

Бекітемін
№ 6 «Өркен» бобекжайы ЖБҚ МКҚК
Директоры: Т. Кенджебаева



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

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

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Турланова.Н

**2022 – 2023 оқу жылына арналған ортаңғы тобының ұйымдастырылған
іс – әрекетінің 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 еліктеу) 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 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 Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы жүгіру дағдыларын калыптастыру: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен, кол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған калпында допты домалату Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта, "жыланша еңбектеу Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тактай 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 калыптастыру Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Тыныс алу жаттығуларын жүргізу.

Қазан айы 2022жыл

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 қалыптастыру: 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 қалыптастыру: 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 қалыптастыру; Сапка бір-бірден тұру. шеңберге шағын топтармен және барлық топпен қайта тұру дағдыларын қалыптастыру (тәрбиешінің көмегімен, бағдар бойынша). Қимылды ойындар Қимылды ойындарға баулу, балаларды қарапайым ережелерді сақтауға, қимылдарды үйлестіруге үйрету. Спорттық жаттығулар: Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру Салауатты өмір салты дағдыларын қалыптастыру. Сезім мүшелерін ажыратуға және атауға (көз, құлақ, мұрын, ауыз) үйрету, олардың ағзадағы ролі және оларды қалай қорғауға, күтуге болатыны туралы түсінік беру (ұсақ заттарды құлаққа, мұрынға тықпау). 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;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: 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 күрсаудан күрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру, 15-20 сантиметр биіктіктен секіру Бірінің артынан бірі сапка тұру, бір-бірінің жанына сапка тұру Қимылды ойындар Ккеңістікті бағдарлауға, «жүгір», «ұста», «тұр» белгілеріне сәйкес әрекет етуге үйрету Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңғажәне солға бұрылып тебу. Спорт залда

Желтоқсан айы 2022жыл

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар қолды алға, жап-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 айналыпжәне заттардың арасымен еңбектеу сызықтан секіру, тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру. Бірінің артынан бірі сапка тұру, бір-бірінің жанына сапка 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.

Қаңтар айы 2023 жыл

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар Қолды жоғары, алға, жан-жаққа көтеру және түсіру (бірге немесе кезекпен); Аяқты бұғу 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: Токтап, 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 төбеде сырғанау. Сауықтыру-шынықтыру шаралары: Балаларды үй-жайда жеңіл киіммен жүруге үйрету. Күн тәртібіне сәйкес олардың таза ауада болу ұзақтығын қамтамасыз ету.

Ақпан айы 2023 жыл

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 қалыпта);аяқты көтеру және түсіру, аяқтарды қозғалту (шалқасынан жатқан қалыпта);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)күрсаудан күрсауға 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 төбедеңсырғанау. 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 қалыпта); 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) 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.Кенеджебаева



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: Турланова.Н

**2022 – 2023 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары
Ересек топ
Қыркүйек айы 2022жыл**

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды алға, екі жаққа, жоғары көтеру, тұрған қалыпта қолдарын арқасына 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, топылдату. 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 сапқа 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 жакқа, жоғары көтеріп тұрған калыпта алға еңкейіп қолдарын аркасына апару; саусактарын бүгіп, қолдарын айналдыра кимылдауды орындау. Екі қол белде, кезекпен екі жакқа бұрылғанда екі қолды екі жакқа 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 жак 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, баска кимылдармен кезектестіру, қол мен аяқ кимылын үйлестіру, бой түзулігін дұрыс сақтау; Түрлі тапсырмалармен жүгіру: шапшаң және баяу қаркынмен, жетекшімен ауыса отырып жүгіру. 1–1,5 минут ішінде баяу және қаркынмен 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 арканның астынан оң және сол бүйірмен алға еңбектеп кіру; құрсаудан еңбектеп өту; Баска 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 жакқа кезегімен айналу. Қатарға бір- бірден сапка тұру. Қатарға екеуден, үшеуден тұрып, сапты қайтадан құру. Музыкалық-ыргактық 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.

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 жүргізу 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), тақтайдың 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 жаққа бұрыту. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Отырғанқалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бұту және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты айкастырып, 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 басқаузақ заттарды іліп алып, басқа орынға ауыстыру. Негізгі қимылдар: жан-жаққа 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.

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 бұғу және жазу, көтеру және түсіру. Қолына зат ұстап, шалқасынан жатып, қолды созу және осы қалыпта етпетінен бұрылып жату. Негізгі қимылдар: сапта бір-бірден жүру «жыланша», шашырап жүгіру; 50 сантиметр биіктікте ілінген арканның 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 иыққа қойып, шынтақтарын бүгіп, қолдарын айналдыру. Қолды алға созып, саусақтарды жұму және ашу. Етпетінен жатқан қалыпта иықтарын, 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. 4–5 сызықтан 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 (таңертеңгі 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, иықтарды 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 басқаузақ 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 ережелерін саналы түрде сақтауға баулу. Доптармен, секіргіштермен, құрсаулармен ойындарда балалардың белсенділігін дамыту. Сәлауатты 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

Мамыр айы 2023 жыл

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар: Қолды кеуденің алдына қою, желкеге қою, нықтарды түзеп, екі жаққа бұрылу. Жаттығуларды заттармен және заттарсыз орындау. Отырған қалыпта екі аяқты жоғары көтеру, бұғу және жазу, төмен түсіру. Екі аяқты аяқастырып, отыру және тұру. Өкшемен таяқтың, арқанның 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 үрленгендоптардан (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 ережелерінсаналы 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 «Оркен» бөбекжайы ЖБҚ МКҚК
Директоры: *Т. Кендіжабаева*



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

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

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Турланова.Н

**2022 – 2023 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары
мектепалды топ
Қыркүйек айы 2022жыл**

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: Қолды кеуде гүсына кою, екі жакка созу; колды 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). Аркаға арналған жаттығулар: отырып алға, артқа еңкею (5–6 рет) Аяққа арналған жаттығулар: аяқтың ұшына көтерілу, колды 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 спорттық жабдықтары бар ортаны құру.

Қазан 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 жакқа созу; қолды жоғары көтеру және екі жакқа созу Кеудеге арналған жаттығулар: Қолды алға көтеріп оңға, солға бұрылу. Іштің бұлшық еттеріне арналған жаттығулар: екі бала жұптасып жасайды:бірінші бала қолын желкесіне қойып, шалкасынан жатып, денесін көтереді,екінші бала оның аяғына отырады (5-6 рет); Аркаға 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 (арақашықтығы6 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. Воланды ракеткамен белгілі бір жакқа бағыттап отырып қағып лақтыру; Футбол. Берілген бағытка допты оң және сол аяқпен домалату. Доппен затты айналдыра жүру. Допты шұңқырға, қакпаға домалату. Допты қатарынан бірнеше рет қабырғаға соғу; 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 спорттықжабдықтары бар ортаны құру. Балалардың құрдастарымен қимылды ойындардыөз бетінше ұйымдастыруына жағдай жасау, олардың жарыстар ұйымдастыруға деген белсенділігін қолдау.

**2022 – 2023 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары
мектепалды топ
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 жакка созу; қолды жоғары көтеру және екі жакка созу Кеудеге арналған жаттығулар: Гимнастикалық кабырғаға карап тұрып, белінің тұсындағы тактайшаны ұстап, алға еңкею Қолдың күшін жетілдіруге арналған жаттығулар: 3-5 метр қашықтықта екіқолын жерге қойып, жүру (бір бала екінші баланы аяғынан ұстайды). Аркаға 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); кос аяқпен заттардың арасымен (арақашықтығы 4 метр) секіру допты кабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; скамейканың үстіне қойылған текшелерден аттап тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапка 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 кабырғаға 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.

**2022 – 2023 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары
мектепалды топ
Желтоқсан айы 2022жыл**

Ұйымдастырылған іс әрекет	Ұйымдастырылған іс-әрекеттің міндеттері
Дене шынықтыру	Жалпы дамытушы жаттығулар. Қол және иық белдеуіне арналған жаттығулар: Қолды кеуде тұсына қою, екі жаққа созу; колды жоғары көтеру және екі жаққа созу Кеудеге арналған жаттығулар: Гимнастикалыққабырғаға арқасымен 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: колды 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, етіптімен өрмелеу; оң және сол аяқты алмастырып, заттардың арасымен (арақашықтығы 3 метр) секіру; 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыру; арқан бойымен бір қырымен, косалқы кадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қою) тепе-теңдікті сақтап жүру ; бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапка 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.

**2022 – 2023 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары
мектепалды топ
Қаңтар айы 2023жыл**

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 екіқолын 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 минут тоқтамай 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.

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

**мектепалды топ
Ақпан 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: 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); Аркаға арналған жаттығулар: стретчинг элементтері бар жаттығуларды орындау Аяққа арналған жаттығулар: қолды тізеге қойып отырып-тұру Негізгі қимылдар: қолдың бастапқы калыптарын өзгерте отырып, әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру; кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен жылдам, орташа қарқынмен 1,5–2 минут тоқтамай жүгіру; әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту; бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіру арақашықтығы 40 сантиметр; допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 метр) 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 нысықтау. Спорттық жаттығулар: Шаңғымен жүру. Бірінің артынан бірі ауыспалы қадаммен алға жылжу, оң және сол аяқтарымен сырғанауды. Бір орнында тұрып оңға, солға бұрылу, айнаруды 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.

**2022 – 2023 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспар
мектепалды топ
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 етпетінен жатып 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 тебуді. 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.

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

**мектепалды топ
Сәуір 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: 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 етіпетіненжатып 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) жүтіру; бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу; оң және сол аяқты алмастыра отырып, арканнан, 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 бағыттай 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 қатысуга баулу.

**2022 – 2023 оқу жылына арналған
ұйымдастырылған іс-әрекеттің перспективалық жоспары
мектепалды топ
Мамыр айы 2023жыл**

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: 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 кадаммен 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.



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

Дене шынықтыру нұсқаушысы: Турланова Н

Циклограмма

Тексерілді Реев Реева.Т

Қыркүйек айы 01.09-02.09

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі	Сейсенбі	Сәрсенбі	Бейсенбі 01.09.2022	Жұма 02.09.2022
Ұйымдастырылған іс әрекеттер					Ортаңғы топ №1 Балапан №6 Қарылғаш <u>Жалпы дамытушы жаттығулар. (таңғы жаттығулар қайталанады)</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, 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 қалпында допты домалату <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр Мақсаты: санамақты пысықтау, қол ұстасып шеңберде жүруді, жылдам баяу жүгіруді және қимыл епшілдігін дамыту Мектепалды топ № 8 Алтынбалық <u>Жалпы дамытушы жаттығулар. (таңғы жаттығулар қайталанады)</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта 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;	Ортаңғы топ №1 Балапан №6 Қарылғаш <u>Жалпы дамытушы жаттығулар. (таңғы жаттығулар қайталанады)</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, 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 қалпында допты домалату <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр Мақсаты: санамақты пысықтау, қол ұстасып шеңберде жүруді, жылдам баяу жүгіруді және қимыл епшілдігін дамыту

					<u>Қимылды ойын:</u> Біз көңілді балалармыз... №1 ортаңғы топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар. (таңғы жаттығулар қайталанады)</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Белгілі бір тапсырмаларды орындау арқылы еркін жүру және жүгіру дағдыларын қалыптастыру: сапта бір-бірлеп, 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 допты домалату <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр Мақсаты: санамақты пысықтау, қол ұстасып шеңберде жүруді, жылдам баяу жүгіруді және қимыл епшілдігін 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. Турланова.Н

Циклограмма

Тексерілді Реев Реева.Т

Қыркүйек айы 05-09.09.2022

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 05.09.2022	Сейсенбі 06.09.2022	Сәрсенбі 07.09.2022	Бейсенбі 08.09.2022	Жұма 09.09.2022
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ №1 Балапан №6 Қарылғаш Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: сапта бір-бірлеп, 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 допты домалату Қимылды ойын: Тырналар-тырналар Мақсаты: Жүру бағыттарын бағдарлап жүруді үйрету, тапсырманы жылдам орындауын қалыптастыру Мектепалды топ № 8Алтынбалық Жалпы дамытушы жаттығулар.	Ересек топ № 9 Күншуақ Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүру, өкшемен жүру; аяқтың ұшымен жүргіру; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу; Қимылды ойын: Күн шуақ және жаңбыр Мақсаты: Белгі бойынша жылдам қозғалу және қалыңғыспай жүгіруді Мектепалды топ № 8Алтынбалық Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: сапта бір-бірден екеуден жүру; шашырап, жұппен жүгіру; бір орында тұрып, алға қарай 3–4 метр қашықтыққа жылжу	Ересек топ № 9 Күншуақ Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүру; аяқтың ұшымен жүргіру; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу; Бір-бірден сапка тұру Қимылды ойын: Күн шуақ және жаңбыр Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Мектепалды топ № 8Алтынбалық Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: сапта бір-бірден екеуден жүру; заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты жоғары, жіптің	Ортаңғы топ №1 Балапан № 6 Қарылғаш Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі 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; Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған калпында допты домалату. Қимылды ойын: Шыбыққа калпақ кигізу Ересек топ Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүру, өкшемен жүру; бір орында тұрып, қос аяқпен секіру Бір-бірден сапка тұру Қимылды ойын:	Ортаңғы топ №1 Балапан № 6 Қарылғаш Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі 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; Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған калпында допты домалату. Қимылды ойын: Шыбыққа калпақ кигізу Мақсаты: бір бағытты бағыттап, нысанды дәлдеп қалпақты лақтыру дағдысын дамыту

