
<p><b>Дене шынықтыру</b></p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</b></p> <p>Кол және иық белдеуіне арналған жаттыгулар: қолды желкеге қою. Саусактарды айқастырып, алга-жогары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке карай бұру). Қолды кезек жогары-артқа көтеру. Кеудеге арналған жаттыгулар: артқы жағынан қолды айқастырып көтеру</p> <p>Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттыгулар: 3-5 метр кашықтықта екіқолын жерге қойып, жүру (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды).</p> <p>Арқага арналған жаттыгулар: қолдың көмегімен етпетінен жатып енбектеу (3 метр).</p> <p>Аяқка арналған жаттыгулар: аяқтың ұшымен ұсак заттарды жылжыту.</p> <p><b>Негізгі кимылдар:</b></p> <p>ересектің белгісімен тоқтал, қозгалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру;</p> <p>жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр аракашықтықта жүтіру; гимнастикалық қабыргамен өрмелуе;</p> <p>алға айналдыра отырып, ұзын және қыска секіргіштен секіру;</p> <p>допты екі қолымен заттардың арасымен(аракашықтығы 4 метр) жүргізу;</p> <p>әр кадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-колға ауыстыра отырып, кедір-бұдыр тақтай, гимнастикалық скамейка бойымен тепе-тәндікті сақтап жүру;</p> <p>орнында айналу, онга, солға бұрылу.</p> <p><b>Музыкалық-ыргақтық кимылдар.</b></p> <p>Тұзу бағытта адымдал жүру. Жұбымен шенбер бойымен жүруді жетілдіру.</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b></p> <p>Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт аланында қауіпсіздікті сактауга баулу.</p> <p><b>Спорттық ойын элементтері:</b></p> <p>Футбол элементтерін үйрету. Берілген бағытқа допты он және сол аяқпен тебуді. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты каклаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабыргага тебу</p> <p><b>Кимылды ойындар.</b> Інта мен шыгармашылық таныта отырып, таныс кимылды ойындарды өзбетінше үйымдастыруға мүмкіндік беру.</p> <p>Ұлттық кимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға қатысуга баулу.</p>	

**Сәуір айы 2023жыл**

Үйымдастырылған іс әрекет	Үйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	<p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b></p> <p>Кол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: колды желкеге қою.</p> <p>Саусактарды айқастырып, алға-жогары көтеру (колды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Колды кезек жогары-артқа көтеру. Кеудеге арналған жаттығулар: колды жогары көтеріп, жан-жакка бұрылу</p> <p>Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: гимнастикалық қабыргада колдарымен тартылып тұрып, аяқтарын көтеру (5-6 рет). Арқага арналған жаттығулар: колдың комегімен страптінсекатып енбектеу (3 метр).</p> <p>Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p> <p><b>Негізгі кимылдар:</b></p> <p>заттардың, кегльдердің арасымен, жіптерден аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру; бір гимнастикалық қабыргадан екіншісіне ауысып өрмелуе; он және сол аяқты алмастыра отырып, арқаннан, сзықтан секіру тұрган орнында айналып секіру;</p> <p>допты лақтыру және алға қарай жылжып, екі қолымен қағып алу аракашықтығы 4–5 метр;</p> <p>гимнастикалық скамейканың бойымен екі қадам қашықтықта орналасқан іші толтырылған доптардан аттап өту;</p> <p>сан түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру.</p> <p><b>Музыкалық-ыргақтық кимылдар.</b></p> <p>Тұзу бағытта адымдал жүру. Жұбымен шенбер бойымен жүру.</p> <p><b>Спорттық жаттығулар:</b></p> <p>Велосипед, самокат тебу. Шенбер бойымен және тұра жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Онга және солға бұрылу.</p> <p><b>Спорттық ойын элементтері:</b></p> <p>Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жакка бағыттай отырып</p> <p>лақтыру.</p> <p><b>Кимылды ойындар.</b></p> <p>Ынта мен шыгармашылық таныта отырып, таныс кимылды ойындарды өзбетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Ұлттық кимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға катысуга баулу.</p>

**Мамыр айы 2023жыл**

<b>Үйымдастырылган іс әрекет</b>	<b>Үйымдастырылган іс-әрекеттің міндеттері</b>
<p><b>Дене шынықтыру</b></p>	<p><b>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</b></p> <p>Кол және иық белдеуіне арналған жаттыгулар: қолды желкеге қою. Саусактарды айқастырып, алга-жогары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жогары-артқа көтеру. Кеудеге арналған жаттыгулар: Отырып алға қарай еңкею, тізерлеп түрүп алға еңкею.</p> <p>Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттыгулар: 3-5 метр кашықтықта екіқолын жерге қойып, журу (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды).</p> <p>Арқага арналған жаттыгулар: қолдың комегімен етпетінен жатып енбектеу (3 метр).</p> <p>Аяқка арналған жаттыгулар: аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту.</p> <p><b>Негізгі қимылдар:</b></p> <p>косалқы қадаммен журу;</p> <p>журумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру;</p> <p>кедергілер арасынан енбектеу;</p> <p>білктікten секіру, 20 сантиметр дейінгі білктіктең секіру;</p> <p>допты жогары, жіптің ұстінен лақтыру жәнеекі қолымен, бір қолымен (он және сол қолын алмастыру) қағып алу;</p> <p>қолдарынан ұстап, жұптарымен айналып тепе-тендікті сақтап жүру;</p> <p>сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру.</p> <p><b>Музыкалық-ыргактық қимылдар.</b></p> <p>Тұзу бағытта адымдал журу. Жұбымен шенбер бойымен журу.</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b></p> <p>Велосипед, самокат тебу. Шенбер бойымен және тұра жолмен өз бетінше екі дөнгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу.</p> <p><b>Спорттық ойын элементтері:</b></p> <p>Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып журуге жаттықтыру.</p> <p><b>Қимылды ойындар.</b></p> <p>Ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өзбетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Ұлттық қимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға катысуга баулу.</p>



«БЕГТЕМИР»  
Нобилити боржысынан ЖБҚ МКҚК  
дарыятуры

Г. Сексенбаева

2022-2023 оку жылындағы ересек, ортаңғы және мектепалды даярлық топтарының  
денешынықтыру пәні бойынша тәрбиелеу – білім беру процестірінің циклограмасы

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Сексенбаева А

**Циклограмма**

1.09-02-09.2022 жыл

Тексерді: Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі	Жұма	
					01.09.2022	02.09.2022	
Топтардың атауы	Ортаңғы топ Ересек топ Мектепалды топ						
Ұйымдастырылған іс әрекеттер	Органғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар (танғы жаттығулар кайталанады) <b>Негізгі кимылдар:</b> Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін журу және жүгіру дағдыларын калыптастыру: салта бір-бірлөп, бірінің артынан бірі жүру; Екі аяқтап басты затка тигізе отырып, жогары карай 2-3 метр кашықтықта алға карай жылжи отырып секіру; Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшак ұстаган қалпында						
	Органғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар (танғы жаттығулар кайталанады) <b>Негізгі кимылдар:</b> Негізгі кимылдар: Педагогтің артынан журу; шенбер бойымен кол ұстасып журу; Бір орында тұрып екі аяқтап секіру; доптарды домалату. <b>Кимылды ойын:</b> Өз үйінді тал Ересек топ №7 <b>Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі кимылдар:</b> өкшемен жүру аяқтың ұшымен жүргіру						

				<p>допты домалату  <u>Ересек топтар</u> №7,11  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> (танғы жаттыгулар  кайталанады)  <u>Негізгі кимылдар:</u>  окшемен жүру аяқтын ұшымен жүргіру бір-бірден сапка түру  <u>Кимылды ойын:</u>  Күн шуақ және жаңбыр</p> <p>бір-бірден сапка түру  <u>Кимылды ойын:</u>  Күн шуақ және жаңбыр  <u>Мектепалды топ</u> №10  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> (танғы жаттыгулар  кайталанады)  <u>Негізгі кимылдар:</u>  салта бір-бірден жүру; жүру мен жүтіруді алмастырып, заттардың арасымен «жыланша» жүтіру; допты жоғары, жілтін үстінен лактыру және екі колымен, бір колымен (он және сол колыны алмастыру) қағып алу;  <u>Кимылды ойын:</u>  Біз кенілді балалармыз...</p>
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар				Күжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.
Ұйымдастырушылық жұмыстары				Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сактау.

Дайындаған: Сексенбаева А

**Циклограммсы**

Тексерді:Риел Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсебі 03.10.2022	Сейсебі 04.10.2022	Сәрсенбі 05.10.2022	Бейсебі 06.10.2022	Жұма 07.10.2022
<b>Ұйымдастырылған іс</b> <b>әрекеттер</b>		<p><u>Ортаңғы топ №5,4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар (танғы жаттыгулар кайталанады).</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          аяқтың сыртқы қырымен журу; тізені жогары көтеріп жургіру; 2-3 метр кашықтыққа алға ұмтылып кос аякпен секіру; <u>Кимылды ойын:</u> Тегіс жолм <b>Мектепалды топ №10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар (танғы жаттыгулар кайталанады)</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Жүру, аяқтың ұшымен журу; тізені жогары көтеріп жургіру; кедергілер арасынан енбектеу; допты бір катарга қойылған заттардың арасымен домалату;</p>	<p><u>Ортаңғы топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар (танғы жаттыгулар кайталанады)</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жогары көтеріп журу  <u>Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен жуғіру.</u>  <u>Бір-бірінен 1,5-2 метр арақашықтықта отырып</u>, аяқты алшақ ұстаган калпында допты домалату  <u>Тура багытта 4-6 метр арақашықтықта, "жыланша енбектеу</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Поезд</u>  <u>Ересек топ №11,7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u> </p>	<p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          аяқтың сыртқы қырымен журу; тізені жогары көтеріп журу аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп қол мен аяқ козгалыстарын үйлестіре журу;  <u>Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі жуғіру;</u>  <u>Екі аяқтап басты затка тигізе отырып, жогары карай 2-3 метр кашықтықта алға карай жылжи отырып секіру</u>  <u>Масаны ұстап ал Спорттық жаттыгулар:</u>  <u>«Допты дәлдеп лактыр»</u>  <u>Велосипед тебу: екі немесе үш дөнгелекті велосипед тебу; онға, солға бұрылу.</u>  <u>Мектепалды топтар №4,10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u> </p>	<p><u>Ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары көтеріп журу аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп қол мен аяқ козгалыстарын үйлестіре журу;  <u>Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі жуғіру;</u>  <u>Екі аяқтап басты затка тигізе отырып, жогары карай 2-3 метр кашықтықта алға карай жылжи отырып секіру</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>«Допты дәлдеп лактыр»</u>  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>  <u>Үш дөнгелекті велосипед тебу</u>  <u>дагдыларын калыптастыру</u>  <u>жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>аяқтың ұшымен,</u> </p>	<p><u>Ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары көтеріп журу аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп қол мен аяқ козгалыстарын үйлестіре журу;  <u>Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі жуғіру;</u>  <u>Екі аяқтап басты затка тигізе отырып, жогары карай 2-3 метр кашықтықта алға карай жылжи отырып секіру</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>«Допты дәлдеп лактыр»</u>  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>  <u>Үш дөнгелекті велосипед тебу</u>  <u>дагдыларын калыптастыру</u>  <u>жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>Ересек топ</u>  <u>Жалпы дамытушы</u> </p>

		<p><u>Кимылды ойын:</u> Кімнің тобы тез жинақталады?</p> <p><u>Спорттық жаттыгулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөнгелекті велосипед тебу; онга, солға бұрылу.</p>	<p>аяқтың сыртқы қырымен журу; тізені жогары көтеріп жүргіру; 10 метрге дейінгі кашықтықта заттардың арасымен тұра багыт бойынша, көлбеке тақтай бойымен төрттагандап енбектеу;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Масаны ұстап ал <u>Спорттық жаттыгулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөнгелекті велосипед тебу; онга, солға бұрылу.</p>	<p>Жұру, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен журу; тізені жогары көтеріп жүргіру; екі тізенін арасына қашықтықты қысып алғып, тұзу багытта (аракашықтығыб метр) кос аяқпен секіру;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Ку тулki <u>Спорттық жаттыгулар:</u> Велосипед, самокат тебу. Шенбер бойымен және тұра жолмен өз бетінше екі дөнгелекті велосипед тебу. Онға және солға бұрылу.</p>	<p>аяқтың ішкі және сыртқы қырымен журу; катармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жогары көтеріп жүргіру; допты бір катарға қойылған заттардың арасымен домалату; екі тізенін арасына қашықтықты қысып алғып, тұзу багытта (аракашықтығыб метр) кос аяқпен секіру;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Кім жылдам? №11,7 Ортанғы топ <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар:</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жогары көтеріп жүру; Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан біріжүгіру; Тұра багытта 4–6 метр аракашықтықта, "жыланша енбектеу"; Екі аяқтап басты затка тигізе отырып, жогары қарай 2-3 метр кашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u></p>	<p><u>жаттыгулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтын сыйзені жогары көтеріп жүргіру; 2-3 метр кашықтықка алға ұмтылып кос аяқпен секіру; 10 метрге дейінгі кашықтықта заттардың арасымен тұра багыт бойынша, көлбеке тақтай бойымен төрттагандап енбектеу;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Торгайлар мен мысық</p>
--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

					«Күміс алу»	
<b>Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар</b>		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
<b>Үйымдастырушылық жұмыстары</b>		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сактау.				

**Дайындаған: Сексенбаева А**

Циклограмма

Тексерді: Риал Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсебі 10.10.2022	Сейсебі 11.10.2022	Сәрсебі 12.10.2022	Бейсебі 13.10.2022	Жұма 14.10.2022
Үйымдастырылған іс әрекеттер		<p><u>Ересек топ №5,4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>Жұру;</u>  <u>тізені жогары көтеріп жүргіру;</u>  <u>заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату;</u>  <u>арканиң бойымен тептендікті сақтап журу;</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Тауықпен мен балапандада</u>  <u>Мектепалды топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен журу;</u>  <u>катармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жогары көтеріп жүргіру;</u>  <u>кедергілер арасынан енбектеу;</u>  <u>екі тізенің арасына қапшыкты қысып алып, тузу бағытта (аракашыктығыб метр) кос аяқпен секіру;</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Жілтін секір</u></p>	<p><u>Ортанғы топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жогары көтеріп журу;</u>  <u>аяқтың ұшымен журу;</u>  <u>допты екі колымен көкірек тұсынан кері лактыру;</u>  <u>енгіс тақта бойымен (20-30 см) журу дағдыларын</u>  <u>калыптастыру;</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Допты дәлдел лактыр</u>  <u>Ересек топ №11,7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>аяқтың ішкі және сыртқы қырымен журу;</u>  <u>катармен бір-бірден, екеуден, үшеуден журу;</u>  <u>екі тізенің арасына қапшыкты қысып алып, тузу бағытта (аракашыктығыб метр) кос аяқпен секіру;</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Жілтін секір</u></p>	<p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>аяқтын сыртқы қырымен журу;</u>  <u>10 метрге дейінгі кашыктықта заттардың арасымен тұра бағыт</u>  <u>бойынша</u>  <u>енбектеу;</u>  <u>заттардың арасымен</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Қоймадагы тышкандар</u>  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>  <u>Велосипед тебу; екі немесе үш дөнгелекті велосипед тебу; онга, солға бұрылу.</u>  <u>Мад топ №4,10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>сапта бір-бірлеп журу;</u>  <u>кол мен аяқ</u>  <u>козгалыстарын</u>  <u>үйлестіру, аралықты сақтай отырып жүгіру;</u>  <u>допты екі колымен көкірек тұсынан кері лактыру;</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Сапка бір-бірден тұру.</u>  <u>Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>шенбер бойымен кол</u>  <u>ұстасып журу бағытты</u>  <u>өзгерте отырып журу;</u>  <u>жүрүден жүгіруге ауысу,</u>  <u>Жиектері шектелген туралу жүрүден жүгіруге ауысу,</u>  <u>жолақпен (ени 20-25 см, жүрүден жүгіруге және ұстасып журу бағытты</u>  <u>ұзындығы 2-2,5 м)</u>  <u>гимнастикалық орындықтың үстімен</u>  <u>заттарға шығу</u>  <u>жүрү.</u>  <u>Гимнастикалық орындықка), тұру, колын жогары көтеру, түсү,</u></p>	<p><u>Ортанғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жогары көтеріп журу;</u>  <u>кол мен аяқ</u>  <u>козгалыстарын</u>  <u>үйлестіру, аралықты сақтай отырып жүгіру;</u>  <u>допты екі колымен көкірек тұсынан кері лактыру;</u>  <u>10 метрге дейінгі кашыктықта заттардың арасымен тұра бағыт</u>  <u>бойынша</u>  <u>енбектеу;</u>  <u>Сапка бір-бірден тұру.</u>  <u>Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>шенбер бойымен кол</u>  <u>ұстасып журу бағытты</u>  <u>өзгерте отырып журу;</u>  <u>жүрүден жүгіруге және ұстасып журу бағытты</u>  <u>керісінше ауысу;</u>  <u>Жиектері шектелген туралу жүрүден жүгіруге ауысу,</u>  <u>жолақпен (ени 20-25 см, жүрүден жүгіруге және ұстасып журу бағытты</u>  <u>ұзындығы 2-2,5 м)</u>  <u>гимнастикалық орындықтың үстімен</u>  <u>заттарға шығу</u>  <u>жүрү.</u>  <u>Гимнастикалық орындықка), тұру, колын жогары көтеру, түсү,</u></p>	

		<p>көйлгөн заттардың арасымен домалату; <b>Кимылды ойын:</b> Сокыр койши <b>Спорттық ойын</b>бетімен-енбектеу элементтері; Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі біраutомобиль жакка бағыттай отырып қагып лактыру;</p>	<p>отырып, аяқты алшак ұстаган калпында допты домалату; еденге қойлгандың тақта <b>Кимылды ойын:</b> Төгілген жіптерді жылдам жина <b>Спорттық жаттыгулар:</b> Велосипед тебу. Үш дөнгелекті велосипедке отыргызу, ересектердің көмегімен және көмегінсіз түсіру, ересектердің көмегімен және өзбетімен рөлді басқару дагдысын қалыптастыру;</p>	<p><b>Кимылды ойын:</b> Төгілген жіптерді жылдам жина <b>Спорттық жаттыгулар:</b> Велосипед тебу. Үш дөнгелекті велосипедке отыргызу, ересектердің көмегімен және көмегінсіз түсіру, ересектердің көмегімен және өзбетімен рөлді басқару дагдысын қалыптастыру;</p>
<b>Өз білімін жетілдіру бойынша жумыстар</b>	Кұжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.			
<b>Ұйымдастырушылық жумыстары</b>	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қайіncіздік техникасы мен өрт қауіncіздік ережелерін сактау.			

