



Әдіскері: Р. М. Т. Ресва

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Сексенбаева.А

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

Қыркүйек айы 2022жыл

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар. Көзбен бағдарлай отырып, ауызша нұсқаулармен ойын түріндегі жаттығуларды (жануарлардың қозғалысына сәйкестеу) педагогпен бірге орындауға үйрету. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Қолға және нық белдеуіне, денеге, аяққа арналған жаттығулар қолдарын жоғарыға және жанына көтеру, бір қолындағы затты алдына әкеліп, екінші қолына ауыстыру; қолдарын шапалақтау. Допты бір-біріне беру, аяқты өзіне қарай тарту, қалаш тәрізді дөңгелету, отырған, жатқан қалыпта екі аяқты созу, түрегеліп тұрған қалыптан солға, оңға, алға қарай еңкею. Отырып, аяқтың ішкі қырымен құм салынған қапшықты алу, екі аяғымен секіру. Негізгі қимылдар: Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен, қол 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 алшақ ұстаған қалпында допты домалату Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта, "жыланша еңбектеу Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру Сапка бір-бірден тұру. Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге үйрету. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Тыныс алу жаттығуларын жүргізу.

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар. Көзбен бағдарлай отырып, ауызша нұсқаулармен ойын түріндегі жаттығуларды (жануарлардың қозғалысына еліктеу) педагогпен бірге орындауға үйрету. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Қолға және иық белдеуіне, денеге, аяққа арналған жаттығулар-қолдарын жоғарыға және жанына көтеру, бір қолындағы затты алдына әкеліп, екінші қолына ауыстыру; қолдарын шапалақтау. Допты бір-біріне беру, аяқты өзіне қарай тарту, доға тәрізді дөңгелектеп иу, Отырған, жатқан калыпта екі аяқты созу, түрегеліп тұрған калыптан солға, оңға, алға қарай еңкею. Отырып, аяқтың ішкі қырымен құм салынған қапшықты алу, екі аяғымен секіру. Негізгі қимылдар: Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін жүру және жүгіру дағдыларын калыптастыру: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру, тізені жоғары көтеріп жүру аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру. Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру дағдыларын калыптастыру: Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен, қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру, аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, шеңбер бойлап жүгіру. Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру, тұрған жерінен ұзындыққа секіру. Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған калпында допты домалату, допты екі қолымен көкірек тұсынан кері, екі қолмен жоғары, бастан асыра, жоғарыға, еденге (жерге) қарай төмен лақтыру. Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта, "жыланша еңбектеу, арасы алшақтанған заттар арасымен, еденге қойылған тақта бетімен еңбектеу. Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру, еңгіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын калыптастыру; Сапка бір-бірден тұру. шеңберге шағын топтармен және барлық топпен қайта тұру дағдыларын калыптастыру (тәрбиешінің көмегімен, бағдар бойынша). Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге үйрету. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын калыптастыру Салауатты өмір салты дағдыларын калыптастыру. Сезім мүшелерін ажыратуға және атауға (көз, құлақ, мұрын, ауыз) үйрету, олардың ағзадағы рөлі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру (ұсақ заттарды құлаққа, мұрынға тыкпау). Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Тыныс алу жаттығуларын жүргізу.

Қараша айы 2022жыл

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар доптарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; колдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; Негізгі қимылдар: эртүрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру арқан бойымен жүру, тура жолмен жүру Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен жүгіру. 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу кұрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру, 15-20 сантиметр биіктіктен секіру Бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру Қимылды ойындар Кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Спорт залда

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Солға, оңға бұрылу (отырған қалыпта); аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта); қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; Негізгі қимылдар: әртүрлі бағытта: «жыланша», шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру: қол ұстасып, арқаннан ұстап жүру бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың, қырлы тақтайдың бойымен тепе теңдік сақтап жүру. қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру. допты кеуде тұсынан лақтыру, оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыру 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта, заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу сызықтан секіру, тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру. Бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру Қимылды ойындар Кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету Спорттық жаттығулар: Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтыру шараларын жүргізуде балалардың денсаулық жағдайын ескере отырып, жеке тәсілді жүзеге асыру. Шынықтыру шараларын жүргізу, жаттығулар мен массаж жасау.

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар Қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); Аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан қалыптанбұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан қалыпта). Отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау, таяқтың, білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен жүру. Негізгі қимылдар: Тоқтап, жартылай отырып, бұрылып, заттарды айналып жүру Тепе-теңдікті сақтай отырып, арқан бойымен жүру Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. көлбеу модуль бойымен, туннельарқылы еңбектеу; Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіру. Бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). Қимылды ойындар Қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату. Спорттық жаттығулар: Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеденсырғанау. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); заттарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; солға, оңға бұрылу (отырған калыпта); аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан калыпта); отырып құм салынған қапшықтарды аяқтың бақайларымен қысып ұстау, таяқтың, білікшенің (диаметрі 6-8 сантиметр) бойымен қосалқы қадаммен жүру. Негізгі қимылдар: Еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу. Бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) тепе-теңдікті сақтап жүру, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққалақтыру (2,5-5 метр қашықтық), еденге қойылған тақтай бойымен, арканның, доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) құрсаудан құрсауға секіру Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Қимылды ойындар Қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату. Спорттық жаттығулар: Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.

Наурыз айы 2023жыл

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу;аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; Негізгі қимылдар: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүру Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден жүгіру. Төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты домалату, лақтыру, қағып алу. Еденге қойылған тактай бойымен еңбектеу Заттарды айналып және заттардың арасымен секіру Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату. Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңғажәне солға бұрылып тебу. Спорт залда Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Күн тәртібіне сәйкес балалардың күнделікті таза ауада болуын қамтамасыз ету.

Сәуір айы 2023 жыл

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар Қолды алға, жан-жаққа созу, алақандарын жоғары қарату, қолды көтеру, түсіру, саусақтарды қозғалту, қол саусақтарын жұму және ашу. Солға, оңға бұрылу (отырған калыпта); аяқты бүгу және созу (бірге және кезекпен), шалқасынан жатқан калыптанбұрылып, етпетінен жату және керісінше; иықтарды жоғары көтеріп, қолды жан-жаққа созып еңкею (етпетінен жатқан калыпта) Қолдарды алға созып, жартылай отыру, тізені қолмен ұстап, басты төмен иіп, кезекпен тізені бүгіп, аяқты көтеру; Негізгі қимылдар: сапта бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру; алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура жүгіру. аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалату доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу. 15-20 сантиметр биіктіктен секіру саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату. Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Ересектің көмегімен шынықтыру тәсілдерін орындау дағдыларын қалыптастыру. Тыныс алу жаттығуларын жасау.

Мамыр айы 2023жыл

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар доптарды бір қолынан екінші қолына салу, алдына, артқа апару, басынан жоғары көтеру; қолдарын алдына немесе басынан жоғары, артына апарып шапалақтау; допты бір-біріне басынан жоғары (артқа және алға) беру, жан-жаққа (солға- оңға) бұрылу; аяқтың ұшына көтерілу, аяқты алға қарай қою, аяқты жан-жаққа, артқа қою; Негізгі қимылдар: Шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру арқан бойымен жүру, тура жолмен жүру. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен жүгіру. 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату Еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу Саты бойымен өрмелеу, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу Ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіру Сапка тұру, қайта сапка тұру. Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге, кеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету, қимыл түрлерін өзгерте отырып, ойындарға күрделі ережелерді енгізу. Қимылды ойындарды ойнату. Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Балабақша ауласында Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Балалардың денсаулығын және жергілікті жағдайларды ескере отырып, табиғи факторлар: ауа, күн, суды пайдалана отырып, шынықтыру шараларының кешенін жүзеге асыру.

Бекітемін
№ 6 «Оркен» бөбекжайы ЖБҚ МКҚК
Директоры: Т. Кенджебаева



Тексерілді
№ 6 «Оркен» бөбекжайы ЖБҚ МКҚК
Әдіскері: Т.Реева

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

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Сексенбаева.А

**2022 – 2023 оқу жылына арналған ересек тобының
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Қыркүйек айы 2022жыл

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру, тұрған калыпта қолдарын аркасына апару; саусақтарын бүгіп, қолдарын айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылғанда екі қолды екі жаққа жіберу. Оңға, 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, топылдану. Негізгі қимылдар: өкшемен жүру аяқтың ұшымен жүргізу 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу; бір орында тұрып, қос аяқпен секіру заттардың арасымен доптарды бір-біріне домалату; сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру, бір-бірден сапка тұру Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту. Дербес қимыл белсенділігі: Ауа райының жағдайын ескере отырып, балалардың таза ауадағы қимыл белсенділігін дамыту, ойындар ойнату Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүру. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеріп тұрған қалыпта алға еңкейіп қолдарын арқасына апару; саусақтарын бүгіп, қолдарын айналдыра қимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жаққа бұрылғанда екі қолды екі жаққа жайып жіберу. Екі қол белде оңға, солға иілу, еңкею, шалқаю; алға еңкею, қолдың ұшын аяқтың ұшына жеткізу. Отырған және тізерлеп тұрған күйі допты өз айналасында домалату. Екі қол белде, екі қолды алдыңғы жақ пен екі тұсқа көтеріп, қатарынан (4–5 рет) жүрелеп отыру; Отырып аяқтың ұшын созу, табанды бүгу Негізгі қимылдар: Сапта бір-бірлеп жүру, жүруді жүгірумен, секірумен, басқа қимылдармен кезектестіру, қол мен аяқ қимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау; Түрлі тапсырмалармен жүгіру: шапшаң және баяу қарқынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіру. 1–1,5 минут ішінде баяу және қарқынмен үздіксіз жүгіру; Бір орында оңға, солға бұрылып секіру, баланың қолын көтергендегі биіктіктен жоғары ілінген нәрсеге орнынан секіру арқылы затты жинап өту, 20–25 см биіктікке секіру; 4–5 сызық арқылы орнынан ұзындыққа секіру (сызықтардың арақашықтығы 40–50 см) Допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет). Алысқа дәлдеп лақтыру (3,5–6,5 м кем емес). Табан мен алақанға сүйеніп төрт тағандап еңбектеу. 50 см жоғары көтерілген арқанның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру; құрсаудан еңбектеп өту; Басқа қапшық қойып, заттарды аттап өту, бұрылу. Тепе-теңдікті сақтау: қолын жоғары көтеріп, аяқтың ұшымен тұру; қолын беліне қойып, бір аяқпен тұру; қолын беліне қойып, екі жаққа кезегімен айналу. Қатарға бір- бірден сапқа тұру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру. Музыкалық-ырғақтық жаттығулар: Музыкалық сүйемелдеуге сәйкес түрлі қарқында таныс дене жаттығуларын орындау. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті және екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға, солға бұрылыстарды орындау; Спорттық ойын элементтері: Футбол. Берілген бағытта допты домалату. Допты аяқтарымен бір-біріне домалату; Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Тыныс алу жолдарын шынықтыру, жалаң аяқ жүру.

Қараша айы 2022жыл

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Негізгі қимылдар: адымдап жүру адымдап жүгіру жүргіру етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу; бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес), тактайдың бойымен тепе-теңдікті сақтап бойымен жүру бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Спорт залда Қимылды ойындар. Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүру. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.

Желтоқсан айы 2022жыл

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, нықтарды түзеп, екі жакка бұрылу. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Отырғанкалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бүгу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айқастырып, отыру және тұру. Аяқтың ұшын созу, өкшені айналдыру. Аяқтың бақайларымен жіпті жинау, құм салынған қапшықтарды өкшелермен қысып алып, бір орыннан екінші орынға қою. Өкшемен таяқтың, арқанның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқауақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Негізгі қимылдар: жан-жакка қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру сапта бір-бірден, шеңбер бойымен жүргізу табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу, аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру, оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 метр қашықтықтан) лақтыру гимнастикалық скамейканың бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар: Шанамен сырғанау: төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен өз бетінше сырғанау. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарға қызығушылықты дамыту. Таныс ойындарды ұйымдастыруда бастамашылдық, дербестік танытуға баулу. Ойындарда физикалық қасиеттерді (жылдамдық, күш, шыдамдылық, икемділік, ептілік) дамыту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүру. Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.

Қаңтар айы 2023 жыл

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру, қолдарын арқасына апару; қолдарды төмен түсіру; белге қою, кеуде тұсына қою; қолдарын алға-артқа сермеу; Тізерлеп тұрып, алға еңкею және артқа шалқаю, екі аяқты кезек бүгу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалкасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Негізгі қимылдар: сапта бір-бірден жүру «жыланша», шашырап жүгіру; 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу; 4–5сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру, 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру; бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру бағыт бойынша түзелу Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар: Шаңғымен жүру: шаңғымен бірінің артынан бірі жүру; ересектердің көмегімен шаңғыны киіп, шешу. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүру. Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолдарын алға-артқа сермеу; қолды ныққа қойып, шынтақтарын бүгіп, қолдарын айналдыру. Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу. Етпетінен жатқан қалыпта нықтарын, басын, қолдарын алға созып көтеру. Қатарынан 4-5 рет жартылай отыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Тізені бүгу, алға созу, қайтадан бүгу және түсіру. Негізгі қимылдар: жүруді жүгірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен жүргізу құрсаудан еңбектеп өту. 4–5сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру, допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алу; қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылу, оңға, солға бұрылу Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар: Шанамен сырғанау: төбешіктен сырғанау, бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен өз бетінше сырғанау. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Дене белсенділігі (танертенгі жаттығу, шынықтыру, спорттық және қимылды ойындар) мен ұйқының қанық болуының пайдасы туралы түсінікті кеңейту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен жалаң аяқ жүру. Қимылдауға ыңғайлы, жеңіл киіммен желдетілген бөлмеде дене жаттығуларын орындау. Тыныс алу жолдарын шынықтыру.

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу, қолдың білектерін айналдыру. Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, нықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу. Екі қолды белге қойып, оңға-солға бұрылу (жылдам және бір қалыпты). Оңға, солға еңкею, шалқаю. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқа ұсақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Тізені бүгіп, екі аяқты кезек көтеру. Негізгі қимылдар: жүруді секіруменалмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып: жетекшіні ауыстырып жүгіру гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы кадаммен өрмелеу, 20–25 сантиметр биіктіктен секіру, допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); қырлы, көлбеу тақтай бойымен (ені 2сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүру; орнында айналу; Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерінсаналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Құлап қалған кезде өзіне қарапайым көмек көрсетуге, науқастанған кезде ересектерге жүгінуге баулу. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың 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 шынықтыруды дамыту

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру (бір уақытта, кезекпен), төмен түсіру, қолдарын арқасына апару: қолдарды төмен түсіру; белге қою, кеуде тұсына қою; қолдарын алға-артқа сермеу. Тізерлеп отырып, допты өзінен айналдыра домалату. Бір аяқты жоғары көтеріп, жоғары көтерілген аяқтың астынан затты бір қолдан екінші қолға беру. Екі аяқты кезекпен алға қою, алдыменөкшені, содан кейін аяқтың ұшын қою, тарсылдату. Қатарынан 4-5 рет жартылайотыру. Екі қолды белге қойып, екі жаққа созып, отыру. Негізгі қимылдар: бағытты және қарқынды өзгертіп жүру 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру Бөренеден аттап өту орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр), қысқа секіргішпен секіру. допты жоғары лақтыру қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өту, араларын алшақ ұстау және жақын тұру. Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерінсаналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың 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 шынықтыруды жасату

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, иықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бұғу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айкастырып, отыру және тұру. Өкшемен таяқтың, арканның үстінен бір қырымен жүру. Түрегеліп тұрып, аяқтың бақайларымен орамалдарды, тағы басқаузақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Негізгі қимылдар: қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру. орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру гимнастикалық скамейкадан аттап өту орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр) секіру. допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет). қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап үрленген доптардан (бір-бірінен қашық қойылған 5–6 доп арқылы кезекпен) аттап өту. оңға, солға бұрылу орнында айналу; Ырғақтық жаттығулар. Таныс, бұрын үйренген жаттығуларды және қимылдарды музыкамен сүйемелдеу арқылы орындау Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойындар. Қимылды ойындарда жетекші рөлді орындауға үйрету, ойын ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. Салауатты өмір салтын қалыптастыру. Тамақтану тәртібін сақтаудың және көгөністер мен жемістердің, дәрумендердің адам ағзасына пайдасы туралы түсініктерін жетілдіру. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Шынықтырудың барлық түрлерін, жалпы және жергілікті су шараларын жүргізу: аяқтарды, денені шаю, әрбір тамақтанғаннан кейін ауызды шаю. Жалпақ табандылықтың алдын-алу үшін түрлі жолдармен, жылы күндері шөптің, құмның үстімен жалаң аяқ жүруді. Тыныс алу жолдарын шынықтыруды жетілдіру.