		Негізгі қимылдар: сапта 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...	арқылы секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Қуып, жылдам ұста <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу.	үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; бір орында тұрып, алға қарай 3–4 метр қашықтыққа жылжу арқылы секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Аққу қаздар <u>Спорттық жаттығулар:</u> Самокат тебу. Оңға және солға бұрылу.	Мысық пен тышқан Мақсаты: алаңда жүгіруде ептілігін, жылдамдығын дамытып, бір біріне қақтығыспай жүгіруді 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. Турланова.Н

Циклограмма

Тексерілді Рес Реева.Т

Қыркүйек айы 12-16.09.2022

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 12.09.2022	Сейсенбі 13.09.2022	Сәрсенбі 14.09.2022	Бейсенбі 15.09.2022	Жұма 16.09.2022
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ №1 Балапан №6 Қарылғаш <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру; сапта бір-бірлеп жүгіру; Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта, "жыланша" еңбектеу; Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап Мақсаты: Шашырап жүру, белгі бойынша жалаудың түсіне қарай жылдам жиналу дағдыларын қалыптастыру Мектепалды топ №8Алтынбалық <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден екеуден жүру; шашырап, жұппен жүгіру;	Ересек топ №9 Күншуақ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру, сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру; аяқтың ұшымен жүргізу; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу; бір-бірден сапка тұру <u>Қимылды ойын:</u> Жалауға қарап жүгіру.Мақсаты: Оң жақа және сол жақа қарай бірін-бірі қағып соқпай жүру, жүгіру дағдыларын дамыту Мектепалды топ №8Алтынбалық <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру; жұппен, жүру мен жүгіруді алмастырып жүгіру; заттардың	Ересек топ №9 Күншуақ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> өкшемен жүру; бір орында тұрып, қос аяқпен секіру; заттардың арасымен доптарды бір-біріне домалату; бір-бірден сапка тұру <u>Қимылды ойын:</u> Тышақандар мен мысықтар Мақсаты: Бірін-бірі қағып соқпай жүру, жүгіру дағдыларын дамыту Мектепалды топ №8Алтынбалық <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден екеуден жүру; шашырап, жұппен жүгіру; заттардан аттап тепе-	Ортаңғы топ №1 Балапан №6Қарылғаш <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру; сапта бір-бірлеп жүгіру; Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру; Сапка бір-бірден тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Тышқандар мен мысық. Ересек топ №9Күншуақ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру, сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру; аяқтың ұшымен жүргізу; заттардың арасымен доптарды бір-біріне домалату;	Ортаңғы топ №1 Балапан №6 Қарылғаш <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру; бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен жүгіру; Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату; Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта, "жыланша" еңбектеу <u>Қимылды ойын:</u> Шыбыққа қалпақ кигізу Мақсаты: бір бағытты бағыттап, нысанды дәлдеп қалпақты лақтыру дағдысын дамыту Ойын барысы Балалар тәрбиешіні көмегімен екі топқа

		төрттағандап еңбектеу; заттардан аттап тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойындар:</u> Мысық пен тышқан Мақсаты: Шеңберде бір бағытта қол ұстасып жүру, тоқтау, қолдарын жоғары көтеру дағдыларын пысықтау және т.б.	арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеу <u>Қимылды ойын:</u> Әткеншек Мақсаты: жайлап, содан соң жылдам жүруден жүгіруге өтуді. Арқанды оң, сол қолдарымен ұстауды дамытып. Балалардың бір бағытта жұмыла әрекет жасауын қалыптастыру.	теңдікті сақтап жүру; допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; <u>Қимылды ойын:</u> Тышқан ұстаушы <u>Спорттық ойын элементтері:</u> Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру.	бір-бірден сапка тұру <u>Қимылды ойын:</u> Жалауға карап жүгіру <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. жүгіру Бір орында тұрып екі аяқтап секіру Екі қолмен 1-1,25 м арақашықтықтағы (көлденең) нысанаға (кеуде тұсынан, төменнен, жоғарыдан (қағып алмай) доптарды домалату <u>Қимылды ойын:</u> Автобус Мақсаты: Колонаға екі-екіден тұруды. Баяу, жылдам журуді. Қақтығыспай төктауды үйрету	бөлініп тұрады. Әр топ баласы белгілі қашықтықта тұрған шыбыққа, кезегімен қалпақты лақтырып кигізеді... Балалар бір бағытты бағыттай 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. Турланова.Н

Циклограмма

Тексерілді Риса Реева.Т

Қыркүйек айы 19-23.09.2022

Күн тәртібінің көрсеткіші	Уақыты	Дүйсенбі 19.09.2022	Сейсенбі 20.09.2022	Сәрсенбі 21.09.2022	Бейсенбі 22.09.2022	Жұма 23.09.2022
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортанғы топ №1 Балапан № Қарылғаш <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру; аяқтың ұшымен, қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру арқылы жүгіру; Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру; Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру Сапка бір-бірден тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп Мектепалды топ № 8 Алтынбалық <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру; бір орында тұрып, алға қарай 3-4 метр қашықтыққа жылжу арқылы секіру; заттардан аттап тепе-теңдікті сақтап жүру; сапка бір, екі, үш қатармен тұру. <u>Қимылды ойын:</u>	Ересек топ № 9 Күншуақ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру, бір-бірден сапка тұру; бір орында тұрып, қос аяқпен секіру; заттардың арасымен доптарды бір-біріне домалату; <u>Қимылды ойын:</u> Жалауға қарап жүгіру. Күн шуақ және жаңбыр Мектепалды топ № 8 Алтынбалық <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру; жұппен, жүру мен жүгіруді алмастырып жүгіру; бір орында тұрып, алға қарай 3-4 метр қашықтыққа жылжу арқылы секіру; сапка бір, екі, үш қатармен тұру. <u>Қимылды ойын:</u> <u>Аққу қаздар.</u>	Ересек топ № 9 Күншуақ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру, өкшесмен жүру; аяқтың ұшымен жүргізу; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу; <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу; екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Мектепалды топ № 8 Алтынбалық <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден, екеуден, үшеуден жүру; жұппен, жүру мен жүгіруді алмастырып жүгіру; бір орында тұрып, алға қарай 3-4 метр қашықтыққа жылжу арқылы секіру; сапка бір, екі, үш қатармен тұру.	Ортанғы топ №1 Балапан №6 Қарылғаш <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру; Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру; Тура бағытта 4-6 метр арақашықтықта, "жыланша" еңбектеу <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап. <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру, бір-бірден сапка тұру; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу; <u>Қимылды ойын:</u> Автобус	Ортанғы топ №1 Балапан № 6 Қарылғаш <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру; Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру; Тура бағытта 4-6 метр арақашықтықта, "жыланша" еңбектеу <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап. <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру, бір-бірден сапка тұру; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу; <u>Қимылды ойын:</u> Автобус

		Біз көңілді балалармыз <u>Спорттық жаттығулар:</u> Самокат тебу. Оңға және солға бұрылу.	<u>Тышқан ұстаушы</u>	<u>Кимылды ойын:</u> <u>Аққу қаздар,</u> <u>Тышқан ұстаушы</u>	Ересек топ № 9Күншуақ <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар,</u> <u>Негізгі кимылдар:</u> жүру,өкшемен жүру; аяқтың ұшымен жүргізу; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап сңбектеу; <u>Кимылды ойын:</u> Өз түсінді тап <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрыл	
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. Турланова.Н

Циклограмма

Тексерілді Ресей Ресей.Т

Қыркүйек айы 26.09-30.09.2022

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 26.09.2022	Сейсенбі 27.09.2022	Сәрсенбі 28.09.2022	Бейсенбі 29.09.2022	Жұма 30.09.2022
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ №1 Балапан №6 Қарығаш <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру; аяқтың ұшымен жүгіру; Бір-бірінен 1,5-2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған калпында допты домалату; Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру. <u>Қимылды ойын:</u> <u>Қоян мен қасқыр</u> <u>Мақсаты:</u> санамақты пысықтау, қол ұстасып шеңберде жүруді, жылдам бау жүгіруді және қимыл епшілігін дамыту <u>Мектепалды топ</u> <u>№8 Аттыбалық</u> <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден	Ересек топ №9 Қушшұқ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> өкшемен жүру; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу; бір орында тұрып, қос аяқпен секіру; заттардың арасымен доптарды бір-біріне домалату; <u>Қимылды ойын:</u> <u>Тышқанар мен мысықтар</u> <u>Мақсаты:</u> Бірін-бірі қағып соқпай жүру, жүгіру дағдыларын дамыту <u>Мектепалды топ</u> <u>№8 Аттыбалық</u> <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден, екеуден үшеуден жүру; шымырап жүгіру; бір орында тұрып, алға қарай 3-4 метр қашықтықта жылжу	Ересек топ №9 Қушшұқ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сызықтардың арасымен (арақашықтығы 15 сантиметр) жүру; аяқтың ұшымен жүргізу; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша төрттағандап еңбектеу; бір-бірден сапка тұру <u>Қимылды ойын:</u> <u>Тышқанар мен мысықтар</u> <u>Мақсаты:</u> Бірін-бірі қағып соқпай жүру, жүгіру дағдыларын дамыту <u>Мектепалды топ</u> <u>№8 Аттыбалық</u> <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден жүру; заттардың арасымен «жылжыта»	Ортаңғы топ №1 Балапан №6 Қарығаш <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру; бірінің артынан бірі жүгіру; Бір-бірінен 1,5-2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған калпында допты домалату; Тура бағытта 4-6 метр арақашықтықта, «жылжыта» еңбектеу; Сапка бір-бірден тұру. <u>Қимылды ойын:</u> <u>Қоян мен қасқыр</u> <u>Мақсаты:</u> санамақты пысықтау, қол ұстасып шеңберде жүруді, жылдам бау жүгіруді және қимыл епшілігін дамыту Ересек топ	Ортаңғы топ №1 Балапан №6 Қарығаш <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру; бірінің артынан бірі жүгіру; Бір-бірінен 1,5-2 метр арақашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған калпында допты домалату; Тура бағытта 4-6 метр арақашықтықта, «жылжыта» еңбектеу; Сапка бір-бірден тұру. <u>Қимылды ойын:</u> <u>Қоян мен қасқыр</u> <u>Мақсаты:</u> санамақты пысықтау, қол ұстасып шеңберде жүруді, жылдам бау жүгіруді және қимыл епшілігін дамыту Балалар қойшылар болады. Қойшылар бір-бірінің қолын ұстап шеңбер болып

		жүру; заттардың арасымен «жыланша» төрттағандап еңбектеу; допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; сапка бір, екі, үш қатармен тұру <u>Қимылды ойын:</u> Табан балық және шортан Мақсаты: жылдам тұру және отыру дағдысын дамытып бір біріне көмек беруін ұйымдастыру	аркылысекіру; заттардан аттап тепе-теңдікті сақтап жүру <u>Қимылды ойын:</u> Жүгіріп өтуге үлгер <u>Спорттық ойын элементтері:</u> Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру.	төрттағандап еңбектеу; сапка бір, екі, үш қатармен тұру <u>Қимылды ойын:</u> Қуып, жылдам ұста <u>Спорттық ойын элементтері:</u> Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. <u>жаттығулар:</u> Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын пысықтау	№ 9 Қиыуық Жалпы дамытушы жаттығулар. <u>Негізгі қимылдар:</u> сызықтардың арасымен (аракашықтығы 15 сантиметр) жүру; бір орында тұрып, қос аяқпен секіру; заттардың арасымен доптарды бір-біріне домалату; <u>Қимылды ойын:</u> Поезд Мақсаты: колонаға бір-бірден тұруды. Баяу, жылдам, жылдамырақ және жүгіру дағдыларын қалыптастыру	айналып жүреді. Шеңбердің ортасында лак жайылып жүреді. Шеңбердің сыртындағы қасқыр ортадағы лакты жеуге ұмтылып жүреді. Лак шеңбер сыртына шығып жүргенде егер қасқыр лакты ұстап алса лакты өз апанына апарып отырғызады. Немесе лак қасқырдан қашып шеңбер ішіне кіріп тығылады. Қасқыр лакты ұстап алған жағдайда лак болу үшін басқа бала сайланады ойын жалғасады.
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. Турланова.Н