**Дайындаған: Сексенбаева А**

**Циклограмма**

Тексерді: Риал Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсебі 17.10.2022	Сейсебі 18.10.2022	Сәрсенбі 19.10.2022	Бейсебі 20.10.2022	Жұма 21.10.2022
<b>Үйымдастырылған іс</b> <b>әрекеттер</b>		<p><u>Мектепалды топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          аяқтың ұшымен журу;          допты бір кatarга          қойылған заттардың          арасымен домалату;          шектелген жазықтың          үстімен қосалқы          кадаммен, аяқтың          ұшымен тере-тендікті          сактап журу;          сапка бір, екі, үш          кatarмен тұру;  <u>Кимылды ойын:</u>          Қармак  <u>Органғы топ №5,4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          арканиның бойымен тере-          тендікті сактап журу;          бір-бірінің жанына сапка          тұру. 2-3 метр          қашықтықка алға          үмтүліп қос аяқлен          секіру;          заттардың арасымен       </p>	<p><u>Ересек топ №11,7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          аяқтың ұшымен журу;          кедергілер арасынан          енбектеу;          екі тізенің арасына          қапшықты қысып          алып, тұзу бағытта          (аракашықтығыб метр)          қос аяқлен секіру;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Қарлы          шенбер  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>          Велосипед, самокат          тебу. Шенбер бойымен          және тура жолмен өз          бетінше екі дөнгелекті          велосипед тебу. Онға          және солға бұрылу</p> <p><u>Ортаңғы топ</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          үмтүліп қос аяқлен          секіру;</p> <p><u>тізені жогары көтеріп</u></p>	<p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          аяқтың сыртқы          қырымен журу;          тізені жогары көтеріп          жүргіру;</p> <p>10 метрге дейінгі          қашықтықта          заттардың арасымен          тұра бағыт бойынша          енбектеу, көлбесу          тақтай бойымен          төрттағандап</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Қарлы          шенбер</p> <p><u>Спорттық жаттыгулар:</u>          Масаны ұстап ал  <u>Спорттық</u>  <u>жаттыгулар:</u>          Велосипед тебу: екі          немесе үш дөнгелекті          велосипед тебу; онға,          солға бұрылу.</p> <p><u>№4,10 Мад топтар</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          бірінің артынан бірі,</p>	<p><u>Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          аяқтың ішкі және          сыртқы қырымен          журу;</p> <p>тізені жогары көтеріп          жүргіру;</p> <p>екі тізенің арасына          қапшықты қысып          алып, тұзу бағытта          (аракашықтығыб метр)          қос аяқлен секіру;</p> <p><u>Доп мектебі</u>  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>          Велосипед тебу: екі          немесе үш дөнгелекті          велосипед тебу; онға,          солға бұрылу.</p> <p><u>№5 Ортаңғы топ</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары көтеріп</p>	<p><u>Ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          аяқтың сыртқы          қырымен журу;          заттардың арасымен          курсауларды бір-біріне          домалату;</p> <p>арканиның бойымен          тере-тендікті сактап          журу;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u>  <u>Кішкене маймылдар</u>  <u>Ересек топ №7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жүптасып журу,          бағытты өзгерте          отырып жүру,          бағдар бойынша журу          (кілемейін бойымен,          жіпке дейін),          кедергілерден аттап          журу.</p> <p><u>бірқалыпты жүргіру,</u></p>

	<p>курсауларды бір-біріне домалату;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Тегіс жолмен</p>	<p>жұру; шенбер бойлап жүгіру;</p> <p>тұрган жерінен ұзындықка секіру;</p> <p>тепе-тендікті сактай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жұру.</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Поезд</p>	<p>тізені жогары көтеріп жұру;</p> <p>аралыкты сактай отырып, бағытты езгертіп, жүгіру;</p> <p>тұрган жерінен ұзындықка секіру;</p> <p>шенберге шагын топтармен және барлық топпен қайта тұру дагдыларын калыптастыру;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Допты дәлдеп лактыр</p> <p><u>Спорттық жаттыгулар:</u> Уш дөңгелекті велосипед тебу дагдыларын калыптастыру</p>	<p>шаралықты сактай отырып, бағытты езгертіп, жүгіру;</p> <p>тұрган жерінен ұзындықка секіру;</p> <p>шенберге шагын топтармен және барлық топпен қайта тұру дагдыларын калыптастыру;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Торғайлар мен автомобиль</p>	<p>Бір орында тұрып eki аяқтал секіру, 10-1 5 см біктен секіру.</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Күн мен жаңбыр</p> <p><u>Мектепалды топ №10 Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u></p> <p><u>Негізгі кимылдар:</u> аяқтың ұшымен жұру; допты бір катарға койылған заттардың арасымен домалату; шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен тепе-тендікті сактап жұру; сапқа бір, eki, ұш катармен тұру;</p>
<b>Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар</b>	Күжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
<b>Үйымдастырушылық жұмыстары</b>	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сактау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

**Циклограмма**

Тексерді: Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 24.10.2022	Сейсенбі 25.10.2022	Сәрсенбі 26.10.2022	Бейсенбі 27.10.2022	Жұма 28.10.2022
Үйымдастырылған іс арекеттер		<p><u>Мектепалды топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          аяктың ұшымен жүру;          катармен бір-бірден, екеуден, үшеуден жүтіру;          кедергілер арасынан енбектеу;          шектелген жазықтықтың үстімен косалқы кадаммен, аяктың ұшымен төле-тәндікті сактап журу; <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Кімнің тобы тез жинақталады?</u>          Кегли  <u>Ортаңғы топ №5,4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Жүру;          бір-бірінің жанына салқа түру.          2-3 метр кашықтықка алға ұмтылып кос аяқлен секіру;          заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату;</p>		<p><u>Ересек топ №11,7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары кетеріп жүргіру;          келбеу тақтай бойымен төрттагандап енбектеу; арканиның бойымен тепе-тәндікті сактап журу;  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Тауықпен мен балапандар.</u>  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>          Велосипед тебу: екі немесе уш деңгелекті велосипед тебу; онға, солға бұрылу.  <u>Ортаңғы топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары кетеріп жүру аралықтың сактай отырып, бағытты езгеріп кол мен аяқ козгалыстарын үйлестіре жүру; шенбер болап жүргіру; допты екі қолымен жогарыга, еденге</p>	<p><u>Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          аяктың ұшымен, аяктың ішінде сыртқы қырымен жүру; катармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жогары кетеріп жүргіру; шектелген жазықтықтың үстімен косалқы кадаммен, аяктың ұшымен төле-тәндікті сактап журу; <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Тауықпен мен балапандар.</u>  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>          Велосипед тебу: екі немесе уш деңгелекті велосипед тебу; онға, солға бұрылу.  <u>Ортаңғы топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары кетеріп жүру аралықтың сактай отырып, бағытты езгеріп кол мен аяқ козгалыстарын үйлестіре жүру; шенбер болап жүргіру; допты екі қолымен жогарыга, еденге</p>	<p><u>Ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          2-3 метр кашықтықка алға ұмтылып кос аяқлен секіру; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арканиның бойымен тепе-тәндікті сактап журу; <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Коймадагы тышкандар</u>  <u>Ересек топ №7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          бағытты езгерте отырып жүру, журуден жүргіруге ауысу; 30-40 сек бойына  <u>Футбол.</u> Берілген үзіліссіз жүтіру; бағытта допты он және Бір орында тұрып екі сол аяқлен домалату аяктан секіру, 10-15 см Доппен затты айналдыра биіктен секіру; журу. Допты шұңқырга, Жиектері шектелген тұрақпага домалату. Допты жолакпен (ең 20-25 см, катарапынан бірнеше рет) ұзындығы 2-2,5 м) кабыргаға согу; гимнастикалық Ортаңғы топ №5  <u>Жалпы дамытушы</u> орындықтың үстімен жүру.</p>

		<b>Кімйлды ойын: Торгайлар мен мысық</b>		(жерге) қарай төмен лактыру; Тепе-тендікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см кашықтықта орналаскан тақтай бойымен журу; <b>Кімйлды ойын:</b> Күміс алу Спорттық жаттыгулар; Уш деңгелекті велосипед тебу дагдыларын калыптастыру	жаттыгулар. Негізгі кімйлдар: багдар бойынша жұру (кілемнің бойымен, жілке дейін), кедергілерден аттап жур; жүруден жүгіргүте және керісінше ауысу; арқаның астымен нысанага дейін төрттагандал (алаканымен, тіземен тіреп) енбектеу. заттарға шығу (жұмсақ модульге және тағы баска), тұру, колын жоғары көтеру, тұсу;	<b>Кімйлды ойын:</b> Автобус
<b>Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар</b>		Күржаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
<b>Үйымдастырушылық жұмыстары</b>		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сактау.				

**Дайындаған: Сексенбаева А**

## Циклограмма

Тексерді: Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсөнбі 31.10.2022	Сейсөнбі 01.11.2022	Сәрсөнбі 02.11.2022	Бейсөнбі 03.11.2022	Жұма 04.11.2022
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		<u>Мектепалды топ №10</u> <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар (танғы жаттыгулар Негізгі кимылдар: кайталанады)</u> <u>Негізгі кимылдар: тізені жоғары көтеріп журу; бір сзыққа койылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты кабыргага лактыру және еki колымен қағып алу; Кимылды ойын: Секіріп жүріп, допты ұста</u> <u>Ортаңғы топ №4,5 Жалпы дамытушы жаттыгулар(танғы жаттыгулар кайталанады). Негізгі кимылдар: адымдал журу; адымдал жүгіру; бір орында тұрып, онга, солға бұрылып секіру; тәктайдың бойымен</u>	<u>Ересек топ №11,7 Жалпы дамытушы жаттыгулар Негізгі кимылдар: тізені жоғары көтеріп журу; бір сзыққа койылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты кабыргага лактыру (3,5–6,5 метрден кем емес); бір-бірінің жаңына салқа және шенберге тұру.</u> <u>Кимылды ойын: Шенберге түсір Спорттық жаттыгулар: Велосипед тебу: еki немесе үш дәнгелекті велосипед тебу; онға, солға бұрылу. Спорт залда</u> <u>Мад топ №4,10 Жалпы дамытушы жаттыгулар. Негізгі кимылдар: Дене шынықтыру мен спортка қызығушылықты ояту және дене шынықтырумен, спортпен айналысуга баулу.</u>	<u>Ересек топ №11 Жалпы дамытушы жаттыгулар. Негізгі кимылдар: адымдал журу; адымдал жүгіру; бір орында тұрып, онға, солға бұрылып секіру;</u> <u>Кимылды ойын: Аюлар мен аралар Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттыгулар. Негізгі кимылдар: адымдал журу; адымдал жүгіру; бір орында тұрып, онға, солға бұрылып секіру;</u> <u>Кимылды ойын: 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, допты бір-біріне,</u>	<u>Ортаңғы топ №4,5 Жалпы дамытушы жаттыгулар(танғы жаттыгулар) Негізгі кимылдар: адымдал журу; адымдал жүгіру; бір орында тұрып, онға, солға бұрылып секіру;</u> <u>Кимылды ойын: Кішкене қашықтық кім алысқа лактыра алад Ересек топ №7 Жалпы дамытушы жаттыгулар. Негізгі кимылдар: адымдал журу; адымдал жүгіру; бір орында тұрып, онға, солға бұрылып секіру;</u> <u>Кимылды ойын: 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне,</u>	

	<p>тепе-тендікті сақтап бойымен жүру  <u>Кимылды ойын:</u>          Кішкене калышыкты кім алысқа лактыра алады?</p>	<p>Ортаңғы топ №4  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> (танғы жаттығулар кайталанады)  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тұра, шенбер бойымен талсырмаларды орындай отырып жүру;          күрсаудан күрсауга, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру;          Бірінің артынан бірі сапка түру  <u>Кимылды ойын:</u>          Сакина жасыру</p>	<p>заттардың арасымен, каклаға домалату; Бірінің артынан бірі сапка түру  <u>Кимылды ойын:</u>          Куыр-куыр куырмаш. Спорттық жаттығулар;          Велосипед тебу. Уш деңгелекті велосипедті тұра, шенбер бойымен, онгажәне солға бұрылып тебу. Спорт залда</p>	<p>заттардың арасымен, каклаға домалату; күрсаудан күрсауга, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру  <u>Кимылды ойын:</u>          Шыбыққа қалпақ кигізу</p>	<p>метрден кем смес)  <u>Кимылды ойын:</u>          Жогары лактыр  <b>Мектепалды топ №10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> (танғы жаттығулар кайталанады)  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары көтеріп жүру; бір сызықка койылған заттардың арасымен «жыланша» жүтіру; допты кабыргаға лактыру және екі колымен қағып алу;  <u>Кимылды ойын:</u>          Секіріп жүріп, допты ұста</p>
<b>Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар</b>					Kүжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.
<b>Үйымдастырушылық жұмыстары</b>					Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 07.11.2022	Сейсенбі 08.11.2022	Сәрсенбі 09.11.2022	Бейсенбі 10.11.2022	Жұма 11.11.2022
Үйымдастырылған іс әрекеттер		<p><u>ортанғы топ №4,5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>Жұру;</u>  <u>адымдап жүгіру;</u>  <u>бір орында тұрып, онга, солға бұрылып секіру;</u>  <u>заттарды қашықтықка лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес)</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Жогары лакты</u>  <u>Мектепалды топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>бір-бірінің жаңына және бір-бірінің артынан сапка тұру;</u>  <u>кос аяқлен заттардың арасымен (аракашыктығы 4 метр) секіру;</u>  <u>долты қабыргага лақтыру және екі қолымен қағып алу;</u>  <u>скамейканың үстіне койылғантекшелерден</u></p>	<p><u>ортанғы топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>шенбер бойымен тапсырмаларды орындаі отырып жұру, арқан бойымен жұру; әр түрлі бағытта: тұра, шенбер бойымен жүгіру;</u>  <u>15-20 сантиметр биіктікten секіру;</u>  <u>Бірінің артынан бірі сапка тұру</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Өз түсінді тап.</u>  <u>ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>тізені жогары көтеріп журу;</u>  <u>бір сызықка койылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру;</u>  <u>долты басымен итеріп, терттагандап енбектеу</u></p>	<p><u>ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>адымдап жұру</u>  <u>адымдап жүгіру</u>  <u>етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен колдарымен тартылып, алға қарай енбектеу;</u>  <u>тактайдың бойымен тере-тендікті сақтап бойымен жұру</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Долты қағып ал Спорттық жаттыгулар:</u>  <u>Велосипед тебу: екі немесе үш дөнгелекті велосипед тебу; онға, солға бұрылу. Спорт залда</u>  <u>Мад топ №10,4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>тура жолмен жұру;</u>  <u>шенбер бойымен жүгіру;</u></p>	<p><u>№7,11 ересек топ Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>адымдап жұру;</u>  <u>бір сызықка қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру;</u>  <u>долты қабыргага лақтыру және екі қолымен қағып алу;</u>  <u>бір-бірінің жаңына және бір-бірінің артынан сапка және шенберге тұру.</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Жәй жүріп ет.</u>  <u>Ересек топ №7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>Колдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірінің колдарынан ұстап, аяқтың үшімен жұру; Бірқалыпты, шашырап, берілген</u></p>	

	<p><u>аттап тепе-тендікті сақтаң</u>  <u>жүру;</u>  <u>Кимылды ойын:</u>          Кім жылдам          жалаушага          жүгіреді?</p>	<p>(аракашықтығы 3-4 метр);          бір-бірінің жаңына          және бір-бірінің          артынан сапқа тұру.  <u>Кимылды ойын:</u>          Ормандагы          тиіндер  <u>Спорттық</u> ойын  <u>элементтері:</u>          Футбол элементтері.          Берілген бағытқа          допты он және сол          аякпен тебу.</p>	<p>шенбер бойымен          тапсырмаларды          орындаі отырып          жүру;          әр түрлі бағытта:          тұра, шенбер          бойымен жүгіру;          еденге қойылған          тақтай бойымен          сибектеу;          Бірінің артынан бірі          сапқа тұру  <u>Кимылды ойын:</u>          Ақ доп, кызыл доп  <u>Спорттық</u>  <u>жаттыгулар:</u>          Велосипед тебу. Үш          дөңгелекті          велосипедті тұра,          шенбер бойымен,          онғажәне солға          бұрылып тебу. Спорт          залда</p>	<p>еденге қойылған          арқанын, доданың          астымен (білктігі 40          сантиметр) еңбектеу;          бір-бірінің жаңына          сапқа тұру  <u>Кимылды ойын:</u>          Поезд</p>	<p>бағытта жүгіру;          заттарға шығу          (гимнастикада          скамейкага, жұмсақ          модульге); тұру,          колдарын жогары          көтеру, тусу;  <u>Кимылды</u>  <u>ойын:</u> «Ортамызда кім          жоқ»</p>
<b>Өз білімін жетілдіру</b> <b>бойынша жұмыстар</b>		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.			
<b>Ұйымдастырушылық</b> <b>жұмыстары</b>		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сактау.			

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 14.11.2022	Сейсенбі 15.11.2022	Сәрсенбі 16.11.2022	Бейсенбі 17.11.2022	Жұма 18.11.2022
<b>Үйымдастырылған іс әрекеттер</b>		<p><u>ортанғы топ №5,4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          аяқтың сыртқы қырымен жүру;          тізені жогары көтеріп жүргіру;          бір орында тұрып, онга, солға бұрылып секіру;          заттарды қашықтықка лактыру (3,5–6,5 метрден кем емес)  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Кішкене қалышқыты кім алысқа лактыра алады?</u>  <b>Мектепалды топ №10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары көтеріп жүру;          қос аяклен заттардың арасымен (аракашықтығы 4 метр) секіру;          скамейканың устіне қойылғантекшелерден аттап тәпе-тәндікті</p>	<p><u>ортанғы топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          арқан бойымен жүру; бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүгіру; 1,5–2 метр кашықтықтан дотты бір-біріне домалату; күрсаудан күрсауга секіру  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Сакина жасыру</u>  <b>Ересек топ №11,7</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары көтеріп жүру; жүру мен жүгіруді алмастыру; дотты басымен итеріп, терттагандап енбектеу (аракашықтығы 3–4 метр); дотты кабыргага лактыру жәнеекі скамейканың устіне қойылғанда отырып</p>	<p><u>ересек топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          адымдаш жүру адымдаш жүгіру етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен колдарымен тартылып, алға қарай енбектеу; бір-бірінің жанына сапка және шенберге түру.  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Жогары лактыр</u>  <u>Жәй жүріп ет.</u>  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>  <u>Мад топ №4,10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Велосипед тебу: еki немесе үш дөнгелекті велосипед тебу; онға, солға бұрылу. Спорт заңда  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Мад топ №4,10  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жалғастыру.</p>	<p><u>ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары көтеріп жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; скамейканың устіне қойылғанәр түрлі заттардан аттап тәпе-тәндікті сактап бойымен жүру; дотты кабыргага лактыру жәнеекі скамейканың устіне қойылғанәр түрлі заттардан аттап тәпе-тәндікті сактап жүру; бір-бірінің жанына сапка және шенберге түру.  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Жогары лактыр</u>  <u>Жәй жүріп ет.</u>  <u>ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Осылай етіп жасайык  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>  <u>Спорт турлерімен</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Спортулар арасынан таныстыруды жалғастыру.  <u>Ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Ортаңғы топ №5  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          шенбер бойымен тапсырмаларды орындашыру.  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          арқан бойымен жүру; 1,5–2 метр кашықтықтан дотты бір-біріне домалату; күрсаудан күрсауга</p>	<p><u>ересек топ №7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жүру адымдаш жүгіру бір орында тұрып, онға, солға бұрылып секіру; тәктайдың бойымен тәпе-тәндікті сактап бойымен жүру бір-бірінің жанына сапка және шенберге түру.  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Жогары лактыр</u>  <u>Жәй жүріп ет.</u>  <u>ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          арқан бойымен жүру; бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүгіру; 1,5–2 метр кашықтықтан дотты бір-біріне домалату; күрсаудан күрсауга</p>

	<p>сақтап жүру; бір-бірінің жаңына және бір-бірінің артынан сапка тұру.</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Аюлар мен аралар</p>	<p><u>Кимылды ойын:</u> Кім жылдам жалашага жүгіреді?</p> <p><u>Спорттық жаттыгулар:</u> Спорт түрлерімен тәнисстыруды жалғастыру.</p>	<p>жүру; санта бір-бірден жүгіру; долты заттардың арасымен домалату;</p> <p><u>Спорттық жаттыгулар:</u> заттарды айналып және заттардың арасымен секіру.</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Шыбыққа қалпақ кигізу</p> <p><u>Спорттық жаттыгулар:</u> Велосипед тебу. Үш денгелекті велосипедті тұра, шенбер бойымен, онга және солға бұрылып тебу. Спорт залда</p>	<p>жүгіру;</p> <p>күрсаудан күрсауга секіру; долты заттардың арасымен домалату;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп</p>	<p>секіру</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Сакина жасыру</p>
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар	Күжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Үйымдастырушылық жұмыстары	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ерт қауіпсіздік ережелерін сактау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 21.11.2022	Сейсенбі 22.11.2022	Сәрсенбі 23.11.2022	Бейсенбі 24.11.2022	Жұма 25.11.2022
Үйымдастырылған іс әрекеттер		<p><u>Ортаңғы топ №4,5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          өкшемен журу;          аяқтың ұшымен жүргіру;          етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға карай енбектеу; заттарды қашықтыққа лактыру  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Шенберге түсір</u>  <u>Мектепалды топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары көтеріп журу;          бір сзығықка қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты басымен итеріп, төрттагандап енбектеу (арақашықтығы 3-4 метр);          кос аяқпен заттардың       </p>	<p><u>Ортаңғы топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          арқан бойымен журу, тұра жолмен журу; алаңың бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта жүгіру; допты       </p>	<p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          аяқтың сыртқы қырымен журу; тізені жогары көтеріп жүргіру; тақтайдың бойымен терең-тендікті сактал бойымен журу; бір-бірінің жаңына сапқа және шенберге тұру.  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Жогары лактыр</u>  <u>Спорттық жаттығулар:</u>          Велосипед тебу: еki немесе уш дөңгелекті велосипед тебу; онга, солға бұрылу. Спорт залда       </p>	<p><u>Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары көтеріп журу; бір сзығықка қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты басымен итеріп, төрттагандап енбектеу (арақашықтығы 3-4 метр);          кос аяқпен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) секіру       </p>	<p><u>Ересек топ №7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары көтеріп жүргіру; тізені жогары көтеріп жүргіру; етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға карай енбектеу; бір-бірінің жаңына сапқа және шенберге тұру.  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Допты қағып ал</u>  <u>Ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          берілген бағытта шенбер бойымен, қолдарын әртүрлі калыпта ұстап, бір-бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен журу; заттарға шығу       </p>

		<p>арасымен (аракашықтығы 4 метр) секіру</p> <p><u>Кимылды ойын: Доп кімде? Мақсаты:</u> допты жылдам беру, екі қолын алға шыгарып, алаканын жайып, жогары көтеру дағдылырын пісіскеңдеу</p>	<p>және бір-бірінің артынан салқа түру. <u>Кимылды ойын:</u> Ормандағы тиіздер</p> <p><u>Спорттық ойын:</u> элементтері: Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты он және сол аяқпен тебу. Допты заттарды айналдыра жүргізу.</p>	<p>бір-бірден жүгіру; 1,5–2 метр кашықтықтан допты бір-біріне домалату;</p> <p>15-20 сантиметр білдіктің секіру.</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Өз түсінді тап.</p> <p><u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Үш денгелекті велосипедті тура, шенбер бойымен, онгажәне солға бұрылып тебу. Спорт залда</p>	<p>арқан бойымен жүру, тура жолмен жүру; допты қақлаға домалату; 15-20 сантиметр білдіктің секіру.</p> <p><u>Кимылды ойын: Поезд</u> <u>Мақсаты:</u> колонага бір- бірден түруды. Баяу, жылдам, жылдамырақ және жүгіру дәгдыштарын калыптастыру</p> <p><u>Ойын барысы:</u> Балалар колонага бір-бірден түрады. (бір-бірімен қол жастаспайды) Бірінші паравоз ал калғандары вагондар. Тәрбиеші гудок береді де, поезд алға жылжы бағытады, ен азелі бағу, кейін жылдам, жылдамырақ және ен сонында балалар жүгіуге айналады. «Поезд станцияға жақындал келеді» -дейді тәрбиеші. Балалар жүрісті бірте – берте баулатады да, поезд токтайды. Балалар серуендеуге шыгады. Олар жан-жаққа тарап, гүлдер, жеміс, санырауқұлактар тереді. Поезд жүруге дыбыс бергенде, ести сала олар кайтадан калоннага түрады да, поездің коғылышы жаңадан бағытады. Ойын 4-5 рет кайталанады. Алғашында</p>	<p>(гимнастикалық скамейкага, жұмсақ модульге): түру, колдарын жогары көтеру, тұсу; Екі қолмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бағытада калыпта 0,5-1,5 метр аракашықтықтағы нысанага (төмен, жогары) лақтыру;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Күн мен жаңыр</p>
--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

					балалар калоннага кез-келген реттеп тұрады, ал жылдың аяғында ез орындарын есте сактауды - ез вагонның табуды үйретеді. Ойынның сюжетін езгертуге болады. Мысалы: поезд көлдің жанына тоқтайды, онда балалар кайыкта серуендейді, балық аулайды. т.б.	
<b>Оз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар</b>	Күжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.					
<b>Ұйымдастырушылық жұмыстары</b>	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сактау.					