Бекітемін
№ 6 «Өркен» бөбекжайы ЖБҚ МКҚК
Директоры Е. Кенджебаева



Тексерілді
№ 6 «Өркен» бөбекжайы ЖБҚ МКҚК
Әдіскері: 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 оқу жылына арналған мектепалды тобының
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары**

Қыркүйек айы 2022жыл

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар: Қолды кеуде тұсына қою, екі жакка созу; қолды жоғары көтеру және екі жакка созу Кеудеге арналған жаттығулар: Допты жоғарыдан (алға және артқа) бір- біріне беру. Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар: 3-5 метр қашықтықта екіқолын жерге қойып, жүру (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды). Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5–6 рет) Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); Негізгі қимылдар: сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру; шашырап, жұппен, жүру мен жүгіруді алмастырып, заттардың арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеу бір орында тұрып, алға қарай 3–4 метр қашықтыққа жылжу арқылы секіру, допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; заттардан аттап тепе-теңдікті сақтап жүру сапка бір, екі, үш қатармен тұру, Музыкалық-ырғақтық қимылдар. Таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем және ырғақты орындау. Қимылдардың ырғағын музыкалық сүйемелдеумен үйлестіру. Спорттық жаттығулар: Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу. Спорттық ойын элементтері: Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Қимылды ойындар. Ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өзбетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Ұлттық қимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға қатысуға баулу. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылды ойынның дамуына ықпал ететін әртүрлі құралдар мен спорттың жабдықтары бар ортаны құру.

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар: Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу Кеудеге арналған жаттығулар: Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды. Бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді, екінші бала оның аяғына отырады (5-6 рет); Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5-6 рет) Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); Негізгі қимылдар: аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру; қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру; кедергілер арасынан еңбектеу; екі тізенің арасына қапшықты қысып алып, түзу бағытта (арақашықтығы 6 метр) қос аяқпен секіру; допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату; шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен тепе-теңдікті сақтап жүру; сапқа бір, екі, үш қатармен тұру; Музыкалық-ырғақтық қимылдар. Таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем және ырғақты орындау. Қимылдардың ырғағын музыкалық сүйемелдеумен үйлестіру. Спорттық жаттығулар: Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу. Спорттық ойын элементтері: Бадминтон. Волянд ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттап отырып қағып лақтыру; Футбол. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен домалату. Доппен затты айналдыра жүру. Допты шұңқырға, қақпаға домалату. Допты қатарынан бірнеше рет қабырғаға соғу; Қимылды ойындар. Ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Ұлттық қимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға қатысуға баулу. Дербес қимыл белсенділігі. Қимылды ойынның дамуына ықпал ететін әртүрлі құралдар мен спорттық жабдықтары бар ортаны құру. Балалардың құрдастарымен қимылды ойындарды өз бетінше ұйымдастыруына жағдай жасау, олардың жарыстар ұйымдастыруға деген белсенділігін қолдау.

Қараша айы 2022жыл

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар: Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу, қолды жоғары көтеру және екі жаққа созу Кеудеге арналған жаттығулар: Гимнастикалық қабырғаға карап тұрып, белінің тұсындағы тақтайшаны ұстап, алға еңкею Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар: 3-5 метр қашықтықта екіқолын жерге қойып, жүру (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды). Арқаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5-6 рет) Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, қолды алға созып, жартылай отырып-тұру (2-3 рет); Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеу (арақашықтығы 3-4 метр); қос аяқпен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) секіру допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; скамейканың үстіне қойылған текшелерден аттап тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру. Музыкалық-ырғақтық қимылдар. Таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем және ырғақты орындау. Қимылдардың ырғағын музыкалық сүйемелдеумен үйлестіру. Спорттық жаттығулар: Дене шынықтыру мен спортқа қызығушылықты ояту және дене шынықтырумен, спортпен айналысуға баулу. Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу. Спорттық ойын элементтері: Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу. Қимылды ойындар. Ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өзбетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Ұлттық қимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға қатысуға баулу.

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар: Қолды кеуде тұсына қою, екі жакка созу; қолды жоғары көтеру және екі жакка созу Кеудеге арналған жаттығулар: Гимнастикалықкабырғаға аркасымен сүйеніп тұрып, белінің деңгейіндегі рейкадан ұстап, аяқтыкезектестіре бұғу және тік көтеру. Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды:бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді,екінші бала оның аяғына отырады (5-6 рет); Арқаға арналған жаттығулар: стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау Аяққа арналған жаттығулар: қолды тізеге қойып отырып-тұру Негізгі қимылдар: заттардан бір қырымен аттап жүру; кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру, гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу; оң және сол аяқты алмастырып, заттардың арасымен (арақашықтығы 3 метр) секіру; 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыру; арқан бойымен бір қырымен, қосалқы қадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қою) тепе-теңдікті сақтап жүру ; бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру. Музыкалық-ырғақтық қимылдар. Таныс дене жаттығуларын музыка әуенімен әсем және ырғақты орындауды үйрету. Қимылдардың ырғағын музыкалық сүйемелдеумен үйлестіру. Спорттық жаттығулар: Сырғанау. Өз бетінше мұзды жолмен сырғанауды, жүгіріп келіп сырғанауды үйрету. Спорттық ойын элементтері: Хоккей элементтері. Берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанатуды, оны қақпаға кіргізуді үйрету. Қимылды ойындар. Ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өзбетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Ұлттық қимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға қатысуға баулу.

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды желкеге қою. Саусақтарды айқастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру. Кеудеге арналған жаттығулар: Алға еңкейіп, алақанын еденге тигізу. Қолдарын айқастырып желкеге қою, қолды жазып, екі жаққа созу Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар: 3-5 метр қашықтықта есіқолын жерге қойып, жүру (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды). Арқаға арналған жаттығулар: стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау Аяққа арналған жаттығулар: қолды тізеге қойып отырып-тұру Негізгі қимылдар: белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру, алғақарай жүру; кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен – баяу қарқынмен 1,5–2 минуттоқтамай жүгіру; бірнеше заттардан еңбектеп өту; бір орында тұрып биіктікке секіру (6-8 метр); 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру; әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып, кедір-бұдыр тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; орнында айналу Музыкалық-ырғақтық қимылдар. Түзу бағытта адымдап жүру. Жұбымен шеңбер бойымен жүруді үйрету. Спорттық жаттығулар: Шанамен сырғанау. Бір-бірін шанамен сырғанату, төбешіктен бір-бірлеп және екі-екіден шанамен сырғанауды меңгерту. Спорттық ойын элементтері: Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып Лақтыруды үйрету. Қимылды ойындар. Ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өзбетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Ұлттық қимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға қатысуға баулу.

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды желкеге қою. Саусақтарды айқастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру. Кеудеге арналған жаттығулар: Алға қарай еңкейіп, алақанды еденге тигізу; Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды:бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалқасынан жатып, денесін көтереді,екінші бала оның аяғына отырады (5-6 рет); Арқаға арналған жаттығулар: стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау Аяққа арналған жаттығулар: қолды тізеге қойып отырып-тұру Негізгі қимылдар: қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып, әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру; кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 минуттоқтамай жүгіру; әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту; бір аяқпен және қос аяқпенқұрсаудан құрсауға секіру арақашықтықтығы 40 сантиметр; допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2метр) басынан асыра лақтыру; әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып, гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; оңға, солға бұрылу. Музыкалық-ырғақтық қимылдар. Түзу бағытта адымдап жүруді. Жұбымен шеңбер бойымен жүруді пысықтау. Спорттық жаттығулар: Шаңғымен жүру. Бірінің артынан бірі ауыспалы қадаммен алға жылжу, оңжәне сол аяқтарымен сырғанауды. Бір орнында тұрып оңға, солға бұрылу, айнауды үйрету. Спорттық ойын элементтері: Баскетбол элементтерін үйрету. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Қимылды ойындар. Ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өзбетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Ұлттық қимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға қатысуға баулу.

Наурыз айы 2023жыл

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды желкеге қою. Саусақтарды айқастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру. Кеудеге арналған жаттығулар: артқы жағынан қолды айқастырып көтеру Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар: 3-5 метр қашықтықта екіқолын жерге қойып, жүру (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды). Арқаға арналған жаттығулар: қолдың көмегімен етпетіненжатып еңбектеу (3 метр). Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту. Негізгі қимылдар: ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру; жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; гимнастикалық қабырғамен өрмелеу; алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіру; допты екі қолымен заттардың арасымен(арақашықтығы 4 метр) жүргізу; әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып, кедір-бұдыр тақтай, гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; орнында айналу, оңға, солға бұрылу. Музыкалық-ырғақтық қимылдар. Түзу бағытта адымдап жүру. Жұбымен шеңбер бойымен жүруді жетілдіру. Спорттық жаттығулар: Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу. Спорттық ойын элементтері: Футбол элементтерін үйрету. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебуге. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу Қимылды ойындар. Ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өзбетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Ұлттық қимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға қатысуға баулу.

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және нық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды желкеге қою. Саусақтарды айқастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру. Кеудеге арналған жаттығулар: қолды жоғары көтеріп, жан-жаққа бұрылу Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: гимнастикалық қабырғадақолдарымен тартылып тұрып, аяқтарын көтеру (5-6 рет). Арқаға арналған жаттығулар: қолдың көмегімен етістіңсізжатып еңбектеу (3 метр). Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту. Негізгі қимылдар: заттардың, кегльдердің арасымен, жіптерден аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру; бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу; оң және сол аяқты алмастыра отырып, арқаннан, сызықтан секіру тұрған орнында айналып секіру; допты лақтыру және алға қарай жылжып, екі қолымен қағып алу арақашықтығы 4–5 метр; гимнастикалық скамейканың бойымен екі қадам қашықтықта орналасқан іші толтырылған доптардан аттап өту; сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру. Музыкалық-ырғақтық қимылдар. Түзу бағытта адымдап жүру. Жұбымен шеңбер бойымен жүру. Спорттық жаттығулар: Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу. Спорттық ойын элементтері: Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттап отырып лақтыру. Қимылды ойындар. Ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өзбетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Ұлттық қимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға қатысуға баулу.

Мамыр айы 2023жыл

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: қолды желкеге қою. Саусақтарды айқастырып, алға-жоғары көтеру (қолды сыртқы жағымен ішке қарай бұру). Қолды кезек жоғары-артқа көтеру. Кеудеге арналған жаттығулар: Отырып алға қарай еңкею, тізерлеп тұрып алға еңкею. Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар: 3-5 метр қашықтықта екіқолын жерге қойып, жүру (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды). Арқаға арналған жаттығулар: қолдың көмегімен етпетіненжатып еңбектеу (3 метр). Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшымен ұсақ заттарды жылжыту. Негізгі қимылдар: косалқы қадаммен жүру; жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; кедергілер арасынан еңбектеу; биіктіктенсекіру, 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру; допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру жәнеекі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; қолдарынан ұстап, жұптарымен айналып тепе-теңдікті сақтап жүру; сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру. Музыкалық-ырғақтық қимылдар. Түзу бағытта адымдап жүру. Жұбымен шеңбер бойымен жүру. Спорттық жаттығулар: Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу. Спорттық ойын элементтері: Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Қимылды ойындар. Ынта мен шығармашылық таныта отырып, таныс қимылды ойындарды өзбетінше ұйымдастыруға мүмкіндік беру. Ұлттық қимылды ойындарды ойнату. Балаларды жарыс элементтері бар ойындар мен эстафеталық ойындарға қатысуға баулу.



Дене шынықтыру нұсқаушысы: Сексенбаева А

Циклограмма

1.09-02-09.2022 жыл

Тексерді: Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі 01.09.2022	Жұма 02.09.2022
Топтардың атауы		Ортаңғы топ Ересек топ Мектепалды топ				
Ұйымдастырылған іс әрекеттер					Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. (таңғы жаттығулар қайталаналы) Негізгі қимылдар: Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірімен, бірінің артынан бірі жүру; 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 алшақ ұстаған калпында	Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. (таңғы жаттығулар қайталаналы) Негізгі қимылдар: Педагогтің артынан жүру; шеңбер бойымен қол ұстасып жүру; Бір орында тұрып екі аяқтап секіру; доптарды домалату. Қимылды ойын: Өз үйінді тап Ересек топ №7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: өкшемен жүру аяқтың ұшымен жүргізу

					допты домалату Ересек топтар №7,11 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар. (таңғы жаттығулар қайталанады)</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> өкшемен жүру аяқтың ұшымен жүргізу бір-бірден сапка тұру <u>Қимылды ойын:</u> Күн шуақ және жаңбыр	бір-бірден сапка тұру <u>Қимылды ойын:</u> Күн шуақ және жаңбыр Мектепалды топ №10 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар. (таңғы жаттығулар қайталанады)</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапка бір-бірден жүру; жүру мен жүгіруді алмастырып, заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; <u>Қимылды ойын:</u> Біз көңілді балалармыз...
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограммсы

Тексерді: Рис Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 03.10.2022	Сейсенбі 04.10.2022	Сәрсенбі 05.10.2022	Бейсенбі 06.10.2022	Жұма 07.10.2022
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ №5,4 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар (таңғы</u> <u>жаттығулар</u> <u>қайталаңады).</u> Негізгі қимылдар: аяқтың сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргіру; 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; <u>Қимылды ойын;</u> Тегіс жолм Мектепалды топ №10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар. (таңғы</u> <u>жаттығулар қайталаңады)</u> Негізгі қимылдар: Жүру, аяқтың ұшымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргіру; кедергілер арасынан еңбектеу; допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату;	Ортаңғы топ №4 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар. (таңғы</u> <u>жаттығулар</u> <u>қайталаңады)</u> Негізгі қимылдар: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен жүргіру. Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып , аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта, "жылаңша еңбектеу <u>Қимылды ойын:</u> Поезд Ересек топ №11,7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар:	Ересек топ №11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: аяқтың сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргіру; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойыңша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; <u>Қимылды ойын:</u> Масаны ұстап ал Спорттық <u>жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Мектепалды топтар №4,10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар:	Ортаңғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүру аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіре жүру; Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі жүгіру; Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру <u>Қимылды ойын:</u> «Допты дәлдеп лақтыр» Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: аяқтың ұшымен,	Ортаңғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүру аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіре жүру; Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі жүгіру; Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру <u>Қимылды ойын:</u> «Допты дәлдеп лақтыр» Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру Ересек топ <u>Жалпы дамытушы</u>