Циклограмма

Тексерілді Рис Реева.Т

Қазан айы 03.10-07.10.2022

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		Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> жаттығулар. (таңғы жаттығулар қайталанады) Негізгі қимылдар: Жүру, аяқтың ұшымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргізу; кедергілер арасынан еңбектеу; допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату; <u>Қимылды ойын:</u> Кімнің тобы тез жинақталады? Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> жаттығулар (таңғы жаттығулар қайталанады). Негізгі қимылдар: аяқтың сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргізу; 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; <u>Қимылды ойын:</u>	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> жаттығулар. Негізгі қимылдар: Жүру, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргізу; 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 Спорттық жаттығулар: Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу. Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> жаттығулар. (таңғы жаттығулар қайталанады)	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> жаттығулар. Негізгі қимылдар: аяқтың сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргізу; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тактай бойымен төрттағандап еңбектеу; <u>Қимылды ойын:</u> Масаны ұстап ал Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Ортаңғы топ №1 №6, <u>Жалпы дамытушы</u> жаттығулар. Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүру аралықты	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> жаттығулар. Негізгі қимылдар: аяқтың ұшымен, аяқтың ішкі және сыртқы қырымен жүру; қатармен бір-бірден, екеуден, үшеуден тізені жоғары көтеріп жүргізу; 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? Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> жаттығулар. Негізгі қимылдар: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру; Сапта бір-	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> жаттығулар. Негізгі қимылдар: аяқтың сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргізу; 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша, көлбеу тактай бойымен төрттағандап еңбектеу; <u>Қимылды ойын:</u> Торғайлар мен мысық

		Тегіс жолмен	Негізгі қимылдар: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру Сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, аяқтың ұшымен жүгіру. Бір-бірінен 1,5–2 метр арақашықтықта отырып , аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату Тура бағытта 4–6 метр арақашықтықта, "жыланша еңбектеу <u>Қимылды ойын:</u> Поезд	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» <u>Спорттық</u> <u>жаттығулар:</u> Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын калыптастыру	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> «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. Тұрланова.Н

Циклограмма

Тексерілді Рисел Реева.Т

Қазан 10.10-14.10.2022

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 ірекеттер		Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> 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 (арақашықтығыб метр) қос аяқпен секіру; Қимылды ойын: Жіптен секір Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: Жүру; тізені жоғары көтеріп жүргіру; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арқанның бойымен тепе- теңдікті сақтап жүру;	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: 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 қойылған заттардың арасымен домалату; Қимылды ойын: Соқыр қойшы Спорттық ойын элементтері: Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттап отырып қағып лақтыру; Ортаңғы топ №1№6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u>	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: аяқтың сыртқы қырымен жүру; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеу; заттардың арасымен құрсауларды бір- біріне домалату; Қимылды ойын: Қоймадағы тышқандар Спорттық <u>жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу Ортаңғы топ №1№6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: сапта бір-бірлеп жүру; қол мен аяқ қозғалыстарын	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: аяқтың ұшымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүгіру; допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату; теңдікті сақтап жүру; сапка бір, екі, үш қатармен тұру; Қимылды ойын: Жерде тұрып қалма Спорттық ойын элементтері: Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттап отырып қағып лақтыру Ортаңғы топ №1№6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру;	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүргіру; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; аяқтың сыртқы қырымен жүру; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеу; Қимылды ойын: Қояндар орындыққа), тұру, қолын жоғары көтеру, түсу; Қимылды ойын: Торғайлар

		<u>Қимылды ойын:</u> Тауықпен мен балапандар.	<u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру; аяқтың ұшымен жүгіру; допты екі қолымен көкірек тұсынан кері лақтыру; еңгіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; <u>Қимылды ойын:</u> Допты дәлдеп лақтыр	үйлестіру, аралықты сақтай отырып жүгіру; Бір-бірінен 1,5–2 метр аракашықтықта отырып, аяқты алшақ ұстаған қалпында допты домалату; еденге қойылған тақта бетімен еңбектеу <u>Қимылды ойын:</u> Торғайлар мен автомобиль <u>Спорттық жаттығулар:</u> Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын жетілдіру	қол мен аяқ қозғалыстарын үйлестіру, аралықты сақтай отырып жүгіру; допты екі қолымен көкірек тұсынан кері лақтыру; Сапка бір-бірден тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Құстардың ұшып келуі	
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. Турланова.Н

Тексерілді Реева.Т

Циклограмма

Қазан айы 17.10-21.10.2022

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 №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың ұшымен жүру; допты бір қатарға қойылған заттардың арасымен домалату; шектелген жазықтықтың үстімен қосалқы кадаммен, аяқтың ұшымен тепе-теңдікті сақтап жүру; сапка бір, екі, үш қатармен тұру; <u>Қимылды ойын:</u> Қармақ Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> арканның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапка тұру. 2-3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; <u>Қимылды ойын:</u> Тегіс жолмен	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың ұшымен жүру; кедергілер арасынан еңбектеу; екі тізенің арасына қапшықты қысып алып, түзу бағытта (арақашықтығы 6 метр) қос аяқпен секіру; сапка бір, екі, үш қатармен тұру; <u>Қимылды ойын:</u> Қарлы шеңбер <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тізені жоғары көтеріп жүру; шеңбер бойлап жүгіру; тұрған жерінен ұзындыққа секіру; тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргізу; 10 метрге дейінгі қашықтықта заттардың арасымен тура бағыт бойынша еңбектеу, 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. Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> бірінің артынан бірі, тізені жоғары көтеріп жүру; аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, жүгіру; допты екі қолымен жоғары, бастан асыра лақтыру; шеңберге шағын топтармен және барлық топтармен және барлық	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> 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; <u>Қимылды ойын:</u> Доп мектебі <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тізені жоғары көтеріп жүру; аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп, жүгіру; тұрған жерінен ұзындыққа секіру; шеңберге шағын топтармен және барлық топпен қайта тұру	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың сыртқы қырымен жүру; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арканның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына сапка тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Кішкене маймылдар

		бойымен жүру. <u>Қимылды ойын:</u> Поезд	топпен қайта тұру дағдыларын калыптастыру; <u>Қимылды ойын:</u> Допты дәлдеп лақтыр <u>Спорттық жаттығулар:</u> Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын калыптастыру	дағдыларын калыптастыру; <u>Қимылды ойын:</u> Торғайлар мен автомобиль ;	
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.Турланова.Н

Циклограмма

Тексерілді Рисет Реева.Т

Қазан айы 24.10-28.10.2022.

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 №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: 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 Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: Жүру; бір-бірінің жанына сапқа тұру. 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне		Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүргізу; көлбеу тақтай бойымен төрттағандап еңбектеу; арканның 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 №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүру аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп қол мен аяқ қозғалыстарын	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: 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 ойын 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;	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: 2–3 метр қашықтыққа алға ұмтылып қос аяқпен секіру; заттардың арасымен құрсауларды бір-біріне домалату; арканның бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Қойымадағы тышқандар гимнастикалық орындықтың үстімен жүру. <u>Қимылды ойын:</u> Автобус

		домалату; <u>Қимылды ойын:</u> Торғайлар мен мысық		үйлестіре жүру; шеңбер бойлап жүгіру; допты екі қолымен жоғарыға, еденге (жерге) қарай төмен лақтыру; Тепе-теңдікті сақтай отырып, бір-бірінен 10 см қашықтықта орналасқан тақтай бойымен жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Күміс алу <u>Спорттық</u> <u>жаттығулар:</u> Үш дөңгелекті велосипед тебу дағдыларын қалыптастыру	<u>Ортаңғы топ №1 №6</u> <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар:</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірлеп, бірінің артынан бірі жүру; аралықты сақтай отырып, бағытты өзгертіп жүгіру; Екі аяқтап басты затқа тигізе отырып, жоғары қарай 2-3 метр қашықтықта алға қарай жылжи отырып секіру; еңгіс тақта бойымен (20-30 см) жүру дағдыларын қалыптастыру; <u>Қимылды ойын:</u> Құстардың ұшып келуі	
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. Тұрланова.Н

Циклограмма

Тексерілді Реева.Т

Қараша айы 31.10-04.11.2022

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		Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тура, шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру; 1,5–2 метр кашықтыктан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату; құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру <u>Қимылды ойын:</u> Шыбыққа қалпақ кигізу Мақсаты: бір бағытты бағыттап, нысанды дәлдеп қалпакты лақтыру дағдысын дамыту үйрету. Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u>	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар(таңғы жаттығулар қайталанады).</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> адымдап жүру; адымдап жүгіру; бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; тактайдың бойымен тепе-тендікті сақтап бойымен жүру <u>Қимылды ойын:</u> Жалауға қарап жүгіру. Мақсаты: Оң жақа және сол жақа қарай бірін-бірі қағып соқпай жүру, жүгіру дағдыларын дамыту Мектепалды топ	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> 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 <u>Қимылды ойын:</u> Қуып, жылдам ұста Мақсаты:жүгіру, денннесімен епті бұрылыстарды бір біріне қактығыспай жасауын қалыпта Ересек топ№9 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u>	Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тура, шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру; 1,5–2 метр кашықтыктан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату; құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру <u>Қимылды ойын:</u>	Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тура, шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру; 1,5–2 метр кашықтыктан допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату; құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру <u>Қимылды ойын:</u>

	<u>жаттыгсчулар. (таңгы жаттыгулар кайталанады)</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> Қуып, жылдам ұста Мақсаты: жүгіру, денннесімен епті бұрылыстарды бір біріне қақтығыспай жасауын қалыптастыру	№8 <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> 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; <u>Қимылды ойын:</u> Қуып, жылдам ұста Мақсаты: жүгіру, денннесімен епті бұрылыстарды бір біріне қақтығыспай жасауын қалыптастыру	адымдап жүру адымдап жүгіру; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес); бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Шеңберге түсір <u>Спорттық жаттыгулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Спорт залда	Шыбыққа қалпақ кигізу Мақсаты: бір бағытты бағыттап, нысанды дәлдеп қалпақты лақтыру дағдысын дамыту Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы жаттыгулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> адымдап жүру; адымдап жүгіру; бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес) <u>Қимылды ойын:</u> Жалауға қарап жүгіру.	Шыбыққа қалпақ кигізу Мақсаты: бір бағытты бағыттап, нысанды дәлдеп қалпақты лақтыру дағдысын дамыту
--	--	--	--	--	--

			баулу.		Мақсаты: Оң жақа және сол жақа қарай бірін-бірі қағып соқпай жүру, жүгіру дағдыларын дамыту	
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
Ұйымдастырушылық жұмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелері				

Дайындаған. Турланова.Н

Циклограмма

Қараша айы 07.11-11.11.2022

Тексерілді Реев 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 №1 № 6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру, арқан бойымен жүру; әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен жүгіру; 15-20 сантиметр биіктіктен секіру; Бірінің артынан бірі сапка тұру <u>Қимылды ойын:</u> Тырналар-тырна лар(Балалар тырналарға ұқсап тізіліп тұрады)Мақсаты: Жүру бағыттарын бағдарлап жүруді үйрету, тапсырманы жылдам орындауын қалыптастыру Мектепалды топ <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u>	Ересек топ № 9 <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; тактайдың бойымен тепе- тендікті сақтап бойымен жүру <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап Мақсаты: Шашырап жүру, белгі бойынша жалаудың түсіне қарай жылдам жиналу дағдыларын қалыптастыру Мектепалды топ <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u>	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапка тұру; <u>Қимылды</u> <u>ойын:</u> Өрт сөндірушілер Ересек топ <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; тактайдың бойымен	Ересек топ № 9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> адымдап жүру; жүгіру; бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; тактайдың бойымен тепе- тендікті сақтап бойымен жүру бір-бірінің жанына сапка және шеңберге тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап Мақсаты: Шашырап жүру, белгі бойынша жалаудың түсіне қарай жылдам жиналу дағдыларын қалыптастыру Ортаңғы топ <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u>	Ортаңғы топ№ 1 № 6 Жалпы дамытушы <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тура жолмен жүру; шеңбер бойымен жүгіру; еденге қойылған арқанның доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу; бір-бірінің жанына сапка тұру <u>Қимылды ойын:</u> Тырналар-тыр налар (Балалар тырналарға ұқсап тізіліп тұрады) Мақсаты: Жүру бағыттарын бағдарлап жүруді үйрету, тапсырман жылдам орындауын қалыптастыру