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 28.11.2022	Сейсенбі 29.11.2022	Сәрсенбі 30.11.2022	Бейсенбі 01.12.2022	Жұма 02.12.2022
Ұйымдастырылған іс зерекеттер		<p><u>Ортаңғы топ №4,5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          алымдал жұру          алымдал жүгіру          етпетімен жатып,          гимнастикалық скамейка          бойымен колдарымен          тартылып, алға қарай          енбектеу;          бір орында тұрып, онға,          солға бұрылып секіру;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u>  <u>Кішкене қашықты кім алыска лактыра алады?</u>  <u>Мектепалды топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жұру;          жүгіру;          допты басымен итеріп,          төрттагандап енбектеу          (аракашықтығы 3-4          метр);          допты кабырга лактыру          жәнеекі қолымен қагып          алу;          бір-бірінің жанына және</p>	<p><u>Ересек топ №11,7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары көтеріп          журу;          жүгіру;          қос аяқлен заттардын          арасымен          (аракашықтығы 4          метр) секіру;          скамейканың үстіне          қойылғантекшелерден          аттап тепе-тендікті          сақтап журу;  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Ормандағы</u>  <u>тиіндер</u>  <u>Спорттық жаттығулар:</u>  <u>Спорт түрлерімен</u>          таныстыруды          жалғастыру. Спорт          залда және спорт          аланында қауіпсіздікті          сактауга баулу.</p> <p><u>Ортаңғы топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          сәнбер бойымен</p>	<p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары көтеріп          журу;          адымдал жұру          адымдал жүгіру          заттарды          кашықтықка лактыру          (3,5-6,5 метрден кем          емес),          бір-бірінің жанына          сапка және шенберге          тұру.  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Шенберге түсір</u>  <u>Спорттық</u>  <u>жаттығулар:</u>  <u>Мад топ №4,10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          сактауга баулу.</p> <p><u>Аркан бойымен</u>          жұру, тұра жолмен          жұру;          сапта бір-бірден</p>	<p><u>Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары көтеріп          журу;          бір сызыққа койылған          заттардың арасымен          «жыланша» жүтіру;          допты кабырга          лактыру жәнеекі          қолымен қагып алу;  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Осылай етіп</u>  <u>Спорттық жаттығулар:</u>  <u>Спорт түрлерімен</u>          таныстыруды          жалғастыру. Спорт          залда  <u>Мад топ №4,10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          сактауга баулу.</p> <p><u>Аркан бойымен</u>          жұру, тұра жолмен          жұру;          сапта бір-бірден</p>	<p><u>Ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          адымдал жұру          адымдал жүгіру          бір орында тұрып,          онға, солға бұрылып          секіру;</p> <p><u>заттарды қашықтықка</u>  <u>лактыру (3,5-6,5</u>  <u>метрден кем емес),</u></p> <p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          адымдал жұру          адымдал жүгіру          заттарды қашықтықка          лактыру (3,5-6,5          метрден кем емес),</p> <p><u>Кимылды ойын:</u>  <u>Шенберге түсір</u>  <u>Спорттық жаттығулар:</u>  <u>Велосипед тебу: екі</u>  <u>немесе үш дөңгелекті</u>  <u>велосипед тебу; онға,</u></p>

	<p>бір-бірінің артынан сапка тұру.  <u>Кимылды ойын:</u>  Секіріп жүріп,  допты ұста  <u>Максаты:Балаларды ойынға қызыгушылығын арттыру.</u>  <u>Ойын барысында үйымшылдықты қалагалау.</u> Допты ұстап білу.секіру жүгіру  <u>максаттарын жүзеге асыру.</u></p>	<p>тапсырмаларды орындаі отырып жүру; сапта бір-бірден, аландын бір жағынан екінші жағына жүгіру;  допты заттардың арасымен, қакпага домалату; <u>Кимылды ойын:</u> Сакина жасыру</p>	<p>жүгіру; күрсаудан күрсауга, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру; Бірінің артынан бірі сапка тұру, бір-бірінің жаңына сапка тұру <u>Кимылды ойын:</u> Күр-куыр күрмаш. <u>Спорттық жаттыгулар:</u> Велосипед тебу. Уш деңгелекті велосипедті тұра, шенбер бойымен, онгажәне солға бұрылып тебу. Спорт залда</p>	<p>шенбер бойымен тапсырмаларды орындаі отырып жүру; сапта бір-бірден жүгіру; допты заттардың арасымен, қакпага домалату; күрсаудан күрсауга, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру; <u>Кимылды ойын:</u> Шыбыққа қалпак кигізу</p>	<p>солға бұрылу. Спорт залда</p>
<b>Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар</b>	Күжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
<b>Үйымдастырушылық жұмыстары</b>	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сактау.				

Дайындаған:Сексенбаева А

**Циклограмма**

Тексерді: *Р. М.* Реева Т

<b>Күн тәртібінің кезеңдері</b>	<b>Уақыты</b>	<b>Дүйсебі 05.12.2022</b>	<b>Сейсебі 06.12.2022</b>	<b>Сәрсенбі 07.12.2022</b>	<b>Бейсебі 08.12.2022</b>	<b>Жұма 09.12.2022</b>	
<b>Үйымдастырылған іс әрекеттер</b>		<p><u>ортанғы топ №4,5</u>  <u>Жалпы дамытушы</u>  <u>жаттыгулар(танғы</u>  <u>жаттыгулар</u>  <u>кайталанады).</u></p> <p><u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>жан-жакка косалқы</u>  <u>кадаммен (онға және</u>  <u>солға) журу;</u>  <u>сапта бір-бірден</u>  <u>жүргіру;</u>  <u>аяқты бірге, алшақ қойып</u>  <u>секіру,</u>  <u>гимнастикалық</u>  <u>скамейканың</u>  <u>бойымен тепе-тендікті</u>  <u>сақтап жүру</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Жалауга қарал жүгіру.</u>  <b>Мектепалды топ №10</b>  <u>Жалпы дамытушы</u>  <u>жаттыгулар. (танғы</u>  <u>жаттыгулар қайталанады)</u></p> <p><u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>заттардан бір қырымен</u>  <u>аттап жүру;</u>  <u>кедергілердің</u>  <u>арасымен ету арқылы</u>  <u>«жыланша» жүгіру;</u>  <u>тізелеріне сүйене</u>  <u>отырып, етпетімен</u>  <u>өрмелей;</u>  <u>он және сол аяқты</u>  <u>алмастырып</u>  <u>секіру;</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Мұсін болып</u>  <u>түр</u>  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>  <u>Сырганау. Өз бетінше</u>  <u>мұзды жолмен</u>  <u>сырганауды, жүтіріп</u>  <u>келіп сырғанауды</u>  <u>үртету.</u>  <b>Ортаңғы топ №4</b>  <u>Жалпы дамытушы</u>  <u>жаттыгулар. (танғы</u>  <u>жаттыгулар</u>  <u>кайталанады)</u></p>	<p><u>ересек топ №11,7</u>  <u>Жалпы дамытушы</u>  <u>жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>заттардан бір қырымен</u>  <u>аттап жүру;</u>  <u>кедергілердің</u>  <u>арасымен ету арқылы</u>  <u>«жыланша» жүгіру;</u>  <u>тізелеріне сүйене</u>  <u>отырып, етпетімен</u>  <u>өрмелей;</u>  <u>он және сол аяқты</u>  <u>алмастырып</u>  <u>секіру.</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Кешікпе</u>  <u>Спорттық</u>  <u>жаттыгулар:</u>  <u>Шанамен сырғанау:</u>  <u>төбешіктен сы</u>  <b>Мад топ №4,10</b>  <u>Жалпы дамытушы</u>  <u>жаттыгулар.</u>  <p><u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>заттардан бір қырымен</u>  <u>аттап жүру;</u>  <u>кедергілердің арасымен</u>  <u>ету арқылы «жыланша»</u>  <u>жүгіру;</u>  <u>тізелеріне сүйене</u></p> </p>	<p><u>ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы</u>  <u>жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>заттардан бір қырымен</u>  <u>жан-жакка косалқы</u>  <u>кадаммен (онға және</u>  <u>солға) журу;</u>  <u>сапта бір-бірден</u>  <u>жүргіру;</u>  <u>табан мен алаканға</u>  <u>сүйеніп, торт</u>  <u>тагандап енбектеу;</u>  <u>бір аяклен (он және</u>  <u>сол аяқты алмастыру)</u>  <u>секіру.</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Орындарына</u>  <u>жылдам жет</u>  <b>Ортаңғы топ №5</b>  <u>Жалпы дамытушы</u>  <u>жаттыгулар.</u>  <p><u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>заттардың арасымен</u>  <u>(арақашықтығы 3</u>  <u>метр) секіру;</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Орындарына</u>  <u>жылдам жет</u></p> </p>	<p><u>ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы</u>  <u>жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>заттардан бір қырымен</u>  <u>жан-жакка косалқы</u>  <u>кадаммен (онға және</u>  <u>солға) журу;</u>  <u>сапта бір-бірден</u>  <u>жүргіру;</u>  <u>табан мен алаканға</u>  <u>сүйеніп, торт</u>  <u>тагандап енбектеу;</u>  <u>бір аяклен (он және</u>  <u>сол аяқты алмастыру)</u>  <u>секіру.</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Орындарына</u>  <u>жылдам жет</u>  <b>Ортаңғы топ №5</b>  <u>Жалпы дамытушы</u>  <u>жаттыгулар.</u>  <p><u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>заттардың арасымен</u>  <u>(арақашықтығы 3</u>  <u>метр) секіру;</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Орындарына</u>  <u>жылдам жет</u></p> </p>	<p><u>ересек топ №7</u>  <u>Жалпы дамытушы</u>  <u>жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>заттардың арасымен</u>  <u>(арақашықтығы 3</u>  <u>метр) секіру;</u>  <u>табан мен алаканға</u>  <u>сүйеніп, торт</u>  <u>тагандап енбектеу</u>  <u>бір аяклен (он және</u>  <u>сол аяқты алмастыру)</u>  <u>секіру.</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Орындарына</u>  <u>жылдам жет</u>  <b>Ортаңғы топ №5</b>  <u>Жалпы дамытушы</u>  <u>жаттыгулар.</u>  <p><u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>заттардың арасымен</u>  <u>(арақашықтығы 3</u>  <u>метр) секіру;</u>  <u>табан мен алаканға</u>  <u>сүйеніп, торт</u>  <u>тагандап енбектеу</u>  <u>бір аяклен (он және</u>  <u>сол аяқты алмастыру)</u>  <u>секіру.</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Орындарына</u>  <u>жылдам жет</u></p> </p>	<p><u>ересек топ №7</u>  <u>Жалпы дамытушы</u>  <u>жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>заттардың арасымен</u>  <u>(арақашықтығы 3</u>  <u>метр) секіру;</u>  <u>табан мен алаканға</u>  <u>сүйеніп, торт</u>  <u>тагандап енбектеу</u>  <u>бір аяклен (он және</u>  <u>сол аяқты алмастыру)</u>  <u>секіру.</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Орындарына</u>  <u>жылдам жет</u>  <b>Ортаңғы топ №5</b>  <u>Жалпы дамытушы</u>  <u>жаттыгулар.</u>  <p><u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>заттардың арасымен</u>  <u>(арақашықтығы 3</u>  <u>метр) секіру;</u>  <u>табан мен алаканға</u>  <u>сүйеніп, торт</u>  <u>тагандап енбектеу</u>  <u>бір аяклен (он және</u>  <u>сол аяқты алмастыру)</u>  <u>секіру.</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Орындарына</u>  <u>жылдам жет</u></p> </p>

	<p>отырып, етпетімен өрмелу;</p> <p>2–2,5 метр аракашықтықтагы нысанага асықты лактыру.</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Шыбыкка қалпақ кігізу</p> <p>Максаты: бір бағытты бағыттап, нысанды дәлдеп қалпақты лактыру дағдысын дамыту</p> <p>Ойын барысы: Балалар тәрбиешінің көмегімен екі топка белініп тұрады. Әр топ баласы белгілі кашықтықта тұрган шыбыкка, кезегімен қалпақты лактырып кігізеді... Балалар бір бағытты бағыттай білуге үйренеді</p>	<p><u>Негізгі кимылдар:</u> әртүрлі бағытта: «жыланша» жұру; бір-бірінен 10 сантиметр кашықтықта орналасқан тактайшалардың бойымен тереңдік сактал жұру; допты қеуде тұсынан лактыру; тұрган орнынан ұзындықка 40 сантиметр кашықтыққа секіру.</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Коян мен қасқыр</p>	<p>бойымен тереңдік сактал жұру; допты он және сол қолмен тік нысанага (нысана білктігі-1,2 метр) лақтыру</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Тырналар-тырна лар Спорттық жаттыгулар:</p> <p>Шанамен сырғанаш.</p>	<p>он және сол қолмен тік нысанага (нысана білктігі-1,2 метр) лақтыру</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Тышқандар мен мысық Максаты: аланда жүгіруде ептілігін, жылдамдығын дамытып, бір біріне қақтығыспай жүгіруді үйрету</p> <p><u>Ойын барысы:</u> Балалар - тышқандар өз індерінде отырады (белменің қабыргасын жагалай, немесе аланың жан-жагына көйліган орындықтарға).</p> <p>Аланның бір бұрышында мысық отыр. Мысықтың релін тәрбиеші аткарады.</p> <p>Мысық ұйқытап кеткенде тышқандар белмеде жүгіреді. Бірақ мысық оянады, керіліп- созылады, мияулайды және тышқандарды ұстай бастайды.</p> <p>Тышқандар тез қашып кетеді және індеріне тығылып (орындықтагы өз орындарына отырады) калады. Барлық тышқандар індеріне</p>	<p>доганың астынан нысанага дейін терттагандап (алакаымен, тіземен тіреп) енбектеу.</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> <b>Автобус</b></p> <p>Максаты: Колонага екі- екіден тұруды. Баяу, жылдам журуди.</p> <p>Қақтығыспай тектауды үйрету</p> <p><u>Ойын барысы:</u> Балалар бір-бірінің колдарынан ұстап, екі-екіден колонага тұрады. Бос колдарымен олар ұшы байланған жілтен ұстайды. Яғни, кей бала жіпті оң қолмен, кей бала жіпті сол қолмен ұстайды. Бұл автобус.</p> <p>Тәрбиеші екі колына үш турлі –сары, кызыл, жасыл жалау ұстап, белменің бір бұрышында тұрады. Ол балаларга жасыл түсті сигнал болғанда қозгалуға, сары түсте баяулатып жүргүре, кызыл түсте тоқтауга түнс екендігін түсіндіреді. Тәрбиеші жасыл жалауды көтергенде - бұл трамвай кеle жатыр деген белгі, балалар белмені, аланды айнала жүгіреді. Ал егер</p>
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

					кайтып келген сон мысық қайта үйкігі кіріседі. Ойын 5-6 рет кайталанады.	сары түсті жалауды көрсө жүрісті баулатады. Қызыл жалау көтерсе олар токтайды, жасыл жалауды көтергенін күтеді.
<b>Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар</b>		Күжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
<b>Үйымдастырушылық жұмыстары</b>		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сактау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

**Циклограмма**

Тексерді: Риал Реева Т

<b>Күн тәртібінің кезеңдері</b>	<b>Уақыты</b>	<b>Дүйсенбі 12.12.2022</b>	<b>Сейсенбі 13.12.2022</b>	<b>Сәрсенбі 14.12.2022</b>	<b>Бейсенбі 15.12.2022</b>	<b>Жұма 16.12.2022</b>
<b>Үйымдастырылған іс әрекеттер</b>		<p><u>Ортаңғы топ №4,5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жан-жакқа қосалқы қадаммен (онға және солға) жүру;          шенбер бойымен жүргіру;          оң және сол қолымен келденең қойылған нысанага (2-2,5 метр кашықтықтан) лактыру;          екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру</p> <p><b>Мектепалды топ №10</b></p> <p><u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жүру; кедергілердің арасымен ету арқылы «жыланша» жүгіру; 2-2,5 метр арақашықтықтағы нысанага асықты лактыру; қосалқы қадаммен (өкшени арқанға, аяқ үшін еденге қою) тепе-тәндікті сактал жүру;</p> <p><b>Кимылды ойын</b> Мүсін болып тұр</p> <p><b>Максаты:</b> дene бітімін дұрыс колданып мүсін жасауын дамы</p> <p><b>Ойын</b> барысы: Ойнаушылардың</p>	<p><u>Ересек топ №11,7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          заттардан бір қырымен аттап жүру; «жыланша» жүгіру; гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып, ишкітари мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелу;</p> <p><b>Кимылды ойын:</b> он және сол аяқты алмастырып секіру;</p> <p><b>Спорттық ойын:</b> секіру;</p> <p><b>Кимылды ойын:</b> Кім кебірек заттарды жинайды?</p> <p><b>Спорттық ойын:</b> элементтері: Хоккей элементтері.</p>	<p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жан-жакқа қосалқы қадаммен (онға және солға) жүру; шенбер бойымен жүргіру; табан мен алаканга сүйеніп, төрт тағандап енбектеу;</p> <p><b>Кимылды ойын:</b> екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру</p> <p><b>Кимылды ойын:</b> Автобус</p> <p><b>Спорттық жаттығулар:</b> Шанамен сырғанау:</p>	<p><u>Ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жүру; «жыланша» жүгіру; 2-2,5 метр арақашықтықтағы нысанага асықты лактыру;</p> <p><b>Кимылды ойын:</b> оң және сол аяқты алмастырып секіру;</p> <p><b>Спорттық ойын:</b> элементтері: Хоккей элементтері.</p> <p><b>Берілген бағытта</b> какпага хоккей таякпен шайбаны сырғанатуды, оны какпага кіргізуі үрету.</p> <p><b>Ересек топ №7</b></p> <p><b>Жалпы дамытушы жаттығулар.</b></p> <p><b>Негізгі кимылдар:</b> кол ұстасып жүру;</p> <p><b>Ортаңғы топ №4</b></p>	

	<p>арасынан баставуши тандалып алынады. Ол шеткірек тұрады. Балалардың қалғандары жүтіреді, бір аягымен екінші аягымен шалыс баса буқіл бөлмеге немесе алана-секіреді. Тәрбиешінің белгісі дабыл кагу немесе «тоқта» деген сөзден кейін барлығы қандай да болмасын бір қалыпта орындарына тұрады және қозғалмайды. Баскаруши барлық «фигураларды» айналып шығып, оған бәрінен де көбірек ұнайтынын тандап алады. Ол бала баскарушуы бага беруші болып саналады, ал алдынғы баскарушуы қалған балаларға косылады да, ойын кайталанады.</p>	<p><u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> <u>Негізгі кимылдар:</u> қол ұстасып жүру; бір-бірінен 10 сантиметр қашыктықта орналасқан тақтайшалардың бойымен терең тендік сақтап жүру; тоқтамай баяу карынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру; допты қеуде тұсынан лактыру заттарды айналып және заттардың арасымен енбектеу <u>Кимылды ойын:</u> Өз түсінді тап. <u>Спорттық жаттыгулар:</u> Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату</p>	<p>жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу карынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру; допты қеуде тұсынан лактыру заттарды айналып және заттардың арасымен енбектеу <u>Кимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп</p>	
<b>Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар</b>		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.		
<b>Үйымдастырушылық жұмыстары</b>		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Кауіпсіздік техникасы мен өрт кауіпсіздік ережелерін сақтау.		