		<u>Қимылды ойын:</u> Кімнің тобы тез жинақталады?	аяқтың сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргізу; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; <u>Қимылды ойын:</u> Масаны ұстап ал <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу.	Жүру, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүгіру; екі тізенің арасына қапшықты қысып алып, түзу бағытта (арақашықтығы 6 метр) қос аяқпен секіру; сапқа бір, екі, үш қатармен тұру; <u>Қимылды ойын:</u> Қу түлкі <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед, самокат тебу. Шенбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу.	аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру; қатармен бір-бірінен, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру; допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату; екі тізенің арасына қапшықты қысып алып, түзу бағытта (арақашықтығы 6 метр) қос аяқпен секіру; <u>Қимылды ойын:</u> Кім жылдам? <u>№11, 7 Ортаңғы топ</u> <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру; Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі жүгіру; Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта, "жыланша" еңбектеу; Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру; <u>Қимылды ойын:</u>	<u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың сытисені жоғары көтеріп жүргізу; 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; <u>Қимылды ойын:</u> Торғайлар мен мысық
--	--	--	--	--	---	---

					«Күміс алу»	
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған:Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Рисал Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 10.10.2022	Сейсенбі 11.10.2022	Сәрсенбі 12.10.2022	Бейсенбі 13.10.2022	Жұма 14.10.2022
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ересек топ №5,4 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Жүру; тізені жоғары көтеріп жүргізу; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе- теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Тауықпен мен балапанда <u>Мектепалды топ №10</u> <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру; қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру; кедергілер арасынан енбектеу; екі тізенің арасына қапшықты қысып алып, түзу бағытта (арақашықтығыб метр) қос аяқпен секіру; <u>Қимылды ойын:</u> Жіптен секір	<u>Ортаңғы топ №4</u> <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру; аяқтың ұшымен жүгіру; допты екі қолымен көкірек тұсынан кері лақтыру; енгіс тақта бойымен (20- 30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; <u>Қимылды ойын:</u> Допты дәлдеп лақтыр <u>Ересек топ №11,7</u> <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру; қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден жүгіру; екі тізенің арасына қапшықты қысып алып, түзу бағытта (арақашықтығыб метр) қос аяқпен секіру; допты бір қатарға	Ересек топ №11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың сыртқы қырымен жүру; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша енбектеу; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; <u>Қимылды ойын:</u> Қоймадағы тышқандар <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; онға, солға бұрылу. <u>Мад топ №4,10</u> <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірлеп жүру; қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру, аралықты сақтай отырып жүгіру; Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта	<u>Ортаңғы топ №5</u> <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру; қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру, аралықты сақтай отырып жүгіру; допты екі қолымен көкірек тұсынан кері лақтыру; Сапка бір-бірден тұру. <u>Ересек топ №7,11</u> <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> шеңбер бойымен қол ұстасып жүру бағытты өзгерте отырып жүру; жүруден жүгіруге ауысу, жүруден жүгіруге және керісінше ауысу; Жиіктері шектелген тура жолмен (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) гимнастикалық орындықтың үстімен жүру.	<u>Орта топ №5</u> <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тізені жоғары көтеріп жүргізу; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; аяқтың сыртқы қырымен жүру; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша енбектеу; <u>Қимылды ойын:</u> Қояндар <u>Ересек топ №7</u> <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> шеңбер бойымен қол ұстасып жүру бағытты өзгерте отырып жүру; жүруден жүгіруге ауысу, жүруден жүгіруге және керісінше ауысу; заттарға шығу (гимнастикалық орындыққа), тұру, қолын жоғары көтеру, түсу.

			қойылған заттардың арасымен домалату; <u>Кимылды ойын:</u> Соқыр қойшы <u>Спорттық ойын элементтері:</u> Бадминтон. Волянд ракеткамен белгілі бір жакқа бағыттап отырып қағып лақтыру;	отырып, аяқты алшак ұстаған калпында допты домалату; еденге қойылған тақта бетімен еңбектеу <u>Кимылды ойын:</u> Торғайлар мен автомобиль <u>Спорттық жаттығулар:</u> Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын жетілдіру	<u>Кимылды ойын:</u> Төгілген жіптерді жылдам жина <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедке отырғызу, ересектердің көмегімен және көмегінсіз түсіру, ересектердің көмегімен және өзбетімен рөлді басқару дағдысын қалыптастыру;	<u>Кимылды ойын:</u> Торғайлар
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р.ед Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 17.10.2022	Сейсенбі 18.10.2022	Сәрсенбі 19.10.2022	Бейсенбі 20.10.2022	Жұма 21.10.2022
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Мектепалды топ №10 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: аяқтың ұшымен жүру; допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату; шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен тепе-теңдікті сақтап жүру; сапқа бір, екі, үш қатармен тұру; Қимылды ойын: Қармақ Ортаңғы топ №5,4 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: арқанның бойымен тепе- теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. 2-3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; заттардың арасымен	Ересек топ №11,7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: аяқтың ұшымен жүру; кедергілер арасынан еңбектеу; екі тізенің арасына қапшықты қысып алып, түзу бағытта (арақашықтығы 6 метр) қос аяқпен секіру; сапқа бір, екі, үш қатармен тұру; Қимылды ойын: Қарлы шеңбер Спорттық жаттығулар: Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу Ортаңғы топ Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп	Ересек топ №11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: аяқтың сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргізу; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеу, көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; Қимылды ойын: Масаны ұстап ал Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. №4,10 Мад топтар Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: бірінің артынан бірі,	Ересек топ №7,11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүгіру; екі тізенің арасына қапшықты қысып алып, түзу бағытта (арақашықтығы 6 метр) қос аяқпен секіру; допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату; Қимылды ойын: Доп мектебі Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. №5 Ортаңғы топ Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп	Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: аяқтың сыртқы қырымен жүру; заттардың арасымен күрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. Қимылды ойын: Кішкене маймылдар Ересек топ №7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жұптасып жүру, бағытты өзгерте отырып жүру, бағдар бойынша жүру (кілемнің бойымен, жіпке дейін), кедергілерден аттап жүру. бірқалыпты жүгіру,

		кұрсауларды бір-біріне домалату; <u>Қимылды ойын:</u> Тегіс жолмен	жүру; шенбер бойлап жүгіру; тұрған жерінен ұзындыққа секіру; тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тактай бойымен жүру. <u>Қимылды ойын:</u> Поезд	тізені жоғары көтеріп жүру; аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, жүгіру; допты екі қолымен жоғары, бастан асыра лақтыру; шенберге шағын топтармен және барлық топпен қайта тұру дағдыларын қалыптастыру; <u>Қимылды ойын:</u> Допты дәлдеп лақтыр <u>Спорттық жаттығулар:</u> Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру	жүру; аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, жүгіру; тұрған жерінен ұзындыққа секіру; шенберге шағын топтармен және барлық топпен қайта тұру дағдыларын қалыптастыру; <u>Қимылды ойын:</u> Торғайлар мен автомобиль	Бір орында тұрып екі аяқтап секіру, 10-15 см биіктен секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Күн мен жаңбыр Мектепалды топ №10 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың ұшымен жүру; допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату; шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен теппендікті сақтап жүру; сапқа бір, екі, үш қатармен тұру;
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Риса 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
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Мектепалды топ №10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың ұшымен жүру; қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден жүгіру; кедергілер арасынан еңбектеу; шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Кімнің тобы тез жинақталады? Кегли Ортаңғы топ №5,4 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. 2-3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату;		Ересек топ №11,7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тізені жоғары көтеріп жүргізу; көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; арканың бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Тауықпен мен балапандар. <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Ортаңғы топ №4 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тізені жоғары көтеріп жүру аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіре жүру; шенбер бойлап жүгіру; допты екі қолымен жоғарыға, еденге	Ересек топ №7,11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру; қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүгіру; шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы қадаммен, аяқтың ұшымен тепе-теңдікті сақтап жүру; допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату; <u>Қимылды ойын:</u> Кім жылдам? <u>Спорттық ойындарының элементтері:</u> Футбол. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен домалату. Доппен затты айналдыра жүру. Допты шұңқырға қақпаға домалату. Допты қатарынан бірнеше рет қабырғаға соғу; Ортаңғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы</u>	Ортаңғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> 2-3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арканың бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Қоймадағы тышқандар Ересек топ №7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> бағытты өзгерте отырып жүру, жүруден жүгіруге ауысу; 30-40 сек бойына үзіліссіз жүгіру; Бір орында тұрып екі аяқтап секіру, 10-15 см биіктен секіру; Жиектері шектелген тура жолақпен (ені 20-25 см, ұзындығы 2-2,5 м) гимнастикалық орындықтың үстімен жүру.

		Кимылды ойын: Торғайлар мен мысық		(жерге) қарай төмен лақтыру; Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру; <u>Кимылды ойын:</u> Күміс алу <u>Спорттық жаттығулар:</u> Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру	<u>жаттығулар:</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> бағдар бойынша жүру (кілемнің бойымен, жіпке дейін), кедергілерден аттап жүр; жүруден жүгіруге және керісінше ауысу; арқанның астымен нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу. заттарға шығу (жұмсақ модульге және тағы басқа), тұру, қолын жоғары көтеру, түсу;	<u>Кимылды ойын:</u> Автобус
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдыктарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 31.10.2022	Сейсенбі 01.11.2022	Сәрсенбі 02.11.2022	Бейсенбі 03.11.2022	Жұма 04.11.2022
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Мектепалды топ №10 Жалпы дамытушы жаттығулар. (таңғы жаттығулар қайталанатын) Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; Қимылды ойын: Секіріп жүріп, допты ұста Ортаңғы топ №4,5 Жалпы дамытушы жаттығулар (таңғы жаттығулар қайталанатын). Негізгі қимылдар: адымдап жүру; адымдап жүгіру; бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; тақтайдың бойымен	Ересек топ №11,7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; қос аяқпен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) секіру; допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; Қимылды ойын: Жүгіріп өт Спорттық жаттығулар: Дене шынықтыру мен спортқа қызығушылықты ояту және дене шынықтырумен, спортпен айналысуға баулу.	Ересек топ №11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: адымдап жүру адымдап жүгіру; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес); бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. Қимылды ойын: Шеңберге түсір Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Спорт залда Мад топ №4,10 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: тура, шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру; 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне,	Ересек топ №7,11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеу (арақашықтығы 3–4 метр); қос аяқпен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) секіру Қимылды ойын: Аюлар мен аралар Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: тура, шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру; 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне,	Ортаңғы топ №4,5 Жалпы дамытушы жаттығулар (таңғы жаттығулар қайталанатын). Негізгі қимылдар: адымдап жүру; адымдап жүгіру; бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; тақтайдың бойымен тепе-теңдікті сақтап бойымен жүру Қимылды ойын: Кішкене қапшықты кім алысқа лақтыра алад Ересек топ №7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: адымдап жүру; адымдап жүгіру; бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5

		тепе-теңдікті сақтап бойымен жүру <u>Қимылды ойын:</u> Кішкене қапшықты кім алысқа лақтыра алады?	Ортаңғы топ №4 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар. (таңғы жаттығулар қайталанады)</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тура, шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру; құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру; Бірінің артынан бірі сапқа тұру <u>Қимылды ойын:</u> Сақина жасыру	заттардың арасымен, қақпаға домалату; Бірінің артынан бірі сапқа тұру <u>Қимылды ойын:</u> Қуыр-қуыр қуырмаш. <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Спорт залда	заттардың арасымен, қақпаға домалату; құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру <u>Қимылды ойын:</u> Шыбыққа қалпақ кигізу	метрден кем емес) <u>Қимылды ойын:</u> Жоғары лақтыр Мектепалды топ №10 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар. (таңғы жаттығулар қайталанады)</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тізені жоғары көтеріп жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; <u>Қимылды ойын:</u> Секіріп жүріп, допты ұста
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Риса 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
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		ортаңғы топ №4,5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Жүру; адымдап жүгіру; бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес) Қимылды ойын: Жоғары лақты Мектепалды топ №10 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру; көс аяқпен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) секіру; допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; скамейканың үстіне қойылған текшелерден	ортаңғы топ №4 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру, арқан бойымен жүру; әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен жүгіру; 15-20 сантиметр биіктіктен секіру; Бірінің артынан бірі сапқа тұру Қимылды ойын: Өз түсінді тап. ересек топ №7,11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеу	ересек топ №11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: адымдап жүру адымдап жүгіру етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу; тақтайдың бойымен тепе-теңдікті сақтап бойымен жүру Қимылды ойын: Допты қағып ал Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Спорт залда Мад топ №10,4 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар:	№7,11 ересек топ Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру; Қимылды ойын: Өрт сөндірушілер\ №5 Ортаңғы топ Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: тура жолмен жүру; шеңбер бойымен жүгіру;	ортаңғы топ №7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: адымдап жүру; жүгіру; бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; тақтайдың бойымен тепе-теңдікті сақтап бойымен жүру бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. Қимылды ойын: Жәй жүріп өт. Ересек топ №7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Қолдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір- бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүру; Бір қалыпты, шашырап, берілген

		аттап тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Кім жылдам жалаушаға жүгіреді?	(арақашықтығы 3-4 метр); бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Ормандағы тиіндер Спорттық ойын элементтері: Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу.	шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру; әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен жүгіру; еденге қойылған тақтай бойымен еңбектеу; Бірінің артынан бірі сапқа тұру <u>Қимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Спорт залда	еденге қойылған арканның доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу; бір-бірінің жанына сапқа тұру <u>Қимылды ойын:</u> Поезд	бағытта жүгіру; заттарға шығу (гимнастикалық скамейкаға, жұмсақ модульге): тұру, колдарын жоғары көтеру, түсу; <u>Қимылды ойын:</u> «Ортамызда кім жоқ»
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р.А. 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
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		ортаңғы топ№5,4 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргізу; бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес) <u>Қимылды ойын:</u> Кішкене қапшықты кім алысқа лақтыра алады? Мектепалды топ№10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тізені жоғары көтеріп жүру; қос аяқпен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) секіру; скамейканың үстіне қойылған текшелерден аттап тепе-теңдікті	ортаңғы топ№4 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> арқан бойымен жүру; бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүгіру; 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалату; құрсаудан құрсауға секіру <u>Қимылды ойын:</u> Сакина жасыру Ересек топ№11,7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тізені жоғары көтеріп жүру; жүру мен жүгіруді алмастыру; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеу (арақашықтығы 3-4 метр); допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу;	ересек топ№5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> адымдап жүру адымдап жүгіру етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу; бір-бірінің жанына сапка және шеңберге тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Жоғары лақтыр Жәй жүріп өт. Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Спорт залда Мад топ№4,10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып	ересек топ№7,11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тізені жоғары көтеріп жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; скамейканың үстіне қойылған әр түрлі заттардан аттап тепе-теңдікті сақтап жүру; допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; <u>Қимылды ойын:</u> Осылай етіп жасайық Спорттық жаттығулар: Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Ортаңғы топ№5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> арқан бойымен жүру; сапка бір-бірден	ересек топ№7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру адымдап жүгіру бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; тақтайдың бойымен тепе-теңдікті сақтап бойымен жүру бір-бірінің жанына сапка және шеңберге тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Жоғары лақтыр Жәй жүріп өт. ортаңғы топ№5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> арқан бойымен жүру; бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүгіру; 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалату; құрсаудан құрсауға