		<u>Негізгі қимылдар:</u> бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру; қос аяқпен заттардың арасымен (аракашықтығы 4 метр) секіру; допты лабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; скамейканың үстіне қойылған текшелерден аттап тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Кім жылдам жалаушаға жүгіреді? Ересек топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Жүру; адымдап жүгіру; бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5–6,5 метрден кем емес) <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап	<u>Негізгі қимылдар:</u> тізені жоғары көтеріп жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектену (аракашықтығы 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.	тепе-теңдікті сақтап бойымен жүру <u>Қимылды ойын:</u> Допты қағып ал <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Спорт залда	тура жолмен жүру; шеңбер бойымен жүгіру; еденге қойылған арканның доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу; бір-бірінің жанына сапқа тұру <u>Қимылды ойын:</u> Тырналар-тырналар (Балалар тырналарға ұқсанып тізіліп тұрады) Мақсаты: Жүру бағыттарын бағдарлап жүруді үйрету, тапсырманы жылдам орындауын қалыптастыру	
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. Турланова.Н

Циклограмма

Қараша айы 14.11-18.11.2022

Тексерілді Рис 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 №1 № 6 <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; күрсаудан күрсауға секіру <u>Қимылды ойын:</u> Өз үйінді тап Мақсаты: түрлі қозғалыс қимылын (секіру, жүгіруі, бытырап жүру әр бағытта) орындауды қалыптастырып, белгі бойынша орынды тауып отыруды үйрету	Мектепалды топ № 8 <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; <u>Қимылды ойын:</u> Поезд Мақсаты: колонаға бір- бірден тұруды. Баяу, жылдам, жылдамырақ және жүгіру дағдыларын қалыптастыру Ересек топ № 9 <u>Жалпы дамытушы</u>	Ересек топ № 9 <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 сапқа және шеңберге тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп Мақсаты: Дене қимылының жылдамдығы мен допты алу әректің дамыту. Ойын барысында қақтығыспауды қалыптастыр Мектепалды топ № 8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тізені жоғары көтеріп	Ортаңғы топ №1 № 6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> арқан бойымен жүру; сапта бір-бірден жүгіру; күрсаудан күрсауға секіру; допты заттардың арасымен домалату; <u>Қимылды ойы</u> Өз үйінді та Мақсаты: түрлі қозғалыс қимылын (секіру, жүгіруі, бытырап жүру әр бағытта) орындауды қалыптастырып, белгі бойынша орынды тауып отыруды үйрету Ересек топ № 9 <u>Жалпы дамытушы</u>	Ортаңғы топ №1 № 6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> арқан бойымен жүру; сапта бір-бірден жүгіру; күрсаудан күрсауға секіру; допты заттардың арасымен домалату; <u>Қимылды ойын:</u> Өз үйінді тап Мақсаты: түрлі қозғалыс қимылын (секіру, жүгіруі, бытырап жүру әр бағытта) орындауды қалыптастырып, белгі бойынша орынды тауып отыруды үйрету Ересек топ № 9
		Мектепалды топ № 8 <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 сақтап жүру; бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Аюлар мен аралар	<u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> адымдап жүру адымдап жүгіру етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу; бір-бірінің жанына сапқа және шеңберге тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп Мақсаты: Дене қимылының жылдамдығы мен допты алу әректің дамыту. Ойын барысында қақтығыспауды қалыптастыру	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	<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 сапқа және шеңберге тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп Мақсаты: Дене қимылының жылдамдығы мен допты алу әректің дамыту. Ойын барысында қақтығыспауды қалыптастыру	<u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүгіру; 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?
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. Турланова.Н

Циклограмма
Қараша айы 21.11-25.11.2022

Тексерілді Р. ел 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		Ортанғы топ №1 № 6 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> арқан бойымен жүру, тура жолмен жүру; алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта жүгіру; допты қакпаға домалату; доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу <u>Қимылды ойын:</u> Қуыр-қуыр қуырмаш. Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тізені жоғары көтеріп жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеу (арақашықтығы 3-4 метр); қос аяқпен заттардың арасымен	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тізені жоғары көтеріп жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапка тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Ормандағы тиіндер Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргізу; тақтайдың бойымен тепе- теңдікті сақтап бойымен жүру; бір-бірінің жанына сапка және шеңберге тұру.	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргізу; тақтайдың бойымен тепе- теңдікті сақтап бойымен жүру; бір-бірінің жанына сапка және шеңберге тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Жоғары лақтыр <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Спорт залда Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тізені жоғары көтеріп жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу;	Ортанғы топ №1 № 6 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> арқан бойымен жүру, тура жолмен жүру; допты қакпаға домалату; 15-20 сантиметр биіктіктен секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Поезд. Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> өкшемен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргізу; етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу; бір-бірінің жанына сапка және шеңберге тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Допты қағып ал <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u>	Ортанғы топ №1 № 6 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> арқан бойымен жүру, тура жолмен жүру; допты қакпаға домалату; 15-20 сантиметр биіктіктен секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Поезд Ересек топ №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> өкшемен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргізу; етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қара еңбектеу; бір-бірінің жанына сапка және шеңбер тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Допты қағып ал <u>Жалпы дамытушы</u>

		(арақашықтығы 4 метр) секіру <u>Қимылды ойын:</u> Жүгіріп өт Ересек топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар:</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> өкшемен жүру; аяқтың ұшымен жүргізу; етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу; заттарды қашықтыққа лақтыру <u>Қимылды ойын:</u> Шеңберге түсір	<u>Қимылды ойын:</u> Жоғары лақтыр <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Спорт залда	бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапка тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Ормандағы тиіндер Ересек топ №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар:</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> аяқтың сыртқы қырымен жүру; тізені жоғары көтеріп жүргізу; тактайдың бойымен тепе-теңдікті сақтап бойымен жүру; бір-бірінің жанына сапка және шеңберге тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Жоғары лақтыр <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Спорт залда	<u>Негізгі қимылдар:</u> берілген бағытта шеңбер бойымен, қолдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүру; заттарға шығу (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	<u>жаттығулар:</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> берілген бағытта шеңбер бойымен, қолдарын әртүрлі қалыпта ұстап, бір-бірінің қолдарынан ұстап, аяқтың ұшымен жүру; заттарға шығу (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
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. Турланова.Н

Циклограмма

Қараша айы 28.11-02.12.2022

Тексерілді Ресул Ресул.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
А) Ғылыми-тарихи және әдебиеттер		Ортаңғы топ №1 №6 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: шоңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру; сапта бір-бірден, алдыңғы бір жағынан екінші жағына жүгіру; допты заттардың арасымен, қақпаға домалату; Қимылды ойын: Сақина жасыру Мектепалды топ №8 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: алдымен жүру алдымен жүгіру бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5-6,5 метрден кем емес). Қимылды ойын: Жоғары дақтыр қолдарын жоғары көтеру, түсу; Екі қолмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр арақашықтықтағы нысанаға (төмен, жоғары) дақтыру; Бір орында тұрып қос аяқпен секіру. Қимылды ойын: Торғайлар	Ересек топ №9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: алдымен жүру алдымен жүгіру заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5-6,5 метрден кем емес). Бір-бірінің жанына сапқа және шоңберге тұру. Қимылды ойын: Шоңберге түсір Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Спорт залда Мектепалды топ №8 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 Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу. Ересек топ №9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: алдымен жүру алдымен жүгіру заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5-6,5 метрден кем емес). Бір-бірінің жанына сапқа және шоңберге тұру. Қимылды ойын: Шоңберге түсір	Мектепалды топ №6 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 Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу. Ересек топ №9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: алдымен жүру алдымен жүгіру заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5-6,5 метрден кем емес). Бір-бірінің жанына сапқа және шоңберге тұру. Қимылды ойын: Шоңберге түсір	Ересек топ №6 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: алдымен жүру алдымен жүгіру бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5-6,5 метрден кем емес). Қимылды ойын: Жоғары дақтыр қолдарын жоғары көтеру, түсу; Екі қолмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр арақашықтықтағы нысанаға (төмен, жоғары) дақтыру; Бір орында тұрып қос аяқпен секіру. Қимылды ойын: Торғайлар Ортаңғы топ №1 №6 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: шоңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру; сапта бір-бірден жүгіру; допты заттардың арасымен, қақпаға домалату; құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру; Қимылды ойын: Шымбыққа қалпақ кигізу Ересек топ №8 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: алдымен жүру алдымен жүгіру бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5-6,5 метрден кем емес). Қимылды ойын: Жоғары дақтыр	Ортаңғы топ №1 №6 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: шоңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру; сапта бір-бірден жүгіру; допты заттардың арасымен, қақпаға домалату; құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру; Қимылды ойын: Шымбыққа қалпақ кигізу Ересек топ №8 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: алдымен жүру алдымен жүгіру бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; заттарды қашықтыққа лақтыру (3,5-6,5 метрден кем емес). Қимылды ойын: Жоғары дақтыр

		<u>Жалпы дамытушы жаттығулар:</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; жүгіру; допты басымен итеріп, төрттағандап еңбектеу (арақашықтығы 3-4 метр); допты қабырғаға лақтыру және екі қолымен қағып алу; бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапка тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Секіріп жүріп, допты ұста Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар:</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> адымдап жүру адымдап жүгіру етпетімен жатып, гимнастикалық скамейка бойымен қолдарымен тартылып, алға қарай еңбектеу; бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; <u>Қимылды ойын:</u> Кішкене қапшықты кім алысқа лақтыра алады?	аланында қауіпсіздікті сақтауға баулу.	<u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Спорт залда	допты заттардың арасымен, қақпаға домалату; құрсаудан құрсауға, заттарды айналып және заттардың арасымен секіру; <u>Қимылды ойын:</u> Шыбыққа қалпақ кигізу	бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр арақашықтықтағы нысанаға (төмен, жоғары) лақтыру; Бір орында тұрып қос аяқпен секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Торғайлар <u>Жалпы дамытушы жаттығулар:</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> адымдап жүру адымдап жүгіру бір орында тұрып, оңға, солға бұрылып секіру; заттарды қапшықтыққа лақтыру (3,5-6,5 метрден кем емес), <u>Қимылды ойын:</u> Жоғары лақтыр қолдарын жоғары көтеру, түсу; Екі қолмен, әртүрлі тәсілдермен әртүрлі бастапқы қалыпта 0,5-1,5 метр арақашықтықтағы нысанаға (төмен, жоғары) лақтыру; Бір орында тұрып қос аяқпен секіру. <u>Қимылды 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. Турланова.Н

Циклограмма

Тексерілді Рисел Реева.Т

Желтоқсан айы 05.12.-09.12.2022

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		Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар. (таңғы</u> <u>жаттығулар қайталанады)</u> Негізгі қимылдар: заттардан бір қырымен аттап жүру; кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру; тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу; 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыру. <u>Қимылды ойын:</u> Қалпақ және кішкене таяқша	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: 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.	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жан-жаққа қосалқы кадаммен (оңға және солға) жүру; сапта бір-бірден жүргіру; 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 сырғанау; Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: шашырап, тапсырмаларды орындай отырып	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: 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> Орындарыңа жылдам жет Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: әртүрлі бағытта: «жыланша» жүру; тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру; допты	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жан-жаққа қосалқы кадаммен (оңға және солға) жүру; сапта бір-бірден жүргіру; гимнастикалық скамейканың бойымен тепе-теңд сақтап жүру; табан мен алақанға сүйеніп, төрт таған еңбектеу <u>Қимылды ойын:</u> Тышақандар мен мысықтар
		Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар (таңғы</u> <u>жаттығулар</u> <u>қайталанады).</u> Негізгі қимылдар: жан-жаққа қосалқы кадаммен (оңға және солға) жүру;	Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар. (таңғы</u> <u>жаттығулар</u>	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жан-жаққа қосалқы кадаммен (оңға және солға) жүру;	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жан-жаққа қосалқы кадаммен (оңға және солға) жүру;	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жан-жаққа қосалқы кадаммен (оңға және солға) жүру;

		сапта бір-бірден жүргізу; аяқты бірге, алшақ қойып секіру. гимнастикалық скамейканың бойымен теңіздікті сақтап жүру <u>Қимылды ойын:</u> Жалауға карап жүгіру.	қайталанатын) <u>Негізгі қимылдар:</u> өртүрлі бағытта: «жыланша» жүру; бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың бойымен теңіздікті сақтап жүру; допты кеуде тұсынан лақтыру; тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтықта секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр	жүру; қырлы тақтайдың бойымен теңіздікті 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.	
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.Турланова.Н