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Риел Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 19.12.2022	Сейсенбі 20.12.2022	Сәрсенбі 21.12.2022	Бейсенбі 22.12.2022	Жұма 23.12.2022
<b>Ұйымдастырылған іс зекеттер</b>		<p><u>Ортанды топ №4,5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          алымдал жүру;          алымдал жүгіру;          аяқты бірге, алшақ койып,          бір аяқпен (он және оол аяқты алмастыру) секіру;          он және сол колымен көлденен қойылған нысанага (2-2,5 метр қашықтықтан) лақтыру  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Жалауга қарап жүгіру</u>  <b>Мектепалды топ №10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары көтеріп журу;          бір сзызыкка қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру;          аркан бойымен бір қырымен, косалқы кадаммен (өкшени арканга, аяқ үшін еденге кою) тепе-тендікті сақтап журу;</p>	<p><u>Ересек топ №11,7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          заттардан бір қырымен аттап журу; кедергілердің арасымен ету арқылы «жыланша» жүгіру; иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен ермелейу;          2-2,5 метр арақашықтықтағы нысанага асықты лақтыру;  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Сақинаны таяқшага іл Спорттық жаттыгулар:</u>          Сырганау. Өз бетінше мұзды жолмен сырғанауды, жүгіріп келіп сырғанауды үйрету</p>	<p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жан-жакка косалқы кадаммен (онга және солға) жүру; шенбер бойымен жүргіру; табан мен алакаңға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу; гимнастикалық скамейканың бойымен тепе-тендікті сақтап журу;</p>	<p><u>Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары көтеріп журу; кедергілердің арасымен ету арқылы «жыланша» жүгіру; аркан бойымен бір қырымен, косалқы кадаммен (өкшени арканга, аяқ үшін еденге кою) тепе-тендікті сақтап журу;</p>	<p><u>Ересек топ №7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жан-жакка косалқы кадаммен (онга және солға) жүру; алымдал жүгіру; аяқты бірге, алшақ койып, бір аяқпен (он және сол аяқты алмастыру) секіру; гимнастикалық скамейканың бойымен тепе-тендікті сақтап журу  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Тегіс жолмен №5 ортаңғы топ</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          шагын топпен және бүкіл топпен карқынды езгерте отырып жүру.; курсаудан курсауга аттап ету;</p>

		<p>бір-бірінің жаңына және бір-бірінің артынан сапқа тұру.</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Калпақ және кішкене таяқша</p> <p>Мақсаты: Балаларға ойнының шартын түсіндіру, оның барысында үйымшылдықка баулу</p>	<p><u>Негізгі кимылдар:</u> шашырап, талсырмаларды орындаі отырып жүру; қырлы тақтайдың бойымен төп тендік сақтап жүру; каркынды езгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін) жүгіру; 4-6 метр кашықтықка тұра багытта енбектеу;</p> <p><u>Бірінің артынан бірі сапқа тұру</u></p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Коян мен қасқыр</p>	<p>жыланша арқанинан ұстап жүру; тоқтамай баяу каркынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру; заттарды айналып және заттардың арасымен енбектеу; бір-бірінің жаңына сапқа тұру</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Күміс алу</p> <p><u>Спорттық жаттыгулар:</u> Шанамен сырғанау:</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Биік емес төбеден сырғанау.</p>	<p><u>Жаттыгулар:</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> шашырап, талсырмаларды орындаі отырып жүру; тоқтамай баяу каркынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру; 4-6 метр кашықтықка тұра багытта енбектеу; бір-бірінің жаңына сапқа тұру</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Торгайлар мен автомобиль</p>	<p>сантиметр) секіру <u>Кимылды ойын:</u> <u>Доп кімде? Мақсаты:</u> допты жылдам беру, екі колын алға шығарып, алақанын жайып, жоғары көтеру дагдылырын пысықтау</p>
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Кұжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Үйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Кауіпсіздік техникасы мен өрт кауіпсіздік ережелерін сактау.				
Дайындаған: Сексенбаева						

Циклограмма

Тексерді:Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 26.12.2022	Сейсенбі 27.12.2022	Сәрсенбі 28.12.2022	Бейсенбі 29.12.2022	Жұма 30.12.2022
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		<p><u>Ортаңғы топ №4,5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жан-жакқа қосалқы қадаммен (онға және солға) жүру;          салта бір-бірден, шенбер бойымен жүргіру;          он және сол қолымен көлденен қойылған нысанага (2-2,5 метр кашықтықтан) лактыру;          гимнастикалық скамейканың бойымен тепе-тендікті сактап жүру  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Тышакандар мен мысықтар</u>  <u>Мектепалды топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          заттардан бір қырымен аттап жүру;          кедергілердің арасымен ету арқылы «жыланша» жүгіру;          гимнастикалық скамейка бойымен қолымен       </p>	<p><u>Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          2-2,5 метр арақашықтықтағы нысанага асықты лактыру;          арқан бойымен бір қырымен, қосалқы қадаммен (өкшени арканга, аяқ үшін еденге қою) тепе-тендікті сактап жүру; бір-бірінің жанына және бір-бірінін артынан сапка түрү.  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Орындарына жылдам жет</u>  <u>Спорттық ойын</u>  <u>элементтері:</u>  <u>Хоккей элементтері.</u>  <u>Берілген бағытта</u>  <u>какпага хоккей</u>  <u>таяклен шайбаны</u>  <u>сырганатуды, оны</u>  <u>какпага кіргізу</u>  <u>үйрету.</u>  <u>Ортаңғы топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы</u> </p>	<p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жан-жакқа қосалқы қадаммен (онға және солға) жүру; шенбер бойымен жүргіру; терп тағандап енбектеу; аяқты бірге, алшак койып, бір аяқпен (она және сол аяқты алмастырып, заттардың арасымен (арақашықтығы 3 метр) секіру; 2-2,5 метр арақашықтықтағы нысанага асықты лактыру.  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Өз түсінді тап</u>  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>  <u>Мұз жолмен ез</u>  <u>бетінше сырғанау.</u>  <u>Мектепалды топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          заттардан бір қырымен аттап жүру; кедергілердің арасымен ету арқылы «жыланша» жүгіру; гимнастикалық скамейка бойымен қолымен       </p>	<p><u>Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          заттардан бір қырымен аттап жүру; кедергілердің арасымен ету арқылы «жыланша» жүтіру; оң және сол аяқты алмастырып, заттардың арасымен (арақашықтығы 3 метр) секіру; 2-2,5 метр арақашықтықтағы нысанага асықты лактыру.  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Күрлар</u>  <u>Спорттық ойын</u>  <u>элементтері:</u>  <u>Хоккей элементтері.</u>  <u>Берілген бағытта</u>  <u>какпага хоккей</u>  <u>таяклен шайбаны</u>  <u>сырганатуды, оны</u>  <u>какпага кіргізу</u>  <u>үйрету.</u>  <u>Ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы</u> </p>	<p><u>Ересек топ №7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Адымдал жүру; сапта бір-бірден жүгіру; аяқты бірге, алшак койып, бір аяқпен (он және сол қолымен алмастыры) секіру; оң және сол қолымен көлденен қойылған нысанага (2-2,5 метр кашықтықтан) лактыру.  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Поезд жүгіру;</u>          отырып және тұрып, турлі заттардың астынан 0,5-1,5 метр арақашықтықка доңгарды домалату  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Шыбыққа қалпак кигізу</u>  <u>Максаты:</u> бір бағытты бағыттап, нысанды дәлдеп қалпақты лактыру       </p>

	<p>тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпестімен өрмелей; он және сол аяқты алмастырып, заттардың арасымен арақашыктығы 3 метр) секіру;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Мұсін болып тұр</p>	<p><u>жаттыгулар.</u> <u>Негізгі кимылдар:</u> шашырап, тапсырмаларды орындай отырып журу; бір-бірінен 10 сантиметр кашыктықта орналасқан тақтайшалардың кырлы тақтайдаң бойымен тепе тендік сактал журу; допты кеуде тұсынан лактыру; он және сол колмен тік нысанага (нысана биіктігі-1,2 метр) лактыру сзықтан секіру</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Тышқандар мен мысық.</p>	<p>«жылаша» жүгіру; гимнастикалық скамейка бойымен колымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпестімен өрмелей; он және сол аяқты алмастырып, заттардың арасымен арақашыктығы 3 метр) секіру;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Мұсін болып тұр</p>	<p><u>жаттыгулар.</u> <u>Негізгі кимылдар:</u> шашырап, тапсырмаларды орындай отырып журу; кырлы тақтайдаң бойымен тепе тендік сактал журу; токтамай бағу карқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру; тұрган орнынан ұзындықка 40 сантиметр кашыктықка секіру;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Өз түсінді тап.</p>	<p>дагдысын дамыту <u>Ойын барысы:</u> Балалар тәрбиешінің көмегімен екі топка белініп тұрады. Эр топ баласы белгілі кашыктықта тұрган шыбыққа, кезегімен калпакты лактырып кигізеді... Балалар бір бағытты бағыттай білуге үйренеді</p>
<b>Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар</b>		Күжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.			
<b>Үйымдастырушылық жұмыстары</b>		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сактау.			

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді:Риел Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсебі 02.01.2023	Сейсебі 03.01.2023	Сәрсебі 04.01.2023	Бейсебі 05.01.2023	Жұма 06.01.2023
Ұйымдастырылған іс әрекеттер				<p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі қимылдар:</u>          салта бір-бірден жүру «жыланша» жүгіру; 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысанага ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанага лактыру; бағыт бойынша түзелу  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Кішкене маймылдар</u>  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>          Шанғымен жүру: ерекстердің көмегімен шанғымен бірінің артынан бірі жүру; шанғыны киіп, шешу.  <u>Мад топ №4,10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі қимылдар:</u>          Тоқтап, жартылай отырып жүру;       </p>	<p><u>Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі қимылдар:</u>          белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру; 1,5–2 минут тоқтамай жүгіру; 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанага құм салынғантүзелу.  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Кояндар</u>  <u>Ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі қимылдар:</u>          белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру; орнында бағу айналу; шагын топка бөлініп және бүкіл топпен жүгіру; доптарды бір-біріне домалату арқаның астынан нысанага дейін терттагандап       </p>	

				<p>Тепе-тендікті сактай отырып, арқан бойымен жүрү; Допты жоғары лактыру, төмөн - еденге (жерге) согу, қағып алу.</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Ақ доп, кызыл доп</p> <p><u>Спорттық жаттыгулар:</u> Шанамен сырғанау, биқ емес төбеден сырғанау.</p>	<p>Максаты: балаларды ауышбіршілікке баулу</p>	<p>(алақаймен, тіземен тіреп) енбектеу.</p> <p><u>Кимылды ойын</u> Күн мен жаңбыр</p> <p>Максаты: балаларга ойынның максатын, ойын барысын түсіндіріп, үйретемін</p>
<b>Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар</b>	Күжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.					
<b>Үйімдастырушылық жұмыстары</b>	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт кауіпсіздік ережелерін сактау.					

Дайындаған: Сексенбаева А

## Циклограмма

Тексерді: Риц Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 09.01.2023	Сейсенбі 10.01.2023	Сәрсенбі 11.01.2023	Бейсенбі 12.01.2023	Жұма 13.01.2023
<b>Ұйымдастырылған іс әрекеттер</b>		<u>Ортаңғы топ №4,5</u> <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> <u>Негізгі кимылдар:</u> <u>сапта бір-бірден жүру;</u> <u>шаширап жүгіру;</u> <u>50 сантиметр биіктікте ілінген арқаның астынан енбектеу;</u> <u>багыт бойынша тузелу.</u> <u>Кимылды ойын:</u> <u>Коймадагы тышқандар</u> <u>Мектепалды топ №10</u> <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> <u>Негізгі кимылдар:</u> <u>Алға карай жүру;</u> <u>кедергілерден ету арқылы жүгіру; бір орында тұрып биіктікке секіру (6-8 метр); кедір-бұдыр тақтай бойымен тепе-</u>	<u>Ортаңғы топ №4</u> <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> <u>Негізгі кимылдар:</u> <u>бұрылып, заттарды айналып жүру;</u> <u>Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы:</u> <u>тоқтап жүгіру,</u> <u>Тұрган орында кос аяклен секіру.</u> <u>Кимылды ойын:</u> <u>Поезд</u> <u>Ересек топ №7,11</u> <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> <u>Негізгі кимылдар:</u> <u>жүру, жүгіру;</u> <u>отырып, кедір-бұдыр тақтай бойымен тепе-тендікті сақтап жүру;</u> <u>орында айналу</u> <u>Кимылды ойын:</u> <u>Жүгіріп етуге үлгер</u> <u>Спорттық ойын</u> <u>элементтері:</u>	<u>Ересек топ №11</u> <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> <u>Негізгі кимылдар:</u> <u>бұрылып, заттарды айналып жүру</u> <u>Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру;</u> <u>2-3 метр қашықтыққа алға караіжылжып секіру.</u> <u>Кимылды ойын:</u> <u>Куыр-куыр куырмаш.</u> <u>Спорттық жаттыгулар:</u> <u>Шанамен сырғанау. биік емес төбеден сырғанау.</u> <u>Мад топ №4,10</u> <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> <u>Негізгі кимылдар:</u> <u>жүру; шашырап жүгіру;</u> <u>4-5 сызықтан аттап (сызықтарды арақашықтығы 40-50 сантиметр) секіру.</u> <u>Ортаңғы топ №5</u> <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> <u>Негізгі кимылдар:</u> <u>(сызықтарды арақашықтығы 40-50 сантиметр) секіру</u> <u>Кимылды ойын:</u> <u>Тауықлен мен балапандар</u>	<u>Ересек топ №7,11</u> <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> <u>Негізгі кимылдар:</u> <u>алғақарай жүру; 1,5-2 минутоктамажүгіру;</u> <u>бірнеше заттардан енбектеп ету;</u> <u>бір орында тұрып биіктікке секіру (6-метр); Кимылды ойын:</u> <u>Кімнің тобы тез жинақталады?</u> <u>Спорттық ойын</u> <u>элементтері:</u> <u>Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жакка багыттайтырып лақтыруды үрресту.</u> <u>Ортаңғы топ №5</u> <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> <u>Негізгі кимылдар:</u> <u>бұрылып, заттардайналып жүру. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша</u> <u>Кимылды ойын:</u> <u>Автобус</u>	<u>Ересек топ №7</u> <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> <u>Негізгі кимылдар:</u> <u>сапта бір-бірден жүру; шашырап жүгіру; 50 сантиметр биіктікте ілінген арқаның астынан енбектеу; 4-5 сызықтан аттап (сызықтарды арақашықтығы 40-50 сантиметр) секіру.</u> <u>Кимылды ойын:</u> <u>Торгайлар мен мысық</u> <u>Мақсаты: Балаларға ойын барысын түсіндіру, өз белгінше ойнауды қалағалау аяктың ұшымен, белгі бойынша тоқтап жүгіру; 10-15 сантиметр биіктікten секіруден таралату</u> <u>Кимылды ойын:</u> <u>Автобус</u>

		<p><u>тендікті сақтап жүру;</u>  <u>Кімбылды ойын;</u>          Табан балық және шортан</p>	<p>Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыруды үйрету.</p>	<p><u>спортық жаттыгулар;</u>          Шанғымен жүру: ересектердің көмегімен шанғымен бірінің артынан бірі жүру;</p>	<p>көрсетілген жерге жүгіру; Тұрган орнында кос аякпен, 2-3 метр кашықтыкка алға қарай жылжып секіру.  <u>Кімбылды ойын;</u>          Құстардың ұшып келуі</p>	
<b>Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар</b>	Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.					
<b>Үйымдастырушылық жұмыстары</b>	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ерт қауіпсіздік ережелерін сактау.					

Дайындалған: Сексенбаева А

**Циклограмма**

Тексерді: Рицел Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 16.01.2023	Сейсенбі 17.01.2023	Сәрсенбі 18.01.2023	Бейсенбі 19.01.2023	Жұма 20.01.2023
<b>Үйымдастырылған іс</b> <b>әрекеттер</b>		<p><b>Ортаңғы топ №4,5</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жүру; жыланшажұтіру;          1,5 метр қашықтықта тігінен койылған (нысанда ортасыныңбіктігі 1,5 метр) нысанага лактыру;          бөрененің бойымен тепе-тәндікті сақтап жүру.  <u>Кимылды ойын:</u>          Коймадағы тышқанда</p> <p><b>Мектепалды топ №10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u> журу; кедергілерден ету арқылы әртүрлі жылдамдықпен – бағу карқынмен 1,5–2 минут тоқтамай жүтіру; бір орында тұрып биіктікке секіру (68 метр); 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанага күм салынған капшықты лактыру;</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>          Біз кенілді балалармыз...</p>	<p><b>Ересек топ №7,11</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жүру; шашырап жүтіру; 1,5–2 минуттоқтамай жүтіру;</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>  <u>Эткешек</u>          (Карусель)  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>  <u>Шанамен сырғанау.</u>          Бір-бірін шанамен сырғанату.</p> <p><b>Ортаңғы топ №4</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жартылай отырып, бұрылыпжұру;</p> <p><b>Допты жогары</b>          лактыру, томен - еденге (жерге) согу;</p>	<p><b>Ересек топ №11</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          салта бір-бірден жүру; 1,5–2 минуттоқтамай жүтіру;</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>  <u>Шанамен сырғанау.</u>          Бірінің артынан 1,5–2 минуттоқтамай жүтіру;</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b>  <u>Шанғымен журу:</u>          ересектердің көмегімен шанғымен бірінің артынан бірі жүру;</p> <p><b>Мад топ №4,10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          заттарды айналып жүру;</p>	<p><b>Ересек топ №7,11</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          белгі бойынша басқа бағытка бұрылыпжұру, әр кадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-колға ауыстыра отырып, кедір-бұдыр тақтай бойымен тепе-тәндікті сақтап жүру;</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>  <u>Күшкене маймылдар</u>  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>  <u>Шанғымен журу:</u>          ересектердің көмегімен шанғымен бірінің артынан бірі жүру;</p> <p><b>Мад топ №4,10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          заттарды айналып жүру;</p>	<p><b>Ересек топ №7</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          салта бір-бірден жүру; жыланшажұтіру; 1,5 метр қашықтықта тігінен койылған (нысанда ортасыныңбіктігі 1,5 метр) нысанага лактыру; 50 сантиметр биіктікте шашырап жүтіру;</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>  <u>КояндарМақсаты:</u> баларды үйимшылдықка үрету.</p> <p><b>Ортаңғы топ №5</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тақтайдағы үстімен 20 сантиметра арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергілерден (ленталардан, текшелерден және тағы басқа) аттап жүру;</p> <p><b>Шагын топка бөлініп және бүкіл топпен жүтіру;</b>          10-15 сантиметр биіктікten</p>

		<p>салқа тұру  <u>Кимылды ойын:</u>  «Допты дәлдеп лактыр»  <u>Максаты:</u> Балаларды шапшандыкка, үйымшылдыққа тәрбиелеу.</p>	<p>белгі бойыниша көрсетілген жерге жүгіру; туннельарқылы енбектеу; бір-бірінің жанына салқа тұру;  <u>Кимылды ойын:</u>  Құстардың үшшіп келуі  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>  Шанамен сырғанаш.  Шанамен бір-бірін сырғанату;</p>	<p>заттарды айналып журу; Допты жогары лактыру, темен - еденге (жерге) соғу; туннельарқылы енбектеу; салқа тұру.  <u>Кимылды ойын:</u>  Сакина жасыру</p>	<p>секіру  <u>Кимылды ойын</u>  Торгайлар  Максаты:  Шапшандықса, төзімділікке үйрету және баулу.</p>
<b>Өз білімін жетілдіру бойыниша жұмыстар</b>		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.			
<b>Үйымдастырушылық жұмыстары</b>		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Кауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сактау.			