		сақтап жүру; бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапка тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Аюлар мен аралар	<u>Қимылды ойын:</u> Кім жылдам жалаушаға жүгіреді? <u>Спорттық жаттығулар:</u> Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру.	жүру; сапта бір-бірден жүгіру; допты заттардың арасымен домалату; заттарды айналып және заттардың арасымен секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Шыбыққа қалпақ кигізу <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Спорт залда	жүгіру; кұрсаудан құрсауға секіру; допты заттардың арасымен домалату; <u>Қимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп	секіру <u>Қимылды ойын:</u> Сақина жасыру
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р.И.И. 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
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ №4,5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: өкшемен жүру; аяқтың ұшымен жүргізу; етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу; заттарды қашықтыққа лақтыру Қимылды ойын: Шенберге түсір Мектепалды топ №10 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеу (арақашықтығы 3-4 метр); қос аяқпен заттардың	Ортаңғы топ №4 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: арқан бойымен жүру, тура жолмен жүру; алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта жүгіру; допты қақпаға домалату; доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу Қимылды ойын: Қуыр-қуыр қуырмаш. Ересек топ №7,11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; бір-бірінің жанына	Ересек топ №11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: аяқтың сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргізу; тақтайдың бойымен тепе-теңдікті сақтап бойымен жүру; бір-бірінің жанына сапқа және шенберге тұру. Қимылды ойын: Жоғары лақтыр Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Спорт залда Мад топ №4,10 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: тура бағытта жүру; аяқтың ұшымен, сапта	Ересек топ №7,11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеу (арақашықтығы 3-4 метр); қос аяқпен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) секіру Қимылды ойын: Өрт сөндірушілер Спорттық ойын элементтері: Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар:	Ересек топ №7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: өкшемен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргізу; етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу; бір-бірінің жанына сапқа және шенберге тұру. Қимылды ойын: Допты қағып ал Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: берілген бағытта шенбер бойымен, қолдарын әртүрлі калыпта ұстап, бір- бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүру; заттарға шығу

		арасымен (аракашықтығы 4 метр) секіру <u>Қимылды ойын: Доп кімде? Мақсаты:</u> допты жылдам беру, екі қолын алға шығарып, алаканын жайып, жоғары көтеру дағдылырын пысықтау	және бір-бірінің артынан сапқа тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Ормандағы тиіндер <u>Спорттық ойын элементтері:</u> Футбол элементтері. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебу. Допты заттарды айналдыра жүргізу.	бір-бірден жүгіру; 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалату; 15-20 сантиметр биіктіктен секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап. <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Спорт залда	арқан бойымен жүру, тура жолмен жүру; допты қақпаға домалату; 15-20 сантиметр биіктіктен секіру. <u>Қимылды ойын: Поезд</u> <u>Мақсаты:</u> колонаға бір-бірден тұруды. Баяу, жылдам, жылдамырақ және жүгіру дағдыларын қалыптастыру <u>Ойын барысы:</u> Балалар колонаға бір-бірден тұрады. (Бір-бірімен қол ұстаспай) Біріншісі паравоз ал қалғандары вагондар. Тәрбиеші гудок береді де, поезд алға жылжи бастайды, ең әуелі баяу, кейін жылдам, жылдамырақ және ең соңында балалар жүгіруге айналады. «Поезд станцияға жақындап келеді» - дейді тәрбиеші. Балалар жүрісті бірте – бірте баяулатады да, поезд тоқтайды. Балалар серуендеуге шығады. Олар жан-жаққа тарап, гүлдер, жеміс, саңырауқұлақтар тереді. Поезд жүруге дыбыс бергенде, ести сала олар қайтадан калоннаға тұрады да, поездің қозғалысы жанадан басталады. Ойын 4-5 рет қайталанады. Алғашында	(гимнастикалық скамейкаға, жұмсақ модульге): тұру, қолдарын жоғары көтеру, түсу; Екі қолмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр арақашықтықтағы нысанаға (төмен, жоғары) лақтыру; <u>Қимылды ойын:</u> Күн мен жаңбыр
--	--	---	--	---	--	---

					балалар калоннаға кез-келген ретпен тұрады, ал жылдың аяғында өз орындарын есте сақтауды - өз вагоныны табуды үйретеді. Ойынның сюжетін өзгертуге болады. Мысалы: поезд көлдің жанына тоқтайды, онда балалар кайықта серуендейді, балық аулайды. т.б.	
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған:Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р. ел 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 әрекеттер		Ортаңғы топ №4,5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: адымдап жүру адымдап жүгіру етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу; бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; Қимылды ойын: Кішкене қалшықты кім алысқа лақтыра алады? Мектепалды топ №10 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүру; жүгіру; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеу (арақашықтығы 3-4 метр); допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; бір-бірінің жанына және	Ересек топ №11,7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүру; жүгіру; қос аяқпен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) секіру; скамейканың үстіне қойылған текшелерден аттап тепе-теңдікті сақтап жүру; Қимылды ойын: Ормандағы тиіндер Спорттық жаттығулар: Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу. Ортаңғы топ №4 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: шеңбер бойымен	Ересек топ №11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: адымдап жүру адымдап жүгіру заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5-6,5 метрден кем емес), бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. Қимылды ойын: Шеңберге түсір Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Спорт залда Мад топ №4,10 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Арқан бойымен жүру, тура жолмен жүру; сапта бір-бірден	Ересек топ №7,11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; қос аяқпен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) секіру; Қимылды ойын: Осылай етіп жасайық Спорттық жаттығулар: Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу. Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар:	Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: адымдап жүру адымдап жүгіру бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5-6,5 метрден кем емес), Ересек топ №11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: адымдап жүру адымдап жүгіру заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5-6,5 метрден кем емес), бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. Қимылды ойын: Шеңберге түсір Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға,

		бір-бірінің артынан сапқа тұру. <u>Кимылды ойын:</u> Секіріп жүріп, допты ұста <u>Мақсаты:</u> Балаларды ойынға қызығушылығын арттыру. Ойын барысында ұйымшылдықты қалағалау. <u>Допты ұстап білу, секіру жүгіру максаттарын жүзеге асыру.</u>	тапсырмаларды орындай отырып жүру; сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына жүгіру; допты заттардың арасымен, қақпаға домалату; <u>Кимылды ойын:</u> Сакина жасыру	жүгіру; кұрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру; Бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру <u>Кимылды ойын:</u> Қуыр-қуыр қуырмаш. <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Спорт залда	шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру; сапта бір-бірден жүгіру; допты заттардың арасымен, қақпаға домалату; кұрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру; <u>Кимылды ойын:</u> Шыбыққа қалпақ кигізу	солға бұрылу. Спорт залда
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдыктарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Рис Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 05.12.2022	Сейсенбі 06.12.2022	Сәрсенбі 07.12.2022	Бейсенбі 08.12.2022	Жұма 09.12.2022
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		ортаңғы топ №4,5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар (таңғы</u> <u>жаттығулар</u> <u>қайталанады).</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру; сапта бір-бірден жүргізу; аяқты бірге, алшақ қойып секіру, гимнастикалық скамейканың бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру <u>Қимылды ойын:</u> Жалауға қарап жүгіру. Мектепалды топ №10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар. (таңғы</u> <u>жаттығулар қайталанады)</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> заттардан бір қырымен аттап жүру; кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру; тізелеріне сүйене	ересек топ №11,7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> заттардан бір қырымен аттап жүру; кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру; тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу; оң және сол аяқты алмастырып секіру; <u>Қимылды ойын:</u> Мүсін болып тұр <u>Спорттық жаттығулар:</u> Сырғанау. Өз бетінше мұзды жолмен сырғанауды, жүгіріп келіп сырғанауды үйрету. Ортаңғы топ №4 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар. (таңғы</u> <u>жаттығулар</u> <u>қайталанады)</u>	ересек топ №11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру; сапта бір-бірден жүргізу; табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу; бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Кешікпе <u>Спорттық</u> <u>жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау: төбешіктен сы Мад топ №4,10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру; қырлы тақтайдың	ересек топ №7,11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> заттардан бір қырымен аттап жүру; кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру; тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу; заттардың арасымен (арақашықтығы 3 метр) секіру; <u>Қимылды ойын:</u> Орындарына жылдам жет Ортаңғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> әртүрлі бағытта: «жыланша» жүру; тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру; допты	ересек топ №7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру; сапта бір-бірден жүргізу; гимнастикалық скамейканың бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу <u>Қимылды ойын:</u> Тышакандар мен мысықтар Ортаңғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып жүру.; әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен жүгіру.

		отырып, етпетімен өрмелеу; 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыру. <u>Қимылды ойын:</u> Шыбыққа қалпак кигізу Мақсаты: бір бағытты бағыттап, нысанды дәлдеп қалпакты лақтыру дағдысын дамыту Ойын барысы: Балалар тәрбиешінің көмегімен екі топқа бөлініп тұрады. Әр топ баласы белгілі қашықтықта тұрған шыбыққа, кезегімен қалпакты лақтырып кигізеді... Балалар бір бағытты бағыттай білуге үйренеді	<u>Негізгі қимылдар:</u> әртүрлі бағытта: «жыланша» жүру; бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың бойымен тепе теңдік сақтап жүру; допты кеуде тұсынан лақтыру; тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр	бойымен тепе теңдік сақтап жүру; допты оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыру сызықтан секіру <u>Қимылды ойын:</u> Тырналар-тырналар <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату	оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыру <u>Қимылды ойын:</u> Тышқандар мен мысық Мақсаты: алаңда жүгіруде ептілігін, жылдамдығын дамытып, бір біріне қақтығыспай жүгіруді үйрету Ойын барысы: Балалар - тышқандар өз індерінде отырады (бөлменің қабырғасын жағалай, немесе алаңның жан-жағына қойылған орындықтарға). Алаңның бір бұрышында мысық отыр. Мысықтың рөлін тәрбиеші атқарады. Мысық ұйықтап кеткенде тышқандар бөлмеде жүгіреді. Бірақ мысық оянады, керіліп-созылады, мияулайды және тышқандарды ұстай бастайды. Тышқандар тез қашып кетеді және індеріне тығылып (орындықтағы өз орындарына отырады) қалады. Барлық тышқандар індеріне	доғаның астынан нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу. <u>Қимылды ойын:</u> Автобус Мақсаты: Колонаға екі-екіден тұруды. Баяу, жылдам жүруді. Қақтығыспай төктауды үйрету Ойын барысы: Балалар бір-бірінің колдарынан ұстап, екі-екіден колонаға тұрады. Бос колдарымен олар ұшы байланған жіптен ұстайды. Яғни, кей бала жіпті оң қолмен, кей бала жіпті сол қолмен ұстайды. Бұл автобус. Тәрбиеші екі қолына үш түрлі –сары, қызыл, жасыл жалау ұстап, бөлменің бір бұрышында тұрады. Ол балаларға жасыл түсті сигнал болғанда қозғалуға, сары түсте баяулатып жүруге, қызыл түсте тоқтауға тиіс екендігін түсіндіреді. Тәрбиеші жасыл жалауды көтергенде- бұл трамвай келе жатыр деген белгі, балалар бөлмені, алаңды айнала жүгіреді. Ал егер
--	--	--	--	---	---	--

					қайтып келген соң мысық қайта ұйқыға кіріседі. Ойын 5-6 рет қайталаңады.	сары түсті жалауды көрсе жүрісті баяулатады. Қызыл жалау көтерсе олар тоқтайды, жасыл жалауды көтергенін күтеді.
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған:Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р. Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 12.12.2022	Сейсенбі 13.12.2022	Сәрсенбі 14.12.2022	Бейсенбі 15.12.2022	Жұма 16.12.2022
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ №4,5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру; шеңбер бойымен жүргізу; оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 метр қашықтықтан) лақтыру; екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру Мектепалды топ №10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру; 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыру; қосалқы қадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қою) тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Мүсін болып тұр Мақсаты: дене бітімін дұрыс қолданып мүсін жасауын дамы Ойын барысы: Ойнаушылардың	Ересек топ №11,7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> заттардан бір қырымен аттап жүру; «жыланша» жүгіру; гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу; оң және сол аяқты алмастырып секіру; <u>Қимылды ойын:</u> Кім көбірек заттарды жинайды? <u>Спорттық ойын элементтері:</u> Хоккей элементтері. Берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанатуды, оны қақпаға кіргізуді үйрету. Ортаңғы топ №4	Ересек топ №11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру; шеңбер бойымен жүргізу; табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу; екеуден, үшеуден бірінің артынан бірі қатарға тұру <u>Қимылды ойын:</u> Автобус <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау: бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу Мад топ №4,10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> арқаннан ұстап жүру; қарқынды өзгертіп,	Ортаңғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; «жыланша» жүгіру; 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыру; оң және сол аяқты алмастырып секіру; <u>Қимылды ойын:</u> Доп кімде? <u>Спорттық ойын элементтері:</u> Хоккей элементтері. Берілген бағытта қақпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанатуды, оны қақпаға кіргізуді үйрету. Ересек топ №7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қол ұстасып жүру; тұрған орнынан	

		арасынан бастаушы таңдалып алынады. Ол шеткірек тұрады. Балалардың қалғандары жүгіреді, бір аяғымен екінші аяғымен шалыс баса бүкіл бөлмеге немесе алаңға секіреді. Тәрбиешінің белгісі дабыл қағу немесе «тоқта» деген сөзден кейін барлығы қандай да болмасын бір қалыпта орындарына тұрады және қозғалмайды. Басқарушы барлық «фигураларды» айналып шығып, оған бәрінен де көбірек ұнайтынын таңдап алады. Ол бала басқарушы баға беруші болып саналады, ал алдыңғы басқарушы қалған балаларға қосылады да, ойын қайталанатын.	<u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қол ұстасып жүру; бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың бойымен тепе теңдік сақтап жүру; тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру; сызықтан секіру, тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Шыбыққа қалпақ кигізу	жылдам (10-20 метрге дейін), тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру; допты кеуде тұсынан лақтыру заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап. <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату	ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру; тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру; заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу <u>Қимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп	
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р. Реева 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
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ №4,5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: адымдап жүру; адымдап жүгіру; аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру; оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 метр қашықтықтан) лақтыру <u>Қимылды ойын:</u> Жалауға қарап жүгіру Мектепалды топ №10 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; арқан бойымен бір қырымен, қосалқы қадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қоя) тепе-теңдікті сақтап жүру ;	Ересек топ №11,7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: заттардан бір қырымен аттап жүру; кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру; нықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу; 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыру; <u>Қимылды ойын:</u> Сақинаны таяқшаға іл <u>Спорттық</u> жаттығулар: Сырғанау. Өз бетінше мұзды жолмен сырғанауды, жүгіріп келіп сырғанауды үйрету Ортаңғы топ №4 Жалпы дамытушы жаттығулар.	Ересек топ №11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру; сапта бір-бірден, шенбер бойымен жүргізу; табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу; гимнастикалық скамейканың бойымен тепе- теңдікті сақтап жүру <u>Қимылды ойын:</u> Автобус <u>Спорттық</u> жаттығулар: Шанамен сырғанау: шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу. Мад топ №4,10 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар:	Ересек топ №7,11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүру; кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру; арқан бойымен бір қырымен, қосалқы қадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қоя) тепе- теңдікті сақтап жүру; 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыру; <u>Қимылды ойын:</u> Бүрге <u>Спорттық</u> жаттығулар: Сырғанау. Өз бетінше мұзды жолмен сырғанауды, жүгіріп келіп сырғанауды үйрету Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы	Ересек топ №7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру; адымдап жүгіру; аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру; гимнастикалық скамейканың бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру <u>Қимылды ойын:</u> Тегіс жолмен №5 ортаңғы топ Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып жүру.; құрсаудан құрсауға аттап өту; әртүрлі қарқынмен, заттардың арасымен жүгіру; алға қарай ұмтыла қос аяқпен затқа дейін (10-15

		бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Қалпақ және кішкене таяқша Мақсаты: Балаларға ойынның шартын түсіндіру, ойын барысында ұйымшылдыққа баулу	<u>Негізгі қимылдар:</u> шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру; қырлы тақтайдың бойымен тепе теңдік сақтап жүру; карқынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін) жүгіру; 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта еңбектеу; Бірінің артынан бірі сапқа тұру <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр	жыланша арқаннан ұстап жүру; тоқтамай баяу карқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру; заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу; бір-бірінің жанына сапқа тұру <u>Қимылды ойын:</u> Күміс алу <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау; биік емес төбеден сырғанау.	<u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру; тоқтамай баяу карқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру; 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта еңбектеу; бір-бірінің жанына сапқа тұру <u>Қимылды ойын:</u> Торғайлар мен автомобиль	сантиметр) секіру <u>Қимылды ойын:</u> Доп кімде? Мақсаты: допты жылдам беру, екі қолын алға шығарып, алақанын жайып, жоғары көтеру дағдылырын пысықтау
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева

Циклограмма

Тексерді: Р. И. ел 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		Ортаңғы топ №4,5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру; сапта бір-бірден, шеңбер бойымен жүргізу; оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 метр қашықтықтан) лақтыру; гимнастикалық скамейканың бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру Қимылды ойын: Тышақандар мен мысықтар Мектепалды топ №10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: заттардан бір қырымен аттап жүру; кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру; гимнастикалық скамейка бойымен қолымен	Ересек топ №7,11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыру; арқан бойымен бір қырымен, қосалқы қадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қою) тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапка тұру. Қимылды ойын: Орындарына жылдам жет Спорттық ойын <u>элементтері:</u> Хоккей элементтері. Берілген бағытта қақпаға хоккей таякпен шайбаны сырғанатуды, оны қақпаға кіргізуді үйрету. Ортаңғы топ №4 <u>Жалпы дамытушы</u>	Ересек топ №11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жан-жаққа қосалқы қадаммен (оңға және солға) жүру; шеңбер бойымен жүргізу; төрт тағандап еңбектеу; аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру. Қимылды ойын: Өз түсінді тап Спорттық <u>жаттығулар:</u> Мұз жолмен өз бетінше сырғанау. Мектепалды топ №10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: заттардан бір қырымен аттап жүру; кедергілердің арасымен өту арқылы	Ересек топ №7,11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: заттардан бір қырымен аттап жүру; кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру; оң және сол аяқты алмастырып, заттардың арасымен (арақашықтығы 3 метр) секіру; 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыру; Қимылды ойын: Құрлар Спорттық ойын <u>элементтері:</u> Хоккей элементтері. Берілген бағытта қақпаға хоккей таякпен шайбаны сырғанатуды, оны қақпаға кіргізуді үйрету. Ортаңғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы</u>	Ересек топ №7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: Адымдап жүру; сапта бір-бірден жүгіру; аяқты бірге, алшақ қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру; оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 метр қашықтықтан) лақтыру Қимылды ойын: Поезд жүгіру; отырып және тұрып, түрлі заттардың астынан 0,5-1,5 метр арақашықтыққа доптарды домалату Қимылды ойын: Шыбыққа қалпақ кигізу Мақсаты: бір бағытты бағыттап, нысанды дәлдеп қалпақты лақтыру

		тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу; оң және сол аяқты алмастырып, заттардың арасымен арақашықтығы 3 метр) секіру; <u>Қимылды ойын:</u> Мүсін болып тұр	<u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру; бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың қырлы тақтайдың бойымен тепе теңдік сақтап жүру; допты кеуде тұсынан лақтыру; оң және сол қолмен тік нысанаға (нысана биіктігі-1,2 метр) лақтыру сызықтан секіру <u>Қимылды ойын:</u> Тышқандар мен мысық.	«жылаиша» жүгіру; гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып, иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу; оң және сол аяқты алмастырып, заттардың арасымен арақашықтығы 3 метр) секіру; <u>Қимылды ойын:</u> Мүсін болып тұр	<u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру; қырлы тақтайдың бойымен тепе теңдік сақтап жүру; тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру; тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру; <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап.	дағдысын дамыту Ойын барысы: Балалар тәрбиешінің көмегімен екі топқа бөлініп тұрады. Әр топ баласы белгілі қашықтықта тұрған шыбыққа, кезегімен қалпақты лақтырып кигізеді... Балалар бір бағытты бағытта білуге үйренеді
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған:Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р. И. Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 02.01.2023	Сейсенбі 03.01.2023	Сәрсенбі 04.01.2023	Бейсенбі 05.01.2023	Жұма 06.01.2023
Ұйымдастырылған іс әрекеттер				Ересек топ №11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: сапта бір-бірден жүру «жыланша» жүгіру; 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру; бағыт бойынша түзелу Қимылды ойын: Кішкене маймылдар Спорттық жаттығулар: Шаңғымен жүру: ересектердің көмегімен шаңғымен бірінің артынан бірі жүру; шаңғыны киіп, шешу. Мад топ №4,10 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Тоқтап, жартылай отырып жүру;	Ересек топ №7,11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру; 1,5–2 минут тоқтамай жүгіру; 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру; орнында айналу Қимылды ойын: Қу түлкі Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Тоқтап, жартылай отырып жүру; Тепе-теңдікті сақтай отырып, арқан бойымен жүру; көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы еңбектеу; Қимылды ойын: Сақина жасыру	Ересек топ №7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: сапта бір-бірден жүру «жыланша» жүгіру; 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу; бағыт бойынша түзелу. Қимылды ойын: Қояндар Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру; орнында баяу айналу; шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіру; доптарды бір-біріне домалату арқанның астынан нысанаға дейін төрттағандап

				Тепе-теңдікті сақтай отырып, арқан бойымен жүру; Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу, қағып алу. <u>Қимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. биік емес төбеден сырғанау.	Максаты: балаларды ауышбіршілікке баулу	(алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу. <u>Қимылды ойын</u> Күн мен жаңбыр Максаты: балаларға ойынның мақсатын, ойын барысын түсіндіріп, үйретемін
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған:Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р.И.И. 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
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ №4,5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден жүру; шашырап жүгіру; 50 сантиметр биіктікте ілінген арканның астынан еңбектеу; бағыт бойынша түзелу. <u>Қимылды ойын:</u> Қоймадағы тышқандар Мектепалды топ №10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Алға қарай жүру; кедергілерден өту арқылы жүгіру; бір орында тұрып биіктікке секіру (6- 8 метр); кедір- бұдыр тактай бойымен тепе-	Ортаңғы топ №4 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> бұрылып, заттарды айналып жүру; Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, Тұрған орнында қос аяқпен секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Поезд Ересек топ №7,11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру, жүгіру; отырып, кедір-бұдыр тактай бойымен тепе-тендікті сақтап жүру; орнында айналу <u>Қимылды ойын:</u> Жүгіріп өтуге үлгер <u>Спорттық ойын</u> <u>элементтері:</u>	Ересек топ №11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> бұрылып, заттарды айналып жүру Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Қуыр-қуыр қуырмаш. <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. биік емес төбеде сырғанау. Мад топ №4,10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; шашырап жүгіру; 4-5 сызықтан аттап (сызықтарды арақашықтығы 40-50 сантиметр) секіру бөрененің бойымен тепе- тендікті сақтап жүру <u>Қимылды ойын:</u> Тауықпен мен балапандар	Ересек топ №7,11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> алға қарай жүру; 1,5-2 минутқа тама жүгіру; бірнеше заттардан еңбектеп өту; бір орында тұрып биіктікке секіру (6-метр); <u>Қимылды ойын:</u> Кімнің тобы тез жинақталады? <u>Спорттық ойын</u> <u>элементтері:</u> Бадминтон. Волянд ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыруды үйрету. Ортаңғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> бұрылып, заттардай айналып жүру Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы: тоқтап жүгіру, белгі бойынша	Ересек топ №7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден жүру; шашырап жүгіру; 50 сантиметр биіктікте ілінген арканның астынан еңбектеу; 4-5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40-50 сантиметр) секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Торғайлар мен мысық Мақсаты: Балаларға ойын барысын түсіндіру, өз бетінше ойнауды қадағалау аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап жүгіру; 10-15 сантиметр биіктіктен секіру; доптарды бір- біріне домалату <u>Қимылды ойын:</u> Автобус

		теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Табан балық және шортан	Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыруды үйрету.	<u>спорттық жаттығулар:</u> Шаңғымен жүру: ересектердің көмегімен шаңғымен бірінің артынан бірі жүру;	көрсетілген жерге жүгіру; Тұрған орнында қос аяқпен, 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Құстардың ұшып келуі	
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдыктарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған:Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р. И. 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
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ №4,5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; жыланша жүгіру; 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру; бөрененің бойымен тепе- тендікті сақтап жүру. <u>Қимылды ойын:</u> Қоймадағы тышқанда Мектепалды топ №10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен – баяу қарқынмен 1,5–2 минут тоқтамай жүгіру; бір орында тұрып биіктікке секіру (68 метр); 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру; <u>Қимылды ойын:</u> Біз көңілді балалармыз...	Ересек топ №7,11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; шашырап жүгіру; 1,5–2 минут тоқтамай жүгіру; бір орында тұрып биіктікке секіру (6–8 метр); орнындайналуды <u>Қимылды ойын:</u> Өткеншек (Карусель) <u>Спорттық</u> <u>жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. Бір-бірін шанамен сырғанату. Ортаңғы топ №4 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жартылай отырып, бұрылып жүру; арқан бойымен жүру; Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу; бірінің артынан бірі	Ересек топ №11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір- бірден жүру; шашырап жүгіру; 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу; 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40– 50 сантиметр) секіру, <u>Қимылды ойын:</u> Кішкене маймылдар <u>Спорттық</u> <u>жаттығулар:</u> Шаңғымен жүру; ересектердің көмегімен шаңғымен бірінің артынан бірі жүру; Мад топ №4,10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> заттарды айналып жүру;	Ересек топ №7,11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> белгі бойынша басқа бағытка бұрылып жүру, әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып, кедір-бұдыр тақтай бойымен тепе- тендікті сақтап жүру; орнында айналу <u>Қимылды ойын:</u> Тышқан ұстаушы <u>Спорттық</u> <u>жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. Төбешіктен бір- бірлеп және екі- екіден шанамен сырғанауды меңгерту Ортаңғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жартылай отырып, бұрылып	Ересек топ №7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден жүру; жыланша жүгіру; 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру; 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу; <u>Қимылды ойын:</u> Қояндар Мақсаты: баларды ұйымшылдыққа үйрету. Ортаңғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тақтайдың үстімен 20 сантиметр арақашықтықта орналасқан бірнеше кедергілерден (ленталардан, текшелерден және тағы басқа) аттап жүру; шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіру; 10-15 сантиметр биіктіктен

		сапка тұру <u>Қимылды ойын:</u> «Допты дәлдеп лақтыр» Мақсаты: Балаларды шапшаңдыққа, ұйымшылдыққа тәрбиелеу.	белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; туннельарқылы еңбектеу; бір-бірінің жанына сапка тұру; <u>Қимылды ойын:</u> Құстардың ұшып келуі <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату;	заттарды айналып жүру; Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу; туннельарқылы еңбектеу; сапка тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Сакина жасыру	секіру <u>Қимылды ойын</u> Торғайлар Мақсаты: Шапшаңдыққа, төзімділікке үйрету және баулу.
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.			
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдыктарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.			

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Риса 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
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ №4,5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; шашырап жүгіру; 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру, 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру; <u>Қимылды ойын:</u> Тауықпен мен балапандар Мектепалды топ №10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; әртүрлі жылдамдықпен – баяу қарқынмен 1,5–2 минуттоқтамай жүгіру; бір орында тұрып биіктікке секіру (6-метр); 2–метр арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру; әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра	Ортаңғы топ №4 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Тоқтап, заттарды айналып жүру; тұрған бір орнында қос аяқпен секіру. шенберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). <u>Қимылды ойын:</u> Т ы р н а л а р - Ересек топ №7,11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру бірнеше заттардан еңбектеп өту; бір орында тұрып биіктікке секіру (6-8 метр); кедір-бұдыр тақтай бойымен тепе- теңдікті сақтап жүру; орнында айналу <u>Қимылды ойын:</u> Акку-каздар <u>Спорттық ойын</u> <u>элементтері:</u>	Ересек топ №11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден жүру; жүгіру; 50 сантиметр биіктікте ілінген арканның астынан еңбектеу; бөрененің бойымен тепе- теңдікті сақтап жүру; бағыт бойынша түзелу <u>Қимылды ойын:</u> Торғайлар мен мысық <u>Спорттық</u> <u>жаттығулар:</u> Шаңғымен жүру; ересектердің көмегімен шаңғымен бірінің артынан бірі жүру; Мад топ №4,10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Тепе-теңдікті сақтай отырып, аркан бойымен жүру;	Ересек топ №7,11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> алға қарай жүру; әртүрлі жылдамдықпен – баяу қарқынмен 1,5– 2 минут тоқтамай жүгіру; 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру; кедір-бұдыр тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; орнында айналу <u>Қимылды ойын:</u> Мысық пен тышқан <u>Спорттық ойын</u> <u>элементтері:</u> Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жакка бағыттап отырып лақтыруды үйрету. Ортаңғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u>	Ересек топ №7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; шашырап жүгіру; 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру; бағыт бойынша түзелу <u>Қимылды ойын:</u> Масаны ұстап ал Ортаңғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> белгі бойынша тоқтап жүру; аяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап жүгіру; әртүрлі заттардың: арканның астынан нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу. <u>Қимылды ойын</u> Шарды ұста

		отырып, жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Қуып, жылдам ұста Мақсаты: балаларға жылдамдықты, шапшаңдықты үйрету.	Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыруды үйрету.	көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы еңбектеу; бірінің артынан бірі сапқа тұру, бір-бірінің жанына сапқа тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. биік емес төбеден сырғанау.	жүру; белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; 2-3 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіру; бір-бірінің жанына сапқа тұру, шеңберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). <u>Қимылды ойын:</u> Поезд балалар өз-өзімен ойнау	
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р.А.А. 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
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ №4,5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүруді жүгіруменалмастырып жүру баяу қарқынмен жүргіру 4– 5сызықтан атта(сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіруонға, солға бұрылу Кимылды ойын: Кешікпе Мектепалды топ №10 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: қолдың бастапқы калыптарын өзгерте отырып, әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру; әртүрлі жылдамдықпен жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 минут тоқтамай жүгіру; бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіру арақашықтықтығы 40 сантиметр; онға, солға бұрылу. Кимылды ойын:	Ересек топ №11,7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: қолдың бастапқы калыптарын өзгерте отырып, әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру; кедергілерден өту арқылы 1,5–2 минуттоқтамай жүгіру; допты екі қолымен бір- біріне (арақашықтығы 1,5–2метр) басынан асыра лақтыру; онға, солға бұрылу. Кимылды ойын: Алшы ойыны Спорттық ойын элементтері: Баскетбол элементтерін үйрету. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір- біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Ортаңғы топ №4 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар:	Ересек топ №11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүруді жүгірумен алмастырып жүру шапшаң және баяу қарқынмен жүргізу құрсаудан еңбектеп өту.қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту Кимылды ойын: Күн шуақ және жаңбыр Спорттық жаттығулар: Шанамен сырғанау: төбешіктен сырғанау; бір- бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен өз бетінше сырғанау. Мад топ №4 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Еденге қойылған заттардан аттап жүру; «жыланша» жүгіру; Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққалақтыру (2,5-5 метр қашықтық);	Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: қолдың бастапқы калыптарын өзгерте отырып, әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру; әртүрлі жылдамдықпен жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 минут тоқтамай жүгіру; бір аяқпен және қос аяқпенқұрсаудан құрсауға секіру арақашықтықтығы 40 сантиметр; допты екі қолымен бір- біріне (арақашықтығы 1,5–2метр) басынан асыра лақтыру; Кимылды ойын: Алтыатар ойыны Ересек топ №11,7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Еденге қойылған заттардан аттап жүру », шашырап жүгіру Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа	Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүруді жүгірумен алмастырып жүру шапшаң және баяу қарқынмен жүргізу құрсаудан еңбектеп өту. 4–5сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіруонға, солға бұрылу Кимылды ойын: Ойыншықты алып кел.Мад топ №10Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Әртүрлі бағытта және берілген бағытта шенбер бойыменжүру; гимнастикалық скамейканың үстімен жүру;шашырап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру; Биіктігі 10 сантиметр, ауданы 50 x 50