Циклограмма
Желтоқсан айы 12.12-16.12.2022

Тексерілді *Рисел* 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		Мектепалды топ №8 <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 кадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қою) тепе- теңдікті сақтап жүру ; <u>Қимылды ойын:</u> Құрлар	Мектепалды топ №8 <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</u> <u>элементтері:</u> Хоккей элементтері. Берілген бағытта қакпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанатуды, оны қакпаға кіргізуді үйрету.	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жан-жаққа қосалқы кадаммен (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</u> <u>жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау: бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу	Мектепалды топ №8 <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</u> <u>элементтері:</u> Хоккей элементтері. Берілген бағытта қакпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанатуды, оны қакпаға кіргізуді үйрету.	
		Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жан-жаққа қосалқы кадаммен (оңға және солға) жүру; шеңбер бойымен жүргізу; оң және сол қолымен көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 метр қашықтықтан) лақтыру; екеуден, үшеуден бірінің	Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> арқаннан ұстап жүру; қарқынды өзгертіп, жылдам (10-20	Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қол ұстасып жүру; тұрған орнынан		

		артынан бірі қатарға тұру <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап	<u>Ортаңғы топ №1№6</u> <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар:</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> кол ұстасып жүру; бір-бірінен 10 сантиметр қашықтықта орналасқан тақтайшалардың бойымен тепе теңдік сактап жүру; тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру; сызықтан секіру, тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Шыбыққа қалпак кигізу	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</u> <u>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 .Турланова.Н

Циклограмма

Желтоқсан айы 19.12-23.12.2022

Тексерілді. Р. 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 әрекеттері		Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тізені жоғары көтеріп жүру; бір сызыққа қойылған заттардың арасымен «жыланша» жүгіру; арқан бойымен бір қырымен, қосалқы кадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қою) тепе-теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Қалпақ және кішкене таяқша	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> заттардан бір қырымен аттап жүру; кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру; иықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу; 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыру; <u>Қимылды ойын:</u> Сақинаны таяқшаға іл <u>Спорттық жаттығулар:</u> Сырғанау. Өз бетінше мұзды жолмен сырғанауды, жүгіріп келіп	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жан-жаққа қосалқы кадаммен (оңға және солға) жүру; сапта бір-бірден, шеңбер бойымен жүргізу; табан мен алақанға сүйеніп, төрт тағандап еңбектеу; гимнастикалық скамейканың бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру <u>Қимылды ойын:</u> Автобус <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау; шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу.	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тізені жоғары көтеріп жүру; кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру; арқан бойымен бір қырымен, қосалқы кадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қою) тепе-теңдікті сақтап жүру; 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыру; <u>Қимылды ойын:</u> Бүрге <u>Спорттық жаттығулар:</u> Сырғанау. Өз бетінше мұзды жолмен сырғанауды,	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жан-жаққа қосалқы кадаммен (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
		Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u>				

		адымдап жүру; адымдап жүгіру; аяқты бірге, алшак қойып, бір аякпен (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.	сырганауды үйрету Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру; қырлы тақтайдың бойымен тепе теңдік сақтап жүру; қаркынды өзгертіп, жылдам (10-20 метрге дейін) жүгіру; 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта еңбектеу; Бірінің артынан бірі сапка тұру <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр	Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жыланша арқаннан ұстап жүру; тоқтамай баяу қаркынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру; заттарды айналып және заттардың арасымен еңбектеу; бір-бірінің жанына сапка тұру <u>Қимылды ойын:</u> Күміс алу <u>Спорттық</u> <u>жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау: биік емес төбеден сырғанау.	жүгіріп келіп сырғанауды үйрету Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> шашырап, тапсырмаларды орындай отырып жүру; тоқтамай баяу қаркынмен (50-60 секунд ішінде) жүгіру; 4-6 метр қашықтыққа тура бағытта еңбектеу; бір-бірінің жанына сапка тұру <u>Қимылды ойын:</u> Торғайлар мен автомобиль	
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 . Турланова .Н

Циклограмма

Желтоқсан айы 26.12.-30.12.2022

Тексерілді. *P. al* Реева.Т

Күн тәртібінің кезеңтері	Уақыты	Дүйсенбі 26.12.2022	Сейсенбі 27.12.2022	Сәрсенбі 28.12.2022	Бейсенбі 29.12.2022	Жұма 30.12.2022
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> заттардан бір қырымен аттап жүру; кедергілердің арасымен өту арқылы «жыланша» жүгіру; гимнастикалық скамейка бойымен қолымен тартылып, нықтары мен тізелеріне сүйене отырып, етпетімен өрмелеу; оң және сол аяқты алмастырып, заттардың арасымен арақашықтығы 3 метр) секіру; <u>Қимылды ойын:</u> Мүсін болып тұр Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жан-жаққа қосалқы кадаммен (оңға және солға) жүру; сапта бір-бірден, шеңбер бойымен жүргіру; оң және сол қолымен	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға асықты лақтыру; арқан бойымен бір қырымен, қосалқы кадаммен (өкшені арқанға, аяқ ұшын еденге қою) тепе- теңдікті сақтап жүру; бір-бірінің жанына және бір-бірінің артынан сапқа тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Орындарыңа жылдам жет Спорттық ойын <u>элементтері:</u> Хоккей элементтері. Берілген бағытта қакпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанатуды, оны қакпаға кіргізуді үйрету.	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жан-жаққа қосалқы кадаммен (оңға және солға) жүру; шеңбер бойымен жүргіру; төрт тағандап еңбектеу; аяқты бірге, алшак қойып, бір аяқпен (оң және сол аяқты алмастыру) секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап <u>Спорттық</u> <u>жаттығулар:</u> Мұз жолмен өз бетінше сырғанау. Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> арқаннан ұстап жүру; тоқтамай баяу қарқынмен (50-60 секунд ішінде)	Мектепалды топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> 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; <u>Қимылды ойын:</u> Құрлар Спорттық ойын <u>элементтері:</u> Хоккей элементтері. Берілген бағытта қакпаға хоккей таяқпен шайбаны сырғанатуды, оны қакпаға кіргізуді үйрету. Ортаңғы топ №1 №6	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Адымдап жүру; сапта бір-бірден жүгіру; аяқты бірге, алшак 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> Поезд

		көлденең қойылған нысанаға (2–2,5 метр қашықтықтан) лақтыру; гимнастикалық скамейканың бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру <u>Қимылды ойын:</u> Тышақандар мен мысықтар	Ортаңғы топ №1.№6 <u>Жалпы дамытушы 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.	жүгіру; тұрған орнынан ұзындыққа 40 сантиметр қашықтыққа секіру; Бірінің артынан бірі сапка тұру, бір-бірінің жанына сапка тұру Шыбыққа қалпақ кигізу <u>Қимылды ойын:</u> <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау; биік емес төбеден сырғанау.	<u>Жалпы дамытушы 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.	
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. Турланова.Н

Циклограмма

Қаңтар айы 02.01-06.01.2023

Тексерілді: *Р.ел* 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 №9 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. Ортаңғы топ №1 №6 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Тоқтап, жартылай	Мектепалды топ №9 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 №1 №6 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Тоқтап, жартылай отырып жүру; Тепе-теңдікті сақтай отырып, арқан бойымен жүру; көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы еңбектеу;	Ересек топ №9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: сапта бір-бірден жүру «жыланша» жүгіру; 50 сантиметр биіктігі ілінген арқанның астынан еңбектеу; бағыт бойынша түзелу. Қимылды ойын: Қояндар

			отырып жүру; 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.	<u>Қимылды ойын:</u> Сақина жасыру <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау: шанаға отырып, төбешіктен сырғанауға 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. Турланова.Н

Циклограмма

Тексерілді Реева.Т

Қаңтар айы 09.01-13.01.2023

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		Мектепалды топ №8 <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 (6-8 метр); 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру; <u>Қимылды ойын:</u> Біз көңілді балалармыз...	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; шашырап жүгіру; 1,5–2 минуттоқтамай жүгіру; бір орында тұрып биіктікке секіру (6-8 метр); орнында айналу <u>Қимылды ойын:</u> Әткеншек (Карусель) <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. Бір-бірін шанамен сырғанату.	Ересек топ №9 <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;	Мектепалды топ №8 <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 тактай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; орнында айналу <u>Қимылды ойын:</u> Тышқан ұстаушы <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. Төбешіктен бір-бірлеп және екі-екіден шанамен сырғанауды меңгерту	Ересек топ №9 <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 биіктігі ілінген арқанның астынан еңбектеу; <u>Қимылды ойын:</u> Қояндар
		Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; жыланша жүгіру; 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана	Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жартылай отырып, бұрылып жүру; арқан бойымен жүру; Допты жоғары лақтыру, төмен -	Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жартылай отырып, бұрылып заттарды айналып	Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жартылай отырып, бұрылып заттарды айналып	

		ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру; бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру. <u>Қимылды ойын:</u> Қоймадағы тышқандар	еденге (жерге) соғу; бірінің артынан бірі сапқа тұру <u>Қимылды ойын:</u> «Допты дәлдеп лақтыр»	жүру; белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; туннель арқылы еңбектеу; бір-бірінің жанына сапқа тұру; <u>Қимылды ойын:</u> Құстардың ұшып келуі <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату;	жүру; Допты жоғары лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу; туннель арқылы еңбектеу; сапқа тұру. <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.				

Қайындаған. Турланова. Н

Циклограмма

Тексерілді Р. ел-Реева.Т

Қаңтар айы 16.01.-20.01.2023.

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		Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жүру; кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен – баяу қарқынмен 1,5–2 минут тоқтамай жүгіру; бір орында тұрып биіктікке секіру (6-8 метр); 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру; <u>Қимылды ойын:</u> Біз көңілді балалармыз...	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жүру; шашырап жүгіру; 1,5–2 минуттоқтамай жүгіру; бір орында тұрып биіктікке секіру (6-8 метр); орнында айналу <u>Қимылды ойын:</u> Әткеншек (Карусель) <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. Бір-бірін шанамен сырғанату.	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: сапта бір-бірден жүру; шашырап жүгіру; 50 сантиметр биіктікте ілінген арқанның астынан еңбектеу; 4–5сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру. <u>Қимылды ойын:</u> Кішкене маймылдар <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шаңғымен жүру: ересектердің көмегімен шаңғымен бірінің артынан бірі жүру;	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: белгі бойынша басқа бағытқа бұрылып жүру. әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып, кедір-бұдыр тактай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; орнында айналу <u>Қимылды ойын:</u> Тышқан ұстаушы <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. Төбешіктен бір-бірлеп және екі-екіден шанамен сырғанауды меңгерту	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: 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
		Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жүру; жыланша жүгіру; 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана	Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жартылай отырып, бұрылып жүру; арқан бойымен жүру; Допты жоғары	Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жартылай отырып, бұрылып		

		ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру; бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру. <u>Қимылды ойын:</u> Қоймадағы тышқандар	лақтыру, төмен - еденге (жерге) соғу; бірінің артынан бірі сапка тұру <u>Қимылды ойын:</u> «Допты дәлдеп лақтыр»	заттарды айналып жүру; белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; туннель арқылы 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; туннель арқылы еңбектеу; сапка тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Сакина 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. Турларова.Н.

Циклограмма

Тексерілді Рис Реева.Т

Қаңтар айы 23.01.-27.01.2023

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		Мектепалды топ №8 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүру; әртүрлі жылдамдықпен – баяу қарқынмен 1,5–2 минуттоқтамай жүгіру; 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, жүру; Қимылды ойын: Қуып, жылдам ұста Ересек топ №9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүру;	Мектепалды топ №8 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: белгі бойынша басқа бағытка бұрылып жүру бірнеше заттардан еңбектеп өту; бір орында тұрып биіктікке секіру (6-8 метр); кедір-бұдыр тактай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; орнында айналу Қимылды ойын: Акку-каздар Спорттық ойын элементтері: Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыруды үйрету. Ортаңғы топ №1 №6 Жалпы дамытушы жаттығулар.	Ересек топ №9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: сапта бір-бірден жүру; жүгіру; 50 сантиметр биіктікте ілінген арканның астынан еңбектеу; бөрененің бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; бағыт бойынша түзелу Қимылды ойын: Торғайлар мен мысық Спорттық жаттығулар: Шаңғымен жүру: ересектердің көмегімен шаңғымен бірінің артынан бірі жүру; Ортаңғы топ №1 №6 Жалпы дамытушы	Мектепалды топ №8 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: алға қарай жүру; әртүрлі жылдамдықпен – баяу қарқынмен 1,5– 2 минуттоқтамай жүгіру; 2–2,5 метр арақашықтықтағы нысанаға құм салынған қапшықты лақтыру; кедір-бұдыр тактай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; орнында айналу Қимылды ойын: Мысық пен тышқан Спорттық ойын элементтері: Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыруды үйрету.	Ересек топ №9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүру; шашырап жүгіру; 1,5 метр қашықтықта тігінен қойылған (нысана ортасының биіктігі 1,5 метр) нысанаға лақтыру; бағыт бойынша түзі Қимылды ойын: Масаны ұстап ал Қимылды ойын Шарды ұста