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 23.01.2023	Сейсенбі 24.01.2023	Сәрсенбі 25.01.2023	Бейсенбі 26.01.2023	Жұма 27.01.2023
Үйымдастырылған іс әрекеттер		<p><u>Ортаңғы топ №4,5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          журу; шашырап жүгіру;          4–5 сзықтан атап (сызыктардың аракашықтығы 40–50 сантиметр) секіру,          1,5 метр кашықтықта тігінен койылған (нысанда ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанага лактыру;  <u>Кимылды ойын:</u>          Тауыкпен менбалапандар  <u>Мектепалды топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          журу; эртүрлі жылдамдықпен – бағу карқынмен 1,5–2 минуттотамай жүгіру; бір орында тұрып биіктікке секіру (6–8 метр); кедір-бұдыр тақтай бойымен төп-тәндікті сақтап жүру; орнында айналу  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Акку-каздар</u>  <u>Спорттық ойын</u>  <u>Элементтері:</u> </p>	<p><u>Ортаңғы топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Токтап, заттарды айналып жүру; тұрган бір орнында кос аякленескіру.  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Тырнапар - Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          белгі бойынша баска бағытка бұрылып жүру бірнеше заттардан енбектеп ету; бір орында тұрып биіктікке секіру (6–8 метр); кедір-бұдыр тақтай бойымен төп-тәндікті сақтап жүру; орнында айналу  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Шанғымен жүру:</u>  <u>Ересектердің көмегімен шанғымен бірінің артынан бірі жүру;</u></p>	<p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          сапта бір-бірден жүру; жүгіру; 50 сантиметр биіктікте ішінен арканиң астынан енбектеу; берененің бойымен төп-тәндікті сақтап жүру; бағыт бойынша тузелу  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Торғайлар меммисық орнында айналу</u>  <u>Спорттық жаттығулар:</u>  <u>Шанғымен жүру:</u>  <u>Ересектердің көмегімен шанғымен бірінің артынан бірі жүру;</u></p>	<p><u>Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          алғарадай жүру; эртүрлі жылдамдықпен – бағу карқынмен 1,5–2 минуттотамай жүгіру; 2–2,5 метр аракашықтықта тігінен койылған (нысанда ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанага лактыру; бағыт бойынша тузелу  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Масаны ұстап ал Ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          белгі бойынша тоқтап жүру; аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап жүгіру; эртүрлі заттардың арканиң астынан нысанага дейін төрттагандап (алақанымен, тіземен тіреп) енбектеу.  <u>Кимылды ойын</u>  <u>Шарды ұста</u></p>	

	<p>отырып, жүру; <u>Кимылды ойын:</u> Күңгір жылдам ұста Мақсаты: балаларға жылдамдықты, шашшандықты үйрету.</p>	<p>Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыруды үйрету.</p>	<p>көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы сибектеу; бірінің артынан бірі салқа тұру, бір- бірінің жаңына салқа тұру. <u>Кимылды ойын:</u> Ақ доп, кызыл доп <u>Спорттық</u> <u>жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. білік емес тәбеден сырғанау.</p>	<p>жүру; белгі бойынша керсетілген жерге жүтіру; 2-3 метр кашықтықта алға қарайжылжып секіру; бір-бірінің жаңына салқа тұру, шенберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). <u>Кимылды ойын:</u> Поезд. балалар өз- өзімен ойнау</p>	
<b>Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар</b>	Күжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
<b>Үйымдастырушылық жұмыстары</b>	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Кауіпсіздік техникасы мен ерт кауіпсіздік ережелерін сактау.				

Дайындалған: Сексенбаева А

**Циклограмма**

Тексерді: Рицел Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 30.01.2023	Сейсенбі 31.01.2023	Сәрсенбі 01.02.2023	Бейсенбі 02.02.2023	Жұма 03.02.2023
<b>Үйымдастырылған іс әрекеттер</b>		<p><u>Ортанғы топ №4,5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  журуді жүгірумен алмастырып журу баяу каркынмен жүргіру 4–5сызыктан атта(сызыктардың аракашықтығы 40–50 сантиметр) секіруонга, солға бұрылу <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Кешікпе</u>  <u>Мектепалды топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  колдан бастапқы калыптарын езгерте отырып, әртурлі каркында секіргіштен аттап журу; кедергілерден ету арқылы 1,5–2 минуттогамай жүгіру; допты екі колымен бір-біrine (аракашықтығы 1,5–2метр) басынан асыра лактыру; онға, солға бұрылу. <u>Кимылды ойын:</u> Алыш ойныны Спорттық ойын элементтері;</p> <p><u>Баскетбол элементтерін</u> үйрету. Кеуде тұсынан екі колымен допты бір-біrine лактыру. Допты он және сол колмен алым жүруге жаттықтыру.</p> <p><u>Ортанғы топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u></p>	<p><u>Ересек топ №11,7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  колдан бастапқы калыптарын езгерте отырып, әртурлі каркында секіргіштен аттап журу; күрсаудан енбектеп ету. колды екі жаққа созып, басқа калышқа койып, заттардан аттап ету <u>Кимылды ойын:</u>  Күн шуак және жаңбыр Спорттық жаттыгулар;  Шанамен сырғанау: төбешіктен сырғанау; бір-біrin сырғанату, шанамен төбешікке жетерілу, төбешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен ез бетінше сырғанау.</p> <p><u>Мад топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  Еденге койылган заттардан аттап журу; «жыланша» жүгіру; Заттарды он және сол колмен кашықтықка лактыру (2,5-5 метр кашықтық);</p>	<p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  колдан бастапқы калыптарын езгерте отырып, әртурлі каркында секіргіштен аттап журу; күрсаудан енбектеп ету.</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Ойништы алып кел. <u>Мад топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  Әртурлі бағытта және берілген бағытта шенбер бойымен жүзу;</p>	<p><u>Ортанғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  журуді жүгірумен алмастырып журу шапшаң және баяу каркынмен жүргіру күрсаудан енбектеп ету.</p> <p><u>4–5сызыктан атта(сызыктардың аракашықтығы 40–50 сантиметр) секіруонга, солға бұрылу.</u>  <u>Кимылды ойын:</u> Ойништы алып кел. <u>Мад топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  Әртурлі бағытта және берілген бағытта шенбер бойымен жүзу;</p>	<p><u>Ортағы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  журуді жүгірумен алмастырып журу шапшаң және баяу каркынмен жүргіру күрсаудан енбектеп ету.</p>

		<p><b>Асық ойыны</b>  <b>Максаты;</b> балаларга асық ойының ойналу жолдарын үйрету, ойынның маныздылығын түсіндіру</p>	<p>Еденге койылған заттардан аттап жүру; шашырап жүтіру; дөганиң астымен (бінктігі 40 сантиметр) құрсаудақ құрсауга секіру; шенбердегі ез орнын табуга үйрету.</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>  <b>Поезд</b></p>	<p>Шенбердегі ез орнын табуга үйрету</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>  <b>«Допты дәлдеп лактыр»</b>  <b>Спорттық жаттығулар:</b>          Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау.</p> <p><b>МАД топ №10</b>  <b>Жалпы дамытуши жаттығулар:</b>  <b>Негізгі кимылдар:</b>          Өртүрлі бағытта Жүру; гимнастикалық скамейканың үстімен жүру; шашырап жүтіру; Бінктігі 10 сантиметр, ауданы 50 x 50 сантиметр модульге өрмелуе.</p> <p><b>Кимылды ойын</b> Күн мен жанбыр</p>	<p>Лактыру (2,5-5 метр кашықтық), құрсаудан құрсауга секіру</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>  <b>Ак доп, қызыл доп</b>  <b>Максаты:</b> Дене кимыллының жылдамдығы мен допты алу әректін дамыту. Ойн барысында қактығыспауды қалыптастыру</p>	<p>санитиметр модульге өрмелуе.</p> <p><b>Кимылды ойын</b> «Ортамызда кім жок»</p> <p><b>Максаты:</b> үйымшылдықта, бірлесіп оинауга баулу</p>
<b>Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар</b>		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
<b>Үйымдастырушылық жұмыстары</b>		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт кауіпсіздік ережелерін сактау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

**Циклограмма**

Тексерді:Риал, Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсебі 06.02.2023	Сейсебі 07.02.2023	Сәрсебі 08.02.2023	Бейсебі 09.02.2023	Жұма 10.02.2023
<b>Ұйымдастырылған іс</b> <b>әрекеттер</b>		<p><u>Ортанғы топ №4.5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Жүру; түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шашашаң және баяу карқынмен жүргіру; допты бір-біріне төменинен жәнбастан асыра лактыру (1,5 метр қашықтықта), қагып алу; онғолға бұрылу <u>Кимылды ойын:</u> Өз түсінді тал Мектепалды топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u></p> <p><u>Негізгі кимылдар:</u> әртүрлі карқында секіріштен аттап журу; орташа карқынмен 1,5–2 минуттоқтамай жүгіру; әр кадам сайын допты алдынан</p>	<p><u>Ортанғы топ №4.5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Жүру; кедергілерден ету арқылы жүгіру; әртүрлі тәсілдермен күрсаудың ішіне енбектеп ету; гимнастикалық скамейка бойымен тепе-тәндікті сактап журу; онға, солға бұрылу <u>Кимылды ойын:</u> Ханталапай</p> <p><u>Мектепалды топ Жалпы дамытушы жаттығулар.</u></p> <p><u>Негізгі кимылдар:</u> әртүрлі карқында секіріштен аттап журу; орташа карқынмен 1,5–2 минуттоқтамай жүгіру; әр кадам сайын допты алдынан</p>	<p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Жүруді жүгірумен алмастырып жүржүргіру; қолды екі жакқа созып, басқа капшық койып, заттардан аттап ету, бұрылу; онға, солға бұрылу <u>Кимылды ойын:</u> Тышақандар мен мысықтар Спорттық жаттығулар:</p> <p><u>Шанамен сырғанау:</u> тәбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен тәбешікке көтерілу, тәбешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен ез бетінше сырғанау.</p> <p><u>Мад топ №4,10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u></p> <p><u>Негізгі кимылдар:</u> Жүру; жан-жаққа баяу айналу.</p>	<p><u>Ортанғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Көлдиң бастапкы калыптарын езгерте отырып жүру; 1,5–2 минут тоқтамай жүгіру; бір аяклен және қос аяқпен күрсауда күрсауга секіруа ракашықтықтығы 40 сантиметрдопты екі колымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 метр) басынан асыра лактыру;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Хан алши Спорттық жаттығулар:</p> <p><u>Шанғымен жүру.</u> Бірінің артынан бір ауыспалы кадаммен алға жылжу, он және сол аяқтарымен сырғанауды. Бір орнында тұрып онға, солға бұрылу, айналуды үйрету.</p> <p><u>Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u></p> <p><u>Негізгі кимылдар:</u></p>	<p><u>Ортанғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Жүруді жүгірумен алмастырып жүру; шашашаң және баяу карқынмен жүргіру; 4–5 сзықтан аттап (сзықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру; допты бір-біріне төменинен және бастан асыра лактыру (1,5 метр қашықтықта), қагып алу;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Жалауга қарал жүгіру.</p> <p><u>Мад топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u></p> <p><u>Негізгі кимылдар:</u> Тура жолмен, сзықтармен шектелген (еңі 20–25 сантиметр, ұзындығы 2–2,5 метр) жіппің бойымен</p>

		<p>немесе артынан колдан-колга ауыстыра отырып, гимнастикалық скамейка бойымен тепе-тендікті сақтап жүру;онға, согла бұрылу.</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Атбасыл</p>	<p>Коян мен қасқыр Максат:турлі қозгалыс қимылтын (секіру,жүгіру, бытырап жүру әр бағытта) орындауды кальптастырып, белгі бойынша орынды тауып отыруды үйрету</p>	<p>шенбер бойымен жүгіру;</p> <p>Заттарды он және сол колмен қашыктықка лактыру (2,5-5 метр қашыктық);</p> <p>құрсаудан құрсауга секіру;Саптагы ез орнын табуга үйрету.</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп</p> <p><u>Спорттық жаттыгулар:</u> Шанамен сырғанау.</p> <p>Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау.</p>	<p>Жүру;жан-жакка баюя айналу;шенбер бойымен жүгіру;</p> <p>Заттарды он және сол колмен қашыктықка лактыру (2,5-5 метр қашыктық);</p> <p>арқаның,доганың астымен (білктігі 40 сантиметр)құрсаудан құрсауга секіру;</p> <p>Саптагы ез орнын табуга үйрету.</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Сақина жасыру</p> <p>Максаты:үйымшылдықка баулу</p>	<p>жүру;заттардан (білктігі 10-15 сантиметр) аттап жүру;багытты өзгертіп жүгіру;Білктігі 10 сантиметр, ауданы 50 x 50 сантиметр модульге өрмелу.</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Төгілген жіптерді жылдам жина</p>
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар	Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.					
Үйымдастырушылық жұмыстары	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Кауіпсіздік техникасы мен өрт кауіпсіздік ережелерін сактау.					

Дайындаған:Сексенбаева А

## Циклограмма

Тексерді: Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 13.02.2023	Сейсенбі 14.02.2023	Сәрсенбі 15.02.2023	Бейсенбі 16.02.2023	Жұма 17.02.2023
Үйымдастырылған іс өрекеттер		<p><u>Ортаңғы топ №5,4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>Жұру;</u>  <u>турлі тапсырмаларды орындаі отырып: шапшаң және бағу карқынмен жүргіру;</u>  <u>курсаудан сибектеп ету;</u>  <u>колды екі жакка созып, басқа капшық қойып, заттардан аттап ету, бұрылу;</u>  <u>онга, солға бұрылу</u><b>Кимылды ойын: «Ұшты-ушты»</b><u>Мектепалды топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>әртүрлі карқында секіргіштен аттап жүру;</u>  <u>кедергілерден ету арқылы</u>  <u>әртүрлі</u>  <u>жылдамдыкленжүгіру; допты екі колымен бір-біріне (аракашыкты 1,5-2метр) басынан асyра лактыру; әкадам сайын допты алдынан немесе артынан колдан-колға ауыстыра отырыпжүру;</u></p>	<p><u>Ортаңғы топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>әртүрлі карқында секіргіштен аттап жүру;</u>  <u>кедергілерден ету арқылы</u>  <u>әртүрлі</u>  <u>жылдамдыкленжүгіру; әртүрлі тәсілдермен курсаудың ішине сибектеп ету; имнастикалық скамейка бойымен тепе-тәндікті сақтап жүру;</u>  <u>Кимылды ойын: Соқыр теке</u>  <u>Ересек топ №11,7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>edenge койылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа бағу айналу.</u>  <u>Бір кырымен косалқы кадаммен келбеу тақтай (20-30 сантиметр) тепе-тәндікті сақтап жүру; шашырап жүпру;</u>  <u>доганын астымен (білктігі 40 сантиметр) курсаудан курсауга секіру</u><b>Кимылды ойын:</b>  <b>«Допты дәлдеп лактыр»</b></p>	<p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>жүруді жүгірумен алмастырып жүру;</u>  <u>жүргіру;</u>  <u>допты бір-біріне төмөннен және бастаң асyра лактыру (1,5 метр кашыктықта),</u>  <u>кагыл алу;</u>  <u>колды екі жакка созып, басқа капшық қойып, заттардан аттап ету, бұрылу;</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Трамвай</u>  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>  <u>Шанамен сырғанау:</u>  <u>тебешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен тебешікке кетерілу,</u>  <u>тебешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен ез бетінше сырғанау.</u>  <u>Мад топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>edenge койылған</u></p>	<p><u>Ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>колдың бастапкы калыптарын езгерте отырып жүру;</u>  <u>жүргіру;</u>  <u>бір аякпен және қос аякпен курсаудан курсауга секіру</u>  <u>аракашыктығы 40 сантиметр;</u>  <u>гимнастикалық скамейка бойымен тепе-тәндікті сақтап жүру;</u>  <u>онга, солға бұрылу.</u>  <b>Кимылды ойын:</b>  <u>Поезд</u>  <b>Мад топ №10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>гимнастикалық скамейканың үстімен жүру;</u>  <u>Шанамен жүру. Бірнің заттардан (білктігі 10-15 сантиметр) аттап жүру;</u>  <u>30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру;</u>  <u>Білктігі 10 сантиметр, ауданы 50 x 50 сантиметр модульге ермелу.</u>  <b>Кимылды ойын</b></p>	<p><u>Ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>жан-жаққа бағу айналып жүру;</u>  <b>Автобус</b>  <b>Мад №10</b></p>

		<p><u>Кимылды ойын:</u> Ақсерек - көкөрек</p> <p>заттардан аттал журу; Бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тактай (20-30 сантиметр) тепе- тендікті сақтап журу; шенбер бойымен жүгіру; Заттарды он және сол колмен кашықтықка лактыру (2,5-5 метр кашықтық); Салтагы, шенбердегі өз орнын табуга үйрету.</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> <b>«Күміс алу»</b> <b>Спорттық жаттығулар</b> Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырганату; бінік емес тебеденсырганау.</p>	<p>журу; edenge қойылған тақтай бойымен тепе-тендікті сақтап журу; кұрсаудан кұрсауга секіру</p> <p><u>Кимылды ойын:</u> Құстардың ұшып келуі Максаты;</p> <p><b>Максаты:</b> Еркін кимыллын жетілдіріп, жүгіру, бұрылу, бір бірімен қақтығыспау әрекетін калыптастырып, жылдам кимылдауға дагдыландыру</p>	<p><b>Жалпы дамытуши</b> <b>жаттығулар.</b></p> <p><b>Негізгі кимылдар:</b> гимнастикалық скамейканың үстімен журу; орнында баюу айналу; жүруден жүгіруге және керісінше ауысу; Екі колмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастаның калыпта 0,5- 1,5 метр аракашықтықтағы нысанага (темен, жогары) лактыру</p>
<b>Өз білімін жетілдіру бойынша</b> <b>жұмыстар</b>		Күжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.		
<b>Үйымдастырушылық</b> <b>жұмыстары</b>		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сактау.		

Дайындаған: Сексенбаева А

## Циклограмма

Тексерді:Риел Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 20.02.2023	Сейсенбі 21.02.2023	Сәрсенбі 22.02.2023	Бейсенбі 23.02.2023	Жұма 24.02.2023
<u>Ұйымдастырылған іс зеркеттер</u>		<p><u>Органды топ №5,4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кіммеллер:</u>  <u>жүруді жүтірумен алмастырып журу;</u>  <u>турлі тапсырмаларды орындаі отырып жүргіру;</u>  <u>4-5 сыйыктан аттап (сызыктардың аракашықтығы 40-50 сантиметр) секіру,</u>  <u>колды екі жакка созып, басқа капшық койып, заттардан аттап ету, бұрылу;</u>  <u>онга, солға бұрылу</u>  <u>Кіммелді ойын:</u>  <u>Орамал тастамак</u>  <u>Мектепалды топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кіммеллер:</u>  <u>әртурлі карқында секіргіштен аттап журу;</u>  <u>кедергілерден ету арқылы әртурлі жылдамдықпен жылдам, орташа карқынмен 1,5-2 минуттектамай жүтіру;</u>  <u>допты екі колымен бір-бірінсі (аракашықтығы 1,5-2 метр) басынан асyrа лактыру;</u>  <u>онга, солға бұрылу.</u>  <u>Кіммелді ойын:</u>  <u>Күш синаспак</u></p>	<p><u>Органды топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кіммеллер:</u>  <u>колдың бастапкы калыптарын езгерте отырып журу;</u>  <u>1,5-2 минуттектамай жүргіру;</u>  <u>бір аяклен және кос аяклен құрсаудан құрсауга секіру аракашықтығы 40 сантиметр;</u>  <u>гимнастикалық скамейка бойымен тепе-төндікті сактал журу;</u>  <u>Кіммелді ойын: Аркан тарту</u>  <u>Спорттық ойын:</u></p>	<p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кіммеллер:</u>  <u>Журу; шапшаң және бауу калыптарын езгерте отырып, ортулғы карқында секіргіштен аттап журу;</u>  <u>допты бір-бірінен теменинен және бастан асyrа лактыру (1,5 метр кашықтықта), калыптарын езгерте отырып, ортулғы карқында секіргіштен аттап журу;</u>  <u>1,5-2 минуттектамай жүргіру;</u>  <u>Кіммелді ойын:</u>  <u>Шанамен сырғанау:</u>  <u>тәбешіктен сырғанау;</u>  <u>бір-бірін сырғанату,</u>  <u>шанамен тәбешікке кетерілу, тәбешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен ез бетінше сырғанау.</u>  <u>Мад топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кіммеллер:</u>  <u>жан-жакка бауу айналу.</u>  <u>Еденге койылған заттардан аттап журу, жан-жакка бауу айналу.</u>  <u>Бір қырымен косалқы кадаммен көлбесу тактай (20-30 сантиметр) тепе-төндікті сактал журу, шенбер</u></p>	<p><u>Органды топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кіммеллер:</u>  <u>жүруді жүтірумен алмастырып журу;</u>  <u>турлі тапсырмаларды орындаі отырып: шапшаң және бауу карқынмен жүргіру; құрсаудан езбектеп ету.</u>  <u>4-5 сыйыктан аттап (сызыктардың аракашықтығы 40-50 сантиметр) секіру,</u>  <u>жоне бастан асyrа лактыру (1,5 метр кашықтықта), калыптарын езгерте отырып, ортулғы карқында секіргіштен аттап журу;</u>  <u>1,5-2 минуттектамай жүргіру; әртурлі тәсілдермен құрсаудың ішінен езбектеп ету; бір аяклен және кос аяклен құрсаудан езбектеп ету.</u>  <u>Кіммелді ойын:</u>  <u>Сакина жасыру</u>  <u>Органды топ</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кіммеллер:</u>  <u>жан-жакка бауу айналу.</u>  <u>Шенбердегі ез орнын табуга уйрету.</u>  <u>Кіммелді ойын: Поезд Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кіммеллер:</u></p>	<p><u>Органды топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кіммеллер:</u>  <u>жүруді жүтірумен алмастырып журу;</u>  <u>турлі тапсырмаларды орындаі отырып: шапшаң және бауу карқынмен жүргіру; құрсаудан езбектеп ету.</u>  <u>4-5 сыйыктан аттап (сызыктардың аракашықтығы 40-50 сантиметр) секіру,</u>  <u>жоне бастан асyrа лактыру (1,5 метр кашықтықта), калыптарын езгерте отырып, ортулғы карқында секіргіштен аттап журу;</u>  <u>1,5-2 минуттектамай жүргіру; әртурлі тәсілдермен құрсаудың ішінен езбектеп ету; бір аяклен және кос аяклен құрсаудан езбектеп ету.</u>  <u>Кіммелді ойын:</u>  <u>«Хан талапай»</u>  <u>Мад топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кіммеллер:</u>  <u>жан-жакка бауу айналу.</u>  <u>Шенбердегі ез орнын табуга уйрету.</u>  <u>Кіммелді ойын: Поезд Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кіммеллер:</u></p>

		<p>бойымсен, «жыланша», шашырап жүгіру; курсаудан құрсауга сәкіру Саптагы, шенбердегі өз орнын табуга үйрету.</p> <p><u>Кіммелди ойын:</u> Коян мен каскыр</p>	<p>доганаң астымен (білктігі 40 сантиметр) сәкіру</p> <p><u>Кіммелди ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп</p> <p><u>Спорттық жаттыгулар:</u> Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; білік емес тебеденсырганау.</p> <p><u>Мад топ №10</u> <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар:</u></p> <p><u>Негізгі кіммеллер:</u> Әртүрлі бағытта және берілген бағытта шенбер бойымен, колдарын ортурлі қалыпта ұстап журу; бағытты езгертіп, шашырап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру, журуден жүгіруте және керісінше ауысу;</p> <p>Екі колмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр аракашыктығын нысанага (темен, жогары) лактыру.</p> <p><u>Кіммелди ойын:</u> Өз үйінді тап</p>	<p>Тура жолмен, сымыктармен шектелген (сіл 20-25 сантиметр, ұзындығы 2-2,5 метр) жілтің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру, заттардан (білктігі 10-15 сантиметр) аттап журу, орнында балу айналу; Білктігі 10 сантиметр, үуданы 50 x 50 сантиметр модульге ермелдеу; еденде жатқан лентадан аттапекіруте үйрету.</p> <p><u>Кіммелди ойын:</u> Шарды ұста</p> <p><u>Спорттық жаттыгулар:</u> Шанамен сырғанау: шанага отырып, тебешікten сырғанауга, шананы жібінен сұйретуге, ойнишиктерды шанамен сырғанатуға үйрету.</p>	<p>бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр аракашыктығын нысанага (темен, жогары) лактыру</p> <p><u>Кіммелди ойын:</u> Күн мен жанбыр</p>
Өз білімін жетілдіру бойынша жүмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.			
Ұйымдастырушылық жүмыстары		Жабдықтарды жиіндеу, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ерт клауіпсіздік сrezжелерін сактау.			