		Асық ойыны Мақсаты: балаларға асық ойының ойналу жолдарын үйрету, ойынның маңыздылығын түсіндіру	Еденге қойылған заттардан аттап жүру; шашырап жүгіру; доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) құрсаудан құрсауға секіру; шенбердегі өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> Поезд	шенбердегі өз орнын табуға үйрету <u>Қимылды ойын:</u> «Допты дәлдеп лақтыр» <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау. МАД топ №10 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Өртүрлі бағытта Жүру, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру; шашырап жүгіру; Биіктігі 10 сантиметр, ауданы 50 x 50 сантиметр модульге өрмелеу. <u>Қимылды ойын:</u> Күн мен жаңбыр	лақтыру (2,5-5 метр қашықтық), құрсаудан құрсауға секіру <u>Қимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп Мақсаты: Дене қимылының жылдамдығы мен допты алу әректін дамыту. Ойын барысында қақтығыспауды қалыптастыру	сантиметр модульге өрмелеу. <u>Қимылды ойын:</u> «Ортамызда кім жоқ» Мақсаты: ұйымшылдықта, бірлесіп ойнауға баулу
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р. А. Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 06.02.2023	Сейсенбі 07.02.2023	Сәрсенбі 08.02.2023	Бейсенбі 09.02.2023	Жұма 10.02.2023
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ №4.5 Жалпы дамытушы жаттығулар. <u>Негізгі қимылдар:</u> Жүру; түрлі тапсырмаларды орындай отырып; шапшаң және баяу қарқынмен жүргізу; допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алу; оңға солға бұрылу <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап Мектепалды топ Жалпы дамытушы жаттығулар. <u>Негізгі қимылдар:</u> әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру; орташа қарқынмен 1,5–2 минут тоқтамай жүргізу; әр қадам сайын допты алдынан	Ортаңғы топ №4.5 Жалпы дамытушы жаттығулар. <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; кедергілерден өту арқылы жүгіру; әртүрлі тәсілдермен күрсаудың ішіне еңбектеп өту; гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; оңға, солға бұрылу. <u>Қимылды ойын:</u> Ханталапай Ересек топ №11.7 Жалпы дамытушы жаттығулар. <u>Негізгі қимылдар:</u> жан-жаққа баяу айналып жүру; шеңбер бойымен жүгіру; доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) күрсаудан күрсауға секіру шеңбердегі өз орнын табуга үйрету. <u>Қимылды ойын:</u>	Ересек топ №11 Жалпы дамытушы жаттығулар. <u>Негізгі қимылдар:</u> жүруді жүгірумен алмастырып жүру жүргізу; қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылу; оңға, солға бұрылу <u>Қимылды ойын:</u> Тышақандар мен мысықтар <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау; төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен өз бетінше сырғанау. Мад топ №4.10 Жалпы дамытушы жаттығулар. <u>Негізгі қимылдар:</u> Жүру; жан-жаққа баяу айналу.	Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. <u>Негізгі қимылдар:</u> қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып жүру; 1,5–2 минут тоқтамай жүгіру; бір аяқпен және қос аяқпен күрсауда күрсауға секіру арақашықтықты 40 сантиметр допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 метр) басынан асыра лақтыру; <u>Қимылды ойын:</u> Хан алшы <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шаңғымен жүру. Бірінің артынан бірі ауыспалы қадаммен алға жылжу, оң және сол аяқтарымен сырғанауды. Бір орнында тұрып оңға, солға бұрылу, айналу үйрету. Ересек топ №7.11 Жалпы дамытушы жаттығулар. <u>Негізгі қимылдар:</u>	Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. <u>Негізгі қимылдар:</u> жүруді жүгірумен алмастырып жүру; шапшаң және баяу қарқынмен жүргізу; 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру; допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алу; <u>Қимылды ойын:</u> Жалауға қарап жүгіру. Мад топ №10 Жалпы дамытушы жаттығулар. <u>Негізгі қимылдар:</u> Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20–25 сантиметр, ұзындығы 2–2,5 метр) жіптің бойымен

		немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып, гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; оңға, солға бұрылу. <u>Қимылды ойын:</u> Атбақыл	Қоян мен қасқыр <u>Мақсат:</u> түрлі қозғалыс қимылын (секіру, жүгіруі, бытырап жүру әр бағытта) орындауды қалыптастырып, белгі бойынша орынды тауып отыруды үйрету	шеңбер бойымен жүгіру; Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық); құрсаудан құрсауға секіру; Саптағы өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау.	Жүру; жан-жаққа баяу айналу; шеңбер бойымен жүгіру; Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық); арқанның доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) құрсаудан құрсауға секіру; Саптағы өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> Сақина жасыру Мақсаты: ұйымшылдыққа баулу	жүру; заттардан (биіктігі 10-15 сантиметр) аттап жүру; бағытты өзгертіп жүгіру; Биіктігі 10 сантиметр, ауданы 50 x 50 сантиметр модульге өрмелеу. <u>Қимылды ойын:</u> Төгілген жіптерді жылдам жина
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р. ес 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
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ №5,4 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Жүру; түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен жүргізу; күрсаудан еңбектеп өту; қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылу; оңға, солға бұрылу; Кимылды ойын: «Ұшты- ұшты»; Мектеп алды топ №10 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: әртүрлі қарқынды секіргіштен аттап жүру; кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен жүгіру; допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 метр) басынан асыра лақтыру; әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан- қолға ауыстыра отырып жүру;	Ортаңғы топ №4 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: әртүрлі қарқынды секіргіштен аттап жүру; кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен жүгіру; әртүрлі тәсілдермен күрсаудың ішіне еңбектеп өту; гимнастикалық скамейка бойымен тепе- теңдікті сақтап жүру; Кимылды ойын: Соқыр теке Ересек топ №11,7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу. Бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20- 30 сантиметр) тепе-теңдікті сақтап жүру; шашырап жүгіру; доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) күрсаудан күрсауға секіру. Кимылды ойын: «Допты дәлдеп лақтыр»	Ересек топ №11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүруді жүгірумен алмастырып жүру; жүргізу; допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алу; қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылу; Кимылды ойын: Трамвай Спорттық жаттығулар: Шанамен сырғанау; төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен өз бетінше сырғанау. Мад топ №4 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Еденге қойылған	Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып жүру; жүгіру; бір аяқпен және қос аяқпен күрсаудан күрсауға секіру арақашықтықтығы 40 сантиметр; гимнастикалық скамейка бойымен тепе- теңдікті сақтап жүру; оңға, солға бұрылу. Кимылды ойын: Тақия тастамақ Спорттық жаттығулар: Шаңғымен жүру. Бірінін артынан бірі ауыспалы қадаммен алға жылжу, оң және сол аяқтарымен сырғанауды. Бір орнында тұрып оңға, солға бұрылу, айналу үйрету. Ортаңғы топ Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жан-жаққа баяу айналып	Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүруді жүгірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен жүргізу күрсаудан еңбектеп өту. оңға, солға бұрылу Кимылды ойын: Поезд Мад топ №10 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: гимнастикалық скамейканың үстімен жүру; заттардан (биіктігі 10- 15 сантиметр) аттап жүру; 30–40 секунд бойына тоқтамай жүгіру; Биіктігі 10 сантиметр, ауданы 50 x 50 сантиметр модульге өрмелеу. Кимылды ойын Автобус Мад №10

		<u>Кимылды ойын:</u> Ақсерек - көксерек	заттардан аттап жүру; Бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) тепе-теңдікті сақтап жүру; шеңбер бойымен жүгіру; Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық); Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. <u>Кимылды ойын:</u> «Күміс алу» <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау.	жүру; еденге қойылған тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; құрсаудан құрсауға секіру <u>Кимылды ойын:</u> Құстардың ұшып келуі Мақсаты; Мақсаты: Еркін қимылын жетілдіріп, жүгіру, бұрылу, бір бірімен қақтығыспау әрекетін қалыптастырып, жылдам қимылдауға дағдыландыру	<u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> гимнастикалық скамейканың үстімен жүру; орнында баяу айналу; жүруден жүгіруге және керісінше ауысу; Екі қолмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр арақашықтықтағы нысанаға (төмен, жоғары) лақтыру
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.			
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.			

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: 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
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортанғы топ №5,4 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүруді жүгірумен алмастырып жүру; түрлі тапсырмаларды орындай отырып жүргізу; 4–5сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру, қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылу; оңға, солға бұрылу <u>Қимылды ойын:</u> Орамал тастамақ Мектепалды топ №10 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> өртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру; кедергілерден өту арқылы өртүрлі жылдамдықпен жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 минуттоқтамай жүгіру; допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2метр) басынан асыра лақтыру; оңға, солға бұрылу. <u>Қимылды ойын:</u> Күш сынаспақ	Ортанғы топ №4 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып жүру; 1,5–2 минуттоқтамай жүгіру; бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіру арақашықтығы 40 сантиметр; гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Арқан тарту <u>Спорттық ойын:</u> элементтері: Баскетбол элементтерін үйрету. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Ересек топ №11,7 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жаққа баяу айналу. Бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тақтай (20-30 сантиметр) тепе-теңдікті сақтап жүру, шеңбер	Ересек топ №11 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Жүру; шапшаң және баяу қарқынмен жүргізу; құрсаудан еңбектеп өту. допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алу; оңға, солға бұрылу <u>Қимылды ойын:</u> Күн шуақ және жаңбыр <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау; төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен өз бетінше сырғанау. Мад топ №4 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жан-жаққа баяу айналу. шеңбер бойымен, «жыланды», шашырап жүгіру; Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық); еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның,	Ортанғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып, өртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру; кедергілерден өту арқылы өртүрлі жылдамдықпен жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 минуттоқтамай жүгіру; өртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту; бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіру арақашықтығы 40 сантиметр; допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2метр) басынан асыра лақтыру; <u>Қимылды ойын:</u> Сақина жасыру Ортанғы топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Жүру; жүгіру; қашықтыққа лақтыру; құрсаудан құрсауға секіру; Шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> Поезд Ересек топ №7,11 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u>	Ортанғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүруді жүгірумен алмастырып жүру; түрлі тапсырмаларды орындай отырып, шапшаң және баяу қарқынмен жүргізу; құрсаудан еңбектеп өту. 4–5сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру, допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алу; <u>Қимылды ойын:</u> «Хан талапай» Мад топ №10 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қолдарын өртүрлі қалыпта ұстап жүру; бағытты өзгертіп, шашырап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру, жүруден жүгіруге және керісінше ауысу; Биіктігі 10 сантиметр, ауданы 50 x 50 сантиметр модульге өрмелеу; Екі қолмен, өртүрлі тәсілдермен өртүрлі

			боймен, «жыланыш», шашырап жүгіру; құрсаудан құрсауға секіру Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр	доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) секіру <u>Қимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау. <u>Мад топ №10</u> <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Әртүрлі бағытта және берілген бағытта шеңбер боймен, қолдарын әртүрлі калыпта ұстап жүру; бағытты өзгертіп, шашырап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру, жүруден жүгіруге және керісінше ауысу; Екі қолмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы калыпта 0,5-1,5 метр арақашықтықтағы нысанаға (төмен, жоғары) лақтыру. <u>Қимылды ойын:</u> Өз үйіңді тап	Тура жолмен, сызықтармен шектелген (ені 20-25 сантиметр, ұзындығы 2-2,5 метр) жіптің бойымен, гимнастикалық скамейканың үстімен жүру, заттардан (биіктігі 10-15 сантиметр) аттап жүру, орнында баяу айналу; Биіктігі 10 сантиметр, ауданы 50 x 50 сантиметр модульге өрмелеу; еденде жатқан лентадан аттап секіруге үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> Шарды ұста <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау: шанаға отырып, төбешіктен сырғанауға, шананы жібінен сүйретуге, ойыншықтарды шанамен сырғанатуға үйрету.	бастапқы калыпта 0,5-1,5 метр арақашықтықтағы нысанаға (төмен, жоғары) лақтыру <u>Қимылды ойын:</u> Қүн мен жаңбыр
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Риса 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		Ортанғы топ№5,4 Жалпы дамытушы жаттығулар(танғы жаттығулар қайталананды). Негізгі қимылдар: жүруді секірумен алмастырып жүру жетекшіні ауыстырып жүтіру 20-25 сантиметр биіктіктен секіру, көлбеу тақтай бойымен (ені 2 сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүру; орнында айналу; Қимылды ойын; Жалаута қарап жүтіру. Мектепалды топ№10 Жалпы дамытушы жаттығулар. (танғы жаттығулар қайталананды) Негізгі қимылдар: ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру 100-120 метр арақашықтықта жүтіру; гимнастикалық қабырғамен өрмелеу; отырып, кедір-бұдыр тақтай, гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; Мүсін болып тұр Спорттық жаттығулар: Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу. Ересек топ№11.7 Жалпы дамытушы жаттығулар. (танғы жаттығулар қайталананды) Негізгі қимылдар: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүру сапта бір-бірден жүтіру.	Ортанғы топ№4 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру 100-120 метр арақашықтықта жүтіру; гимнастикалық қабырғамен өрмелеу; допты екі қолымен заттардың арасымен(арақашықтығы 4 метр) жүргізу; әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып, кедір-бұдыр тақтай, гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; Қимылды ойын: Мүсін болып тұр Спорттық жаттығулар: Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу. Ересек топ№11.7 Жалпы дамытушы жаттығулар. (танғы жаттығулар қайталананды) Негізгі қимылдар: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүру сапта бір-бірден жүтіру.	Ересек топ№11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүруді секірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып: жетекшіні ауыстырып жүтіру; допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); орнында айналу; Қимылды ойын: Кешікпе Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Мад топ№4,10 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүру сапта бір-бірден жүтіру. допты лақтыру, қағып алу. Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Қимылды ойын: Тырналар-тырналар	Ортанғы топ№5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру 100-120 метр арақашықтықта жүтіру; гимнастикалық қабырғамен өрмелеу; отырып, кедір-бұдыр тақтай, гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; орнында айналу, оңға, солға бұрылу. Қимылды ойын: Орындарына жылдам жет Ересек топ№7,11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүру сапта бір-бірден жүтіру. допты домалату, лақтыру Заттарды айналып және заттардың арасымен секіру Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Қимылды ойын: Тышқандар мен мысық. Ересек топ№7,11 Жалпы дамытушы	Ортанғы топ№5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүруді секірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып: жетекшіні ауыстырып жүтіру; допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); қырлы, көлбеу тақтай бойымен (ені 2сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүру Қимылды ойын: Тышқандар мен мысықтар Ересек топ№7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып жүру. бірінің соңынан бірі (20 метр дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүтіру Екі қолмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр арақашықтықтағы нысанаға (төмен, жоғары)

			допты домалату, лақтыру Заттарды айналып және заттардың арасымен секіру <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр	<u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Спорт залда	<u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып жүру. бірінің соңынан бірі (20 метр дейін) шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен жүгіру Екі қолмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр арақашықтықтағы нысанаға (төмен, жоғары) лақтыру <u>Қимылды ойын:</u> Ұшақтар <u>Спорттық жаттығулар:</u> Мұзды жолдармен сырғанау: балаларды қолынан жетелеп сырғанату. Велосипед тебу: үш дөңгелекті велосипедке отыруға, одан ересектердің көмегімен және көмегісіз түсуге, ересектердің көмегімен және өз бетінше рөлді басқаруға үйрету. (спорт залда немесе алаңқайда)	лақтыру <u>Қимылды ойын:</u> Автобус
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Вариативтік бөлім бойынша жұмыс						
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева

Циклограмма

Тексерді: *Р.А. Реева* Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 06.03.2023	Сейсенб 07.03.2023	Сәрсенбі 08.03.2023	Бейсенбі 09.03.2023	Жұма 10.03.2023
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ№5,4 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жүру жетекшіні ауыстырып жүгіру гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу 20–25 сантиметр биіктіктен секіру орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап Мектепалды топ№10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: шашырап жүру жүрумен алмастыра отырып жүгіру; гимнастикалық қабырғамен өрмелеу; әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Құрлар	Ортаңғы топ№4 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: шашырап жүру жүрумен алмастыра отырыпжүгіру; гимнастикалық қабырғамен өрмелеу; әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Кім көбірек заттарды жинайды? <u>Спорттық ойын</u> элементтері: Футбол элементтерін үйрету. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебуді. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу Ересек№11,7		Ортаңғы топ№5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: шашырап жүру жүрумен алмастыра отырып жүгіру; алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіру; әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырыпкедір-бұдыр тақтайбойымен тепе- теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Доп кімде? <u>Спорттық ойын</u> элементтері: Ересек№11,7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. бүкіл топпен жүгіру арканның астынан нысанаға дейін төрттағандап (алаканымен, тіземен тіреп) еңбектеу. <u>Қимылды ойын:</u> «Ортамызда кім жою» Ересек№7 <u>Жалпы дамытушы</u>	Ортаңғы топ№5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жүру жетекшіні ауыстырып жүгіругимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу20–25 сантиметр биіктіктен секіру орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Тегіс жолмен Мад топ№10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. бүкіл топпен жүгіру арканның астынан нысанаға дейін төрттағандап (алаканымен, тіземен тіреп) еңбектеу. <u>Қимылды ойын:</u> «Ортамызда кім жою» Ересек№7 <u>Жалпы дамытушы</u>

			Жалпы дамытушы жаттығулар. <u>Негізгі қимылдар:</u> тізені жоғары көтеріп жүру Бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүгіру. Төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты домалату Еденге қойылған тақтай бойымен еңбектеу <u>Қимылды ойын:</u> Шыбыққа қалпақ кигізу		(алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу. <u>Қимылды ойын:</u> Торғайлар <u>Спорттық жаттығулар:</u> Мұзды жолдармен сырғанау: балаларды қолынан жетелеп сырғанату. Велосипед тебу: үш дөңгелекті велосипедке отыруға, одан ересектердің көмегімен және көмегінсіз түсуге, ересектердің көмегімен және өз бетінше рөлді басқаруға үйрету. (спорт залда немесе алаңқайда)	<u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> белгі бойынша тоқтал, иректелген деңгей бойымен жүру. бүкіл топпен жүгіру арқанның астынан нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу. <u>Қимылды ойын:</u> Торғайлар <u>Спорттық жаттығулар:</u> Мұзды жолдармен сырғанау: балаларды қолынан жетелеп сырғанату. Велосипед тебу: үш дөңгелекті велосипедке отыруға, одан ересектердің көмегімен және көмегінсіз түсуге, ересектердің көмегімен және өз бетінше рөлді басқаруға үйрету. (спорт залда немесе алаңқайда)
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р.И.И. Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 13.03.2023	Сейсенбі 14.03.2023	Сәрсенбі 15.03.2023	Бейсенбі 16.03.2023	Жұма 17.03.2023
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ№4,5 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жүруді секірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып жүгіружоғары-төмен ауыспалы кадаммен өрмелеу, 20–25 сантиметр биіктіктен секіру, қырлы, көлбеу тақтай бойымен (ені 2сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Жалауға қарап жүгі Мектепалды топ№10 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: ересектің белгісімен тоқтап жүру;жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; гимнастикалық қабырғамен өрмелеуалға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіру; <u>Қимылды ойын:</u> Қалпақ және кішкене таяқша	Ортаңғы топ№4 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүрусапта бір-бірден жүгіру. Еденге қойылған тақтай бойымен еңбектеу Заттарды айналып және заттардың арасымен секіру <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр Ересек топ№7,11 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: ересектің белгісімен тоқтапжүру; жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; допты екі қолымен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) жүргізу;әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып, кедір-бұдыр тақтай бойымен тепе-теңдікті	Ересек топ№11 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жүруді секірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып жүгіружоғары-төмен ауыспалы кадаммен өрмелеу, 20–25 сантиметр биіктіктен секіру, қырлы, көлбеу тақтай бойымен (ені 2 сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Автобус Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Мад топ№4,10 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: Бірқалыпты, аяқтың ұшыменжүру сапта бір-бірден жүгіру. денге қойылған тақтай бойымен еңбектеу	Ересек топ7 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: ересектің белгісімен тоқтапжүру; жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; гимнастикалық қабырғамен өрмелеу; алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіру; <u>Қимылды ойын:</u> Бүрге Спорттық жаттығулар: Ортаңғы топ№5 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: Бірқалыпты, аяқтың ұшыменжүру сапта бір-бірден жүгіру. Төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты домалату, лақтыру, қағып алу. <u>Қимылды ойын:</u> Торғайлар мен автомобиль	Ортаңғы топ№5 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жүруді секірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып жүгіругимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы кадаммен өрмелеу, 20–25 сантиметр биіктіктен секіру, орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Тегіс жолмен Ересек топ№7 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: гимнастикалық скамейканың үстімен жүруаяқтың ұшымен , белгі бойынша тоқтап жүгіру10-15 сантиметр биіктіктен секіру <u>Қимылды ойын:</u> «Ортамызда кім жоқ» Мад топ№10 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: гимнастикалық

			сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Сақинаны таяқшаға іл <u>Спорттық жаттығулар:</u> Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу.	Заттарды айналып және заттардың арасымен секіру <u>Қимылды ойын:</u> Күміс алу <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Спорт залда гимнастикалық скамейканың үстімен жүруаяқтың ұшымен, белгі бойынша тоқтап жүгіру 10-15 сантиметр биіктіктен секіру <u>Қимылды ойын:</u> Өз үйіңді тап		скамейканың үстімен жүруаяқтың ұшымен , белгі бойынша тоқтап жүгіру 10-15 сантиметр биіктіктен секіру <u>Қимылды ойын:</u> Шарды ұста
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: 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		Ортаңғы топ №4,5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Жүру жетекшіні ауыстырып жүгіру допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); қырлы, көлбеу тақтай бойымен (ені 2сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүру; орнында айналу; Қимылды ойын: Тышакандар Мектепалды топ №10 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: козғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру; 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіру; гимнастикалық скамейка				Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүру жетекшіні ауыстырып жүгіру допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); қырлы, көлбеу тақтай бойымен (ені 2 сантиметр, биіктігі 30- 35 сантиметр) жүру; орнында айналу; Қимылды ойын: Поезд Мад топ №10 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. шағын топқа бөлініп

		бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; орнында айналу, оңға, солға бұрылу. <u>Қимылды ойын:</u> Мүсін болып тұр				және бүкіл топпен жүгіру Екі қолмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы калыпта 0,5- 1,5 метр арақашықтықтағы нысанаға (төмен, жоғары) лақтыру 10-15 сантиметр биіктіктен секіру <u>Қимылды ойын:</u> Төгілген жіптерді жылдам жина
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

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 әрекеттер		Ортанғы топ№4,5 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жүруді секірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып: жетекшіні ауыстырып жүгіру гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы кадаммен өрмелеу, 20–25 сантиметр биіктіктен секіру, допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); <u>Қимылды ойын:</u> Тышакандар мен мысықтар Мектепалды топ№10 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: козғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру; 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіру; гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті	Ересек топ№11,7 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру; жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; гимнастикалық қабырғамен өрмелеу; алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіру; допты екі қолымен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) жүргізу; <u>Қимылды ойын:</u> Орындарыңа жылдам жет Спорттық ойын элементтері: Футбол элементтерін үйрету. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебуді. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу	Ересек топ№11 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жүруді секірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып: жетекшіні ауыстырып жүгіру гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы кадаммен өрмелеу, 20–25 сантиметр биіктіктен секіру, допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Ортаңғы топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп	Ересек топ№7,11 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: козғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру; жүгіру; гимнастикалық қабырғамен өрмелеу; кедір-бұдыр тақтай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; орнында айналу, оңға, солға бұрылу. <u>Қимылды ойын:</u> Құрлар Спорттық ойын элементтері: Ортаңғы топ№5 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүру сапта бір-бірден жүгіру. Төменнен екі қолмен көлденең нысанаға, оң және сол қолмен (1,5–2 метр қашықтықтан) допты домалату, лақтыру, қағып алу. Заттарды айналып және	Ересек топ№7 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жүруді секірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып: жетекшіні ауыстырып жүгіру 20–25 сантиметр биіктіктен секіру, көлбеу тақтай бойымен (ені 2сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүру; орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Поезд Мад топ№10 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: шағын топпен және бүкіл топпен қарқынды өзгерте отырып, белгі бойынша тоқтап, иректелген лентаның бойымен жүру. шағын топқа бөлініп және бүкіл топпен

		сақтап жүру; орнында айналу, оңға, солға бұрылу. <u>Қимылды ойын:</u> Мүсін болып тұр Мақсаты: балаларды Түрлі тапсырмаларды шапшаң орындауды баулу	Ортаңғы топ №4 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тізені жоғары көтеріп жүру Бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүгіру. Еденге қойылған тақтай бойымен еңбектеу Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> Тышқандар мен мысық.	жүру Бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүгіру. Еденге қойылған тақтай бойымен еңбектеу Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Спорт залда	заттардың арасымен секіру <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап. Мақсаты: балаларға түс ажырата білуін үйрету	жүгіру Екі қолмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр арақашықтықтағы нысанаға (төмен, жоғары) лақтыру 10-15 сантиметр биіктіктен секіру <u>Қимылды ойын:</u> Төгілген жіптерді жылдам жина
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдыктарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р. М. Ресна Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 01.05.2023	Сейсенбі 02.05.2023	Сәрсенбі 03.05.2023	Бейсенбі 04.05.2023	Жұма 05.05.2023
Ұйымдастырылған іс әрекеттер			Ересек топ №7,11 Жалпы дамытушы жаттығулар. (танғы жаттығулар қайталанады) Негізгі қимылдар: қосалқы қадаммен жүру; жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; кедергілер арасынан еңбектеу; биіктіктен секіру, 20 сантиметр дейінгі биіктікке секіру; <u>Қимылды ойын:</u> Мүсін болып тұр <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу. Ортаңғы топ №4 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар. (танғы</u> <u>жаттығулар</u> <u>қайталанады)</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тура жолмен жүру. шеңбер бойымен жүгіру. допты бір-біріне,	Ересек топ №4 Жалпы дамытушы жаттығулар. (танғы жаттығулар қайталанады) Негізгі қимылдар: қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру. орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр) секіру. оңға, солға бұрылу орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Кешікпе <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Мад топ №4,10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тура жолмен жүру. шеңбер бойымен жүгіру. арқанның, доғаның	Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: қосалқы қадаммен жүру; жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; биіктіктен секіру, 20 сантиметр дейінгі биіктікке секіру; допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; <u>Қимылды ойын:</u> Орындарына жылдам жет Ересек топ №7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тура жолмен жүру. шеңбер бойымен жүгіру. допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу <u>Қимылды ойын:</u> Тышқандар мен	Ересек топ №7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру. орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40-50 метрге жүгіру гимнастикалық скамейкадан аттап өту орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр) секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Тышқандар мен мысықтар Ортаңғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> иректелген лентаның бойымен жүру. аяқтың ұшымен жүгіру арқанның астынан нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы калыпта 0,5-1,5 метр

			заттардың арасымен, қақпаға домалату Сапқа тұру, қайта сапқа тұру.	астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу Сапқа тұру, қайта сапқа тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Тырналар-тырналар <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Балабақша ауласында	мысық. Мақсаты: алаңда жүгіруде ептілігін, жылдамдығын дамытып, бір біріне қақтығыспай жүгіруді үйрету	арақашықтықтағы нысанаға (төмен, жоғары) лақтыру <u>Қимылды ойын:</u> Автобус Мақсаты: Қатарға тұруды қалыптастырып, баяу және жылдам жүруді дамыту
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р.А. 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				Ересек топ №11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру. 40–50 метрге жүгірудопты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет). оңға, солға бұрылу орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Кешікпе <u>Спорттық</u> <u>жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Мад топ №4,10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> арқан бойымен жүру Бірқалыпты,	Ересек топ №7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қосалқы қадаммен жүру; жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; кедергілер арасынан еңбектеу; биіктіктен секіру, 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру; допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолыалмастыру) қағып алу; <u>Қимылды ойын:</u> Доп кімде? <u>Спорттық ойын</u> <u>элементтері:</u> Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір- біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен	Ересек топ №7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру гимнастикалық скамейкадан аттап өту орнынан ұзындыққа шамамен 70 сантиметр) секіру. оңға, солға бұрылу орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Тегіс жолмен Ортаңғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру. күрсаудан күрсауга аттап өту; Шектеулі жазықтың көлбеу тақтайдың бойымен еңбектеу Екі қолмен

				аяқтың ұшымен жүгіру. 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалату гимнастикалық кабырғаға өрмелеу <u>Қимылды ойын:</u> Тырналар-тырналар <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Балабақша ауласында	алып жүруге жаттықтыру. <u>Ортаңғы топ</u> <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> арқан бойымен жүру Бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүгіру. Еденге қойылған тақтай бойымен еңбектеу тұрған орнынан жоғары секіру <u>Қимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп Мақсаты. Түс ажырата білу	нысанаға (төмен, жоғары) лақтыру <u>Қимылды ойын:</u> «Ортамызда кім жоқ» Мақсаты: бір бағытты бағыттап, нысанды дәлдеп қалпақты лақтыру дағдысын дамыту
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р. И. Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 15.05.2023	Сейсенбі 16.05.2023	Сәрсенбі 17.05.2023	Бейсенбі 18.05.2023	Жұма 19.05.2023
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ №4,5 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру. 40–50 метрге жүгіру орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр) секіру. допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет). <u>Қимылды ойын:</u> Жалауға карап жүгі Мектепалды топ №10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: қосалқы қадаммен жүру; 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру; допты бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Қалпақ және кішкене таяқша	Ересек топ №7,11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: қосалқы қадаммен жүру; 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру; допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен қағып алу; сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Сақинаны таяқшаға іл Спорттық жаттығулар: Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу. Ортаңғы топ №4 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: Шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру сапта бір-бірден,	Ересек топ №11 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру. орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап үрленген доптардан (бір-бірінен қашық қойылған 5–6 доп арқылы кезекпен) аттап өту. оңға, солға бұрылу орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Автобус Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Мад топ №4,10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: Шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру	Ересек топ №7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: қосалқы қадаммен жүру; 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру; допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен қағып алу; сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Бүрге Спорттық жаттығулар: Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу. Ортаңғы топ <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: Шеңбер бойымен	Ересек топ №7 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру. орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр) секіру. допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет). <u>Қимылды ойын:</u> Тегіс жолмен Мад топ №10 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: иректелген лентаның бойымен жүру. заттардың арасымен жүгіру, доғаның, гимнастикалық скамейканың астынан еңбектеу, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы қалыпта 0,5–1,5 метр арақашықтықтағы