		шашырап жүгіру; 4–5сызықтан 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	<u>Негізгі қимылдар:</u> Токтап, 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 - т ы р н а л а р	<u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Тепе-теңдікті сақтай отырып, арқан бойымен жүру; көлбеу модуль бойымен, туннель арқылы еңбектеу; бірінің артынан бірі сапка тұру, бір- бірінің жанына сапка тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп <u>Спорттық</u> <u>жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. биік емес төбеден сырғанау.	<u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; белгі бойынша көрсетілген жерге жүгіру; 2-2 метр қашықтыққа алға қарай жылжып секіру; бір-бірінің жанына сапка тұру, шенберге тұру (көзбен бағдарлау бойынша). <u>Қимылды ойын:</u> Поезд	
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. Тұрланова.Н

Циклограмма
Ақпан айы 30.01.-03.02.2023

Тексерілді *Р.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		Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қолдың бастапқы қалыптарын 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 арақашықтығы 40 сантиметр; оңға, солға бұрылу. <u>Қимылды ойын:</u> Асық ойыны Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүруді жүгірумен алмастырып жүру баяу қарқынмен жүргіру 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру оңға, солға бұрылу	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып, әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру; кедергілерден өту арқылы 1,5–2 минут тоқтамай жүгіру; допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 метр) басынан асыра лақтыру; оңға, солға бұрылу. <u>Қимылды ойын:</u> Алшы ойыны Спорттық ойын <u>элементтері:</u> Баскетбол элементтерін үйрету. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Ортаңғы топ №1 №6	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүруді жүгірумен алмастырып жүру шапшаң және баяу қарқынмен жүргіру құрсаудан еңбектеп өту. қолды екі жакка созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту <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. Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u>	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қолдың бастапқы қалыптарын 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 арақашықтығы 40 сантиметр; допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5–2 метр) басынан асыра лақтыру; <u>Қимылды ойын:</u> Алтыатар ойыны Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Еденге қойылған заттардан аттап жүру », шашырап жүгіру Заттарды оң және сол	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүруді жүгірумен алмастырып жүру шапшаң және баяу қарқынмен жүргіру құрсаудан еңбектеп өту. 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру оңға, солға бұрылу <u>Қимылды ойын:</u> Ойыншықты алып ке

		<u>Қимылды ойын:</u> Кешікпе	<u>жаттығулар:</u> Негізгі қимылдар: Еденге қойылған заттардан аттап жүру; шашырап жүгіру; доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр)кұрсаудан құрсауға секіру; шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> Поезд	<u>Негізгі қимылдар:</u> Еденге қойылған заттардан аттап жүру; «жыланша» жүгіру; Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық); шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> «Допты дәлдеп лақтыр» <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеденсырғанау.	лақтыру (2,5-5 метр қашықтық). құрсаудан құрсауға секіру <u>Қимылды ойын:</u>	
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. Турланова.Н

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		Мектепалды топ № <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: әртүрлі каркында секіргіштен аттап жүру; орташа каркынмен 1,5–2 минут тоқтамай жүгіру; әр кадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып, гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойын: Атбақыл Ересек топ № <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: Жүру; түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу каркынмен жүгіру;	Мектепалды топ № <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жүру; кедергілерден өту арқылы жүгіру; әртүрлі тәсілдермен күрсаудың ішіне еңбектеп өту; гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; оңға, солға бұрылу. Қимылды ойын: Ханталапай Ортаңғы топ № <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жан-жаққа баяу айналып жүру; шеңбер бойымен жүгіру; доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) күрсаудан	Ересек топ № <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жүруді жүгірумен алмастырып жүру; жүргізу; қолды екі жаққа созып, басқа қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылу; оңға, солға бұрылу Қимылды ойын: Тышақандар мен мысықтар Спорттық жаттығулар: Шанамен сырғанау; төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен өз бетінше сырғанау. Ортаңғы топ № <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: Жүру; жан-жаққа баяу айналу.	Мектепалды топ № <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: қолдың бастапқы калыптарын өзгерте отырып жүру; 1,5–2 минут тоқтамай жүгіру; бір аяқпен және қос аяқпен күрсаудан күрсауға секіру арақашықтықтығы 40 сантиметр допты екі қолымен бір- біріне (арақашықтығы 1,5–2 метр) басынан асыра лақтыру; Қимылды ойын: Хан алшы Спорттық жаттығулар: Шаңғымен жүру. Бірінің артынан бірі ауыспалы қадаммен алға жылжу, оң және сол аяқтарымен сырғанауды. Бір орнында тұрып оңға, солға бұрылу, айналу үйрету.	Ересек топ № <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жүруді жүгірумен алмастырып жүру; шапшаң және баяу каркынмен жүгіру; 4–5 сызықтан аттап (сызықтардың арақашықтығы 40–50 сантиметр) секіру; допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алу; Қимылды ойын: Жалауға қарап жүгіру. метр) жіптің бойымен жүру; заттардан (биіктігі 10-15 сантиметр) аттап жүру; бағытты өзгертіп жүгіру; Биіктігі 10 сантиметр ауданы 50 x 50 сантиметр модульге

		төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алу; оңға, солға бұрылу <u>Қимылды ойын:</u> Өз үсінді тап	шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр	жүгіру; Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық); кұрсаудан 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.	<u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> 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	<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. Турланова.Н

Циклограмма

Ақпан айы 13.02-17.02.2023

Тексерілді. *Pr* / 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		Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі кимылдар: әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру; кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен жүгіру; допты екі қолымен бір- біріне (арақашықтығы 1,5-2 метр) басынан асыра лақтыру; әр қалам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға ауыстыра отырып жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Аксерек - көксерек Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі кимылдар: Жүру; түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен жүргізу; құрсаудан еңбектеп өту; қолды екі жакқа созып, баска қапшық қойып,	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі кимылдар: әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру; кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен жүгіру; әртүрлі тәсілдермен құрсаудың ішіне еңбектеп өту; гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Соқыр теке Ортанғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі кимылдар: еденге қойылған заттардан аттап жүру, жан-жакқа баяу айналу. Бір қырымен қосалқы қадаммен көлбеу тактай (20-30 сантиметр) тепе- теңдікті сақтап жүру; шашырап жүгіру; доғаның астымен (биіктігі 40	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі кимылдар: жүруді жүгірумен алмастырып жүру; жүргізу; допты бір-біріне төменнен және бастан асыра лақтыру (1,5 метр қашықтықта), қағып алу; қолды екі жакқа созып, баска қапшық қойып, заттардан аттап өту, бұрылу; <u>Қимылды ойын:</u> Трамвай Спорттық жаттығулар: Шанамен сырғанау; төбешіктен сырғанау; бір-бірін сырғанату, шанамен төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен өз бетінше сырғанау. Ортанғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі кимылдар: Еденге қойылған заттардан аттап жүру;	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі кимылдар: қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып жүру; жүгіру; бір аяқпен және қос аяқпен құрсаудан құрсауға секіру арақашықтықтығы 40 сантиметр; гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; оңға, солға бұрылу. <u>Қимылды ойын:</u> Тақия тастамақ Спорттық жаттығулар: Шаңғымен жүру. Бірінің артынан бірі ауыспалы қадаммен алға жылжу, оң және сол аяқтарымен сырғанауды. Бір орнында тұрып оңға, солға бұрылу, айналу үйрету.	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі кимылдар: жүруді жүгірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып: шапшаң және баяу қарқынмен жүргізу құрсаудан еңбектеп өту, оңға, солға бұрылу <u>Қимылды ойын:</u> Поезд <u>Қимылды ойын:</u> Автобус

		бұрылу; оңға, солға бұрылу <u>Қимылды ойын:</u> «Үшты-үшты»	құрсауға секіру. <u>Қимылды ойын:</u> «Допты дәлдеп лақтыр»	кадаммен көлбеу тактай (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>Қимылды ойын:</u> «Күміс алу» <u>Спорттық жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік емес төбеден сырғанау.	
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.Турланова.Н

Циклограмма

Ақпан айы 20.02-24.02.2023

Тексерілді: *Р. Ресна, 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		Мектепалды топ №8 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: әртүрлі қарқында секіргіштен аттап жүру; кедергілерден өту арқылы әртүрлі жылдамдықпен жылдам, орташа қарқынмен 1,5-2 минут тоқтамай жүгіру; допты екі қолымен бір- біріне (арақашықтығы 1,5-2метр) басынан асыра лақтыру; оңға, солға бұрылу. <u>Қимылды ойын:</u> Күн сынаспак Ересек топ №9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүруді жүгірумен алмастырып жүру; түрлі тапсырмаларды	Мектепалды топ №8 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: қолдың бастапқы қалыптарын өзгерте отырып жүру; 1,5-2 минуттоқтамай жүгіру; бір аяқпен және қос аяқпенкүрсаудан күрсауға секіру арақашықтықты 40 сантиметр; гимнастикалық екамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Арқан тарту <u>Спорттық ойын</u> элементтері; Баскетбол элементтерін үйрету. Кеуде тұсынан екі	Ересек топ №9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Жүру; шаншаң және баяу қарқынмен жүргізу; күрсаудан 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</u> жаттығулар; Шанамен сырғанау; тобешіктен сырғанау; бір- бірін сырғанату.	Мектепалды топ №8 Жалпы дамытушы жаттығулар. 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 күрсаудың ішіне еңбектеп өту; бір аяқпен және қос аяқпенкүрсаудан күрсауға секіру арақашықтықты 40 сантиметр; допты екі қолымен бір-біріне (арақашықтығы 1,5- 2метр) басынан	Ересек топ №9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүруді жүгірумен алмастырып жүру; түрлі тапсырмаларды орындай отырып; шаншаң және баяу қарқынмен жүргізу; күрсаудан еңбектеп өту. 4-5сығықтан аттап (сығықтардың 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»

	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	біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Ортаңғы топ №1№6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>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- тендікті сақтап жүру, шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; күрсаудан күрсауға секіру Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр	төбешікке көтерілу, төбешіктен түскенде тежеу. Мұз жолмен өз бетінше сырғанау. Ортаңғы топ №1№6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жан-жаққа баяу айналу. шеңбер бойымен, «жыланша», шашырап жүгіру; Заттарды оң және сол қолмен қашықтыққа лақтыру (2,5-5 метр қашықтық); еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның, доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) секіру <u>Қимылды ойын:</u> Ақ доп, қызыл доп <u>Спорттық</u> <u>жаттығулар:</u> Шанамен сырғанау. Шанамен бір-бірін сырғанату; биік	<u>Қимылды ойын:</u> Сақина жасыру ; күрсаудан күрсауға секіру; Шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> Поезд
--	---	---	---	--

Циклограмма
Наурыз айы 27.02-03.03.2023

Тексерілді 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		№ 1 № 6 Ортаңғы топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар. (таңғы жаттығулар қайталанады)</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүру сапта бір-бірден жүгіру. допты домалату, лактыру Заттарды айналып және заттардың арасымен секіру <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр Мақсаты: санамақты пысықтау, қол ұстасып шеңберде жүруді, жылдам баяу жүгіруді және қимыл епшілдігін дамыту № 8 Мектепалды топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар. (таңғы жаттығулар қайталанады)</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп,	№ 9 Ересек топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүруді секірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып: жетекшіні ауыстырып жүгіру допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Кешікпе <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. № 8 Мектепалды топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> ересектің белгісімен тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп,	№ 9 Ересек топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүруді секірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып: жетекшіні ауыстырып жүгіру допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Кешікпе <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. № 8 Мектепалды топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> ересектің белгісімен	№ 1 № 6 Ортаңғы топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүру сапта бір-бірден жүгіру. допты домалату, лактыру Заттарды айналып және заттардың арасымен секіру Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр Мақсаты: санамақты пысықтау, қол ұстасып шеңберде жүруді, жылдам баяу жүгіруді және қимыл епшілдігін дамыту № 9 Ересек топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүруді секірумен	№ 1 № 6 Ортаңғы топ <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Бірқалыпты, аяқтың ұшымен, тізені жоғары көтеріп жүру сапта бір-бірден жүгіру. допты домалату, лактыру Заттарды айналып және заттардың арасымен секіру Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр Мақсаты: санамақты пысықтау, қол ұстасып шеңберде жүруді, жылдам баяу жүгіруді және қимыл епшілдігін дамыту

		шашырап жүру 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; гимнастикалық кабырғамен өрмелеу; отырып, кедір-бұдыр тақтай гимнастикалық скамейка бойымен тепе- теңдікті сақтап жүру; орнында айналу, оңға, солға бұрылу. <u>Қимылды ойын:</u> Қалпақ және кішкене таяқша	шашырап жүру 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; гимнастикалық кабырғамен 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; <u>Қимылды ойын:</u> Мүсін болып тұр <u>Спорттық жаттығулар:</u> Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу.	тоқтап, қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; гимнастикалық кабырғамен өрмелеу; отырып, кедір-бұдыр тақтай, гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; орнында айналу, оңға, солға бұрылу. <u>Қимылды ойын:</u> Орындарына жылдам жет	алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып; жетекшіні ауыстырып жүгіру допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Кешікпе <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу.	
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. Турланова.Н

Циклограмма
Наурыз айы 06.03-10.03.2023.