Дайындаған: Сексенбаева А

## Циклограмма

Тексерді: Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 27.02.2023	Сейсенбі 28.02.2023	Сәрсенбі 01.03.2023	Бейсенбі 02.03.2023	Жұма 03.03.2023
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		<p><u>Ортанды топ №5,4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар (танғы жаттыгулар кайталаңады).</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          ересектің белгісімен токтал, журуді секірумен алмастырып журу жетекшіні аұмстырып жүтіру 20-25 сантиметр білдіктен секіру, келбей тақтай бойымен (сін 2 сантиметр, білдігі 30-35 сантиметр) журу; орында айналу; <b>Кимылды ойын:</b>          Жалауга қарап жүтіру.  <b>Мектепалды топ №10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар (танғы жаттыгулар кайталаңады)</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          ересектің белгісімен токтал, козгалыс бағытын езгертіп, шашырап журу 100-120 метр аракашықтықта жүтіру; гимнастикалық кабыргамен ермелеву; допты сю колымен заттардың арасымен (аракашықтығы 4 метр) жүргізу; ор кадам сайын допты алдынан немесе артынан колдан-колға аұмстыра отырып, кедір-бұдыр тақтай, гимнастикалық скамейка бойымен тепе-тендікті сактап журу; <b>Кимылды ойын:</b>          Мұсін болып тұр Спортық жаттыгулар:  <u>Спорттың жаттыгулар:</u>          Спорт түрлерімен танымстыруды жалғастыру. Спорт заңда және спорт аланында кауіпсіздікте сактауда баулу.  <b>Ересек топ №11,7</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар (танғы жаттыгулар кайталаңады)</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Біркалышты, аяқтың ұшымен, тізсін жогары кетеріп журу сапта бір-бірден жүтіру. Негізгі кимылдар:  <u>Біркалышты, аяқтың ұшымен, тізсін жогары кетеріп журу</u> сапта бір-бірден жүтіру. Заттарды айналып және заттардың арасымен секіру Салтагы, шенбердең ез орын табута үрету.  <b>Кимылды ойын:</b>          Екі колмен, әртүрлі тасілдермен әртүрлі бастапқы калыпта 0,5-1,5 метр аракашықтықтағы нысанага (темсін, жогары)       </p>	<p><u>Ортанды топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          ересектің белгісімен токтал, журуді секірумен алмастырып журу түрлі тапсырмаларды орындаі отырып: жетекшіні аұмстырып жүтіру; гимнастикалық кабыргамен допты кедергілер арқылы бастаң асыра екі колымен отырып, кедір-бұдыр тақтай, гимнастикалық скамейка бойымен тепе-тендікті сактап журу; орында айналу, онға, солға бұрылу.  <b>Кимылды ойын:</b>          Орындарына жылдам жет Ересек топ №7,11  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Біркалышты, аяқтың ұшымен, тізсін жогары кетеріп журу сапта бір-бірден жүтіру. допты домалату, лактыру Заттарды айналып және заттардың арасымен секіру Салтагы, шенбердең ез орын табута үрету.  <b>Кимылды ойын:</b>          Екі колмен, әртүрлі тасілдермен әртүрлі бастапқы калыпта 0,5-1,5 метр аракашықтықтағы нысанага (темсін, жогары)       </p>	<p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          ересектің белгісімен токтал, журуді секірумен алмастырып журу шашырап журу 100-120 метр аракашықтықта орындаі отырып: жетекшіні аұмстырып жүтіру; гимнастикалық кабыргамен допты кедергілер арқылы бастаң асыра екі колымен отырып, кедір-бұдыр тақтай, гимнастикалық скамейка бойымен тепе-тендікті сактап журу; орында айналу, онға, солға бұрылу.  <b>Кимылды ойын:</b>          Орындарына жылдам жет Ересек топ №7,11  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Біркалышты, аяқтың ұшымен, тізсін жогары кетеріп журу сапта бір-бірден жүтіру. допты домалату, лактыру Заттарды айналып және заттардың арасымен секіру Салтагы, шенбердең ез орын табута үрету.  <b>Кимылды ойын:</b>          Тышқандар мен мысықтар Ересек топ №7  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          шағын топпен және бүкіл топпен карюанды езгерте отырып журу. бірінің сонынан бірі (20 метр дейін) шағын топка белініп және бүкіл топпен жүтіру.  <b>Кимылды ойын:</b>          Екі колмен, әртүрлі тасілдермен әртүрлі бастапқы калыпта 0,5-1,5 метр аракашықтықтағы нысанага (темсін, жогары)       </p>	<p><u>Ортанды топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          ересектің белгісімен токтал, журуді секірумен алмастырып журу түрлі тапсырмаларды орындаі отырып: жетекшіні аұмстырып жүтіру; гимнастикалық кабыргамен допты кедергілер арқылы бастаң асыра екі колымен отырып, кедір-бұдыр тақтай, гимнастикалық скамейка бойымен тепе-тендікті сактап журу; орында айналу, онға, солға бұрылу.  <b>Кимылды ойын:</b>          Орындарына жылдам жет Ересек топ №7,11  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Біркалышты, аяқтың ұшымен, тізсін жогары кетеріп журу сапта бір-бірден жүтіру. допты домалату, лактыру Заттарды айналып және заттардың арасымен секіру Салтагы, шенбердең ез орын табута үрету.  <b>Кимылды ойын:</b>          Тышқандар мен мысық Ересек топ №7,11  <u>Жалпы дамытушы</u></p>	

		<p>допты домалату, лақтыру Заттарды айналып жөнс заттардын арасымен сәкіру <u>Кімнілды ойын:</u> Коюн месі қасқыр</p>	<p><u>Спорттық жаттыгулар:</u> Велосипед тебу. Үш денгелекті велосипедті тура, шенбер бойымен, онғажане солға бүрүліп тебу. Спорт залда</p>	<p><u>Жаттыгулар.</u> <u>Негізгі кімнілдар:</u> шагын топпен және бүкіл топпен қарқынды вегерте отырып жүру. бірінің сонынан бірі (20 метр дейін) шагын топка белініп және бүкіл топпен жүтіру <u>Екі колмен, әртүрлі</u> тосілдермен әртүрлі бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр аракашықтыға нысанана (темен, жоғары) лақтыру <u>Кімнілды ойын:</u> <u>Шаштар</u> <u>Спорттық жаттыгулар:</u> Мұзды жолдармен сырғанаш: балаларды колынаң жетелеп сырғанату. Велосипед тебу: үш денгелекті велосипедке отыруға, одан ерессектердің көмегімен және көмегінсіз түсуге, ерессектердің көмегімен және ез бетінше рөлдібасқаруға үйрету.(спорт залда немесе аланқайда)</p>	<p>лақтыру <u>Кімнілды ойын:</u> Автобус</p>
<b>Оз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар</b>		Күжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.			
<b>Вариативтік белім бойынша жұмыс</b>					
<b>Ұйымдастырушылық жұмыстары</b>		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ерт қауіпсіздік ережелерін сактау.			

Дайындаған: Сексенбаева

## Циклограмма

Тексерді: Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсебі 06.03.2023	Сейсебі 07.03.2023	Сәрсебі 08.03.2023	Бейсебі 09.03.2023	Жұма 10.03.2023
Үйымдастырылған іс әрекеттер		<p><u>Ортанғы топ №5,4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          журужетекшін ауыстырып жүтіру          гимнастикалық қабыргага жогары-төмен ауыспалы кадаммен өрмелуе 20–25 сантиметр биіктікten секіру          орнында айналу;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u>  <u>Өз түсінді тап</u>  <u>Мектепалды топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          шашырап жүру журумен алмастыра отырып жүтіру; гимнастикалық қабыргамен өрмелуе, әр кадам сайын допты алдынан немесе артынан колдан-колга ауыстыра отырып гимнастикалық скамейка бойымен тепе-тендікті сактап жүру;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u>  <u>Кім кебірек заттарды жинайды?</u>  <u>Спорттық ойын элементтері:</u>          Футбол элементтерін үйрету. Берілген бағытка допты он және сол аяқпен тебуді. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты каклага тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабыргага тебу</p> <p><u>Ересек №11,7</u></p>	<p><u>Ортанғы топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          шашырап жүру журумен алмастыра отырып жүтіру; гимнастикалық қабыргамен өрмелуе, әр кадам сайын допты алдынан немесе артынан колдан-колга ауыстыра отырып, ұзын және кыска секіріштен секіру; әр кадам сайын допты алдынан немесе артынан колдан-колга ауыстыра отырыпкедір-бұдыр тақтайбойымен тепе-тендікті сактап жүру;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u>  <u>Доп кімде?</u>  <u>Спорттық ойын элементтері:</u>  <u>Ересек №11,7</u></p>	<p><u>Ортанғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          шашырап жүру журумен алмастыра отырып жүтіру; алға айналдыра отырып, ұзын және кыска секіріштен секіру; әр кадам сайын допты алдынан немесе артынан колдан-колга ауыстыра отырыпкедір-бұдыр тақтайбойымен тепе-тендікті сактап жүру;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u>  <u>Доп кімде?</u>  <u>Спорттық ойын элементтері:</u>  <u>Ересек №11,7</u></p>	<p><u>Ортанғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          журужетекшін ауыстырып жүтіргимнастикалық қабыргага жогары-төмен ауыспалы кадаммен өрмелуе 20–25 сантиметр биіктікten секіру орнында айналу;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u>  <u>Теріс жолмен</u>  <u>Мад топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          белгі бойынша токтап, иректелген лентаның бойымен жүру.</p>	<p><u>Ортанғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          бүкіл топпен жүтіру арканның астынан нысанага дейін терттагандап (алаканымен, тіземен тіреп) енбектеу.</p> <p><u>Кимылды ойын:</u>  <u>«Ортамызда кім жою»</u>  <u>Ересек №7</u>  <u>Жалпы дамытушы</u></p>

		<p><u>Жадпы дамыгушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тізені жогары көтеріп журу          Біркалыпты, аяктың үшімен жүкіру.          Теменин екі колмен келденек нысанага, он жане сол колмен (1,5-2 метр қашықтықтан) допты домалату          Еденге койылған тактай бойымен енбектеу  <u>Кимылды ойын:</u>          Шыбыққа қалпак кигізу</p>	<p>(алаканымен, тіземен тіреп) енбектеу.  <u>Кимылды ойын:</u>          Торгайлар  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>          Мұзды жолдармен сырғанау: балаларды колынан жетелеп сырғанату.          Велосипед тебу: үш деңгелекті велосипедке отыруға, одан ересектердің көмегімен және көмегінсіз түсуге, ересектердің көмегімен және вз бетінше рөлді басқаруға үйрету.(спорт залда немесе аланқайда)</p>	<p><u>жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          белгі бойынша токтап, иректелген лентаның бойымен жүру.          бүкіл топпен жүтіру арканның астынан нысанага дейін терттагандап (алаканымен, тіземен тіреп) енбектеу.  <u>Кимылды ойын:</u>          Торгайлар  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>          Мұзды жолдармен сырғанау: балаларды колынан жетелеп сырғанату.          Велосипед тебу: үш деңгелекті велосипедке отыруға, одан ересектердің көмегімен және көмегінсіз түсуге, ересектердің көмегімен және вз бетінше рөлді басқаруға үйрету.(спорт залда немесе аланқайда)</p>
Оз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.		
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Каюіңсіздік техникасы мен ерт кауіңсіздік ережелерін сактау.		

Дайындаған: Сексенбаева А

## Циклограмма

Тексерді: Риц Реве Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенебі 13.03.2023	Сейсенебі 14.03.2023	Сәрсенебі 15.03.2023	Бейсенебі 16.03.2023	Жұма 17.03.2023
<b>Ұйымдастырылған іс зерекеттер</b>		<p><b>Ортанғы топ №4,5</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимыллар:</u>          журуді секірумен алмастырып журу түрлі талсырмаларды орындаі отырып жүтіргүчогары-төмен ауыспалы кадаммен ермелуе, 20-25 сантиметр биіктікten секіру, кырлы, келбеу тақтай бойымен (еңі 2сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) журу;</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>  <u>Жалауга карап жүгі</u>  <b>Мектепалды топ №10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимыллар:</u>          ересектің белгісімен тоқтал журу, журумен алмастыра отырып, 100-120 метр аракашықтықта жүгіру; гимнастикалық қабырғамен ермелуеділга айналдыра отырып, ұзын және қыска секіргіштен секіру;</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>  <u>Калпақ және кішкене таяқша</u></p>	<p><b>Ортанғы топ №4</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимыллар:</u>          Бірқалыпты, аяқтын ұшымен журусапта бір-бірден жүгіру.  <u>Еденге койылған тақтай бойымен еңбектеу</u>  <u>Заттарды айналып және заттардың арасымен секіру</u>  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Коян мен қасқыр</u>  <b>Ересек топ №7,11</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимыллар:</u>          ересектің белгісімен тоқтал журу, журумен алмастыра отырып, 100-120 метр аракашықтықта жүгіру; допты екі колымен заттардың арасымен (аракашықтығы 4 метр) жүргізу; әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып, кедірбұдыр тақтай бойымен тепе-тәндікті</p>	<p><b>Ересек топ №11</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимыллар:</u>          журуді секірумен алмастырып журу түрлі талсырмаларды орындаі отырып жүтіргүчогары-төмен ауыспалы кадаммен ермелуе, 20-25 сантиметр биіктікten секіру, кырлы, келбеу тақтай бойымен (еңі 2 сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) журу;</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>  <u>Автобус</u>  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>  <b>Ортанғы топ №5</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимыллар:</u>          Велосипед тебу: екі немесе уш дөңгелекті велосипед тебу, онға, солға бұрылу.</p> <p><b>Мад топ №4,10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимыллар:</u>          Бірқалыпты, аяқтын ұшымен жүргізу; салта бір-бірден жүгіру. Төменин екі колмен көлденен нысанага, он және сол колмен (1,5-2 метр кашықтыктан) допты домалату, лақтыру, қагыл алу.</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>  <u>«Ортамызда кім жою»</u>  <b>Мад топ №10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимыллар:</u>          Торгайлар мен автомобиль</p>	<p><b>Ересек топ №7</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимыллар:</u>          ересектің белгісімен тоқталжуру, журумен алмастыра отырып, 100-120 метр аракашықтықта жүгіру; гимнастикалық қабырғамен ермелуе, 20-25 сантиметр биіктікten секіру, ұзын және қыска секіргіштен секіру;</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>  <u>Бүрge</u>  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>  <u>Ортанғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимыллар:</u>          Автобус</p>	<p><b>Ортанғы топ №5</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимыллар:</u>          гимнастикалық скамейканың үстімен жүруақтың ұшымен, белгі бойынша тоқтал жүтіру 10-15 сантиметр биіктікten секіру</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>  <u>«Ортамызда кім жою»</u>  <b>Мад топ №10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимыллар:</u>          гимнастикалық</p>

		<p>сактап жүру; <u>Кімбылды ойын;</u> Сакинаны таяқшага іл <u>Спорттық жаттыгулар;</u> Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт аланында кауіпсіздікті сактауга баулу.</p>	<p>Заттарды айналып және заттардың арасымен секіру <u>Кімбылды ойын;</u> Күміс алу <u>Спорттық жаттыгулар;</u> Велосипед тебу. Үш денгелекті велосипедті тұра, шенбер бойымен, онғажәне согла бүрүліп тебу. Спорт залдагимнастикалық скамейканың үстімен журуяқтың ұшымен, белгі бойынша токтап жүгіру 10-15 сантиметр биіктікten секіру <u>Кімбылды ойын;</u> Өз үйінді тап</p>		<p>скамейканың үстімен журуяқтың ұшымен, белгі бойынша токтап жүгіру 10-15 сантиметр биіктікten секіру <u>Кімбылды ойын;</u> Шарды ұста</p>
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.			
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ерт кауіпсіздік ережелерін сактау.			