			жүгіру. допты бір-біріне, заттардың арасымен домалату Саты бойымен өрмелеу <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр	сапта бір-бірден, жүгіру. арканның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу Сапка тұру, қайта сапка тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Күміс алу <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Балабақша ауласында	тапсырмаларды орындай отырып жүру сапта бір-бірден, жүгіру. Еденге қойылған тактай бойымен еңбектеу Ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіру <u>Қимылды ойын:</u> Торғайлар мен автомобиль	нысанаға (төмен, жоғары) лақтыру <u>Қимылды ойын:</u> «Ортамызда кім жоқ»
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р.И.И. 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 әрекеттер		Ортаңғы топ№4,5 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қосалқы қадаммен жүру; 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; кедергілер арасынан еңбектеу; қолдарынан ұстап, жұптарымен айналып тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Мүсін болып тұр Мад топ№10 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру, жүгіру гимнастикалық скамейкадан аттап өту орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр) секіру. допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3—4 рет). <u>Қимылды ойын:</u> Тышакандар мен мысықтар Мақсаты: алаңда жүгіруде ептілігін, жылдамдығын дамытып, бір біріне қақтығыспай жүгіруді	Ересек топ№7,11 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қосалқы қадаммен жүру; 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; кедергілер арасынан еңбектеу; биіктіктен секіру, 20 сантиметр дейінгі биіктіктіңке секіру; қолдарынан ұстап, жұптарымен айналып тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Кім көбірек заттарды жинайды? <u>Спорттық ойын:</u> <u>элементтері:</u> Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Ортаңғы топ№4 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тура жолмен жүру. алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі	Ересек топ№11 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру, жүгіру қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап үрленген доптардан (бір-бірінен қашық қойылған 5—6 доп арқылы кезекпен) аттап өту. оңға, солға бұрылу орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Кешікпе <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Мад топ№4,10 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> арқан бойымен жүру Бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүгіру. 1,5—2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату тұрған орнынан жоғары секіру	Ересек топ№7,11 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қосалқы қадаммен жүру; 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; кедергілер арасынан еңбектеу; допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; қолдарынан ұстап, жұптарымен айналып тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Доп кімде? <u>Спорттық ойын:</u> <u>элементтері:</u> Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Ортаңғы топ№5 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> арқан бойымен жүру Бірқалыпты, аяқтың	Ересек топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру, жүгіру орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр) секіру. допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3—4 рет). қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап үрленген доптардан (бір-бірінен қашық қойылған 5—6 доп арқылы кезекпен) аттап өту. <u>Қимылды ойын:</u> Поезд әртүрлі заттардың: арқанның астынан нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу нысанаға (төмен, жоғары) лақтыру Бір орында тұрып қос аяқпен секіру <u>Қимылды ойын:</u> Төгілген жіптерді жылдам жина Ортаңғы топ№5 <u>Жалпы дамытушы</u>

		үйрету	бағытта: тура, шеңбер бойымен жүгіру. Еденге қойылған тақтай бойымен, арканның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу Сапка тұру, қайта сапка тұру <u>Қимылды ойын:</u> Шыбыққа қалпақ кигізу Мақсаты: бір бағытты бағыттап, нысанды дәлдеп қалпақты лақтыру дағдысын дамыту	<u>Қимылды ойын:</u> Тырналар - тырналар <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Балабақша ауласында	ұшымен жүгіру. 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату Саты бойымен өрмелеу, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу <u>Қимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл Мақсаты: допты жылдам беру, екі қолын алға шығарып, алақанын жайып, жоғары көтеру дағдылырын пысықтау	<u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> иректелген лентаның бойымен жүру. құрсаудан құрсауға аттап өту; әртүрлі заттардың: арканның астынан нысанаға дейін төрттағандап (алақанымен, тіземен тіреп) еңбектеу, Бір орында тұрып қос аяқпен секіру <u>Қимылды ойын:</u> Торғайлар <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: үш дөңгелекті велосипедке отыруға, одан ересектердің көмегімен және көмегінсіз түсуге, ересектердің көмегімен және өз бетінше рөлді басқаруға үйрету.
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма
Тексерді: Р.А. Реева Т Дайындаған: Сексенбаева

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 29.05.2023	Сейсенбі 30.05.2023	Сәрсенбі 31.05.2023	Бейсенбі	Жұма
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ №4,5 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; жүрумен алмастыра отырып жүгіру; биіктіктен секіру, 20 сантиметр дейінгі биіктіктің секіру; қолдарынан ұстап, жұптарымен айналып тепе-теңдікті сақтап жүру; сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Мүсін болып тұр Мад топ №10 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру. орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру гимнастикалық скамейкадан аттап өту орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр) секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Тышақандар мен мысықтар	Ересек топ №7,11 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; жүрумен алмастыра отырып жүгіру; кедергілер арасынан бектеу; биіктіктен секіру, 20 сантиметр дейінгі биіктіктің секіру; допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолмен, бір қолмен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; <u>Қимылды ойын:</u> Орындарына жылдам жет Спорттық ойын <u>элементтері:</u> Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолмен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Ортаңғы топ №4 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай	Ересек топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру. орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр) секіру. допты жоғары лақтыру және екі қолмен қағып алу (қатарынан 3–4 рет). оңға, солға бұрылу орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Ортаңғы топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру		

		отырып жүру арқан бойымен жүру, тура жолмен жоюу. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен жүгіру. Саты бойымен өрмелеу, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу Ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіру <u>Қимылды ойын:</u> Тышқандар мен мысық.	арқан бойымен жүру, тура жолмен жоюу. Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, сапта бір-бірден, алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен жүгіру. Саты бойымен өрмелеу, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу Ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіру <u>Қимылды ойын:</u> <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Балабақша ауласында		
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.			
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.			

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р.И. Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 24.04.2023	Сейсенбі 25.04.2023	Сәрсенбі 26.04.2023	Бейсенбі 27.04.2023	Жұма 28.04.2023
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Орталығы топ№5,4 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: бағытты өзгертіп жүру баяу қарқынмен жүгіру допты жоғары лақтыру қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өту, араларын алшақ ұстау және жақын тұру. Қимылды ойын: «Торғайлар мен мысық» Мектепалды топ№10 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: заттардың, кегльдердің арасымен, жіптерден аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру; бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу; Қимылды ойын: «Қуып, жылдам ұста»	Орталығы топ№4 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: заттардың, кегльдердің арасымен, жіптерден аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру; сызықтан секіру тұрған орнында айналып секіру; допты лақтыру және алға қарай жылжып, екі қолымен қағып алу арақашықтығы 4–5 метр; Қимылды ойын: «Ақжүз қаздар» Спорттық ойын элементтері: Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттап отырып лақтыру. Ересек топ№11,7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: сапта бір-бірден, екеуден (жұппен) жүру; доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу. 15-20 сантиметр биіктіктен	Ересек топ№11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: қарқынды өзгертіп жүру 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру Бөренеден аттап өту орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр), қысқа секіргішпен секіру Қимылды ойын: «Қоймадағы тышқандар» Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Мад топ№4 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: екеуден (жұппен) жүру; алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура жүгіру. аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалату доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу. Қимылды ойын: «Құстардың ұшып келуі» Спорттық жаттығулар:	Орталығы топ№5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: заттардың, кегльдердің арасымен, жіптерден аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру; бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу; оң және сол аяқты алмастыра отырып, арқаннан, сызықтан секіру тұрған орнында айналып секіру; қашықтықта орналасқан іші толтырылған доптардан аттап өту; сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру. Қимылды ойын: «Мысық пен тышқан» Спорттық жаттығулар: Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу. Ересек топ№7,11 Жалпы дамытушы жаттығулар.	Орталығы топ№5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: қарқынды өзгертіп жүру 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру допты жоғары лақтыру, қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өту, араларын алшақ ұстау және жақын тұру. Қимылды ойын: «Кішкене маймылдар» Ересек топ№7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: аяқтың ұшымен жүру Түрлі заттардың астынан 0,5-1,5 метр арақашықтыққа доптарды домалату, доптарды бір-біріне домалату. Еденде жатқан қатар қойылған 2 арқаннан аттап секіруге үйрету. Қимылды ойын: «Күн мен жаңбыр»

		өскіру саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> «Допты дәлдеп лақтыр»	Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Мад №10 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың ұшымен жүру заттарға шығу (гимнастикалық скамейкаға, жұмсақ модульге): тұру, колдарын жоғары көтеру, түсу; доптарды бір-біріне домалату. <u>Қимылды ойын:</u> «Өз үйіңді тап»	<u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден, сбеуден (жүппен) жүру; алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура жүгіру. доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) сбектеу. 15-20 сантиметр биіктіктен секіру саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> «Сақина жасыру»	
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.			
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жөнау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.			

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма

Тексерді: Р. И. Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 10.04.2023	Сейсенбі 11.04.2023	Сәрсенбі 12.04.2023	Бейсенбі 13.04.2023	Жұма 14.04.2023
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ №5,4 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: қарқынды өзгертіп жүру, қысқа секіргішпен секіру. допты жоғары лақтыру қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өту Қимылды ойын: «Қоймадағы тышқандар» Мектепалды топ №10 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: кегльдердің арасымен аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүтіру; допты лақтыру және алға қарай жылжып, екі қолымен қағып алу арақашықтығы 4–5 метр; қашықтықта орналасқан іші толтырылған доптардан аттап өту; сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру. Қимылды ойын: «Табан балық және шортан»	Ортаңғы топ №4 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: кегльдердің арасымен аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүтіру; бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу; гимнастикалық скамейканың бойымен екі қадам қашықтықта орналасқан іші толтырылған доптардан аттап өту; Қимылды ойын: «Жүтіріп өтуге үлгер» Спорттық ойын элементтері: Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттап отырып лақтыру. Ересек топ №11,7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: екеуден (жүлпен) жүру; алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура жүтіру.	Ересек топ №11 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: бағытты өзгертіп жүру, допты жоғары лақтыру, қолдарды әртүрлі қалыпта ұстап, еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өту, араларын алшақ ұстау және жақын тұру. Қимылды ойын: «Қояндар» Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Мад топ №4 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: екеуден (жүлпен) жүру; алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура жүтіру. доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) сңбектеу. 15-20 сантиметр биіктіктен секіру Қимылды ойын: «Поезд» Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура,	Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: кегльдердің арасымен аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүтіру; оң және сол аяқты алмастыра отырып, арқаннан, сызықтан секіру тұрған орнында айналып секіру; допты лақтыру және алға қарай жылжып, екі қолымен қағып алу арақашықтығы 4–5 метр; Қимылды ойын: «Кімнің тобы тез жинақталады?» Спорттық жаттығулар: Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу. Ортаңғы топ Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: екеуден (жүлпен) жүру; алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура жүтіру. аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр	Ортаңғы топ №5 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: қарқынды өзгертіп жүру 1–1,5 минут ішінде бағу қарқынмен жүтіру Бөренеден аттап өту орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр), қысқа секіргішпен секіру. Қимылды ойын: «Кішкене маймылдар» Ересек №7 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: аяқтың ұшымен жүру Биіктігі 10 сантиметр, ауданы 50 x 50 сантиметр модульге өрмелеу. Түрлі заттардың астынан 0,5-1,5 метр арақашықтыққа доптарды домалату, доптарды бір-біріне домалату. Қимылды ойын: «Ортамызда кім жоқ»

			доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу. 15-20 сантиметр биіктіктен секіру <u>Қимылды ойын:</u> «Тырналар-тырналар»	шенбер бойымен, оңға және солға бұрылып тобу. <u>Мад топ №10</u> <u>Жалпы дамытушы жаттығулар:</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың ұшымен жүру 30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру Биіктігі 10 сантиметр, ауданы 50 x 50 сантиметр модульге өрмелеу. <u>Қимылды ойын:</u> «Жалауға қарай жүгір»	қашықтықтан допты бір-біріне домалату доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу. <u>Қимылды ойын:</u> «Құстардың ұшып келуі» <u>Ересек топ №11,7</u> <u>Жалпы дамытушы жаттығулар:</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың ұшымен жүру Түрлі заттардың астынан 0,5-1,5 метр арақашықтыққа доптарды домалату, доптарды бір-біріне домалату. <u>Қимылды ойын «Торғайлар»</u> <u>Спорттық жаттығулар:</u> Үш дөңгелекті велосипедке отыруға, одан ересектердің көмегімен және көмегісіз түсуге, ересектердің көмегімен және өз бетінше ролді басқаруға үйрету.	
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенбаева А

Циклограмма
Тексерді: Р. И. Реева Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 03.04.2023	Сейсенбі 04.04.2023	Сәрсенбі 05.04.2023	Бейсенбі 06.04.2023	Жұма 07.04.2023
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ №4,5 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар</u> (<u>таңғы жаттығуды қайталау</u>) <u>Негізгі қимылдар:</u> бағытты және қарқынды өзгертіп жүру 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру Бөренеден аттап өту орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр), қысқа секіргішпен секіру. <u>Қимылды ойын:</u> «Масаны ұстап ал» Мектепалды топ №10 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар</u> (<u>таңғы жаттығуды қайталау</u>) <u>Негізгі қимылдар:</u> жіптерден аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру; бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу; оң және сол аяқты алмастыра отырып, арқаннан секіру тұрған орнында айналып секіру; <u>Қимылды ойын:</u> «Біз көңілді балалармыз»	Ортаңғы топ №4 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жіптерден аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру; сызықтан секіру тұрған орнында айналып секіру; допты лақтыру және алға қарай жылжып, екі қолымен қағып алу арақашықтығы 4–5 метр; <u>Қимылды ойын:</u> «Тышқан ұстаушы» <u>Спорттық ойын:</u> <u>элементтері:</u> Бадминтон. Волянды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттап отырып лақтыру. Ересек топ №11,7 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар</u> (<u>таңғы жаттығуды қайталау</u>) <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден жүру; алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура жүгіру. аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр	Ересек топ №11 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қарқынды өзгертіп жүру 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру секіргішпен секіру. допты жоғары лақтыру <u>Қимылды ойын:</u> «Торғайлар мен мысық» <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Мад №4 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден жүру; алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура жүгіру. аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалату доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу <u>Қимылды ойын:</u> «Допты дәлдеп лақтыр» <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Үш	Ортаңғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жіптерден аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру; бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу; допты лақтыру және алға қарай жылжып, екі қолымен қағып алу арақашықтығы 4–5 метр; <u>Қимылды ойын:</u> «Қу түлкі» <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу. Ортаңғы топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден жүру; алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура жүгіру. аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр	Ортаңғы топ №5 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> бағытты және қарқынды өзгертіп жүру 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру Бөренеден аттап өту орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр), қысқа секіргішпен секіру. допты жоғары лақтыру <u>Қимылды ойын:</u> «Тауықпен мен балапандар» Кіші топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> бір-бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүру заттарға шығу (гимнастикалық скамейкаға, жұмсақ модульге): тұру, қолдарын жоғары көтеру, түсу; шашырап, 30–40 секунд бойына тоқтамай жүгіру <u>Қимылды ойын</u> «Ұшақтар»

			қашықтықтан допты бір-біріне домалату доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу. <u>Қимылды ойын:</u> «Ақ доп, қызыл доп»	дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. <u>Мал №10</u> <u>Жалпы дамытушы жаттығулар</u> (танғы жаттығуды қайталау) <u>Негізгі қимылдар:</u> бір-бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүру заттарға шығу (жұмсақ модульге): тұру, қолдарын жоғары көтеру, түсу; шашырап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру <u>Қимылды ойын</u> «Шарды ұста»	қашықтықтан допты бір-біріне домалату доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу. <u>Қимылды ойын:</u> «Саяуна жасыр Ересек №7,11 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> бір-бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүру заттарға шығу (жұмсақ модульге): тұру, қолдарын жоғары көтеру, түсу; шашырап, 30-40 секунд бойына тоқтамай жүгіру <u>Қимылды ойын</u> «Күн мен жаңбыр» <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: үш дөңгелекті велосипедке отыруға, одан ересектердің көмегімен және көмегінсіз түсуге, ересектердің көмегімен және өз бетінше ролдбасқаруға үйрету	
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған: Сексенблева