Тексерілді Реева.Т

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 06.03.2023	Сейсенбі 07.03.2023	Сәрсенбі 08.03.2023	Бейсенбі 09.03.2023	Жұма 10.03.2023
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Ортаңғы топ № 1 № 6 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: 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 Қимылды ойын: Шыбыққа қалпақ кигізу Мектепалды топ № 8 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: шашырап жүру жүрумен алмастыра отырып жүгіру; гимнастикалық қабырғамен өрмелеу; әр қадам сайын допты	Ересек топ № 9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүру жетекшіні ауыстырып жүгіру гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы кадаммен өрмелеу 20–25 сантиметр биіктіктен секіру орнында айналу; Қимылды ойын: Өз түсінді тап Мектепалды топ № 8 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: шашырап жүру жүрумен алмастыра отырып жүгіру; гимнастикалық қабырғамен өрмелеу; әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан қолдан-қолға		Ортаңғы топ № 1 № 6 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: 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 Қимылды ойын: Ақ доп, қызыл доп Ересек топ № 9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүру жетекшіні ауыстырып жүгіру гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы кадаммен өрмелеу	Ортаңғы топ № 1 № 6 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: 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 Қимылды ойын: Ақ доп, қызыл доп

		алдынан немесе артынан колдан-қолға ауыстыра отырып гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Құрлар Ересек топ № 9 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру жетекшіні ауыстырып жүгіру гимнастикалық қабырғаға жоғары-төмен ауыспалы кадаммен өрмелеу 20–25 сантиметр биіктіктен секіру орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап	ауыстыра отырып гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Кім көбірек заттарды жинайды? <u>Спорттық ойын элементтері:</u> Футбол элементтерін үйрету. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебеді. Допты заттарды айналдыра жүргізу. Допты қақпаға тебу. Допты бірнеше рет аяқпен қабырғаға тебу		20–25 сантиметр биіктіктен секіру орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Тегіс жолмен	
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. Турланова.

Циклограмма

Наурыз айы 13.03-17.03.2023.

Тексерілді 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 №1 №6 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүру сапта бір-бірден жүгіру. Төменнен екі колмен көлденең нысанаға, оң және сол колмен (1,5–2 метр кашықтықтан) допты домалату, лактыру, қағып алу. Қимылды ойын: Торғайлар мен автомобиль Мектепалды топ №8 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: ересектің белгісімен тоқтап жүру; жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр аракашықтықта жүгіру; гимнастикалық кабырғамен өрмелеу; алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіру; Қимылды ойын:	Ересек топ №9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүруді секірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып жүгіру жоғары-төмен ауыспалы кадаммен өрмелеу, 20–25 сантиметр биіктіктен секіру, қырлы, көлбеу тактай бойымен (ені 2 сантиметр, биіктігі 30-35 сантиметр) жүру; Қимылды ойын: Автобус Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Мектепалды топ №8 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: ересектің белгісімен тоқтап жүру; жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр	Ересек топ №9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүруді секірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып жүгіру жоғары-төмен ауыспалы кадаммен өрмелеу, 20–25 сантиметр биіктіктен секіру, қырлы, көлбеу тактай бойымен (ені 2 сантиметр, биіктігі 30- 35 сантиметр) жүру; Қимылды ойын: Автобус Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Мектепалды топ Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: ересектің белгісімен тоқтап жүру; жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр	Ортаңғы топ №1 №6 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүру сапта бір-бірден жүгіру. Төменнен екі колмен көлденең нысанаға, оң және сол колмен (1,5–2 метр касықтықтан) допты домалату, лактыру, қағып алу. Қимылды ойын: Торғайлар мен автомобиль Ересек топ №9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүруді секірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып жүгіру гимнастикалық кабырғаға жоғары-төмен ауыспалы кадаммен өрмелеу, 20–25 сантиметр биіктіктен секіру.	Ортаңғы топ №1 №6 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүру сапта бір-бірден жүгіру. Төменнен екі колмен көлденең нысанаға, оң және сол колмен (1,5–2 метр касықтықтан) допты домалату, лактыру, қағып алу. Қимылды ойын: Торғайлар мен автомобиль

		Қалпак және кішкене таякша	аракашықтықта жүгіру; допты екі қолымен заттардың арасымен (аракашықтығы 4 метр) жүргізу; әр қадам сайын допты алдынан немесе артынан ...зден-колға ауыстыра отырып, кедір-бұдыр тактай бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Сақинаны таякшаға іл <u>Спорттық жаттығулар:</u> Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу.	аракашықтықта жүгіру; гимнастикалық қабырғамен өрмелеу; алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіру; <u>Қимылды ойын:</u> Бүрге <u>Спорттық жаттығулар:</u>	орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Тегіс жолмен	
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. Турланова.Н

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

		Қолпақ және кішкене таякша	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 сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Сақинаны таякшаға іл <u>Спорттық жаттығулар:</u> Спорт түрлерімен таныстыруды жалғастыру. Спорт залда және спорт алаңында қауіпсіздікті сақтауға баулу.	арақашықтықта жүгіру; гимнастикалық қабырғамен өрмелеу; алға айналдыра отырып, ұзын және қысқа секіргіштен секіру; <u>Қимылды ойын:</u> Бүрге <u>Спорттық жаттығулар:</u>	орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Тегіс жолмен	
білімін жетілдіру мақсаты		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.				
мәдениеткерлік қасиеттері		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Турланова.Н

Циклограмма

Наурыз айы 27.03-31.03.2023.

Тексерілді 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		Ортаңғы топ №1№6 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: тізені жоғары көтеріп жүру Бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүгіру. Еденге қойылған тақтай бойымен еңбектеу Саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. Қимылды ойын: Тышқандар мен мысық. Мектепалды топ№8 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: қозғалыс бағытын өзгертіп, шашырап жүру; 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; алға айналдыра отырып, ұзын және	Ересек топ №9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүруді секірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып: жетекшіні ауыстырып жүгіру гимнастикалық қабырғаға жоғары- төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу, 20–25 сантиметр биіктіктен секіру, допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); Қимылды ойын: Өз түсінді тап Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті	Ересек топ№9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: жүруді секірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып: жетекшіні ауыстырып жүгіру гимнастикалық қабырғаға жоғары- төмен ауыспалы қадаммен өрмелеу, 20–25 сантиметр биіктіктен секіру, допты кедергілер арқылы бастан асыра екі қолымен және бір қолымен лақтыру (2 метр қашықтықтан); Қимылды ойын: Өз түсінді тап Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу:	Ортаңғы топ№1 №6 Жалпы дамытушы жаттығулар. 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 заттардың арасымен секіру Қимылды ойын: Өз түсінді тап. Ересек топ Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар:	Ортаңғы топ№1 №6 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: Бірқалыпты, аяқтың ұшымен жүру сапта бір-бірден жүгіру. Төменнен екі қолм көлденең нысанаға оң және сол қолме (1,5–2 метр қашықтықтан) доп домалату, лақтыру қағып алу. Заттарды айналып және заттардың арасымен секіру Қимылды ойын: Өз түсінді тап.

	қысқа секіргіштен секіру; гимнастикалық скамейка бойымен тепе-теңдікті сақтап жүру; орнында айналу, оңға, солға бұрылу. <u>Қимылды ойын:</u> Мүсін болып тұр Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> 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>	велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> 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 <u>Спорттық ойын элементтері:</u> Футбол элементтерін үйрету. Берілген бағытқа допты оң және сол аяқпен тебуді. Допты	екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> 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	жүруді секірумен алмастырып жүру түрлі тапсырмаларды орындай отырып: жетекшіні ауыстырып жүгіру 20–25 сантиметр биіктіктен секіру, көлбеу тактай бойымен (ені 2 сантиметр, биіктігі 30–35 сантиметр) жүру; орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Поезд	
--	---	---	---	--	--

Циклограмма

Тексерілді Ресва.Т

Сәуір айы 03.04-07.04.2023

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 03.04.2023	Сейсенбі 04.04.2023	Сәрсенбі 05.04.2023	Бейсенбі 06.04.2023	Жұма 07.04.2023
ҮІӘ дайындық		Атрибуттарды дайындау, залда дымкыл тазалау жұмыстары				
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Мектепалды топ №8 Жалпы дамытушы жаттығулар. (таңғы жаттығуды қайталау) Негізгі қимылдар: 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; Қимылды ойын: «Біз көңілді балалармыз» Ересек топ №9 Жалпы дамытушы жаттығулар. (таңғы жаттығуды қайталау) Негізгі қимылдар:	Мектепалды топ №8 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: 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: «Тышқан ұстаушы» Спорттық ойын элементтері: Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыру. Ортаңғы топ №1 №6 Жалпы дамытушы жаттығулар.	Ересек топ №9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: қарқынды өзгертіп жүру 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру секіргішпен секіру. допты жоғары лақтыру Қимылды ойын: «Торғайлар мен мысық» Спорттық жаттығулар: Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Ортаңғы топ №1 №6 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: сапта бір-бірден жүру; алаңның бір жағынан	Мектепалды топ №8 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: 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; Қимылды ойын: «Қу түлкі» Спорттық жаттығулар: Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу. Ортаңғы топ №1 №6 Жалпы дамытушы	Ересек топ №9 Жалпы дамытушы жаттығулар. Негізгі қимылдар: бағытты және қарқынды өзгертіп жүру 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру Бөренеден аттап өт; орнынан ұзындық (шамамен 70 сантиметр), қысқа секіргішпен секіру. допты жоғары лақт Қимылды ойын: «Тауықпен мен балапандар»

		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»	(таңғы жаттығуды қайталау) <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> «Ақ доп, қызыл доп»	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 дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.	<u>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> «Сакина 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.Турланова.Н

		<u>Негізгі қимылдар:</u> қарқынды өзгертіп жүру, қысқа секіргішпен секіру. допты жоғары лақтыру қолдарды әртүрлі калыпта ұстап, еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өту <u>Қимылды ойын:</u> «Қоймадағы тышқандар»	отырып лақтыру. Ортаңғы топ №1№6 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> екеуден (жұппен) жүру; алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура жүгіру. доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу. 15-20 сантиметр биіктіктен секіру <u>Қимылды ойын:</u> «Т ы р н а л а р - т ы р н а л а р»	алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура жүгіру. доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу. 15-20 сантиметр биіктіктен секіру <u>Қимылды ойын:</u> «Поезд» <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңғажәне солға бұрылып тебу.	Ортаңғы топ №1№6 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> екеуден (жұппен) жүру; алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура жүгіру. аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр кашықтыктан допты бір-біріне домалату доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу. <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.Турланова.Н

Циклограмма

Тексерілді Риса Реева.Т

Сәуір айы 17.04-21.04.2023

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 17.04.2023	Сейсенбі 18.04.2023	Сәрсенбі 19.04.2023	Бейсенбі 20.04.2023	Жұма 21.04.2023
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> заттардың арасымен аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру; бір гимнастикалық кабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу; оң және сол аяқты алмастыра отырып, арқаннан, сызықтан секіру тұрған орнында айналып секіру; <u>Қимылды ойын:</u> «Біз көңілді балалармыз»	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> заттардың арасымен аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру; 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; <u>Қимылды ойын:</u> «Әткеншек (Карусель)» <u>Спорттық ойын</u> <u>элементтері:</u> Бадминтон. Воланды ракеткамен белгілі бір жаққа бағыттай отырып лақтыру.	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қарқынды өзгертіп жүру орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр), қысқа секіргішпен секіру. допты жоғары лақтыру, еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өту, араларын алшақ ұстау және жақын тұру. <u>Қимылды ойын:</u> «Тауықпен мен балапандар» <u>Спорттық</u> <u>жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. <u>Ортаңғы топ №1 №</u> <u>Жалпы дамытушы</u>	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> заттардың арасымен аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру; бір гимнастикалық кабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу; оң және сол аяқты алмастыра отырып, арқаннан, сызықтан секіру тұрған орнында айналып секіру; сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру. <u>Қимылды ойын:</u> «Тышқан ұстаушы» <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу.	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру, Бөренеден аттап өту, орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр), қысқа секіргішпен секіру. допты жоғары лақтыру; <u>Қимылды о</u> бір-бірінің қолдарына ұстап, аяқтың ұшымен жүру Түрлі заттардың астынан 0,5-1,5 метр арақашықтыққа доптарды домалату, Еденде жатқан секіргіштен, лентада (қатар қойылған 2 арқаннан) аттап секіруге үйрету. <u>Қимылды ойын</u> «Автобус»
		Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> бағытты және қарқынды өзгертіп жүру 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру орнынан ұзындыққа				