Дайындалған: Сексенбаева

**Циклограмма**

Тексерді:*Реева Т*

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 20.03.2023	Сейсенбі 21.03.2023	Сәрсенбі 22.03.2023	Бейсенбі 23.03.2023	Жұма 24.03.2023
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		<p><b>Ортаңғы топ№4,5</b></p> <p><u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u></p> <p><u>Негізгі қимылдар:</u></p> <p>Жұру жетекшіні ауыстырып жүгіру допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лактыру (2 метр қашықтықтан);</p> <p>қырлы, көлбесу тақтай бойымен (ең 2сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүру;</p> <p>орнында айналу;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u></p> <p>Тышакандар</p> <p><b>Мектепалды топ№10</b></p> <p><u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u></p> <p><u>Негізгі қимылдар:</u></p> <p>козгалыс багытын өзгертіп, шашырап жүру; 100-120 метр аракашықтықта жүгіру; алға айналдыра отырып, үзын және кыска секіргіштен секіру;</p> <p>гимнастикалық скамейка</p>			<p><b>Ортаңғы топ№5</b></p> <p><u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u></p> <p><u>Негізгі қимылдар:</u></p> <p>жүргежетекшіні ауыстырып жүгіру допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лактыру (2 метр қашықтықтан);</p> <p>қырлы, көлбесу тақтай бойымен (ең 2 сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүру;</p> <p>орнында айналу;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u></p> <p>Поезд</p> <p><b>Мад топ№10</b></p> <p><u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u></p> <p><u>Негізгі қимылдар:</u></p> <p>шагын топпен және бүкіл топпен каркынды өзгерте отырып, белгі бойынша токтап, иректелген лентаның бойымен жүру.</p> <p>шагын топқа белініп</p>	

		<p>бойымен тепе-тендікті сактап жүру; орнында айналу, онга, солға бұрылу. <u>Кимылды ойын:</u> Мұсін болып тұр</p>				<p>және бүкіл топпен жүгіру Екі колмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы калыпта 0,5-1,5 метр аракашыктықтагы нысанага (төмен, жоғары) лактыру 10-15 сантиметр биіктікten секіру <u>Кимылды ойын:</u> Төгілген жіптерді жылдам жина</p>
<b>Өз білімін жетілдіру</b> <b>бойынша жұмыстар</b>		Кұжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
<b>Ұйымдастырушылық</b> <b>жұмыстары</b>		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сактау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

## Циклограмма

Тексерді: Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 27.03.2023	Сейсенбі 28.03.2023	Сәрсенбі 29.03.2023	Бейсенбі 30.03.2023	Жұма 31.03.2023
Ұйымдастырылған іс арекеттер		<p><u>Ортанды топ №4,5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жүруді секірумен алмастырып журу түрлі тапсырмаларды орындаі отырып: жетекшіні ауыстырып жүгіру гимнастикалық кабыргага жогары-тәмен ауыспалы кадаммен ермелуе, 20–25 сантиметр биіктікten секіру, допты кедергілер арқылы бастан асыра екі колымен және бір колымен лактыру (2 метр кашықтықтан); <b>Кимылды ойын:</b> Тышакандар мен мысықтар <b>Мектепалды топ №10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          козгалыс багытын езгертіп, шашырап журу; 100-120 метр аракашықтықта жүгіру; алга айналдыра отырып, ұзын және қыска секіріштен секіру; допты екі колымен заттардын арасымен (аракашықтығы 4 метр) жүргізу; <b>Кимылды ойын:</b> Орындарына жылдам жет Спорттық ойын: <b>Элементтері:</b> Футбол элементтерін үйрету. Берілген багытқа допты он және сол солға бұрылу. Аяклен тебуді. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты каклаган тебу. Допты бірнеше рет аяклен кабыргага тебу.</p>	<p><u>Ересек топ №11,7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          ересектің белгісімен тоқтал, козгалыс багытын езгертіп, шашырап журу; жүруді секірумен алмастырып журу түрлі тапсырмаларды орындаі отырып: жетекшіні ауыстырып жүгіру гимнастикалық кабыргага жогары-тәмен ауыспалы кадаммен ермелуе, 20–25 сантиметр биіктікten секіру, допты кедергілер арқылы бастан асыра екі колымен және бір колымен лактыру (2 метр кашықтықтан); <b>Кимылды ойын:</b> Орында айналу, онга, солға бұрылу. <b>Кимылды ойын:</b> Курлар Спорттық ойын: <b>Элементтері:</b> Велосипед тебу: екі немесе уш деңгелекті үйрету. Берілген багытқа велосипед тебу; онга, допты он және сол солға бұрылу. Аяклен тебуді. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты каклаган жаттыгулар.</p>	<p><u>Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          козгалыс багытын езгертіп, шашырап журу; жүгіру; гимнастикалық кабыргамен ермелуе; кедір-бұдыр тақтай бойымен тәпе-тәндікті сактал журу; орнында айналу, онга, солға бұрылу. <b>Кимылды ойын:</b> Курлар Спорттық ойын: <b>Элементтері:</b> Мад топ №5  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Біркалыпты, аяктын үшімен журу салта бір-бірден жүгіру. Теменнен екі колмен көлденен нысанага, он және сол колмен (1,5–2 метр кашықтықтан) допты домалату, лактыру, кагып алу. Заттарды айналып және</p>	<p><u>Ересек топ №7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жүруді секірумен алмастырып журу түрлі тапсырмаларды орындаі отырып: жетекшіні ауыстырып жүгіру 20–25 сантиметр биіктікten секіру, келбеу тақтай бойымен (ең 2 сантиметр, биіктігі 30–35 сантиметр) журу; орнында айналу, Кимылды ойын: <b>Поезд</b></p>	<p><u>Мад топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          шагын топпен және бүкіл топпен каркынды езгерте отырып, белгі бойынша тоқтал, иректелген лентаның бойымен журу. шагын топқа белініп және бүкіл топпен</p>

	<p>сактап жүру; орнында айналу, онға, солға бұрылу. <u>Кіммелді ойын:</u> Мүсін болып тұр Мақсаты: балаларды Түрлі тапсырмаларды шашаң орындауды баулу</p>	<p><b>Органды топ №4</b> <u>Жалпы дамытушы жаттыгулдар.</u> <u>Негізгі кіммелдіктері:</u> тізені жогары көтеріп журу/Біркалыпты, аятын үшімен енбектеу <u>Кіммелді ойын:</u> Тышқандар мен мысық.</p>	<p>жүру Біркалыпты, аятын үшімен жүгіру. Еденге қойылған тақтай бойымен енбектеу Салтағы, шенбердегі өз орнын табуга үйрету. <u>Кіммелді ойын:</u> Тышқандар мен мысық.</p>	<p>заттардың арасымен секіру <u>Кіммелді ойын:</u> Өз түсінді тап. Мақсаты: балаларга түс ажыратада білуін үйрету</p>	<p>жүгіру Екі колмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі баставалық калыпта 0,5-1,5 метр аракашықтықтағы нысанага (төмес, жогары) лактыру 10-15 сантиметр биіктікten секіру <u>Кіммелді ойын:</u> Төгілген жілдерді жылдам жина</p>
<b>Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар</b>	Күжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
<b>Ұйымдастырушылық жұмыстары</b>	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Кауіпсіздік техникасы мен ерт куіпсіздік ережелерін сактау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

## Циклограмма

Тексерді: Риц Реве Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсебі 01.05.2023	Сейсенбі 02.05.2023	Сәрсенбі 03.05.2023	Бейсенбі 04.05.2023	Жұма 05.05.2023
Ұйымдастырылған іс арекеттер			<p><u>Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> (танғы жаттыгулар кайталанады)  <u>Негізгі кимылдар:</u>          косалкы қадаммен журу; журумен алмастыра отырып, 100-120 метр аракашықтықта жүгіру; кедергілер арасынан енбектеу; биіктікtenсекіру, 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру; <u>Кимылды ойын:</u> Мұсін болып тұр <u>Спорттық жаттыгулар:</u> Велосипед, самокат тебу. Шенбер бойымен және тұра жолмен ез бетінше еki дөнгелекті велосипед тебу. Онга және солға бұрылу.  <u>Ортаңғы топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> (танғы жаттыгулар кайталанады)  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тұра жолмен журу. шенбер бойымен жуғору.</p>	<p><u>Ересек топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> (танғы жаттыгулар кайталанады)  <u>Негізгі кимылдар:</u>          косалкы қадаммен журу; журумен алмастыра отырып, 100-120 метр аракашықтықта жүгіру; биіктікtenсекіру, 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру; допты жогары, жіптің устінен лактыру жәнеекі колымен, бір колымен (он және сол колын алмастыру) қагып алу; <u>Кимылды ойын:</u> онга, солға бұрылу орнында айналу; <u>Кимылды ойын:</u> Орындарыңа жылдам жет</p>	<p><u>Ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> Негізгі кимылдар: косалкы қадаммен журу, журумен алмастыра отырып, 100-120 метр аракашықтықта жүгіру; биіктікtenсекіру, 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру; допты жогары, жіптің устінен лактыру жәнеекі колымен, бір колымен (он және сол колын алмастыру) қагып алу; <u>Кимылды ойын:</u> Тышакандар мен мысықтар <u>Ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> Негізгі кимылдар: иректелген лентаның бойымен журу. шенбер бойымен жуғору. допты бір-біріне, заттардың арасымен, какпаға домалату арканның, доданың астымен (білктігі 40 сантиметр) енбектеу <u>Кимылды ойын:</u> Тышқандар мен</p>	<p><u>Ересек топ №7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> Негізгі кимылдар: кол мен аяқ кимылдарын үйлестіріп журу. орташа жылдамдықпен журуді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру гимнастикалық скамейкадан аттап ету орнынан ұзындықка (шамамен 70 сантиметр) секіру. <u>Кимылды ойын:</u> Тышакандар мен мысықтар <u>Ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> Негізгі кимылдар: иректелген лентаның бойымен журу. аяқтың ұшымен жүгіру арканның астынан нысанага дейін терттагандап (алақанымен, тіземен тіреп) енбектеу әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастаның калыпта 0,5-1,5 метр</p>

			<p>заттардың арасымен, какпага домалату Сапка түрү, кайта сапка түрү.</p>	<p>астымен (бінктігі 40 сантиметр) енбектеу Сапка түрү, кайта сапка түрү. <u>Кимылды ойын:</u> Тырналар -тырнала р Спортық жаттыгулар: Велосипед тебу. Үш денгелекті велосипедті тура, шенбер бойымен, онгажәне солға бұрылым тебу. Балабакша ауласында</p>	<p>мысык. <b>Мақсаты:</b> аланда жүгіруде ептілігін, жылдамдығын дамыттып, бір біріне қақтығыспай жүгіруді үйрету</p>	<p>аракашыктықтагы нысанага (төмен, жогары) лактыру <u>Кимылды ойын:</u> Автобус <b>Мақсаты:</b> Қатарга түруды калыптастырып, баяу және жылдам жүрүруді дамыту</p>
<b>Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар</b>	Күскаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.					
<b>Ұйымдастырушылық жұмыстары</b>	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ерт қауіпсіздік ережелерін сақтау.					

Дайындаған: Сексенбаева А

## Циклограмма

Тексерді: Риал Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 08.05.2023	Сейсенбі 09.05.2023	Сәрсенбі 10.05.2023	Бейсенбі 11.05.2023	Жұма 12.05.2023
Ұйымдастырылған іс әрекеттер				<p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі қимылдар:</u>          кол мен аяқ          қимылдарын үйлестіріп жүру.          40–50 метрге жүгірудопты жогары лактыру және екі қолымен қагып алу (катарынан 3–4рет). онга, солға бұрылу орнында айналу;  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Кешікпе</u>  <u>Спорттық жаттығулар:</u>          Велосипед тебу: еki немесе уш денгелекті велосипед тебу; онга, солға бұрылу.</p> <p><b>Мад топ №4,10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі қимылдар:</u>          аркан бойымен жүру Бірқалыпты,</p>	<p><u>Ересек топ №7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі қимылдар:</u>          қосалқы қадаммен журу; журумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; кедергілер арасынан енбектеу; биіктікten секіру, 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру; допты жогары, жіптің үстінен лактыру және екі қолымен, бір қолымен (он және сол қолыалмастыру) қагып алу;</p> <p><u>Кимылды ойын:</u>  <u>Доп кімде?</u>  <u>Спорттық ойын</u>  <u>Элементтері:</u>          Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лактыру. Допты он және сол қолмен</p>	<p><u>Ересек топ №7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі қимылдар:</u>          Орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүтіру гимнастикалық скамейкадан аттап өтуорынан ұзындыққа шамамен 70 сантиметр) секіру. онга, солға бұрылу орнында айналу;  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Тегіс жолмен</u>  <u>Ортаңғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>  <u>Негізгі қимылдар:</u>          жүру.</p> <p>курсаудан курсауга аттап өту; Шектеуіл жазықтың, көлбеу тақтайдың бойымен енбектеу Екі қолмен</p>

				<p>аяқтың ұшымен жүтіру. 1,5-2 метр кашықтықтан допты бір-біrine домалату гимнастикалық кабыргаға өрмелеу</p> <p><u>Кимылды ойын:</u></p> <p>Тырналар-тырналар</p> <p><u>Спорттық жаттыгулар:</u></p> <p>Велосипед тебу. Ұш деңгелекті велосипедті тұра, шенбер бойымен, онғажәне солға бұрылып тебу.</p> <p>Балабакша ауласында</p> <p>алып жүруге жаттықтыру.</p> <p><u>Ортаңғы топ Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u></p> <p><u>Негізгі қимылдар:</u></p> <p>аркан бойымен журу Бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүтіру.</p> <p>Еденге койылған тақтай бойымен енбектеу тұрган орнынан жогары секіру</p> <p><u>Кимылды ойын:</u></p> <p>Ақ доп, қызыл доп Максаты. Тұс ажыратада білу</p>	<p>нысанага (төмен, жогары) лактыру</p> <p><u>Кимылды ойын:</u></p> <p>«Ортамызда кім жою»</p> <p><u>Максаты:</u> бір багытты багыттал, нысанды дәлдеп калпақты лактыру дагдысын дамыту</p>
<b>Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар</b>				Күжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.	
<b>Үйымдастырушылық жұмыстары</b>				Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сактау.	

Дайындалған: Сексенбаева А

## Циклограмма

Тексерді: *P. M.* Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсебі 15.05.2023	Сейсебі 16.05.2023	Сәрсебі 17.05.2023	Бейсебі 18.05.2023	Жұма 19.05.2023
<b>Ұйымдастырылған іс арекеттер</b>		<p><b>Ортаңғы топ №4,5</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          кол мен аяқ кимылдарын үйлестіріп журу.          40–50 метрге жүгіру орнынан ұзындықка (шамамен 70 сантиметр) секіру.          допты жогары лактыру және екі колымен қагып алу (катарынан 3–4 рет).  <u>Кимылды ойын:</u>          Жалауга карап жүгі <b>Мектепалды топ №10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          косалкы кадаммен журу; 100-120 метр аракашықтықта жүгіру; 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру; допты жогары, жілтің үстінен лактыру және екі колымен қагып алу; сап түзеп, бір және екі, үш катармен кайта тұру.  <u>Кимылды ойын:</u>          Сакинаны таяқшаға іл <b>Спорттық жаттыгулар:</b>          Велосипед, самокат тебу. Шенбер бойымен және тұра жолмен ез бетінше екі денгелекті велосипед тебу. Онга және солға бұрылу.  <b>Ортаңғы топ №4</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Шенбер бойымен тапсырмаларды орындаі отырып журу сапта бір-бірден,</p>	<p><b>Ересек топ №7, 11</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          косалкы кадаммен журу; 100-120 метр аракашықтықта жүгіру; 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру; допты жогары, жілтің үстінен лактыру және екі колымен қагып алу; сап түзеп, бір және екі, үш катармен кайта тұру.</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>          Сакинаны таяқшаға іл <b>Спорттық жаттыгулар:</b>          Велосипед, самокат тебу. Шенбер бойымен және тұра жолмен ез бетінше екі денгелекті велосипед тебу. Онга және солға бұрылу.</p> <p><b>Ортаңғы топ №4</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          Шенбер бойымен тапсырмаларды орындаі отырып журу сапта бір-бірден,</p>	<p><b>Ересек топ №7</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          косалкы кадаммен журу; 100-120 метр аракашықтықта жүгіру; 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру; допты жогары, жілтің үстінен лактыру және екі колымен (он және сол колын алмастыру) қагып алу; сап түзеп, бір және екі, үш катармен кайта тұру.</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>          Тегіс жолмен <b>Бүрге</b>  <u>Спорттық жаттыгулар:</u>          Велосипед, самокат тебу. Шенбер бойымен және тұра жолмен ез бетінше екі денгелекті велосипед тебу. Онга және солға бұрылу.</p> <p><b>Ортаңғы топ</b></p>	<p><b>Ересек топ №7</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          косалкы кадаммен журу; 100-120 метр аракашықтықта жүгіру; 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру; допты жогары, жілтің үстінен лактыру және екі колымен (он және сол колын алмастыру) қагып алу; сап түзеп, бір және екі, үш катармен кайта тұру.</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>          Тегіс жолмен <b>Мад топ №10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          иректелген лентаның бойымен журу. заттардын арасынен жүгіру, доганын, гимнастикалық скамейканың астынан енбектеу, артурлі тәсілдермен артурлі бастанапқы калыпта 0,5-1,5 метр аракашықтықтагы</p>	

		<p>жұғіру. долты бір-біріне, заттардың арасымен домалату Саты бойымен өрмелеу <u>Кимылды ойын:</u> Коян мен қаскыр</p> <p>сапта бір-бірден, жұғіру. арканның астымен (бінктігі 40 сантиметр) енбектеу Сапка тұру, кайта сапка тұру. <u>Кимылды ойын:</u> Күміс алу Спорттық жаттыгулар: Велосипед тебу. Үш денгелекті велосипедті тура, шенбер бойымен, онгажәне солға бұрылым тебу. Балабакша ауласында</p> <p>тапсырмаларды орындан отырып журу сапта бір-бірден, жұғіру. Еденге койылған тактай бойымен енбектеу Ілінің тұрган затка колды тигізіп, тұрган орындан жогары секіру <u>Кимылды ойын:</u> Торгайлар мен автомобиль</p>	<p>нысанага (төмен, жогары) лактыру <u>Кимылды ойын:</u> «Ортамызда кім жою»</p>
<b>Өз білімін жетілдіру бойынша</b> <b>жұмыстар</b>	Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.		
<b>Ұйымдастырушылық</b> <b>жұмыстары</b>	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сактау.		

Дайындаған: Сексенбаева А

## Циклограмма

Тексерді:Риц Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 22.05.2023	Сейсенбі 23.05.2023	Сәрсенбі 24.05.2023	Бейсенбі 25.05.2023	Жұма 26.05.2023
Ұйымдастырылған іс зекеттер		<p><u>Ортанғы топ №4,5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          косалқы кадаммен журу; 100-120 метра ракашыктықта жүгіру; кедергілер арасынан енбектеу; колдарынан ұстап, жұптарымен айналып тепе-тендікті сактап журу;  <u>Кимылды ойын:</u>  <b>Мұсін болып тұр</b>  <b>Мад топ №10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          журу жүгіру гимнастикалық скамейкадан аттап етуорнынан ұзындыкка (шамамен 70 сантиметр) секіру.          допты жогары лактыру және өткізу; колдарынан ұстап, жұптарымен айналып тепе-тендікті сактап журу; <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Тышакандар мен мысықтар</u>  <b>Максаты:</b> аланда жүгіруде ептілігін, жылдамдығын дамытып, бір біріне қақтығыспай жүгіруді</p>	<p><u>Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          косалқы кадаммен журу; 100-120 метр аракашыктықта жүгіру; кедергілер арасынан енбектеу; биіктікten секіру, 20 сантиметр дейінгі биіктіктіке секіру; колдарынан ұстап, жұптарымен айналып тепе-тендікті сактап журу; <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Кім кебірек заттарды жинаиды?</u>  <u>Спорттық элементтері:</u>  <b>Баскетбол элементтері.</b>  <u>Кеуде тұсынан екі колымен допты бір-біріне лактыру.</u> Допты он және сол колмен алып жүргүре жаттықтыру.  <b>Ортанғы топ №4</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          тұра жолмен журу. аланның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі</p>	<p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          журу жүгіру колдарды әртүрлі калыпта ұстап үрленген доптардан (бір-бірінен кашық койылған 5-6 доп арқылы кезекпен) аттап ету.онға, колылу орнында айналу; <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Кешікпе Спорттық жаттыгулар:</u>  <u>Велосипед тебу:</u> екі немесе уш дәнгелекті велосипед тебу, онға, колылу.  <b>Мад топ №4,10</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          аркан бойымен журу Біркалыпты, аяқтын үшімен жүгіру. 1,5-2 метр кашыктықтан допты бір-біріне, заттарды арасымен, какпага домалату түрган орнынан жогары секіру</p>	<p><u>Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          косалқы кадаммен журу; 100-120 метр аракашыктықта жүгіру; кедергілер арасынан енбектеу; допты жогары лактыру және екі колымен қағып алу (катарынан 3-4 рет). колдарды әртүрлі калыпта ұстап үрленген доптардан (бір-бірінен кашық койылған 5-6 доп арқылы кезекпен) аттап ету.  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Доп кімде?</u>  <u>Спорттық элементтері:</u>  <b>Баскетбол элементтері.</b>  <u>Кеуде тұсынан екі колымен допты бір-біріне лактыру.</u> Допты он және сол колмен алып жүргүре жаттықтыру.  <b>Ортанғы топ №5</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          аркан бойымен журу Біркалыпты, аяқтын</p>	<p><u>Ересек топ</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          журу жүгіру орнынан ұзындыкка (шамамен 70сантиметр) секіру. допты жогары лактыру және екі колымен қағып алу (катарынан 3-4 рет). колдарды әртүрлі калыпта ұстап үрленген доптардан (бір-бірінен кашық койылған 5-6 доп арқылы кезекпен) аттап ету.  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Поездәртурлі заттардың арқаның астынан нысанага дейін терттагандап (алаканымен, тіземен тіреп) енбектеу нысанага (төмен, жогары) лактыру Бір орында тұрып кос аякпен секіру  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Тегілген жіптерді жылдам жина</u>  <u>Ортанғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы</u></u></p>

		үйрету	<p>багытта: тұра, шенбер бойымен жүгіру. Еденге койылған тактай бойымен, арканның астымен (биіктігі 40 сантиметр) енбектеу Сапка тұру, кайта сапка тұру</p> <p><u>Кімбалды ойын:</u> Шыбыққа қалпақ кигізу</p> <p><b>Мақсаты:</b> бір бағытты бағыттап, нысанды дәлдеп қалпақты лактыру дағдысын дамыту</p>	<p><u>Кімбалды ойын:</u> Тырналар-тырналарап</p> <p><u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Ұш денгелекті велосипедті тұра, шенбер бойымен, онғажәне солға бұрылып тебу.</p> <p><u>Балабакша ауласында</u></p>	<p>ұшымен жүгіру. 1,5-2 метр кашықтықтан допты бір-біріне, заттардын арасымен, қаклага домалату</p> <p>Саты бойымен өрмелу, гимнастикалық қабырғаға өрмелу</p> <p><u>Кімбалды ойын:</u> Ак доп, қызыл</p> <p><b>Мақсаты:</b> допты жылдам беру, eki қолын алға шығарып, алаканын жайып, жогары көтеру дағдылырын пысықтау</p>	<p><u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі кімбалдар:</u> ирактелген лентаның бойымен жүру. курсаудан курсауга аттал</p> <p>ету, әртүрлі заттардын арканның астынан нысанага дейін терттагандап (алақанымен, тіземен тіреп) енбектеу, Бір орында тұрып кос аякпен секіру</p> <p><u>Кімбалды ойын:</u> Торғайлар</p> <p><u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: ұш денгелекті велосипедке отыруга, одан ересектердің көмегімен және көмегінсіз түсуге, ересектердің көмегімен және ез бетінше рәлді басқаруға үйрету,</p>
Өз білімін жетілдіру бойыниша жұмыстар			Күжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.			
Үйымдастырушылық жұмыстары			Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ерт қауіпсіздік ережелерін сактау.			

Дайындаған: Сексенбаева А

**Циклограмма**  
 Тексердік: Риана Ребеба Т Дайындаған: Сексенбаева

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 29.05.2023	Сейсенбі 30.05.2023	Сәрсенбі 31.05.2023	Бейсенбі	Жұма
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		<p><u>Ортанғы топ №4,5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          журу; журумен алмастыра отырыпжүгіру;          биіктіктенсекіру, 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру;          колдарынан ұстап, жұлтарымен айналып тепе-тендікті сактап жүру;          сап түзеп, бір және екі, үш катармен кайта түрү.  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Мұсін болып тұр</u>  <u>Мад топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          кол мен аяқ кимылдарын үйлестіріп жүру.          орташа жылдамдықпен журуді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру          гимнастикалық скамейкадан аттап ету          орнынан ұзындықка (шамамен 70 сантиметр) секіру.  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Тышақандар мен мысықтар</u></p>	<p><u>Ересек топ №7,11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          журу; журумен алмастыра отырыпжүгіру;          кедергілер арасынаненбектеу;          биіктіктенсекіру, 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру;          допты жогары, жіппін үстінен лактыру жәнеекі колымен, бір колымен (он және сол колын алмастыру) қагып алу;  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>Орындарына жылдам жет</u>  <u>Спорттық ойын:</u>  <u>Элементтері:</u>  <u>Баскетбол элементтері.</u>  <u>Кеуде тұсынан екі колымен допты бір-біріне лактыру. Допты он және сол колмен алып жүруге жаттықтыру.</u>  <u>Ортанғы топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>  <u>Шенбер бойымен тапсырмаларды орындаі отырып жүру</u></p>			

		<p>өтүріп жүру арқан бойымен жүру, тұра жолмен жоууру. Біркалыпты, аяктың үшімен, сапта бір-бірден, алғаның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тұра, шенбер бойымен жүгіру. Саты бойымен өрмелеву, гимнастикалық кабыргаға өрмелеву <u>Ілініп тұрган затка колды тигізіп, тұрган орнынан жогары секіру</u> <u>Кімділди ойын:</u> Тышкандар мен мысық.</p>	<p>арқан бойымен жүру, тұра жолмен жоууру. Біркалыпты, аяктың үшімен, сапта бір-бірден, алғаның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тұра, шенбер бойымен жүгіру. Саты бойымен өрмелеву, гимнастикалық кабыргаға өрмелеву <u>Ілініп тұрган затка колды тигізіп, тұрган орнынан жогары секіру</u> <u>Кімділди ойын:</u> Спорттық жаттыгулар; Велосипед тебу. Үш денгелекті велосипедті тұра, шенбер бойымен, онғажәне солға бұрылым тебу. Балабақша ауласында</p>	
<b>Өз білімін жетілдіру бойыниша жұмыстар</b>		Күжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.		
<b>Ұйымдастырушылық жұмыстары</b>		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қайіпсіздік техникасы мен ерт қауіпсіздік ережелерін сактау.		

Дайындаған: Сексенбаева А

## Циклограмма

Тексерді: Риц Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 24.04.2023	Сейсенді 25.04.2023	Сәрсенді 26.04.2023	Бейсенді 27.04.2023	Жұма 28.04.2023
Ұйымдастырылған іс зеркеттер		<p>Ортанды топ №5,4 Жалпы дамытушы жаттыгулар. <u>Негізгі киммелдар:</u> багытты өзгертіп жүру баяу карынмен жүтіру долты жогары лактыру колдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденин 20 – 25 сантиметр жогары койылған сатының таякшаларынан аттап ету, араларын алшақ ұстасу және жакын тұру. <u>Киммелды ойын:</u> «Торғайлар мен мысық» <b>Мектепалды топ №10</b> Жалпы дамытушы жаттыгулар. <u>Негізгі киммелдар:</u> заттардың, кегльдердің арасынан, жілтерден аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдықка (ұзындығы 20 метр) жүтіру; бір гимнастикалық қабыргадан екіншісіне аудыспен өрмелсүз; <u>Киммелды ойын:</u> «Күмыл, жылдам ұста»</p>	<p>Ортанды топ №4 Жалпы дамытушы жаттыгулар. <u>Негізгі киммелдар:</u> заттардың, кегльдердің арасынан, жілтерден аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдықка (ұзындығы 20 метр) жүтіру;</p> <p>Берседес аттап ету орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр). кыска секірғішпен секіру <u>Киммелды ойын:</u> «Қоймадагы тышқандар» <b>Спорттық жаттыгулар:</b> Велосипед тебу: екі немесе уш дәнгелекті велосипед тебу; онга, солға бұрылу.</p> <p>Спорттық ойын элементтері: Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жакка багыттай отырып лактыру. <b>Ересек топ №11,7</b> Жалпы дамытушы жаттыгулар. <u>Негізгі киммелдар:</u> сапта бір-бірден, скеуден (жұлпен) жүру; доганын астымен (бінктігі 40 сантиметр) сибектеу. 15-20 сантиметр бінктікten</p>	<p>Ересек топ №11 Жалпы дамытушы жаттыгулар. <u>Негізгі киммелдар:</u> заттардың, кегльдердің арасынан, жілтерден аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдықка (ұзындығы 20 метр) жүтіру;</p> <p>Берседес аттап ету орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр). кыска секірғішпен секіру <u>Киммелды ойын:</u> «Қоймадагы тышқандар» <b>Спорттық жаттыгулар:</b> Велосипед тебу: екі немесе уш дәнгелекті велосипед тебу; онга, солға бұрылу.</p> <p>Мад топ №4 Жалпы дамытушы жаттыгулар. <u>Негізгі киммелдар:</u> екеуден (жұлпен) жүру; аланоның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі багытта: тұра жүтіру. яқтарын алшақ койып, отырып, 1,5–2 метр кашыктыстан долты бір- біріне домалату доганын астымен (бінктігі 40 сантиметр) сибектеу. <u>Киммелды ойын:</u> «Күстардың ұшып келуі» <b>Спорттық жаттыгулар:</b> Велосипед, самокат тебу. Шенбер бойымен және туралынан жүрету. Еденде жаткан катар көймеге 2 арқаннан аттап секіруте үйрету. <u>Киммелды ойын:</u> «Күн мен жаңыбыр»</p>	<p>Ортанды топ №5 Жалпы дамытушы жаттыгулар. <u>Негізгі киммелдар:</u> заттардың, кегльдердің арасынан, жілтерден аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдықка (ұзындығы 20 метр) жүтіру;</p> <p>Берседес аттап ету орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр). кыска секірғішпен секіру <u>Киммелды ойын:</u> «Кішкенес маймылдар» <b>Ересек топ №7</b> Жалпы дамытушы жаттыгулар. <u>Негізгі киммелдар:</u> алкын ұшымен жүру Түрлі заттардың астынан 0,5-1,5 метр аракашыстықка долтарды домалату, долтарды бір- біріне домалату. Еденде жаткан катар көймеге 2 арқаннан аттап секіруте үйрету. <u>Киммелды ойын:</u> «Күн мен жаңыбыр»</p>	

		<p>оскіру салтагы, шенбердегі өз орнын табута үйрету. <u>Кимылды ойны:</u> «Допты дәлдеп лакты»</p> <p>Велосипед тебу. Үш денгелекті велосипедті тура, шенбер бойымен, онғажане солға бұрылып тебу.</p> <p>Мад №10 Жалпы дамытуши жаттыгулар.</p> <p><u>Негізгі кимылдар:</u> аястың ұшымен жүру заттарға шығу (гимнастикалық скамейкага, жұмсақ модульге); тұру, колдарын жогары көтеру, тұсу; доптарды бір-біріне домалату.</p> <p><u>Кимылды ойны:</u> «Өз үйніді тап»</p>	<p><u>Негізгі кимылдар:</u> салта бір-бірден, скеуден (жұппен) журу; аланың бір жағынан сініші жагына, әр түрлі бағытта: тура жүтіру. доганың астымен (білктігі 40 сантиметр) сибектеу. 15-20 сантиметр білктіктен секіру</p> <p>салтагы, шенбердегі өз орнын табута үйрету. <u>Кимылды ойны:</u> «Саюна жасыру»</p>	
Оз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар	Күжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.			
Ұйымдастырушылық жұмыстары	Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Кауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сактау.			

Дайындаған: Сексенбаева А

## Циклограмма

Тексерді: Рицел Ребеба Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсебі 10.04.2023	Сейсебі 11.04.2023	Сарсебі 12.04.2023	Бейсебі 13.04.2023	Жұма 14.04.2023
<u>Ұйымдастырылған іс зеркеттер</u>		<p><u>Ортанғы топ №5,4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кімбылдар:</u>  <u>каркынды езгертіп жүру,</u>  <u>кыска сөкіргішпен секіру.</u>  <u>допты жогары лактыру</u>  <u>колдардың артүрлі калыпта ұстал, еденин 20 – 25</u>  <u>сантиметр жогары койылған</u>  <u>сатының таяқшаларынан</u>  <u>аттап ету</u>  <u>Кімбылды ойын:</u>  <u>«Коймадағы тышқандар»</u>  <u>Мектепалды топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кімбылдар:</u>  <u>кеңілдердің арасымен</u>  <u>аттап жүру;</u>  <u>белгілінген жерге дейін</u>  <u>жылдамдықка (ұзындығы 20</u>  <u>метр) жүтіру;</u>  <u>допты лактыру және алга</u>  <u>карай жылжып, екі колымен</u>  <u>кагып алу аракашыктығы 4-</u>  <u>5 метр;</u>  <u>кашиктықта орналаскан іші</u>  <u>толтырылған доптардан</u>  <u>аттап ету;</u>  <u>сан түзеп, бір және екі, уш</u>  <u>катарамен кайта түрү.</u>  <u>Кімбылды ойын:</u>  <u>«Табан балық жәнс шортан»</u></p>	<p><u>Ортанғы топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кімбылдар:</u>  <u>кеңілдердің арасымен</u>  <u>аттап жүру;</u>  <u>белгілінген жерге дейін</u>  <u>жылдамдықка (ұзындығы 20</u>  <u>метр) жүтіру;</u>  <u>бір гимнастикалық</u>  <u>қабыргадан екіншісінے</u>  <u>ауысып өрмелу;</u>  <u>гимнастикалық</u>  <u>скамейканың бойымен екі</u>  <u>қадам кашыктықта</u>  <u>орналаскан іші</u>  <u>толтырылған доптардан</u>  <u>аттап ету;</u>  <u>Кімбылды ойын:</u>  <u>«Жүтіріп өтүте үлгер»</u>  <u>Спорттық ойын:</u>  <u>элементтері:</u>  <u>Бадминтон. Воланды</u>  <u>ракеткамен белгілі бір</u>  <u>жакқа бағыттай отырып</u>  <u>лактыру.</u>  <u>Ересек топ №11,7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кімбылдар:</u>  <u>екеуден (жұлпен) жүру;</u>  <u>аланының бір жағынан екінші</u>  <u>жағына, әр түрлі бағытта:</u>  <u>тура жүтіру.</u>  <u>Доганың астымен (бінктігі 40</u>  <u>сантиметр) енбектеу.</u>  <u>15-20 сантиметр бінктікten</u>  <u>секіру</u>  <u>Кімбылды ойын:</u>  <u>«Поезд»</u>  <u>Спорттық жаттыгулар.</u>  <u>Велосипед табу. Уш</u>  <u>денгелекті велосипедті тура,</u>  <u>бағытта: тура жүтіру.</u></p>	<p><u>Ересек топ №11</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кімбылдар:</u>  <u>багытты</u>  <u>езгертіп жүру,</u>  <u>допты жогары лактыру,</u>  <u>белгілінген жерге дейін</u>  <u>жылдамдыққа (ұзындығы 20</u>  <u>метр) жүтіру;</u>  <u>он және сол аякты алмастыра</u>  <u>отырып, арқанан, сызыктан</u>  <u>секіру тұрған орнында</u>  <u>айналып секіру;</u>  <u>араларын алшақ ұстасу және</u>  <u>жакын тұру.</u>  <u>Кімбылды ойын:</u>  <u>«Кояндар»</u>  <u>Спорттық жаттыгулар.</u>  <u>Велосипед тебу:</u> екі немесе  <u>уш денгелекті велосипед</u>  <u>тебу; онга, солға бұрылу.</u>  <u>Мад топ №4</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кімбылдар:</u>  <u>екеуден (жұлпен) жүру;</u>  <u>аланының бір жағынан екінші</u>  <u>жағына, әр түрлі бағытта:</u>  <u>тура жүтіру.</u>  <u>Доганың астымен (бінктігі 40</u>  <u>сантиметр) енбектеу.</u>  <u>15-20 сантиметр бінктікten</u>  <u>секіру</u>  <u>Кімбылды ойын:</u>  <u>«Поезд»</u>  <u>Спорттық жаттыгулар.</u>  <u>Велосипед тебу. Уш</u>  <u>денгелекті велосипедті тура,</u>  <u>бағытта: тура жүтіру.</u></p>	<p><u>Ортанғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кімбылдар:</u>  <u>кеңілдердің арасымен</u>  <u>аттап жүру;</u>  <u>белгілінген жерге дейін</u>  <u>жылдамдыққа (ұзындығы 20</u>  <u>метр) жүтіру;</u>  <u>он және сол аякты алмастыра</u>  <u>отырып, арқанан, сызыктан</u>  <u>секіру тұрған орнында</u>  <u>айналып секіру;</u>  <u>араларын алшақ ұстасу және</u>  <u>жакын тұру.</u>  <u>Кімбылды ойын:</u>  <u>«Кішкене маймылдар»</u>  <u>Ересек №7</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кімбылдар:</u>  <u>ақытың ұшымен жүру</u>  <u>Бінктігі 10 сантиметр,</u>  <u>ауданы 50 x 50 сантиметр</u>  <u>модульге өрмелу.</u>  <u>Түрлі заттардың астынан</u>  <u>0,5-1,5 метр</u>  <u>аракашыктықка</u>  <u>доптарды домалату,</u>  <u>доптарды бір-бірінс</u>  <u>домалату.</u>  <u>Кімбылды ойын:</u>  <u>«Ортамызда кім жою»</u></p>	<p><u>Ортанғы топ №5</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кімбылдар:</u>  <u>кеңілдердің арасымен</u>  <u>аттап жүру;</u>  <u>белгілінген жерге дейін</u>  <u>жылдамдыққа (ұзындығы 20</u>  <u>метр) жүтіру;</u>  <u>он және сол аякты алмастыра</u>  <u>отырып, арқанан, сызыктан</u>  <u>секіру тұрған орнында</u>  <u>айналып секіру;</u>  <u>араларын алшақ ұстасу және</u>  <u>жакын тұру.</u>  <u>Кімбылды ойын:</u>  <u>«Ортамызда кім жою»</u></p>

		<p>доганың астынан (білктігі 40 сантиметр) сибектеу. 15-20 сантиметр білктікten секіру <u>Кімбылды ойны:</u> <u>«Тұрналар - тұрналар»</u></p>	<p>шешібер бойымен, онғажоне солға бұрылған тебу. <u>Мад тоң №10</u> <u>Жалпы дамытуши жаттыгулар.</u> <u>Негізгі кімбылдар:</u> аяқтың ұшымен журу 30-40 секунд бойына тоқтамай жүргіру Білктігі 10 сантиметр, ауданы 50 x 50 сантиметр модульге ермелсөз. <u>Кімбылды ойны:</u> <u>«Жалауга қарай жүтір»</u></p>	<p>кашықтықтан допты бір-біріне домалату доганың астынан (білктігі 40 сантиметр) сибектеу. <u>Кімбылды ойны:</u> <u>«Күстардың ұшып келуі»</u> <u>Ересек тоң №11,7</u> <u>Жалпы дамытуши жаттыгулар.</u> <u>Негізгі кімбылдар:</u> аяқтың ұшымен журу Тұрлі заттардың астынан 0,5-1,5 метр арақашылықта доптарды домалату, доптарды бір-біріне домалату. <u>Кімбылды ойны «Торғайлар»</u> <u>Спортивтік жаттыгулар:</u> Уш деңгелекті велосипедке отыруға, одан спрессстердің кемегімен және кемегінсіз түсуге, спресстердің кемегімен және ез бетінше релдібасқаруға үйрету.</p>	
<b>Оз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар</b>		Көржаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жалу.			
<b>Ұйымдастырушылық жұмыстары</b>		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ерт қауіпсіздік ережелерін сактау.			

Дайындаған: Сексенбаева А

**Циклограмма**  
Тексерді: Р. Р. Реве Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсебі 03.04.2023	Сейсебі 04.04.2023	Сәрсебі 05.04.2023	Бейсебі 06.04.2023	Жұма 07.04.2023	
<b>Ұйымдастырылған іс зерекеттер</b>		<p><b>Ортанғы топ №4,5</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>(танғы жаттыгууды кайталу)</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          багытты және карынды          езгертіп жүру          1-1,5 минут ішінде бағу          карынмен жүтіру          Беренден атап ету          орынан ұзындықка (шамамен          70 сантиметр), қыска          секіргішпен секіру.  <u>Кимылды ойын:</u>  <u>«Масаны ұстап ал»</u>  <u>Мектепалды топ №10</u>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>(танғы жаттыгууды кайталу)</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жілтерден атап жүру;          белгіленген жерге дейін          жылдамдықка (ұзындығы 20          метр) жүтіру;          бір гимнастикалық қабыргадан          екіншісіне үйысып ермелу;</p> <p><u>«Біз көнді балалармыз»</u></p>	<p><b>Ортанғы топ №4</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жілтерден атап жүру;          белгіленген жерге дейін          жылдамдықка (ұзындығы 20          метр) жүтіру;</p> <p><b>Ересек топ №11</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жілтерден атап жүру;          белгіленген жерге дейін          жылдамдықка (ұзындығы 20          метр) жүтіру;</p> <p><b>Спорттық ойын</b></p>	<p><b>Ересек топ №11</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жілтерден атап жүру;          белгіленген жерге дейін          жылдамдықка (ұзындығы 20          метр) жүтіру;</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>  <u>«Тышқан ұсташуши»</u>  <u>Спорттық ойын</u></p>	<p><b>Ортанғы топ №5</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жілтерден атап жүру;          белгіленген жерге дейін          жылдамдықка (ұзындығы 20          метр) жүтіру;</p> <p><b>Спорттық жаттыгулар:</b>  <u>Мад №4</u></p>	<p><b>Ортанғы топ №5</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          жілтерден атап жүру;          белгіленген жерге дейін          жылдамдықка (ұзындығы 20          метр) жүтіру;</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>  <u>«Күттікілдік түлкі»</u></p>	<p><b>Ортанғы топ</b>  <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u>  <u>Негізгі кимылдар:</u>          бір-бірінің қолдарынан          ұстап, аяқтын ұшымен жүру          заттарға шығу          (гимнастикалық          скамейкага, жұмсақ          модульге); тұру, қолдарын          жогары кетеру, тұсу;</p> <p><b>Кимылды ойын:</b>  <u>«Шактартар»</u></p>

		<p>кашыктыстан допты бір-бірінсі домалату доганың астымен (білктігі 40 сантиметр) сибектеу. <u>Кімді ойын:</u> «Ақ доп, қызыл доп»</p> <p>дөңгелекті велосипедті тұра, шенбер бойымен, онғажансолға бұрылып тебу. <u>Мад №10</u> <u>Жалпы дамытуши жаттыгулар.</u> (танғы жаттыгулық кайталау) <u>Негізгі кімділдар:</u> бір-бірінің колдарынан ұстап, аяқтың ұшымен журу заттарға шығу (гимнастикалық скамейкага): тұру, колдарын жогары кетеру, тұсу; шаширап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүтіру <u>Кімді ойын</u> «Шарды ұста»</p>	<p>кашыктыстан допты бір-бірінсі домалату доганың астымен (білктігі 40 сантиметр) сибектеу. <u>Кімді ойын:</u> «Сакина жасыр Ересек №7,11 <u>Жалпы дамытуши жаттыгулар.</u> <u>Негізгі кімділдар:</u> бір-бірінің колдарынан ұстап, аяқтың ұшымен журу заттарға шығу (жұмсақ модульге): тұру, колдарын жогары кетеру, тұсу; шашырап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүтіру <u>Кімді ойын</u> «Күн мен жаңбыр» <u>Спорттық жаттыгулар:</u> Велосипед тебу: уш дөңгелекті велосипедкең отыруга, одан ерессектердің кемегімен және кемегінсіз түсуге, ерессектердің кемегімен және ез бетінше релдібасқаруға үйрету</p>	
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Кұржаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.		
Үйимдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен ерт қауіпсіздік срежелерін сактау.		

Дайындаған: Сексенбаева