		(шамамен 70 сантиметр), қысқа секіргішпен секіру. еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өту, араларын алшақ ұстау және жақын тұру <u>Қимылды ойын:</u> «Масаны ұстап ал»	Ортаңғы топ №1№6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден, екеуден (жүппен) жүру; алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура жүгіру. 15-20 сантиметр биіктіктен секіру саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> «Т ы р н а л а р - т ы р н а л а р»	<u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден, екеуден (жүппен) жүру; алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура жүгіру. 15-20 сантиметр биіктіктен секіру саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> «Ақ доп, қызыл доп» <u>Спорттық</u>	Ортаңғы топ №1№6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> екеуден (жүппен) жүру; аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалату доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу. 15-20 сантиметр биіктіктен секіру	
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.Турланова.Н

Циклограмма

Тексерілді Р. ел Реева.Т

Сәуір айы 24.04-28.04.2023

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 24.04.2023	Сейсенбі 25.04.2023	Сәрсенбі 26.04.2023	Бейсенбі 27.04.2023	Жұма 28.04.2023
ҮІӘ дайындық		Атрибуттарды дайындау, залда дымкыл тазалау жұмыстары				
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> заттардың, кегльдердің арасымен, жіптерден аттап жүру; белгіленген жерге дейін жылдамдыққа (ұзындығы 20 метр) жүгіру; бір гимнастикалық қабырғадан екіншісіне ауысып өрмелеу; <u>Қимылды ойын:</u> «Қуып, жылдам ұста» Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> бағытты өзгертіп жүру баяу қарқынмен жүгіру допты жоғары лақтыру қолдарды әртүрлі калыпта ұстап, еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өту, араларын алшақ ұстау және жақын тұру.	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> 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; <u>Қимылды ойын:</u> «Аққу-каздар» <u>Спорттық элементтері:</u> Бадминтон. Волянды ракеткамен белгілі бір жакка бағыттап отырып лақтыру. Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u>	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> 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> «Қоймадағы тышқандар» <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> екеуден (жұппен) жүру; алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура жүгіру.	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> 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. <u>Қимылды ойын:</u> «Мысық пен тышқан» <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу.	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қарқынды өзгертіп жүру 1–1,5 минут ішінде баяу қарқынмен жүгіру допты жоғары лақтыру, қолдарды әртүрлі калыпта ұстап, еденнен 20 – 25 сантиметр жоғары қойылған сатының таяқшаларынан аттап өту, араларын алшақ ұстау және жақын тұру. <u>Қимылды ойын:</u> «Кішкене маймылдар»

		<u>Қимылды ойын:</u> «Торғайлар мен мысық»	сапта бір-бірден, екеуден (жүппен) жүру; доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу. 15-20 сантиметр биіктіктен секіру саптағы, шеңбердегі өз орнын табуға үйрету. <u>Қимылды ойын:</u> «Допты дәлдеп лақтыр»	аяқтарын алшақ қойып, отырып, 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалату доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу. <u>Қимылды ойын:</u> «Құстардың ұшып келуі» <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шеңбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу.	Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> сапта бір-бірден, екеуден (жүппен) жүру; алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура жүгіру. доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу. 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 жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.				

Дайындаған. Турланова. Н

Циклограмма
2022-2023 оқу жылы
Мамыр айы 01.05-05.05.2023

Тексерілді Р. ел Реева.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			Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар. (таңғы жаттығулар қайталанады)</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; <u>Қимылды ойын:</u> Мүсін болып тұр <u>Спорттық жаттығулар:</u> Велосипед, самокат тебу. Шеңбер бойымен және тура жолмен өз бетінше	Ортаңғы топ №1.№6 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тура жолмен жүру. шеңбер бойымен жүгіру. арканның доғаның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу Сапка тұру, қайта сапка 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	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қосалқы қадаммен жүру; жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; биіктіктен секіру, 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру; допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; <u>Қимылды ойын:</u> Орындарыңа жылдам жет Ортаңғы топ №1.№6	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру. орташа жылдамдықпен жүруді кезектесті отырып, 40-50 метрге жүгіру гимнастикалық скамейкадан атты өту орнынан ұзынды (шамамен 70 сантиметр) секір <u>Қимылды ойын</u> Тышқандар мен мысықтар

		екі дөңгелекті велосипед тебу. Оңға және солға бұрылу. Ортаңғы топ №1№6 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар. (таңғы жаттығулар қайталанады)</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тура жолмен жүру. шеңбер бойымен жүгіру. допты бір-біріне, заттардың арасымен, қақпаға домалату Сапқа тұру, қайта сапқа тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр	<u>Жалпы дамытушы 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 мысық.
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.Турланова.Н

Циклограмма
Мамыр айы 08.05-12.05.2023

Тексерілді *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
ҮІӘ дайындық		Атрибуттарды дайындау, залда дымқыл тазалау жұмыстары				
Ұйымдастырылған іс әрекеттер				Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру. 40–50 метрге жүгіру допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет). оңға, солға бұрылу орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Кешікпе Спорттық <u>жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу. Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u>	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> қосалқы кадаммен жүру; жүрумен алмастыра отырып, 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; кедергілер арасынан енбектеу; биіктіктен секіру, 20 сантиметр дейінгі биіктікті секіру; допты жоғары, жіптің үстінен лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; <u>Қимылды ойын:</u> Доп кімде? Спорттық ойын элементтері: Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір- біріне лақтыру. Допты	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> орташа жылдамдықпен жүру; кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру гимнастикалық скамейкадан аттап өт орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр) секіру. оңға, солға бұрылу орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Тегіс жолмен

				арқан бойымен жүру Біркелімді, аяқтың үшімен жүгіру. 1,5–2 метр қашықтықтан допты бір-біріне домалату гимнастикалық қабырғаға өрмелеу Қимылды ойын: Тыриалар-тыриалар Спорттық жатығулар: Велосипед тебу. Үш дөңгелекті велосипедті тура, шенбер бойымен, оңға және солға бұрылып тебу. Балабақша ауласында	оң және сол қолмен алып жүруге жатықтыру. Ортанғы топ №1, №6 Жалпы дамытушы жатығулар. Негізгі қимылдар: арқан бойымен жүру Біркелімді, аяқтың үшімен жүгіру. Еденге қойылған тақтай бойымен енбектеу тұрған орнынан жоғары секіру
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. Тұрланова. Н

Циклограмма
Мамыр айы 15.05-19.05.2023

Тексерілді. *Р.А. 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		Мектепалды топ №8 <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	Мектепалды топ №8 <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.	Ересек топ №9 <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 <u>жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу.	Мектепалды топ №8 <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 , бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) 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.	Ересек топ №9 <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 лақтыр және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет). <u>Қимылды ойын:</u> Тегіс жолмен
		Ересек топ №8 <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.	Ортаңғы топ №1 №6	Ортаңғы топ №1 №6		

		допты жоғары лактыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3—4 рет). <u>Қимылды ойын:</u> Жалауға карап жүгіру.	<u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру сапта бір-бірден, жүгіру. допты бір-біріне, заттардың арасымен домалату Саты бойымен өрмелеу <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр	<u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру сапта бір-бірден, жүгіру. арқанның 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	<u>Ортаңғы топ №1. №6</u> <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру сапта бір-бірден, жүгіру. Еденге қойылған тақтай бойымен еңбектеу Ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіру <u>Қимылды ойын:</u> Торғайлар мен автомобиль
Өз білімін жетілдіру бойынша жұмыстар		Құжаттамамен жұмыс, перспективалық жоспарлар, циклограммалар жазу.			
Ұйымдастырушылық құмыстары		Жабдықтарды жинау, терезелерді тексеру, Қауіпсіздік техникасы мен өрт қауіпсіздік ережелерін сақтау.			

айындаған.Турланова.Н

Циклограмма
Мамыр айы 22.05-26.05.2023

Тексерілді. *Р.М.* 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		Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: қосалқы кадаммен жүру; 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; кедергілер арасынан еңбектеу; қолдарынан ұстап, жұптарымен айналып тепе-теңдікті сақтап жүру; <u>Қимылды ойын:</u> Мүсін болып тұр	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: қосалқы кадаммен жүру; 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; кедергілер арасынан еңбектеу; биіктіктен секіру, 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру; қолдарынан ұстап, жұптарымен айналып тепе- теңдікті сақтап жүру;	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: 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</u> <u>жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу.	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: қосалқы кадаммен жүру; 100-120 метр арақашықтықта жүгіру; кедергілер арасынан еңбектеу; допты жоғары, жіптің үстінен 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	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: 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
		Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> Негізгі қимылдар: жүру. жүгіру гимнастикалық скамейкадан аттап өту орнынан ұзындыққа (шамамен 70 сантиметр) секіру.	<u>Қимылды ойын:</u> Кім көбірек заттарды жинайды? <u>Спорттық ойын</u> <u>элементтері:</u> Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен	Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u>	Доп кімде? <u>Спорттық ойын</u> <u>элементтері:</u> Баскетбол	

		допты жоғары лақтыру және екі қолымен қағып алу (қатарынан 3–4 рет). <u>Қимылды ойын:</u> Жалауға карап жүгіру.	<u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру сапта бір-бірден, жүгіру. допты бір-біріне, заттардың арасымен домалату Саты бойымен өрмелеу <u>Қимылды ойын:</u> Қоян мен қасқыр	<u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру сапта бір-бірден, жүгіру. арқанның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу Сапқа тұру, қайта сапқа 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	<u>Ортаңғы топ.№1 №6</u> <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> Шеңбер бойымен тапсырмаларды орындай отырып жүру сапта бір-бірден, жүгіру. Еденге қойылған тақтай бойымен еңбектеу Ілініп тұрған затқа қолды тигізіп, тұрған орнынан жоғары секіру <u>Қимылды ойын:</u> Торғайлар мен автомобиль
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.Турланова.Н

Циклограмма
Мамыр айы 29.05-31.05.2023

Тексерілді *Р. Реева.Т*

Күн тәртібінің кезеңдері	Уақыты	Дүйсенбі 29.05.2023	Сейсенбі 30.05.2023	Сәрсенбі 31.05.2023	Бейсенбі	Жұма
Ұйымдастырылған іс әрекеттер		Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; жүрумен алмастыра отырып жүгіру; биіктіктен секіру, 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру; колдарынан ұстап, жұптарымен айналып тепе-теңдікті сақтап жүру; сап түзеп, бір және екі, үш қатармен қайта тұру. <u>Қимылды ойын:</u> Мүсін болып тұр	Мектепалды топ №8 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> жүру; жүрумен алмастыра отырып жүгіру; кедергілер арасынан еңбектеу; биіктіктен секіру, 20 сантиметр дейінгі биіктіктікке секіру; допты жоғары, жіптің үстінең лақтыру және екі қолымен, бір қолымен (оң және сол қолын алмастыру) қағып алу; <u>Қимылды ойын:</u> Орындарыңа жылдам жет Спорттық ойын <u>элементтері:</u> Баскетбол элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір- біріне лақтыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Ортаңғы топ №1 №6 <u>Жалпы дамытушы</u>	Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> кол 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). оңға, солға бұрылу орнында айналу; <u>Қимылды ойын:</u> Өз түсінді тап Спорттық <u>жаттығулар:</u> Велосипед тебу: екі немесе үш дөңгелекті велосипед тебу; оңға, солға бұрылу.		
		Ересек топ №9 <u>Жалпы дамытушы</u> <u>жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> кол мен аяқ қимылдарын үйлестіріп жүру. орташа жылдамдықпен жүруді кезектестіре отырып, 40–50 метрге жүгіру гимнастикалық скамейкадан аттап өту				

		допты жоғары лактыру және екі қолымен қағып алу (катарынан 3–4 рет). <u>Қимылды ойын:</u> Тышақандар мен мысықтар	допты бір-біріне лактыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Ортаңғы топ №1№6 <u>Жалпы дамытушы жаттығулар.</u> <u>Негізгі қимылдар:</u> тура жолмен жүру. алаңның бір жағынан екінші жағына, әр түрлі бағытта: тура, шеңбер бойымен жүгіру. Еденге қойылған тақтай бойымен, арқанның астымен (биіктігі 40 сантиметр) еңбектеу Сапқа тұру, қайта сапқа тұру <u>Қимылды ойын:</u> Шыбыққа қалпақ кигізу	<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 <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	элементтері. Кеуде тұсынан екі қолымен допты бір-біріне лактыру. Допты оң және сол қолмен алып жүруге жаттықтыру. Ортаңғы топ №1№6 <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 Саты бойымен өрмелеу, гимнастикалық қабырғаға өрмелеу <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. Турланова.Н